



Call to children and young people: **tell us about yourself and your life**

Hi! The Ombudsman for Children and Young People (OKAJU) defends and protects children's rights in Luxembourg. Every year, he writes a report (a kind of book) to talk about children's rights and to explain what is going well and what is not going well for children and young people in Luxembourg. He gives adults ideas on how to make things better for you and for other children and young people.

This year, the report will be called "In the shoes of children and young people" and we need YOU to know what to write! We would like to understand what you experience in your life as a child or young person. Help us see the world through your eyes as a child or young person so that we can talk about it in the report.

We'd like to know:

- what makes you happy
- what is not going well or worries you
- what you find unfair
- if your rights are respected.

You can **reply until 1st May 2026** and you do not have to answer all the questions. It is anonymous, so nobody will know that it was you who replied. Thank you very much for your help! Also, if your rights have not been respected, you can always:

- phone us: 28 37 36 35 (Monday to Friday, 8:30 AM to 5 PM)
- come talk to us: 65, route d'Arlon, L-1440 Luxembourg (Monday to Friday, 8:30 AM to 5 PM)
- or send us an email: contact@okaju.lu

We are always there to help you!



Apelo às crianças e aos jovens: **fala-nos sobre ti e sobre a tua vida**

Olá! O Ombudsman fir Kanner a Jugendlecher (OKAJU) defende e protege os direitos das crianças* no Luxemburgo. Todos os anos, ele escreve um relatório (uma espécie de grande livro para falar sobre os direitos da criança e explicar o que está bem e o que não está bem para as crianças e os jovens no Luxemburgo. Ele oferece aos adultos ideias para melhorar as coisas para ti e para outras crianças e jovens.

Este ano, o relatório se chamará "Na pele das crianças e dos jovens" e precisamos de ti para saber o que escrever! Queremos entender o que tu vives na tua vida de criança ou jovem. Ajuda-nos a ver o mundo na tua pele de criança ou jovem para falar sobre isso no relatório.

Gostaríamos de saber:

- o que te faz feliz
- o que está errado ou te preocupa
- o que achas injusto
- se teus direitos estão a ser respeitados.

Podes responder até 1. de maio de 2026 e não és obrigado a responder a todas as perguntas. É anónimo, por isso ninguém saberá que foste tu que respondeste. Muito obrigado pela tua ajuda! Sabe também que, se os teus direitos não foram respeitados, podes sempre:

- Ligar para nós: 28 37 36 35 (de segunda a sexta-feira, das 8h30 às 17h00)
- Vir falar connosco: 65, route d'Arlon, L-1440 Luxemburgo (de segunda a sexta-feira, das 8h30 às 17h00)
- Ou enviar-nos um e-mail: contact@okaju.lu

Estamos sempre à tua disposição para te ajudar!

I am...

- ☐ A girl
- ☐ A boy
- ☐ Other

Eu sou..

- ☐ Uma menina
- ☐ Um menino
- ☐ Outro

How old are you?

- ☐ Between 6 and 9 years old
- ☐ Between 10 and 12 years old
- ☐ Between 13 and 15 years old
- ☐ Between 16 and 18 years old

Que idade tens?

- ☐ Entre 6 e 9 anos
- ☐ Entre 10 e 12 anos
- ☐ Entre 13 e 15 anos
- ☐ Entre 16 e 18 anos

**In your life, what makes you happy?
You can choose several answers:**

- ☐ My family
- ☐ My friends
- ☐ My teachers
- ☐ My educators
- ☐ School
- ☐ Being healthy
- ☐ Playing
- ☐ Sport
- ☐ Hobbies/leisure (music, art, reading, scouts...)
- ☐ Internet (tablet, smartphone, computer, social media...)
- ☐ Nature
- ☐ Animals
- ☐ I don't know
- ☐ I don't want to answer
- ☐ Other

.....

.....

**Na sua vida, o que o faz feliz? Pode
escolher várias respostas:**

- ☐ A minha família
- ☐ Os meus amigos
- ☐ Os meus professores
- ☐ Os meus educadores
- ☐ A escola
- ☐ Ter boa saúde
- ☐ Brincar
- ☐ O desporto
- ☐ Hobbies/lazer (música, arte, leitura, escotismo...)
- ☐ Internet (tablet, smartphone, computador, redes sociais...)
- ☐ A natureza
- ☐ Animais
- ☐ Não sei
- ☐ Não quero responder
- ☐ Outro:

.....

.....

If you want, explain what is not going well or worries you and why:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Se quiseres, explica por que isso te faz feliz:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

In your life, what is not going well or worries you? You can choose several answers:

- ☐ My family
- ☐ My friends
- ☐ My teachers
- ☐ My educators
- ☐ School
- ☐ Health
- ☐ Playing
- ☐ Sport
- ☐ Hobbies/leisure (music, art, reading, scouts...)
- ☐ Internet (tablet, smartphone, computer, social media...)
- ☐ Nature
- ☐ Animals

Na sua vida, o que não está bem ou te preocupa? Pode escolher várias respostas:

- ☐ A minha família
- ☐ Os meus amigos
- ☐ Os meus professores
- ☐ Os meus educadores
- ☐ A escola
- ☐ A saúde
- ☐ Brincar
- ☐ O desporto
- ☐ Hobbies/lazer (música, arte, leitura, escotismo...)
- ☐ Internet (tablet, smartphone, computador, redes sociais...)
- ☐ A natureza
- ☐ Animais

- ☐ What is happening in the world
- ☐ Violence
- ☐ Other

.....

.....

- ☐ O que se passa no mundo
- ☐ A violência
- ☐ Outro

.....

.....

If you want, explain what is not going well or worries you and why:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Se quiseres, explica o que não está bem ou o que te preocupa e porquê:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Is there something that you find really unfair for you or for other children/young people? Tell us about it, if you want:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Há alguma coisa que consideras realmente injusta para ti ou para outras crianças/jovens? Conta-nos, se quiseres:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Your rights to participation, provision and protection

Do you feel listened to and taken seriously by adults?

- ☐ Yes
- ☐ No
- ☐ I don't know
- ☐ I don't want to answer

Os teus direitos à participação, à provisão e à proteção

Sentes-te ouvido e levado a sério pelos adultos?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Não sei
- ☐ Não quero responder

If you want, you can tell us more about it:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Se quiseres, podes contar-nos mais:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

If you want, tick what you are missing or do not have enough of (you can choose several answers):

- ☐ Food and drink
- ☐ Clothes or shoes
- ☐ A place where you feel good living/ sleeping
- ☐ Things you need for school (books, notebooks, computer, etc.)
- ☐ Help for school/homework
- ☐ Healthcare (appointments with a doctor, dentist, psychologist, glasses, etc.)
- ☐ Activities (toys/games, sport, music, leisure activities, outings, etc.)
- ☐ Transport (bus, train, car...)
- ☐ I don't know
- ☐ I don't want to answer
- ☐ Other

.....

Se quiseres, indica o que te falta ou o que não tens em quantidade suficiente (podes escolher várias respostas):

- ☐ Comida e bebida
- ☐ Roupas ou sapatos
- ☐ Um lugar onde te sintas bem para viver/dormir
- ☐ O que é necessário para a escola (livros, cadernos, computador...)
- ☐ Ajuda para a escola/meus trabalhos de casa
- ☐ Cuidados (consultas médicas, dentista, psicólogo, óculos...)
- ☐ Atividades (brinquedos/jogos, desporto, música,, lazer, passeios...)
- ☐ Transporte (autocarro, comboio, carro...)
- ☐ Não sei
- ☐ Não quero responder
- ☐ Outro

.....

Are there important things you need that you do not have or do not have enough of?

- ☐ Yes
- ☐ No
- ☐ I don't know
- ☐ I don't want to answer

Há coisas importantes de que precisas e que não tens ou não tens em quantidade suficiente?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Não sei
- ☐ Não quero responder

Do you feel safe and/or respected (at home, at school, in your free time, on the internet, etc.)?

- ☐ Yes
- ☐ No
- ☐ I don't know
- ☐ I don't want to answer

Sentes-te seguro e/ou respeitado (em casa, na escola, nos teus passatempos, na Internet...)?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Não sei
- ☐ Não quero responder

[illegible][illegible]

Last questions

Do you agree that we copy some of the things you wrote here into the report?

- ☐ Yes
☐ No

If you would like to take part in the report even more, you can give us your email address or phone number. We will contact you when we organise consultations for the report. **Thank you for your help!**

.....
.....
.....
.....
.....
.....

You can send us the completed form either by scanning it and emailing it to contact@okaju.lu, or by mailing it to the following address: OKAJU, 65 route d'Arlon, L-1140 Luxembourg.

If you need more space, feel free to write on an additional sheet ;-)

You can also find this form on our website.

Mir si fir dech do!

Ombudsman fir Kanner a Jugendlecher

Défenseur des droits de l'enfant

65, route d'Arlon L-1140 Luxembourg

contact@okaju.lu 28 37 36 35

www.okaju.lu - www.kannerrechter.lu

Últimas perguntas

Concordas que copiemos coisas que escreveste aqui no nosso relatório de forma anônima?

- ☐ Sim
☐ Não

Se quiseres participar ainda mais no relatório, podes fornecer-nos o teu endereço de e-mail ou número de telefone. Entraremos em contacto contigo quando organizarmos consultas para o relatório. **Obrigado pela tua ajuda!**

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Podes enviar-nos o formulário preenchido por scan para contact@okaju.lu ou por correio para o seguinte endereço: OKAJU, 65 route d'Arlon, L-1140 Luxemburgo.

Se precisares de mais espaço, não hesites em continuar numa folha adicional ;-)

Também podes encontrar este formulário no nosso site.

