

CONVIVER É DEMOCRACIA



RESPEITO E PAZ
NAS ELEIÇÕES
2026

APRESENTAÇÃO

A democracia é construída todos os dias. Ela se fortalece quando cada pessoa exerce seus direitos com responsabilidade, respeito e compromisso com a convivência pacífica.

No período eleitoral, as diferenças de opinião se tornam mais evidentes. Divergir é natural. O que não é aceitável é a intolerância, a agressividade ou qualquer forma de desrespeito.

Esta cartilha foi elaborada para orientar a sociedade sobre a importância de preservar o diálogo e o respeito nos diversos espaços de convivência durante as Eleições de 2026.

Conviver é parte **essencial** da democracia.



SUMÁRIO

1 – O QUE É DEMOCRACIA?

2 – POR QUE A DEMOCRACIA DEPENDE DO
RESPEITO AO OUTRO?

3 – SABER A HORA DE PARAR É DEMOCRÁTICO

4 – COMO EVITAR O RESENTIMENTO E A
AGRESSIVIDADE POLÍTICA

5 – AMOR AO PRÓXIMO TAMBÉM É VALOR
DEMOCRÁTICO

6 – DEMOCRACIA E O DIREITO DE ESCOLHA

1. O QUE É DEMOCRACIA?

Democracia é o sistema em que o poder pertence ao povo. No Brasil, isso acontece principalmente por meio do voto, quando escolhemos nosso presidente, governador, prefeito...

Mais do que um sistema político, a democracia é uma forma de convivência. Ela exige respeito às diferenças em espaços compartilhados.

Em uma democracia, todas as pessoas têm igual valor. Nenhum grupo decide sozinho. Cada voto conta. Cada voz deve ser respeitada.



Democracia **não** é pensar igual.

2. POR QUE A DEMOCRACIA DEPENDE DO RESPEITO AO OUTRO?

A democracia funciona porque as pessoas são diferentes. Cada indivíduo possui sua história e sua forma de compreender o mundo.

Pensar diferente não é um problema. É parte natural da vida em sociedade.

Respeitar não significa concordar. Significa reconhecer que o outro tem o direito de pensar e escolher de maneira diversa.

Quando tentamos impor nossas ideias, o diálogo se enfraquece e as relações se desgastam.



3. SABER A HORA DE PARAR É DEMOCRÁTICO

Viver em democracia não significa transformar toda diferença em debate permanente.

Existem momentos em que insistir em determinado assunto não contribui para o diálogo e apenas gera desconforto.

Encerrar uma conversa não significa que alguém venceu ou perdeu. Significa reconhecer que a relação é mais importante do que a discussão.



Quando insistimos no confronto, o que pode se perder não é o argumento — é o vínculo.

Quando é melhor parar?

- Quando o clima fica tenso
- Quando as pessoas deixam de se escutar
- Quando surgem ironias ou ataques pessoais
- Quando o encontro tinha outro propósito



Por que mudar de assunto pode ser positivo?

- Para preservar vínculos afetivos
- Para evitar mágoas desnecessárias
- Para aproveitar o momento juntos
- Para manter o respeito mútuo

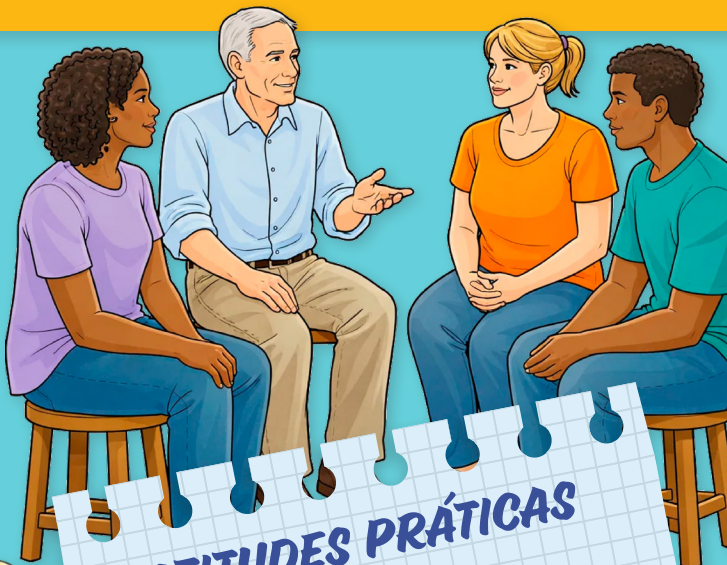
4. COMO EVITAR O RESSENTIMENTO E A AGRESSIVIDADE POLÍTICA

O ressentimento e a agressividade surgem quando as diferenças deixam de ser tratadas com respeito e passam a ser percebidas como ataques pessoais.

Em períodos de maior polarização, amizades, relações familiares e ambientes profissionais podem ser afetados.

Evitar esse desgaste não significa deixar de ter opinião. Significa aprender a lidar com as diferenças de forma equilibrada.





ATITUDES PRÁTICAS

- Nem toda conversa precisa continuar.
- Nem toda provocação precisa de resposta.
- Nem toda mensagem precisa ser enviada.
- Escutar antes de reagir, evitar rótulos e cuidar da forma como falamos são atitudes simples que fazem grande diferença.
- Preservar a convivência é sempre mais importante do que alimentar conflitos.

5. AMOR AO PRÓXIMO TAMBÉM É VALOR DEMOCRÁTICO

Amar o próximo, nesse contexto, significa agir com cuidado, educação e consideração, mesmo quando existem divergências.

Ninguém se resume a uma posição política. Cada pessoa carrega sua própria trajetória.

Pequenos gestos de respeito ajudam a construir um ambiente mais justo, tranquilo e humano.

Respeitar o outro também é fazer democracia.

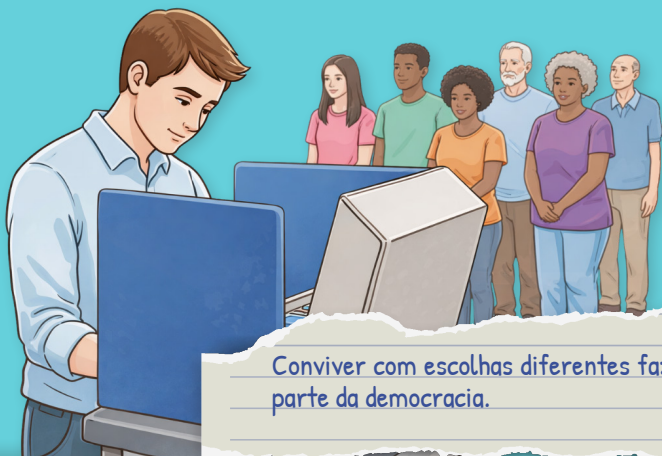


6. DEMOCRACIA E O DIREITO DE ESCOLHA

A democracia se concretiza quando cada pessoa pode manifestar seu posicionamento político de forma livre e consciente.

O voto é um direito que permite ao cidadão decidir de acordo com suas convicções e valores.

Em uma sociedade democrática:
Todas as escolhas legítimas devem ser respeitadas, ninguém pode sofrer pressão ou constrangimento por sua decisão, a liberdade de escolha depende do respeito entre as pessoas.



Conviver com escolhas diferentes faz parte da democracia.

As eleições passam.
A convivência permanece.
O voto é livre.
O respeito é dever.

CONVIVER É
DEMOCRACIA

