

Adolescência

Todos nós temos um futuro

Na adolescência temos que tomar uma decisão

Escolher um melhor caminho

Para ter uma profissão

Temos muitas dúvidas e emoções

Ódio e rancor

Seja um adolescente persistente

Acredite no amor

Na juventude temos amizades

Escolhas para fazer

E muitas responsabilidades

Que devemos compreender

**Adryan de Andrade**

Adolescência

Na adolescência tem muitas formas

De se expressar

Por isso jovens e adolescentes

Tem o direito de se motivar

Quando adolescente tem sua família ao lado

Tudo fica melhor

Pois assim motiva-o

A ter um futuro maior

Na adolescência têm muitas dúvidas

E incertezas

Mas devemos ter fé que um dia

Tudo se esclareça

Não desanime, seja paciente

Seja um adolescente persistente

Não desista dos seus sonhos

Você é inteligente!

**Alice Jardim**

A adolescência

A adolescência é uma fase da vida

Que nela as pessoas se sentem vividas

E tem mais responsabilidade

E se sentem mais à vontade

A amizade nela está

E o amor logo virá

Pense no seu futuro

Mas lembre

Tem que estar maduro

Você tem muitas escolhas

E caminhos bons e ruins

Se você prestar atenção

Você chega bem e feliz.

**Bruna Millena**

Menina Adolescente

Sou menina adolescente

E assim gosto de ser

Tenho amigos e amigas

Que gosto de conviver

Vou para escola todos os dias

Para aprender sempre mais

Sou pequena, sou menina

Sei que sou capaz.

Nesta fase que cheguei

Muitas dúvidas ainda tenho

Pergunto para minha família

Mas ainda não compreendo.

**Djuliany Corrêa**

Sentimentos da adolescência

Adolescentes têm muitos sentimentos

Felicidade, tristeza, ódio e emoções

Mas se a tristeza, chegar

Tem o amor para alegrar

E o carinho que a família nos dá

Adolescente também tem muitas dúvidas

Sobre o futuro, o que vai ser quando crescer

E alguns adolescentes fazem faculdade

Do trabalho que querem ter.

**Emanuel Nunes**

Amizade na adolescência

Eu não desanimo

Porque sei que tenho amigos

Amizade é fundamental

Seja um adolescente sensacional

O adolescente tem responsabilidades

Com a nova fase que vai chegar

Seja na escola ou no emprego

Que irá arrumar

Procure a família para te apoiar

Eles te ajudaram a escolher

O melhor caminho

Que você quer chegar.

**Fabiane da Conceição**

Adolescência

Minha família nunca me deixou

Sempre me motivando

E por isso estudo para dar para meus pais

O que eles sonhavam

Desanimo para ir à escola

Mas me lembro que se eu não for

Não vou ser ninguém na vida

Então levanto e vou

Na adolescência tenho várias amizades

Nem todas são verdadeiras

Mas tento ser o melhor amigo

Das pessoas com quem convivo.

**Felipe Flain**

Adolescência

Durante a adolescência

Muitas responsabilidades vão aparecer

Siga o caminho certo

Para não se arrepender

O amor na adolescência aparece

Como um furacão

Devemos ter cuidado

Para não machucar o coração

Seja um adolescente tranquilo

Prepare-se para as transformações

Com paciência

Você saberá lidar com as emoções.

**Hiago da Silva**

A juventude

Na juventude cultivei amizades

Que me deram muitas alegrias

Mas seguimos rumos diferentes

Quando somos jovens

Mudamos de opinião

Ter amigos ou não?

Mas a juventude passa

E a adolescência também

Restarão só as lembranças

Que nos fazem bem.

**Ibsen da Silva**

O futuro

No futuro as garotas

Tem que pensar

Antes de engravidar

Porque depois

Não terá ninguém para ajudar

Ficar grávida não é como

Ter um bicho de estimação

Dar apenas água e ração

As adolescentes precisam se cuidar

Se não muitas dificuldades irão passar

Pense no futuro e não no presente

Seja esperta e consciente.

**Ismael de Souza**

A adolescência

A adolescência é uma fase de nossas vidas

Onde temos emoções e alegrias

Vivendo coisas novas todos os dias

Nesta fase conhecemos pessoas

E descobrimos novas emoções

Conhecemos também o amor verdadeiro

E as amizades por inteiro

A adolescência é feita de dúvidas

A puberdade é uma delas

A gente pergunta o que é, ouve a explicação

Mas mesmo assim não chegamos a nenhuma conclusão

**Katallyn Souza**

A adolescência

O adolescente precisa ter fé

Acreditar num futuro melhor

Seguir o caminho do bem

E nunca no pior

A ajuda da família na adolescência é fundamental

Pois teremos muitas mudanças no nosso corpo

E também no emocional

A vida não é um conto de fadas

Precisamos crescer e trabalhar

Então aproveite a juventude

Pois ela logo passará.

**Kauê Dias**

Adolescência

Na adolescência acontece várias coisas

A gente tem amizades

Mas logo começa as responsabilidades

A gente pode ter ódio

E até sentir tristeza

Mas isso acontece na adolescência

Várias pessoas me chamam atenção

Mas a minha família me dá motivação

Hoje eu só penso em brincar

Daqui a pouco só vou pensar em trabalhar

Antes eu tinha carinho

Agora estou me sentindo sozinho.

**Keven da Rosa**

Adolescência

Adolescente não tem carinho

Mas tem juventude e responsabilidade

Adolescente tem amor e ódio

Ele tem mudanças na puberdade

Adolescência tem escolhas

E sempre pensando no futuro

A amizade e a lealdade são elas

Sentimento é difícil ter

Pois mudanças irão acontecer

Seja um adolescente humilde

E tenha paciência com os outros.

**Lucas Lorenzi**

Fases da adolescência

A adolescência é fé é amor

E cuidar do outro não é um favor

Na adolescência tem muita inocência

Precisamos dar atenção

Pois existem muitos jovens

Perdidos na marginalização

Você tem que fazer escolhas

Dos amigos de verdade

E dizer não para aqueles

Que só pensam em maldade

Com a família devemos ficar

Ela tem muito amor para nos dar

Porque essa fase vai passar

E só iremos lembrar.

**Mateus Rocha**

Adolescência

A adolescência é a fase da vida

Que nos leva para um mundo

Carregado de sentidos, que nos mostra dois caminhos

Nós que escolhemos

Se queremos ir pela luz

Ou pela escuridão

Mas essa fase não passa só

Em caminhos e escolhas

Também temos amizades

Que nos fazem sentir emoção

Que nos dão amor e carinho

E também muita atenção

A juventude é uma das melhores fases da vida

Porque faz a gente fazer loucuras por amor

Ser adolescente é viver com emoções

E pensar no futuro que vai vir.

**Mayara Ferreira**

Adolescência

Na adolescência tem a amizade

Que a vida me deu de presente

Temos alegrias, tristezas, mas

O amor sempre está presente

O adolescente sente tristeza

E fica atirado em um canto

De repente o amor vai chegar

E você se transformar

A fé surge para alegrar

Dar esperança

Porque um dia você será adulto

E deverá ter perseverança.

**Miguel Lencina**

Montanha Russa

Parece uma montanha russa

Que sobe e desce sem aviso

Sem pensar no prejuízo

Um dos problemas

É que você não pediu para estar lá

Do nada tudo começou a mudar

É tudo tão rápido ou às vezes tão devagar

Que te irrita

Que parece infinito

Enquanto você está lá

Uma boa impressão quer passar

Mesmo que ninguém se importar

Parece um caminho único

Que tudo você quer mudar

As pessoas atrás de você

Sempre parecem te cobrar

Mesmo quando está com medo de arriscar

Em algum momento

Essa montanha russa infinita irá acabar

E por algum motivo você vai querer voltar

Todas aquelas emoções sentidas

Serão apenas lembranças antigas.

**Nathália Tatsch**

Ser adolescente

Quando somos adolescentes

Queremos liberdade

Mas não podemos esquecer

Das nossas responsabilidades

Quando escolher,

Tenha noção, do que fazer

Tenha atenção e faça tudo

Com motivação

As dúvidas sempre estão

Nos sentimentos e na emoção

Aproveitar a juventude e as amizades

Para viver com amor e compaixão.

**Nicole Walter**

Adolescente Grávida

E agora grávida estou

E quando meu filho nascer

O que vou fazer

Com o meu bebê?

Não fique só pensando em namorar

No seu futuro você tem que pensar

A responsabilidade tem que ter

Se você engravidar

Ninguém vai querer te ajudar

E agora o que vou fazer

Grávida aqui estou

Uma adolescente cheia de sonhos

Que para traz deixou

**Rafaela Diniz**

Adolescência

Quando chegamos na adolescência

Também chega as dúvidas e incertezas

Por isso devemos ter cuidado

Com a nossa consciência

Quando chegamos nessa fase da vida

A gente deixa a família em primeiro lugar

Para nos ajudar a crescer

E buscar as escolhas certas

Adolescência é transformação

É a busca por uma vida ideal

Com mudanças e emoção

Seja um adolescente ativo

Persista naquilo que quer

Assim essa fase da vida

Será repleta de conquistas.

**Ruan Riquelme**

A Adolescência

O adolescente pensa muito

No futuro dele, como vai ser

Onde quer chegar

E o que terá que vencer

Tem gente que não gosta do seu corpo

Acha esquisito sem noção

Tem gente que se acha lindo

Mas não pede opinião

Ser adolescente não é fácil

Acontece muita transformação

Mas com o apoio dos amigos

Superaremos as emoções.

**Samira Machado**

A adolescência

Na adolescência temos escolhas

Sejam certas ou erradas

Devemos escolher o melhor caminho

Para viver motivada

A família que se faz presente

Na vida do adolescente

Deve lhe dar muita atenção

Para que todos possam viver em união

Durante a adolescência

As perguntas vão surgir

Esclareça o jovem

Para saber o caminho a seguir.

**Sara Perez**

A Adolescência

Na adolescência tem família

Amizade e responsabilidade

O amor na adolescência

Juventude e igualdade

Na amizade entre menino e menina

O sentimento é lealdade

Sáimos da fase da criança

Entramos na adolescência

Pensar no futuro é importante

Temos que ter paciência

Não fazer bullying

Dar carinho ao outro é essencial

Devemos plantar o bem e nunca o mal.

**Taila Couto**