
A história de **SÉRGIO**

UMA JORNADA
ATRAVÉS (E ALÉM)
DO SISTEMA JURÍDICO



Este livro é sobre um jovem chamado Sérgio. Ele vivenciou algumas coisas pelas quais você pode ter passado ou pode estar passando atualmente.



Algumas situações na vida de Sérgio dificultam equilibrar escola e trabalho, e as pessoas ao seu redor percebem o quanto ele está cansado. Sérgio descobre que algo está acontecendo com ele que é contra a lei e depois se torna testemunha em um possível processo criminal.

Algumas das experiências de Sérgio podem não parecer e soar como as suas, mas podem ajudar você a entender o que está acontecendo com você, sua família, seus amigos e sua situação.



Este livro inclui informações sobre:

- O que pode acontecer no seu caso
- Pessoas que você poderá ver ou com quem poderá conversar
- Diferentes maneiras de lidar com seus sentimentos



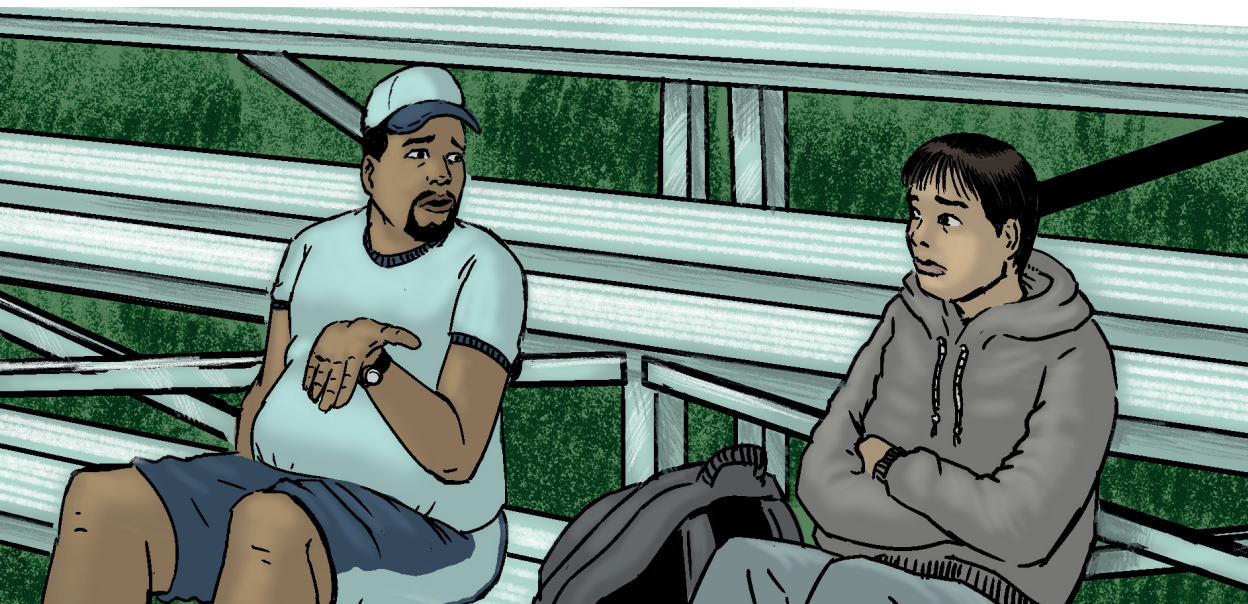
Você pode ficar com este livro. Leia-o, escreva nele, faça perguntas, o que seja. Esperamos que ajude. E se você ler alguma palavra ou nome de pessoa que não entenda, poderá encontrar seus significados no livreto *O que está acontecendo?*.



A história de Sérgio se baseia na vida de pessoas reais. Você vai conhecer algumas delas no final do livro. A leitura da história de Sérgio pode despertar alguns sentimentos ou lembranças, o que é perfeitamente compreensível.



Pode ser útil ler este livro com alguém que esteja trabalhando com você, como um representante ou assistente social de caso, ou outro adulto em quem você confie.



Lembre-se de que há muitas pessoas que podem fornecer ajuda e apoio. Você não está sozinho.

A história de **SÉRGIO**

SUMÁRIO

PARTE 1

SÉRGIO FALA COM SEU TREINADOR

5

PARTE 2

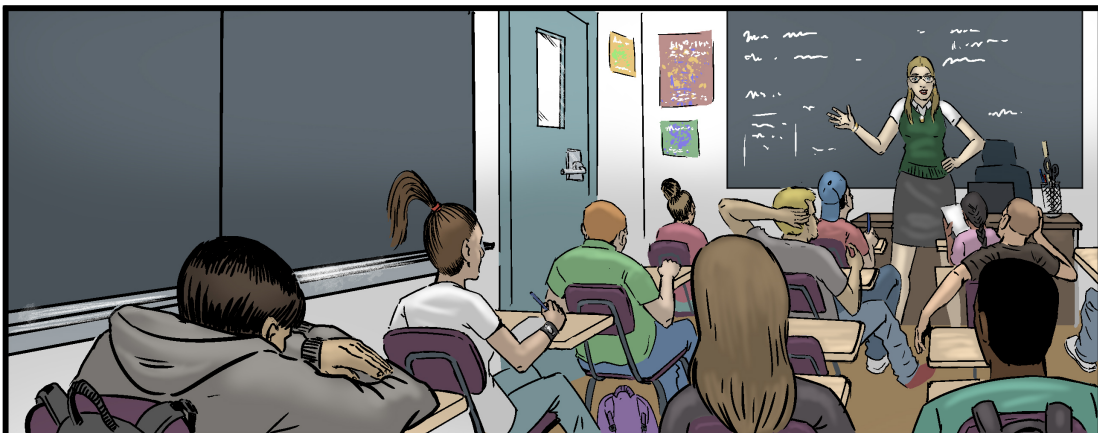
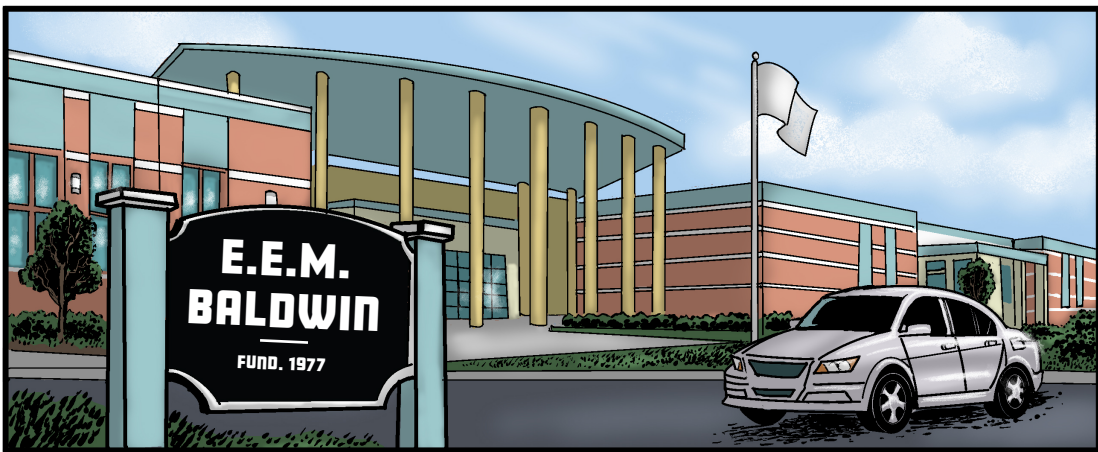
SÉRGIO SE ENCONTRA COM SEU REPRESENTANTE DE VÍTIMAS

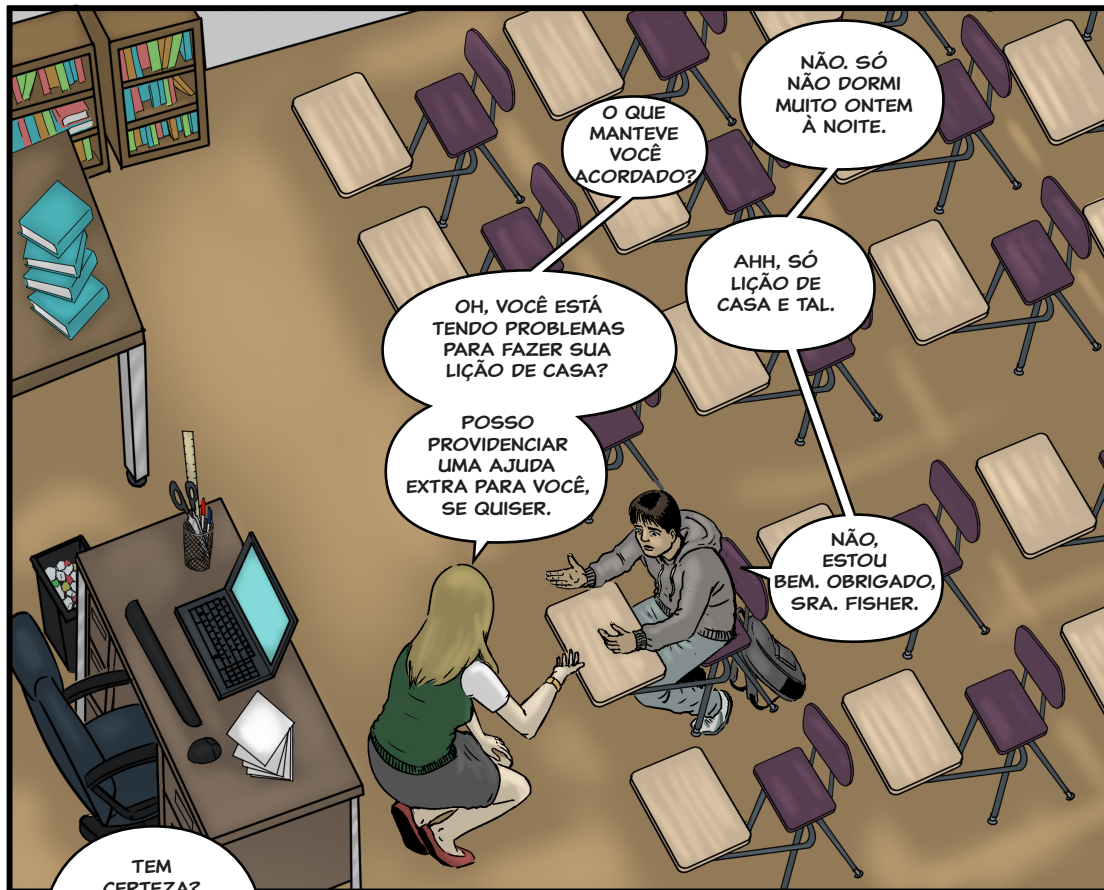
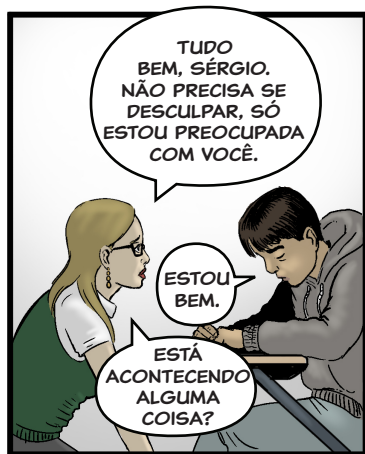
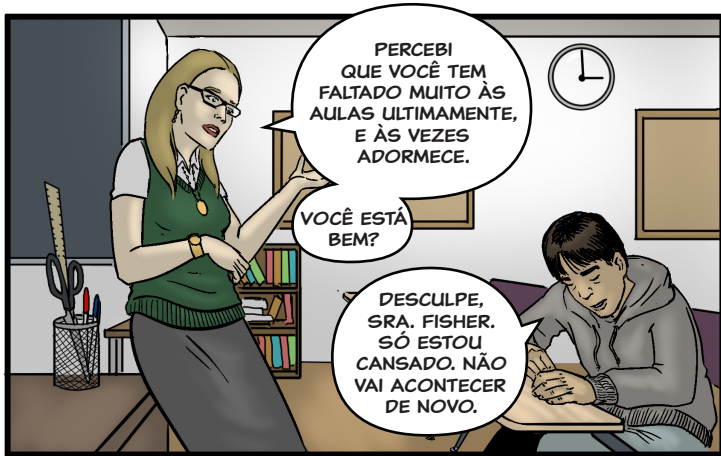
18

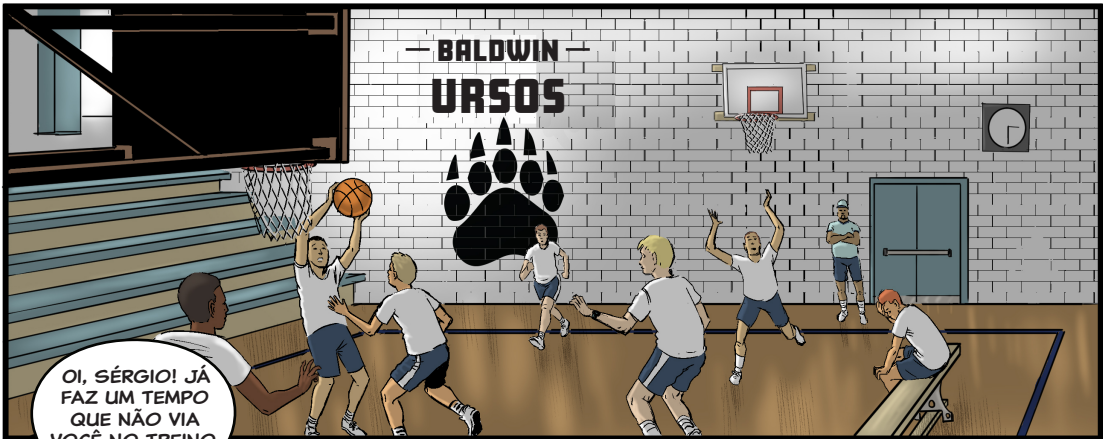
PARTE 1

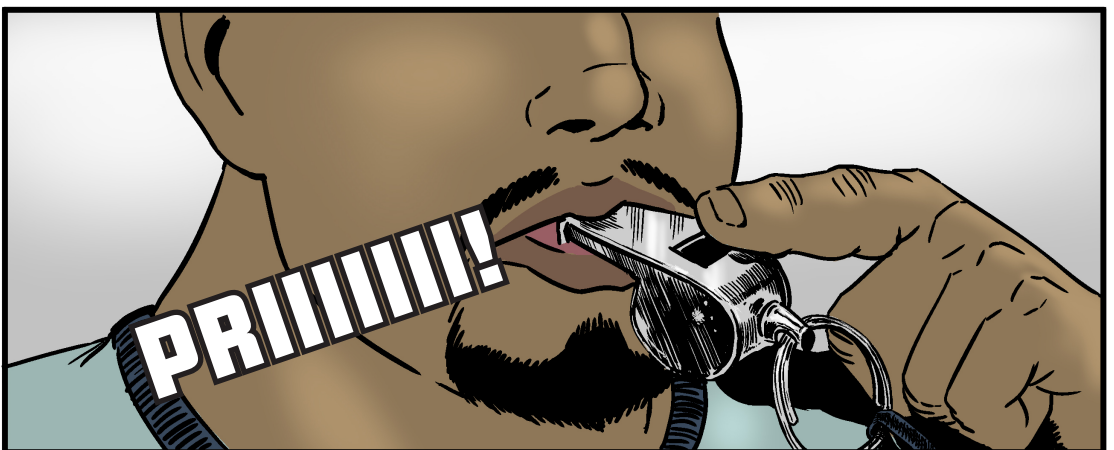
SÉRGIO FALA
COM SEU
TREINADOR

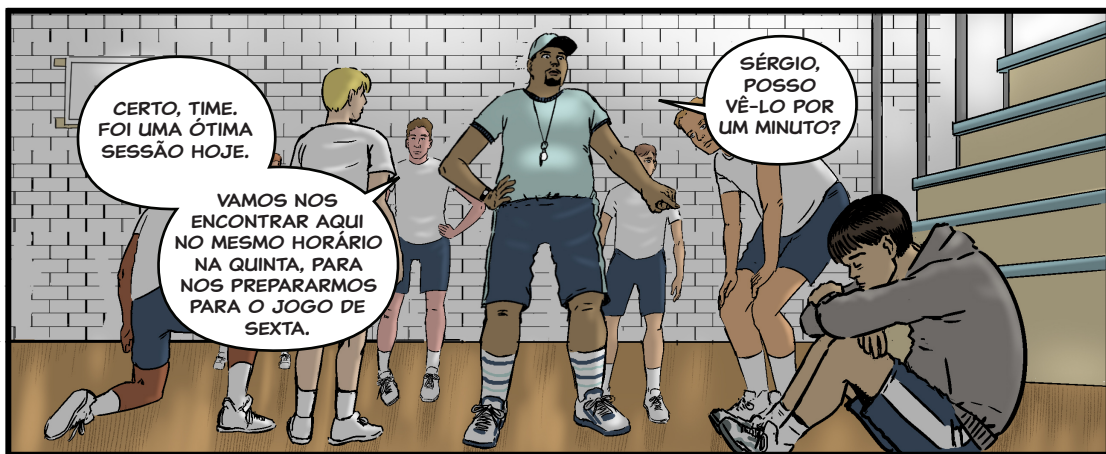












CERTO, TIME. FOI UMA ÓTIMA SESSÃO HOJE.

VAMOS NOS ENCONTRAR AQUI NO MESMO HORÁRIO NA QUINTA, PARA NOS PREPARARMOS PARA O JOGO DE SEXTA.

SÉRGIO, POSSO VÊ-LO POR UM MINUTO?



SIM, O QUE FOI, TREINADOR?

EU SÓ QUERIA VER COMO VOCÊ ESTÁ. ESTÁ TUDO BEM?

VOCÊ FALTOU A MUITOS TREINOS E JOGOS ULTIMAMENTE, E NÃO ESTAVA JOGANDO COMO SABE HOJE.



SIM, ESTOU BEM, SÓ CANSADO. TENHO ANDADO OCUPADO COM O TRABALHO E TAL.

VOCÊ AINDA ESTÁ TRABALHANDO NO RESTAURANTE, COM SEUS TIOS?

SIM, TEM ESTADO MUITO MOVIMENTADO ULTIMAMENTE.

QUANTOS DIAS VOCÊ TRABALHA LÁ?



PRATICAMENTE TODOS OS DIAS.

OH, E QUANTO TEMPO VOCÊ PRECISA TRABALHAR POR DIA?

DEPENDE. ÀS VEZES É O DIA INTEIRO. OUTROS DIAS É SÓ DE MANHÃ OU À NOITE.



AHH, PARECE INTENSO.

VOCÊ TEM ALGUM TEMPO DE FOLGA PARA FAZER SUAS PRÓPRIAS COISAS?

MAIS OU MENOS, MAS TAMBÉM AJUDO MEUS TIOS COM AS COISAS EM CASA...

...COMO CUIDAR DOS MEUS PRIMOS.

BEM, ELES NÃO SÃO REALMENTE MEUS PRIMOS, MAS VOCÊ SABE.

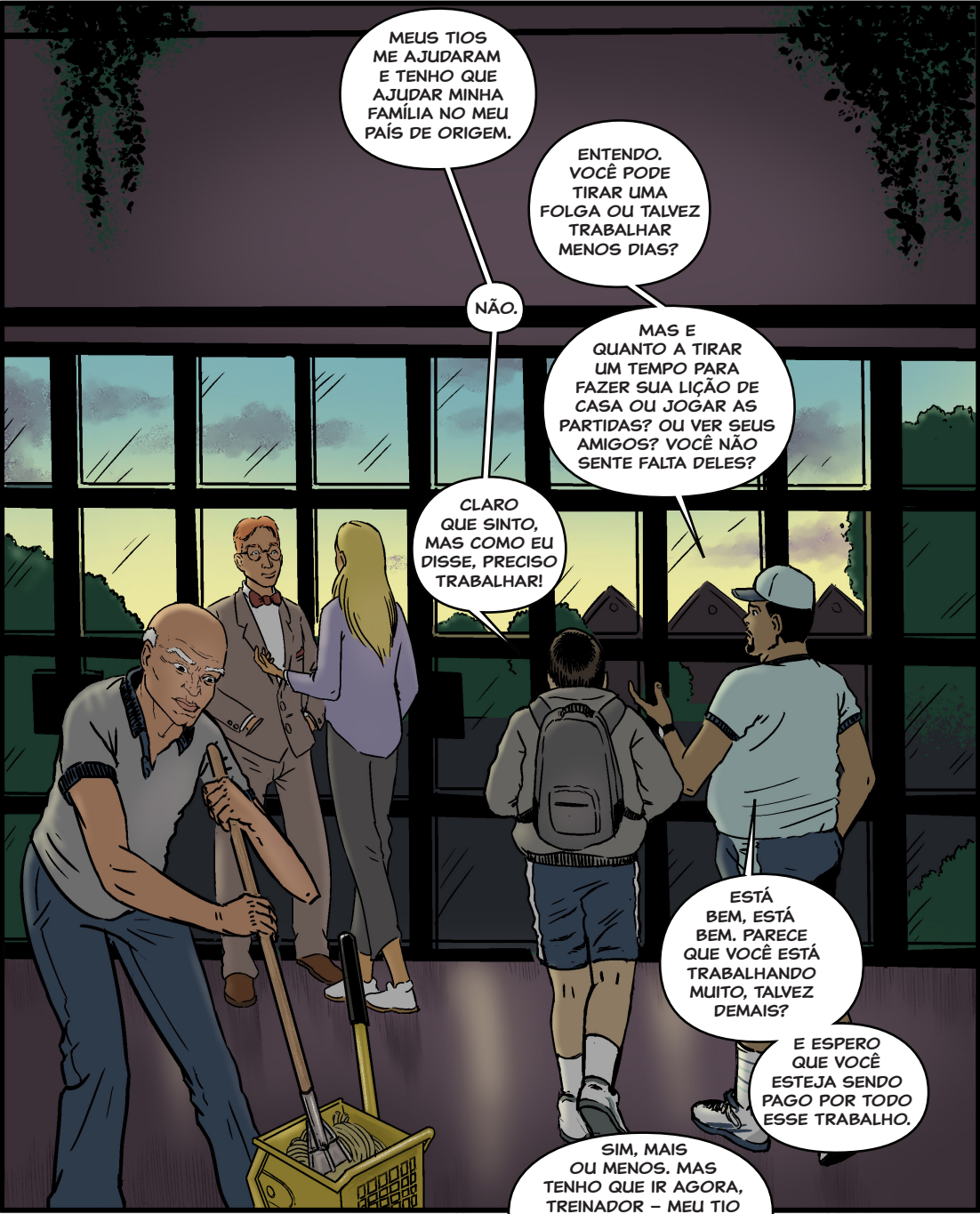


DEVE SER DIFÍCIL, TRABALHAR O TEMPO TODO E TENTAR EQUILIBRAR ESCOLA E TREINOS.

...ACHO QUE SIM.

NÃO É À TOA QUE VOCÊ ESTÁ TÃO CANSADO!

É, MAS PRECISO TRABALHAR.



MEUS TIOS
ME AJUDARAM
E TENHO QUE
AJUDAR MINHA
FAMÍLIA NO MEU
PAÍS DE ORIGEM.

ENTENDO,
VOCÊ PODE
TIRAR UMA
FOLGA OU TALVEZ
TRABALHAR
MENOS DIAS?

NÃO.

MAS E
QUANTO A TIRAR
UM TEMPO PARA
FAZER SUA LIÇÃO DE
CASA OU JOGAR AS
PARTIDAS? OU VER SEUS
AMIGOS? VOCÊ NÃO
SENTE FALTA DELES?

CLARO
QUE SINTO,
MAS COMO EU
DISSE, PRECISO
TRABALHAR!

ESTÁ
BEM, ESTÁ
BEM. PARECE
QUE VOCÊ ESTÁ
TRABALHANDO
MUITO, TALVEZ
DEMAIS?

E ESPERO
QUE VOCÊ
ESTEJA SENDO
PAGO POR TODO
ESSE TRABALHO.

SIM, MAIS
OU MENOS. MAS
TENHO QUE IR AGORA,
TREINADOR - MEU TIO
VAI FICAR BRABO SE EU
ME ATRASAR PARA O
TRABALHO.

VEJO
VOCÊ NO
TREINO NA
QUINTA, TCHAU!

**E.E.M.
BALDWIN**
FUNDO. 1977

SEXTA-FEIRA.

AHH, TODO MUNDO VAI ME PERGUNTAR ONDE EU ESTIVE, E O TREINADOR VAI ME QUESTIONAR DE NOVO POR FALTAR AO TREINO DE ONTEM.

ESTOU TÃO CANSADO DE TRABALHAR O TEMPO TODO E FINGIR QUE ESTÁ TUDO BEM QUANDO ESTOU NA ESCOLA.

SERÁ QUE DEVO CONTAR A ALGUÉM O QUE ESTÁ ACONTECENDO? MAS ISSO PODE PIORAR AS COISAS, E NÃO QUERO ME ENCRENCAR MAIS COM MEUS TIOS.

EU QUERIA PODER FALAR COM MINHA FAMÍLIA. SE EU SOUBESSE QUE AS COISAS SERIAM ASSIM, EU-

SÉRGIO, EI! ESPERE!

OPA, OI, TREINADOR...

QUE BOM QUE ENCONTREI VOCÊ. VOCÊ TEM UNS MINUTOS PARA CONVERSAR ANTES DA AULA?

AHHN, TUDO BEM.

SENTIMOS SUA FALTA DE NOVO NO TREINO ONTEM, E NÃO VI VOCÊ NA ESCOLA NOS ÚLTIMOS DIAS...

...ESTÁ TUDO BEM?

SIM, SÓ ESTAVA TRABALHANDO. DESCULPE POR FALTAR AO TREINO DE NOVO.

TUDO BEM, IMAGINEI QUE VOCÊ ESTIVESSE TRABALHANDO. A SRA. FISHER TAMBÉM PERGUNTOU SOBRE VOCÊ. SÓ ESTAMOS PREOCUPADOS.

TENTAMOS LIGAR PARA SEUS TIOS TAMBÉM, MAS NÃO CONSEGUIMOS FALAR COM ELES.

AH, ELES PROVAVELMENTE TAMBÉM ESTAVAM OCUPADOS COM O TRABALHO.

CERTO. BEM, SOBRE O SEU TRABALHO, NÃO CONSEGUIMOS TERMINAR NOSSA ÚLTIMA CONVERSA.

VOCÊ SE IMPORTA SE EU FIZER MAIS ALGUMAS PERGUNTAS?

...TUDO BEM, EU ACHO.



VOCÊ MENCIONOU QUE É "MAIS OU MENOS" PAGO POR TODO O TRABALHO QUE FAZ...

O QUE VOCÊ QUIS DIZER COM ISSO?

BEM, EU SOU PAGO, MAS O DINHEIRO VOLTA PARA MEUS TIOS PORQUE EU DEVO A ELES...

...MEU PAGAMENTO É DESCONTADO DO VALOR TOTAL QUE DEVO A ELES. EU ACHO.



ENTÃO VOCÊ DEVE AOS SEUS TIOS? PELO QUÊ?

BEM, ELES ME AJUDARAM A VIR PARA CÂ E ME DEIXARAM FICAR COM ELES E SUA FAMÍLIA...

...E COMER SUA COMIDA. ENTÃO EU DEVO A ELES POR TUDO ISSO.



OK, MAS ISSO SIGNIFICA QUE VOCÊ NÃO PODE PARAR DE TRABALHAR, SENÃO NÃO RECEBERÁ NENHUM DINHEIRO ATÉ TERMINAR DE PAGAR O QUE DEVE?

E QUANTO TEMPO ISSO VAI LEVAR?

SIM, MAIS OU MENOS.

NÃO SEI.



ISSO NÃO PARECE CERTO, SÉRGIO. VOCÊ DEVERIA PODER FICAR COM O DINHEIRO QUE GANHA. VOCÊ SABE QUE EXISTEM LEIS TRABALHISTAS NESTE PAÍS, CERTO?

O QUE SIGNIFICA QUE VOCÊ NÃO PODE SER FORÇADO A TRABALHAR OU FAZER COISAS QUE NÃO QUER, OU QUE NÃO PARECEM SEGURAS.

SIM, EU SEI, MAS...

E O QUE SUA FAMÍLIA LÁ NO SEU PAÍS DE ORIGEM PENSA?



NÃO SEI, FAZ TEMPO QUE NÃO FALO COM ELES.

SEUS TIOS ALGUMA VEZ DISSERAM QUE FARIAM COISAS COM SUA FAMÍLIA CASO VOCÊ NÃO TRABALHASSE?

OU ELES MACHUCAM VOCÊ?



SÉRGIO, É POR ISSO QUE VOCÊ ESTÁ USANDO ESSE MOLETOM, MESMO QUE ESTEJA UNS 35 GRAUS?

POR QUE VOCÊ ESTÁ ME FAZENDO TODAS ESSAS PERGUNTAS, CARA?

NÃO QUERO FALAR SOBRE ISSO!



O TREINADOR ESTÁ ME FAZENDO MUITAS PERGUNTAS. SE EU CONTAR A ELE O QUE ESTÁ ACONTECENDO, POSSO ME ENCRENCAR, OU SE ALGO ACONTECER COM MINHA FAMÍLIA?

OU SE MEUS PRIMOS FOREM LEVADOS EMBORA? OUVI QUE ESSAS COISAS ACONTECEM...

...E ENTÃO SERIA TUDO MINHA CULPA. MAS MEUS TIOS SÃO BONS COM ELES, É SÓ EU QUE ELES TRATAM DIFERENTE. ESTOU CANSADO DISSO. ENTÃO, TALVEZ EU DEVA DIZER AO TREINADOR? MAS O QUE ELE PODE FAZER?



ESTOU TÃO CONFUSO! E ME SINTO MUITO ESTRESSADO.



TALVEZ EU DEVA TENTAR AQUELA ATIVIDADE QUE O TREINADOR NOS MOSTROU NO TREINO OUTRO DIA, PARA AJUDAR A LIMPAR MINHA MENTE?

PROVAVELMENTE NÃO VAI FUNCIONAR, MAS ACHO QUE POSSO TENTAR...

Relaxe

MEDITAÇÃO DE ATENÇÃO PLENA

Há momentos na história de Sérgio – e talvez em sua vida também – em que emoções fortes tornam difícil pensar com clareza. Ficar calmo pode ajudar muito quando você está tentando descobrir o que fazer.

Se você estiver se sentindo ansioso ou chateado, tente este exercício de visualização para ajudá-lo a se acalmar e focar seus pensamentos. Ele pode ser feito em qualquer lugar.

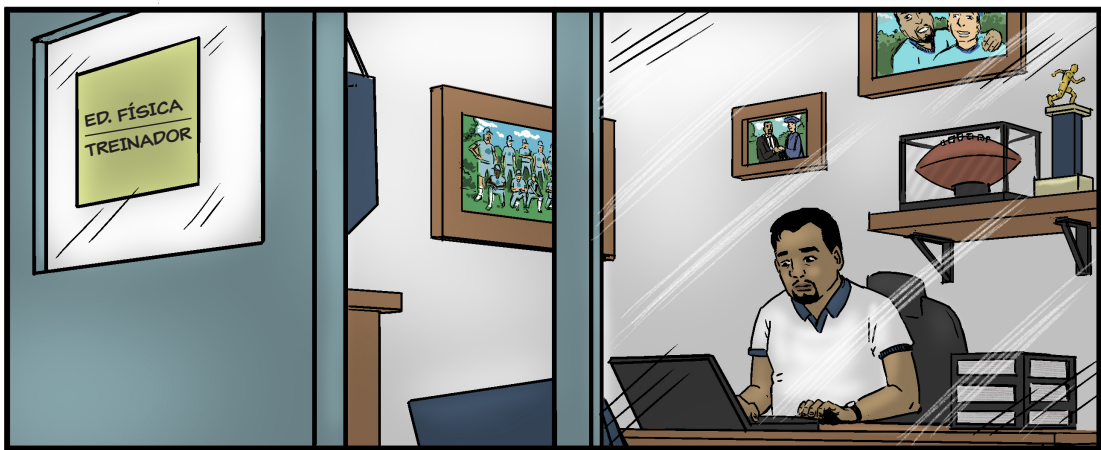


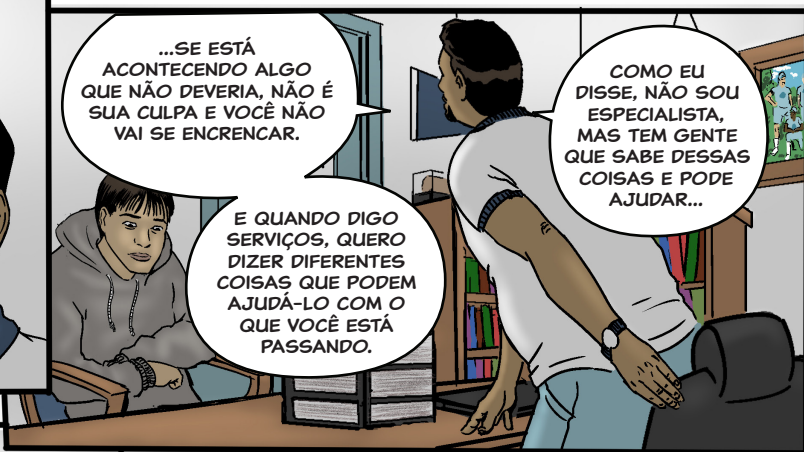
Comece fechando os olhos e ficando em uma posição confortável. Imagine um grande e lindo céu azul. Pode ser qualquer tipo de céu azul de que você goste que faça você se sentir em paz.

Agora imagine grandes nuvens cobrindo o céu azul. O céu é você, e as nuvens são seus pensamentos e preocupações.

Então imagine uma brisa suave soprando em sua mente. A brisa faz as nuvens lentamente começarem a se desfazer e se afastar.

As nuvens desaparecem e tudo que você pode ver é seu céu azul pacífico.





PARTE 2

SÉRGIO SE
ENCONTRA COM
SEU REPRESENTANTE
DE VÍTIMAS



MUITOS MESES DEPOIS...



ENTÃO, COMO VOCÊ TEM PASSADO, SÉRGIO? VOCÊ PARECE BEM.

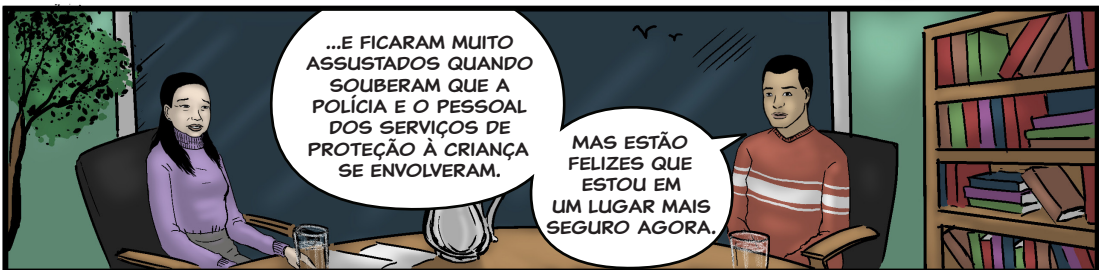
ESTOU BEM. FINALMENTE CONSEGUI FALAR COM MINHA FAMÍLIA, O QUE FOI LEGAL.



OH, QUE ÓTIMO! SEI QUE SEU ASSISTENTE SOCIAL DE CASO ESTAVA TENTANDO AJUDÁ-LO A ENTRAR EM CONTATO COM ELES HÁ UM TEMPO.

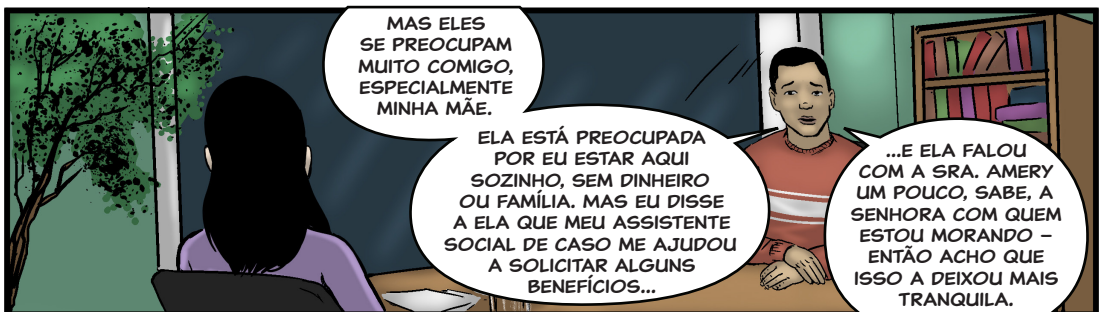
COMO ELES ESTÃO?

ESTÃO BEM. ESTÃO MUITO TRISTES E ZANGADOS COM O QUE ACONTECEU COMIGO...



...E FICARAM MUITO ASSUSTADOS QUANDO SOUBERAM QUE A POLÍCIA E O PESSOAL DOS SERVIÇOS DE PROTEÇÃO À CRIANÇA SE ENVOLVERAM.

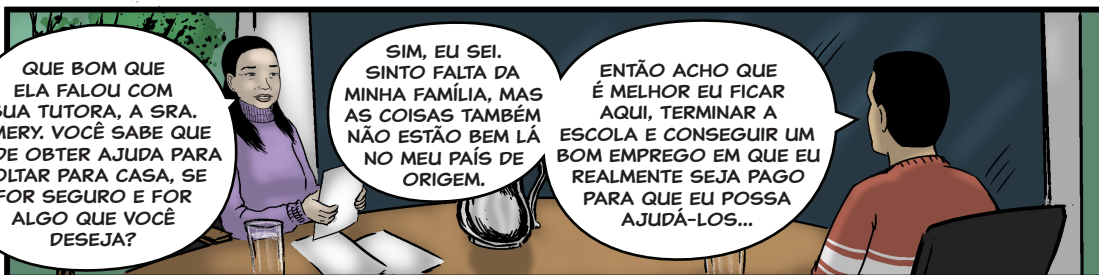
MAS ESTÃO FELIZES QUE ESTOU EM UM LUGAR MAIS SEGURO AGORA.



MAS ELES SE PREOCUPAM MUITO COMIGO, ESPECIALMENTE MINHA MÃE.

ELA ESTÁ PREOCUPADA POR EU ESTAR AQUI SOZINHO, SEM DINHEIRO OU FAMÍLIA. MAS EU DISSE A ELA QUE MEU ASSISTENTE SOCIAL DE CASO ME AJUDOU A SOLICITAR ALGUNS BENEFÍCIOS...

...E ELA FALOU COM A SRA. AMERY UM POUCO, SABE, A SENHORA COM QUEM ESTOU MORANDO - ENTÃO ACHO QUE ISSO A DEIXOU MAIS TRANQUILA.



QUE BOM QUE ELA FALOU COM SUA TUTORA, A SRA. AMERY. VOCÊ SABE QUE PODE OBTER AJUDA PARA VOLTAR PARA CASA, SE FOR SEGURO E FOR ALGO QUE VOCÊ DESEJA?

SIM, EU SEI. SINTO FALTA DA MINHA FAMÍLIA, MAS AS COISAS TAMBÉM NÃO ESTÃO BEM LÁ NO MEU PAÍS DE ORIGEM.

ENTÃO ACHO QUE É MELHOR EU FICAR AQUI, TERMINAR A ESCOLA E CONSEGUIR UM BOM EMPREGO EM QUE EU REALMENTE SEJA PAGO PARA QUE EU POSSA AJUDÁ-LOS...



...COMO SEMPRE PLANEJEI, ANTES DE TUDO ACONTECER.

CLARO, ISSO FAZ SENTIDO.

E SEU ADVOGADO, AQUELE QUE TRABALHA EM CASOS DE IMIGRAÇÃO, JÁ CONVERSOU COM VOCÊ SOBRE AS OPÇÕES DE VISTO E JÁ APRESENTOU UM PEDIDO?



SIM, ELE FALOU SOBRE O VISTO T E OUTRO CHAMADO SIJA. OU SIJI?

AH, SIJS! STATUS DE JOVEM IMIGRANTE ESPECIAL.

ESSE MESMO! FICO CONFUSO COM TODOS OS NOMES E COISAS JURÍDICAS.

MAS ACHO QUE ACABAMOS ESCOLHENDO O VISTO T, MAS ELE DISSE QUE PODE LEVAR MUITO TEMPO PARA SER PROCESSADO.

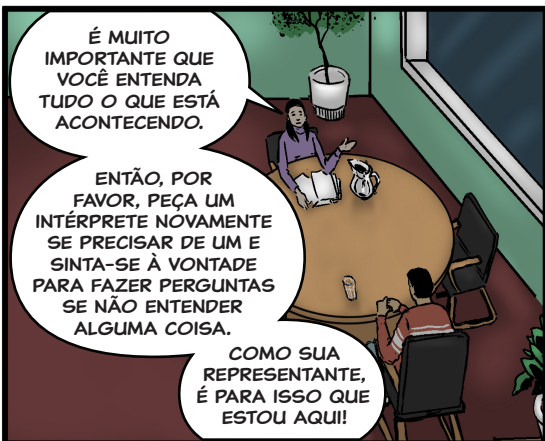


TUDO BEM, PODE SER MUITO CONFUSO E INFELIZMENTE TODOS ESSES PROCESSOS PODEM DEMORAR. E ÀS VEZES TAMBÉM PODE HAVER ATRASOS.

SEI QUE DEMOROU UM POUCO PARA SE REUNIR COM O MINISTÉRIO PÚBLICO E ALGUMAS DAS REUNIÕES FORAM UM POUCO LONGAS E CONFUSAS.

SIM, QUE BOM QUE VOCÊ PEDIU UM INTÉRPRETE PARA MIM...

...EU NÃO ACHAVA QUE PRECISAVA DE UM, MAS NA VERDADE É MUITO ÚTIL POR CAUSA DAS COISAS JURÍDICAS.



É MUITO IMPORTANTE QUE VOCÊ ENTENDA TUDO O QUE ESTÁ ACONTECENDO.

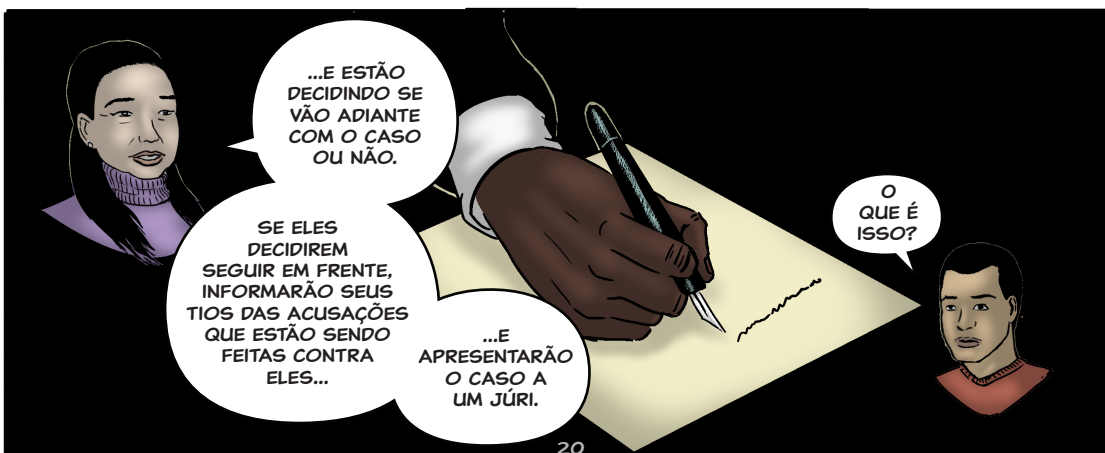
ENTÃO, POR FAVOR, PEÇA UM INTÉRPRETE NOVAMENTE SE PRECISAR DE UM E SINTA-SE À VONTADE PARA FAZER PERGUNTAS SE NÃO ENTENDER ALGUMA COISA.

COMO SUA REPRESENTANTE, É PARA ISSO QUE ESTOU AQUI!



BEM, OS PROMOTORES AINDA ESTÃO ANALISANDO TODAS AS INFORMAÇÕES QUE COLETARAM...

ENTÃO, O QUE ACONTECE AGORA COM O MEU CASO?

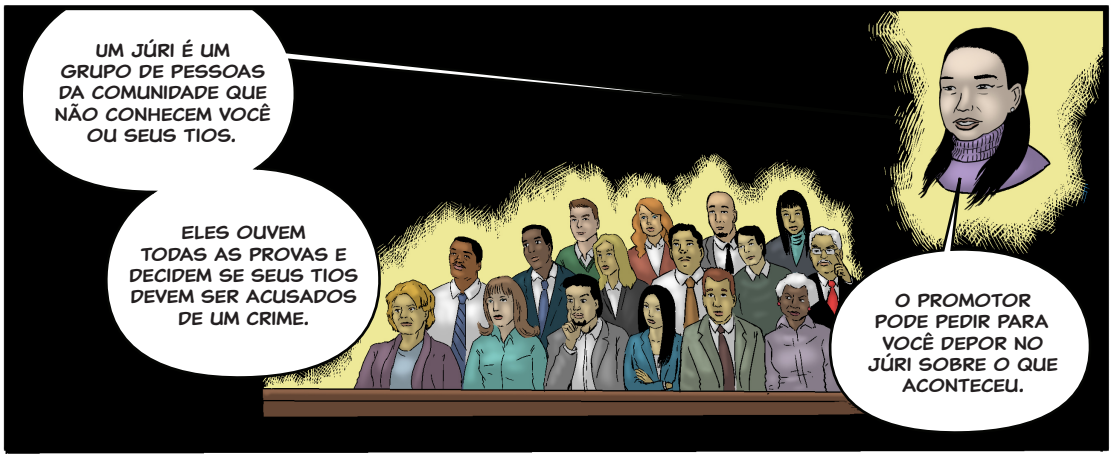


...E ESTÃO DECIDINDO SE VÃO ADIANTE COM O CASO OU NÃO.

SE ELES DECIDIREM SEGUIR EM FRENTE, INFORMARÃO SEUS TIOS DAS ACUSAÇÕES QUE ESTÃO SENDO FEITAS CONTRA ELES...

...E APRESENTARÃO O CASO A UM JÚRI.

O QUE É ISSO?



UM JÚRI É UM GRUPO DE PESSOAS DA COMUNIDADE QUE NÃO CONHECEM VOCÊ OU SEUS TIOS.

ELES OUVEM TODAS AS PROVAS E DECIDEM SE SEUS TIOS DEVEM SER ACUSADOS DE UM CRIME.

O PROMOTOR PODE PEDIR PARA VOCÊ DEPOR NO JÚRI SOBRE O QUE ACONTECEU.



DESCULPE, SEI QUE FOI MUITA INFORMAÇÃO DE UMA SÓ VEZ.

À MEDIDA QUE CHEGARMOS A CADA ESTÁGIO, EXPLICAREI ESSAS COISAS COM MAIS DETALHES.

E QUERO QUE VOCÊ SE LEMBRE QUE MESMO QUE OS PROMOTORES NÃO AVANÇEM COM O CASO, ISSO NÃO SIGNIFICA QUE ELES NÃO ACREDITAM EM VOCÊ OU NÃO SE IMPORTAM COM O QUE ACONTECEU COM VOCÊ.



...SIGNIFICA APENAS QUE ELES NÃO TÊM INFORMAÇÕES SUFICIENTES PARA IR ADIANTE.

OS CASOS DE TRÁFICO DE TRABALHO PODEM SER MUITO COMPLICADOS E DIFÍCEIS DE INSTAURAR.

OK.



VOCÊ ESTÁ BEM, SÉRGIO? SEI QUE FOI MUITA INFORMAÇÃO. COMO VOCÊ ESTÁ SE SENTINDO?

NÃO SEI. CONFUSO.

CLARO, É COMPRENSÍVEL.



AINDA ESTOU TENTANDO ENTENDER O QUE ACONTECEU E TODA ESSA COISA DE "TRÁFICO DE TRABALHO".

EU NUNCA TINHA OUVIDO FALAR DISSO ANTES, E TUDO ESTÁ COMPLETAMENTE DIFERENTE AGORA.



E ME SINTO MAL POR MEUS TIOS. ELES MEIO QUE ME AJUDARAM NO COMEÇO, MAS DEPOIS AS COISAS NÃO ESTAVAM BEM E FICARAM FORA DE CONTROLE...

É COMPLETAMENTE COMPREENSÍVEL TER TODOS ESSES SENTIMENTOS FORTES E CONFUSOS - VOCÊ PASSOU POR MUITA COISA...

FICO FELIZ QUE PELO MENOS MEUS PRIMOS ESTEJAM BEM.



...MAS LEMBRE-SE DE QUE NADA DISSO É CULPA SUA E VOCÊ NÃO É RESPONSÁVEL PELO QUE SEUS TIOS FIZERAM.

VOCÊ CONSEGUIU VER AQUELA TERAPEUTA QUE EU LHE INDIQUEI?

SÓ A VI UMA VEZ, E ELA ERA LEGAL...



...MAS É ESTRANHO E DIFÍCIL FALAR COM ALGUÉM SOBRE MEUS SENTIMENTOS, ESPECIALMENTE ALGUÉM QUE EU NEM CONHEÇO.

NÃO É PARA MIM.

ENTENDO. LEVA TEMPO PARA CONFIAR EM UMA NOVA PESSOA E SE SENTIR À VONTADE PARA FALAR SOBRE COISAS ASSIM.



Dando uma RESPIRADA

Pode parecer óbvio, mas respirar fundo pode ajudá-lo a se preparar para algo estressante e a se sentir mais calmo quando estiver sobrecarregado.

Respirar fundo ajuda a diminuir a frequência cardíaca, o que informa ao seu corpo que você está bem. E você pode fazer este exercício a qualquer hora, em qualquer lugar.



Lentamente, inspire fundo, contando 1-2-3 enquanto enche a barriga de ar. Em seguida, prenda a respiração enquanto conta 1-2.

Depois, conte 1-2-3-4-5 enquanto expira lentamente e solta todo o ar, sentindo a barriga esvaziar.

Repita três vezes.



Se ajudar, você pode fechar os olhos enquanto respira ou colocar a mão na barriga para sentir a respiração entrar e sair. Você também pode dizer uma palavra ou frase relaxante enquanto expira.

O QUE ESTÁ ACONTECENDO?

Muitos jovens têm empregos de meio período. Isso é legal nos Estados Unidos. Mas você tem direitos e há muitas leis para ajudar a protegê-lo e mantê-lo seguro enquanto trabalha. Por exemplo, existem leis que especificam o número de horas que você pode trabalhar, o valor que deve receber e seu direito de parar de trabalhar quando quiser. Todas as pessoas que trabalham nos Estados Unidos, não importa a idade ou se vêm de outro país, são protegidas por essas leis. E há leis trabalhistas especiais para jovens com menos de 18 anos.

Se uma pessoa o forçar a trabalhar, reter seu pagamento ou ameaçar fazer mal a você ou a sua família se você não trabalhar, isso é ilegal e pode ser 'tráfico de trabalho'. Muitas crianças e jovens nos Estados Unidos são vítimas de tráfico de trabalho em diferentes locais de trabalho, como trabalhando como faxineira ou empregada doméstica, cuidando de crianças pequenas, vendendo mercadorias ou trabalhando em uma fazenda ou canteiro de obras.

Na história de Sérgio, ele trabalhava em um restaurante e sentia que não podia parar de trabalhar porque devia dinheiro aos tios. Tudo o que ele ganhava era tomado por seus tios para pagar sua dívida, e Sérgio não sabia por quanto tempo teria que continuar trabalhando. Essa situação às vezes é chamada de ‘servidão por dívida’ ou ‘peonagem’ e indica possível tráfico de trabalho.

Embora não tenha sido uma decisão fácil, Sérgio procurou um adulto de confiança, seu treinador, que o ajudou a se conectar a diferentes serviços. Esses serviços deram a Sérgio a oportunidade de encontrar um lugar mais seguro para morar, solicitar assistência financeira do governo (que é um tipo de ‘benefício’), solicitar um visto especial, conectar-se com sua família e consultar uma terapeuta. Sérgio também foi testemunha em um possível processo criminal contra sua tia e seu tio, e foi conectado a um representante de vítimas do ministério público, que o ajudou a navegar pelo sistema jurídico criminal.

Se algo parecido com o que houve com Sérgio estiver acontecendo com você, lembre-se de que você não está sozinho, não fez nada de errado e há ajuda disponível. Algumas das ajudas que Sérgio recebeu podem não se aplicar à sua situação, pois cada comunidade tem serviços diferentes e as necessidades de cada jovem são diferentes. Além disso, os casos de tráfico de trabalho são tratados de forma diferente em cada parte do país, e nem todos acabam indo para o tribunal criminal. Mas o mais importante é obter assistência jurídica e serviços de gestão de casos e representação – eles podem ajudá-lo a descobrir o que é melhor para você e sua situação.

Para obter mais informações sobre tráfico, consulte o livreto *O que está acontecendo?*. Para obter mais informações sobre o sistema de assistência social infantil, confira [estes materiais](#). E, para obter mais informações sobre o sistema jurídico criminal, confira [estes materiais](#).

NOTAS DE APOIO

Você acabou de ler sobre a experiência de Sérgio com o tráfico de trabalho e as etapas iniciais de um processo criminal. Há sentimentos difíceis que surgem ao compartilhar suas experiências, ir ao tribunal e tentar seguir em frente com sua vida.

Agradecemos o tempo e a energia que você dedicou à leitura deste livro e esperamos que tenha sido de alguma ajuda para você. Como nota final, conversamos com algumas pessoas que passaram por experiências semelhantes e é isso que elas queriam compartilhar com você:



Advogue por si mesmo, porque sua voz é poderosa. Se em algum momento você se sentir desconfortável, expresse esse desconforto. Não guarde para si por sentir que esses funcionários estão lhe dizendo o que você precisa fazer.

Eu me senti desconfortável muitas vezes, mas nunca disse nada porque pensei “Essa pessoa trabalha para o governo e o governo está certo” em vez de dizer “*Posso fazer uma pausa?*” ou “*Isso está me deixando triste*” ou “*Estou com medo*”. Advogue por si mesmo e faça qualquer pergunta que tiver.



- **Melanie T.**, *especialista com experiência vivida*



Este pode ser o pior pesadelo que você está vivendo. Ninguém vai sentir o mesmo medo e dor que você está sentindo, mas, confie em mim, esse pesadelo vai acabar. E você não precisa mudar. Você é digno apenas por estar aqui. Você é mais do que digno; obrigado por ser quem você é. E se o mundo parece que não o entende, eu o vejo, eu o ouço e estou aqui para apoiar você. E sei que é extremamente difícil expressar essa dor e que adultos usaram essa dor para lhe causar mais dor. Sei como é difícil se abrir. Vá devagar e respire. Parece um pesadelo, mas você não está sozinho. Isso chegará ao fim porque você merece ser amado, respeitado, cuidado e feliz. Lembre-se sempre de que você é poderoso – você tem o poder.



- **Cristian E.**, *sobrevivente e representante*

LISTA DE VERIFICAÇÃO de autocuidado

Como Sérgio fez ao longo de sua história, pode ser bom “checar” a si mesmo e avaliar mentalmente como você está se sentindo. Quando você estiver chateado ou sobrecarregado, fazer uma ou mais destas atividades pode ajudá-lo a se sentir melhor.

- Ler, assistir ou ouvir algo de que você goste
- Pensar em uma lembrança feliz ou em um lugar tranquilo
- Conversar com amigos pessoalmente ou on-line
- Contar de 20 até 0
- Fazer algum exercício ou praticar um esporte
- Fazer algo artístico e artesanal ou cozinhar algo
- Tomar algo (água, chá ou chocolate quente)
- Dizer coisas gentis e apoiadoras para si mesmo
- Passar tempo ao ar livre ou na natureza
- Permitir-se chorar, gritar ou falar sobre sua frustração
- Manter um pequeno item no bolso (como uma pedra) e passar os dedos sobre ele
- Anotar seus pensamentos ou sentimentos

Há outras atividades que fazem você se sentir bem?
Há alguém a quem você possa perguntar sobre outros tipos de habilidades saudáveis de enfrentamento?

O Projeto de Materiais para Crianças Testemunhas do Center for Court Innovation é um trabalho colaborativo entre o Center for Court Innovation, o Center for Urban Pedagogy e a Alternate History Comics. O projeto conta com o apoio do acordo cooperativo nº 2018-V3-GX-K069, concedido pelo Departamento de Justiça dos EUA, Departamento de Programas de Justiça, Departamento de Vítimas de Crimes. As opiniões, descobertas e conclusões ou recomendações expressas neste documento são de responsabilidade dos colaboradores e não representam necessariamente a posição oficial ou as políticas do Departamento de Justiça dos EUA.

O Center for Court Innovation trabalha para criar um sistema de justiça mais eficaz e humano, realizando pesquisas originais e ajudando a lançar reformas em todo o mundo.

www.courtinnovation.org

O Center for Urban Pedagogy é uma organização sem fins lucrativos que usa o poder do design e da arte para aumentar o engajamento cívico significativo, em parceria com comunidades historicamente marginalizadas.

www.welcometoCUP.org

A Alternate History Comics é uma editora premiada que cria romances gráficos originais e coleções de quadrinhos culturais.

<http://ahcomics.com>

Ilustração: Shane Kirshenblatt

Design: Andy Stanleigh

O Center for Court Innovation agradece aos parceiros e partes interessadas do projeto, aos profissionais do sistema de justiça e aos jovens sobreviventes de todo o país que contribuíram para o desenvolvimento deste produto.

NCJ 303957

O Departamento de Vítimas de Crimes está comprometido em aumentar a capacidade da nação de ajudar as vítimas de crimes e em fornecer liderança na mudança de atitudes, políticas e práticas para promover a justiça e cura para todas as vítimas de crimes.

www.ovc.ojp.gov

O Departamento de Programas de Justiça é um órgão federal que fornece liderança federal, subsídios, treinamento, assistência técnica e outros recursos para melhorar a capacidade da nação de prevenir e reduzir a criminalidade, ajudar as vítimas e aprimorar o estado de direito por meio do fortalecimento dos sistemas de justiça criminal e de menores. Seus seis escritórios de programas – a Secretaria de Assistência Judiciária, a Secretaria de Estatísticas de Justiça, o Instituto Nacional de Justiça, o Departamento de Vítimas de Crimes, o Departamento de Justiça e Prevenção da Delinquência Juvenil e o Departamento de Sentença, Monitoramento, Prisão, Registro e Rastreamento de Agressores Sexuais – apoiam iniciativas estaduais e locais de combate ao crime, financiam milhares de programas de atendimento a vítimas, ajudam as comunidades a gerenciar agressores sexuais, atendem às necessidades dos jovens no sistema e de crianças em perigo e fornecem pesquisas e dados vitais.



Office for Victims of Crime
OVC

