

## Minorias religiosas

**Armenios, Maronitas, Latinoss, Cristãos católicos, Pomaques, Muçulmanos, Protestantes, Sem religião, cristãos ortodócos, Rastafarians, Sikh, Judeus, Budistas, Hindu, Neo-pagãos**





## Dicas Práticas – sala de aula (baseado no método de instrução)

1. **Desenvolver e implementar uma política antirracista**, que trata de qualquer incidente de racismo em relação aos alunos migrantes, em qualquer aspeto da sua identidade, como os seus antecedentes, sotaque, habilidades linguísticas, aparência, status legal no país de chegada ou religião.
2. **Desenvolver a aprendizagem cooperativa para permitir que as habilidades pessoais e o conhecimento dos membros do grupo se torne critérios de integração, em vez da sua afiliação étnica ou religiosa.**
3. **Promover a compreensão, o respeito e a capacidade de diálogo entre pessoas com diferentes pontos de vista;** ensinar questões controversas relacionadas com a religião e a fé e como lidar com essas temáticas, em vez de evitá-las (por exemplo, eutanásia, aborto, transfusão de sangue, IVF, casamento, status de mulheres, homossexualidade, gênero dos sacerdotes).
4. **Fornecer uma atmosfera acolhedora para explorar diferentes pontos de vista sobre a fé e religião na sala de aula.**
5. **Implementar regras de diálogo para promover o respeito mútuo.**
6. **Promover o conhecimento e a compreensão e evitar a promoção de uma determinada visão religiosa ou não religiosa.**
7. **Use métodos como o jogo de papéis e o drama para tentar reconstruir as ideias ou sentimentos religiosos de outra pessoa, sem focar ou comentar sobre indivíduos na sala de aula.**
8. **Permita que alunos que desejam rezar durante certas horas, fazê-lo em particular, se a escola tiver um espaço adequado para isso.**
9. **Organizar festivais religiosos, a fim de proporcionar oportunidades para que os alunos reconheçam a riqueza e a diversidade no seu grupo e apresente as suas próprias experiências num contexto mais amplo. Dê aos alunos oportunidades para descobrir semelhanças e diferenças de cada prática religiosa.**



## Dicas Práticas - escola (baseado no método de instrução)

### Comunidade

1. **Promover valores positivos na comunidade escolar**, tais como conhecimento, respeito e cortesia, valorizando o indivíduo, a família e a comunidade, a não discriminação, aceitação de várias tradições e diferenças.
2. **Desenvolver uma educação religiosa em cooperação com as comunidades religiosas.**
3. **Colaborar com as comunidades locais e religiosas que representam todas as religiões dos alunos e da comunidade.**
4. **Promover encontros com representantes das principais religiões (por exemplo, visitas à igreja, a mesquita, a sinagoga e o templo budista) e apoiar os alunos com orientação adicional em sala de aula.**

### Adaptações Curriculares

1. **Incluir oportunidades e adaptar o currículo para os alunos para estudar as questões levantadas pela valorização da diversidade religiosa e da fé.**
2. **Desenvolver a educação religiosa em cooperação com as comunidades religiosas.**
3. **Implementar uma abordagem sistemática multirreligiosa**, apresentando todas as religiões lado a lado sem preferências.

### Disciplina

**Desenvolver e implementar uma política antirracista**, que trata de qualquer incidente de racismo em relação aos alunos migrantes, porque qualquer aspeto da sua identidade, como os seus antecedentes, sotaque, habilidades linguísticas, aparência, status legal no país de chegada ou religião.

### Visitas de estudo / intercâmbios escolares / viagens ao exterior

**Promover encontros com representantes das principais religiões** (por exemplo, visitas à igreja, a mesquita, a sinagoga e o templo budista) e apoiar os alunos com orientação adicional em sala de aula.

### Comida: Cantina / Visitas / Acampamentos/ viagens

Reflete a diversidade de culturas e a necessidade de ter os alimentos fornecidos na escola, respeitando a dieta e os regimes alimentares de cada religião.

## Pais e Associações de pais

Desenvolver educação religiosa em cooperação com comunidades religiosas.

## Segurança

1. **Desenvolver e implementar uma política antirracista, que trata de qualquer incidente de racismo em relação aos alunos migrantes**, porque qualquer aspeto de sua identidade, como seus antecedentes, sotaque, habilidades linguísticas, aparência, status legal no país de chegada ou religião.
2. **Criar um ambiente de aprendizagem seguro onde todos os alunos**, de todas as culturas, religiões e identidades sejam valorizados, e onde os alunos sentem que têm um senso comum de pertença.

## Eventos escolares

1. **Incluir no calendário escolar a diversidade religiosa da população escolar e da comunidade.**
2. **Colaborar com as comunidades locais e religiosas que representam todas as religiões dos alunos e da comunidade.**

## Interrupções letivas

**Incluir no calendário escolar a diversidade religiosa da população escolar e da comunidade.**

## Eventos e atividades escolares

**Incluir no calendário escolar a diversidade religiosa da população escolar e da comunidade.**

## School Projects

**Colaborar com as comunidades locais e religiosas que representam todas as religiões dos alunos e da comunidade.**

## Suporte p/ alunos

1. **Promover a compreensão da diversidade religiosa e do diálogo**, uma vez que respeitar as outras religiões é um princípio comum encontrado na maioria das religiões.
2. **Implementar uma abordagem sistemática multirreligiosa, apresentando todas as religiões lado a lado sem preferências de qualquer tipo.**
3. **Criar um ambiente de aprendizagem seguro onde todos os alunos**, suas culturas, religiões e identidades sejam valorizados e onde os alunos sentem que têm um senso comum de pertença.

## Desenvolvimento profissional de professores

1. **Incluir oportunidades no currículo para o pessoal e os alunos para estudar as questões levantadas pela valorização da diversidade religiosa e da fé.**
2. **Fornecer aos professores oportunidades de formação sobre os desafios, o currículo e as abordagens pedagógicas da educação religiosa.**

## Horários

**Incluir no calendário escolar a diversidade religiosa da população escolar e da comunidade.**

## Literatura de suporte

Literatura

de

suporte

**Definição: uma religião minoritária é uma religião de uma minoria da população de um país, estado ou região.** As religiões minoritárias podem estar sujeitas a estigma ou discriminação. Um exemplo de estigma é usar o termo culto com suas conotações extremamente negativas para certos novos movimentos religiosos. As pessoas que pertencem a uma religião minoritária podem estar sujeitas a discriminação e preconceito, especialmente quando as diferenças religiosas se correlacionam com as diferenças étnicas. As leis são feitas em alguns países para proteger os direitos das minorias religiosas, como proteger a cultura minoritária e promover a harmonia com a maioria.

Definição do Conselho da Europa: "A religião é uma coleção de sistemas culturais, sistemas de crenças e visões de mundo que relacionam a humanidade com a espiritualidade e, às vezes, com os valores morais. Muitas religiões têm narrativas, símbolos, tradições e histórias sagradas que se destinam a dar sentido à vida ou a explicar a origem da vida ou do universo. Eles tendem a derivar moralidade, ética, leis religiosas ou um estilo de vida preferido de suas idéias sobre o cosmos e a natureza humana. [...] Muitas religiões têm comportamentos organizados, clérigos, uma definição do que constitui adesão ou membros, congregações de leigos, reuniões ou serviços regulares para fins de veneração de uma divindade ou de oração, lugares sagrados (naturais ou arquitetônicos) e / ou escrituras. A prática de uma religião também pode incluir sermões, comemoração das atividades de deidades, sacrifícios, festivais, festas, tranças, iniciações, serviços funerários, serviços matrimoniais, meditação, música, arte, dança, serviço público ou outros aspectos do ser humano. cultura. No entanto, existem

exemplos de religiões pelas quais alguns ou muitos desses aspetos da estrutura, crença ou práticas estão ausentes".

**Características:** Os alunos pertencentes a minorias religiosas têm uma fé diferente daquela detida pela maioria. A maioria dos países do mundo possui minorias religiosas. Agora é amplamente aceito no oeste que as pessoas devem ter a liberdade de escolher sua própria religião, incluindo não ter nenhuma religião (ateísmo e / ou agnosticismo), e incluindo o direito de se converter de uma religião para outra. No entanto, em muitos países, esta liberdade é restrita.

### Armênios

**Definição:** As origens da Igreja Armênia datam do século I. De acordo com a tradição, a Igreja armênia foi fundada por dois dos doze apóstolos de Cristo, São Judas e São Bartolomé, que pregavam o cristianismo na Armênia entre os anos 40 e 60 dC. Por causa desses apóstolos fundadores, o nome oficial da Igreja Armênia é a Igreja Apostólica Armênia.

**Restrições de alimentos / jejum:** os cristãos ortodoxos frequentemente são rápidos em uma base regular. Os períodos de jejum incluem a maioria das quartas-feiras e sextas-feiras, Quaresma, Advento / Natividade (cinco semanas antes do Natal), Dormição / Assunção (1-15 de agosto) e um período variável antes da Festa dos Santos Apóstolos. Há outros dias rápidos também. As datas podem ser determinadas consultando um calendário litúrgico ortodoxo. Durante os períodos de jejum, os cristãos ortodoxos se abstêm de comer produtos de origem animal, incluindo peixe, frango e produtos lácteos. Em casos raros, o peixe é permitido por um curto período.

### Dias especiais:

- Amanor (Ano Novo, 1º de janeiro): Este é um dos feriados públicos mais populares e queridos, marcando o início do ano e celebrado durante toda a semana após o feriado.
- Natal (6 de janeiro): o Natal é feriado religioso. Representa o aniversário de Jesus Cristo e é celebrado por pessoas cristãs em todo o mundo. Os armênios celebram este feriado com a Epifania, atendendo igrejas, orando e acendendo velas, e comemorar estes dois feriados de uma só vez.
- Sargis Holiday (fevereiro): este é um feriado religioso amado e muito popular entre os armênios, particularmente os jovens. Na verdade, como muitas outras feriados religiosos e observações, não há data exata para observar St. Sargis. Geralmente é comemorado em um sábado 63 dias antes da Páscoa (18 de janeiro a 23 de fevereiro).
- Trindé (Purificação - 14 de fevereiro): Trndez, literalmente significando vir para o Senhor, também é um costume religioso, segundo o qual o feriado está relacionado com a idéia de aproximar-se do Senhor com fogo. A celebração de Trndez tem origens pagãs e está relacionada com o culto ao sol e ao fogo na antiga Armênia do período pré-cristão. Mais tarde, a Igreja Apostólica Armênia preservou essa tradição, pois era muito popular. Hoje em dia, os armênios o celebram em 14 de fevereiro, 40 dias após o nascimento de Jesus, que se acredita ser em 6 de janeiro pelos armênios.
- Páscoa (abril): no mundo cristão, a Páscoa é considerada uma das férias mais favoritas e antecipadas. É uma das maiores férias religiosas da Igreja Apostólica Armênia.
- Hambardzum (Dia da Ascensão - Maio): o Dia da Ascensão é um feriado religioso. Ele apresenta amor e prazer; portanto, é celebrado ao ar livre, nós
- Hambardzum (Dia da Ascensão - Maio): o Dia da Ascensão é um feriado religioso. Ele apresenta amor e prazer; portanto, é celebrado ao ar livre, geralmente na flor de maio (40 dias após a Páscoa).
- Dia da Bênção da Uva (agosto): Este feriado religioso geralmente é celebrado no domingo mais



próximo de 15 de agosto. Os católicos da Igreja Apostólica Armênia abençoam a uva.

- Khachverats (Santa Cruz - Setembro): Este é um feriado religioso oficial, que é celebrado pela Igreja Armênia no domingo mais próximo de 14 de setembro. É dedicado a Surb Khach, a Santa Cruz. As férias dos Khachverats também servem de memorial para aqueles que faleceram.

## Maronitas

**Definição:** Uma Igreja católica particular sui iuris, do rito oriental, em plena comunhão com a Sé Apostólica, e que reconhece a autoridade do Papa, o Sumo Pontífice da Igreja Católica. Sua origem remonta à comunidade fundada por Maron, um monge sírio-sírio do século IV venerado como um santo. O primeiro patriarca maronita, São João Marão, foi eleito no final do século VII.

**Restrições de alimentos / jejum:** os maronitas têm muitas regras e restrições sobre comer e beber, para abstinência completa da amostra de chá, café e álcool e uma ênfase na alimentação saudável.

**Dias especiais:** os maronitas celebram os feriados cristãos habituais, como o Natal (25 de dezembro), a Páscoa (em março ou abril), a Festa da Ascensão (15 de maio) e a Festa da Assunção (15 de agosto). No Festival da Cruz (14 de setembro), os maronitas incendiaram lugares altos em todo o Monte Líbano e velas claras em casa e nas igrejas. Um dia sagrado maronita especial é o dia de São Marão (9 de fevereiro), a festa do santo padroeiro dos maronitas, São João Marão, que viveu no século V dC.

## Latinos

**Definição:** os latinos referiam-se originalmente a uma tribo Itálica no antigo centro da Itália. À medida que o poder romano espalhava a cultura latina, os latinos significavam qualquer pessoa que viva em uma cultura latinizada e fala latino ou uma língua românica.

**Restrições de alimentos / jejum:** (iguais aos cristãos católicos).

### Dias especiais:

- Dia dos Reyes Magos, Dia de Reyes (Dia dos Reis) - 6 de janeiro
  - Semana Santa (Semana Santa) - A semana que antecede a Páscoa
  - Festa da Assunção - 15 de agosto
  - A festa de São Miguel Arcanjo e todos os anjos - 29 de setembro
  - Dia de Todos os Santos (Dia dos Todos os Santos) - 1 de novembro
  - Dia de los Difuntos ou Dia dos Mortos (Dia de Todos os Sou) - 2 de novembro
  - Nochebuena (Noite de Natal) - 24 de dezembro
- Navidad (Dia de Natal) - 25 de dezembro

## Cristãos católicos

**Definição:** o cristianismo é uma religião monoteísta, baseada na vida e nos ensinamentos de Jesus Cristo, que serve de ponto focal para a religião. É a maior religião do mundo, com mais de 2,4 bilhões de seguidores, ou 33% da população global. Os cristãos acreditam que Jesus é o Filho de Deus e o salvador da humanidade (Sara Diaz, 2012).

Restrições de alimentos / jejum: para a maioria dos cristãos, os hábitos alimentares não são afetados - embora alguns sejam vegetarianos, geralmente por razões morais, e alguns se absterão de comer carne nas sextas-feiras.

Durante as sextas da Quaresma, espera-se que os católicos se abstenham de comer carne. Na quarta-feira da cinza e na sexta-feira santa, os católicos devem abster-se de comer carne. O mínimo rápido não é comer mais de uma refeição completa em um dia rápido. Duas refeições menores sem carne, equivalentes a menos de uma refeição completa, podem sustentar a força física. Estas normas aplicam-se a pessoas com idade superior a 14 anos e aplicam-se apenas até sessenta anos.

#### **Dias especiais:**

O feriado cristão mais importante é a Páscoa, uma festa de primavera que celebra a ressurreição de Cristo dos mortos.

A Páscoa é imediatamente precedida da Semana Santa, que inclui o Domingo de Ramos, quinta-feira santa e sexta-feira santa. Os 40 dias anteriores à Páscoa formam a estação da Quaresma, um tempo de jejum e arrependimento.

Outro feriado que se tornou importante é o Natal, que comemora o nascimento de Jesus em 25 de dezembro.

### **Muçulmanos sunitas e muçulmanos xiitas**

Definição dos muçulmanos xiitas: o nome "sunita" é derivado da frase "Ahl al-Sunnah", ou "Gente da Tradição". A tradição neste caso se refere a práticas baseadas no que o Profeta Muhammad disse, fez, concordou ou condenou. Os muçulmanos sunitas concordam que o novo líder deve ser eleito entre os que são capazes de trabalhar. Foi o que foi feito, e o amigo e conselheiro do Profeta Muhammad, Abu Bakr, tornou-se o primeiro califa da nação islâmica. Os muçulmanos sunitas afirmam que a liderança da comunidade não é um direito de nascença, mas uma confiança que é ganho e que pode ser dada ou tirada pelas próprias pessoas. Os muçulmanos sunitas constituem a maioria (85%) dos muçulmanos em todo o mundo.

Definição do Islã (muçulmanos sunitas): a origem do termo "xiita" vem da abreviatura da expressão "shīatu Ali", que significa "seguidores", "facção" ou "partido" de Ali (Ali era casado com Fatima, filha de Muhammad). Ao contrário dos Muslins sunitas, os muçulmanos xiitas acreditam que a liderança deve permanecer dentro da própria família do Profeta, entre aqueles especificamente designados por ele, ou entre os Imames designados pelo próprio Deus. Então, eles acreditam que, após a morte do Profeta Muhammad, a liderança deveria ter passado diretamente para seu primo, Ali Bin Abu Talib. Populações significativas de muçulmanos xiitas podem ser encontradas no Irã e no Iraque, e grandes comunidades minoritárias no Líbano, no Bahrein, na Síria e no Líbano.

Vestuário especial: mulheres muçulmanas usam o hijab, que é um véu que cobre a cabeça eo baú. O



hijab é usado a partir da idade da puberdade na presença de machos adultos que não os da família imediata, como uma forma de vestuário modesto.

Restrições de alimentos dos muçulmanos / jejum: a religião muçulmana tem várias restrições de alimentos de acordo com as leis da dieta, que são Halaal. Durante o mês sagrado do Ramadã, os muçulmanos não podem comer do amanhecer ao pôr-do-sol. No entanto, as crianças pequenas, as mulheres grávidas e os doentes são frequentemente isentos. Tal como acontece com outras religiões, os hóspedes devem perguntar sobre quais restrições se aplicam a elas.

- Animais carnívoros não são permitidos;
- Todos os produtos de porco e porco estão totalmente proibidos;
- Animais de mar que não possuem barbatanas ou escamas são considerados indesejáveis por alguns muçulmanos;
- O álcool de qualquer forma não é permitido;
- A carne admissível, diferente da carne de porco, pode ser consumida apenas se estiver preparada da maneira correta (Halaal);
- Esses produtos devem ser evitados por todos os muçulmanos: banha de porcelana, gelatina, coalhada, soro de leite, extrato de baunilha;
- Os utensílios devem ser separados para que não haja contaminação de alimentos Halaal e não Halaal.

#### Dias especiais:

- Ramadã - Todos os anos, os muçulmanos passam um mês no jejum diurno, durante o 9º mês do calendário islâmico chamado Ramadã.
- Laylat al-Qadr - Para o fim do Ramadã, os muçulmanos observam a "Noite do Poder", que é quando os primeiros versos do Alcorão foram revelados a Muhammad.
- Eid al-Fitr - No final do Ramadã, os muçulmanos celebram "The Festival of Fast-Breaking".
- Hajj - Todos os anos durante o 12º mês do calendário islâmico, milhões de muçulmanos fazem uma peregrinação anual para Meca na Arábia Saudita, chamada Hajj.
- Dia de Arafat - Durante um dia do Hajj, os peregrinos se reúnem na Planície de Arafat para buscar a misericórdia de Deus, e os muçulmanos em outro lugar rápido para o dia.
- Eid al-Adha - No final da peregrinação anual, os muçulmanos celebram "The Festival of Sacrifice".

## Protestantes

**Definição / Características:** o protestantismo é um ramo do cristianismo. As linhas divisórias do cristianismo foram delineadas da seguinte forma: catolicismo romano, igrejas orientais e ortodoxas e protestantismo. A. G. Mendonça observa que, embora a Igreja da Inglaterra resulte da Reforma Religiosa, acabou sendo a meio caminho entre o catolicismo romano eo protestantismo. Mendonça propõe o estabelecimento de uma quarta categoria, tornando-se a classificação: romano, ortodoxo ou oriental, protestante e anglicano.

O agrupamento protestante inclui a grande família da Reforma: luteranos, presbiterianos, metodistas, congregações e batistas. As doutrinas das denominações protestantes variam, mas muitas incluem

justificação por graça através da fé - a Bíblia é o único papel em matéria de fé e ordem, uma doutrina conhecida como sola scriptura.

Restrições de alimentos / jejum: enquanto os indivíduos escolhem exercer o autocontrole na área do consumo de alimentos pessoais, os mandatos alimentares religiosos não fazem parte dos ensinamentos do protestantismo.

#### **Dias especiais:**

- Dia da Ascensão - quarenta dias depois da Páscoa
- Dia dos Todos os Santos (1 de novembro) - Os protestantes celebram os santos especiais protestantes
- Dia de Todos os Souls (2 de novembro) - Protestantes se lembram de seus falecidos
- Dia do Evangelismo (7 de julho)
- Dia da bandeira cristã (26 de setembro)
- Dia Nacional de Oração (A primeira quinta-feira de maio) - Este é um dia anual de observância realizado na primeira quinta-feira de maio, quando as pessoas são convidadas a "recorrer a Deus em oração e meditação".
- Dia da fé (terceiro domingo de agosto)
- Dia Nacional do Rep.

## **Judeus**

Definição: a palavra "judeu" era originalmente usada para se referir aos filhos de Judá, filho de Jacó, e depois foi designada para aqueles que nasceram na Judéia. Após a libertação do cativeiro de Babilônia, os hebreus começaram a ser chamados de judeus. Os judeus, também conhecidos como o povo judeu, formam um grupo etno-religioso dos israelitas ou hebreus, do antigo Oriente Próximo. A etnia, nacionalidade e religião judaicas estão fortemente inter-relacionadas, já que o judaísmo é a fé tradicional da nação judaica.

Vestuário especial: Kippah (Yarmulke) As pupilas masculinas devem usar uma kippah, uma capa redonda usada na cabeça, que é limpa, limpa e não contém palavras ou símbolos inadequados. Cada garoto deveria ter uma kippa extra na escola.

Marinha ou caqui, frente plana ou preguada, calças de estilo uniforme, shorts ou saias; Azul marinho com Light Navy Crest JDS; OR Navy Blue Crested Polo Light Blue Dress para meninas

Restrições de alimentos / jejum: as leis dietéticas judaicas são conhecidas como Kashrut e estão entre as mais complexas de todas as práticas alimentares religiosas. Nesta religião, os alimentos são divididos em duas categorias: kosher (permitido) ou trefa (proibido). As características dos alimentos kosher incluem animais que têm um casco completamente dividido e mastigam cud (como vacas, cabras e ovelhas), enquanto o peixe kosher deve ter barbatanas e escamas. Em geral, todos os alimentos vegetais são kosher. Além disso, um processo de abate específico deve ser seguido para que a carne seja considerada kosher. A carne e os produtos lácteos não devem ser preparados, armazenados ou comidos juntos e certos dias de jejum são observados (especialmente Yom Kippur).

Muitos judeus praticam algumas ou todas essas restrições em vários graus:

- Não há carne de porco e marisco;
- O peixe é aceitável desde que tenha barbatanas e escamas;
- Todos os animais com cascos quebrados e que mastiguem o cud (incluindo ovelhas e vacas) são aceitáveis;
- Abster-se de comer carne e produtos lácteos na mesma refeição;
- Nenhum vinho, a menos que seu vinho kosher;
- Toda a carne deve ser preparada por um açougueiro kosher qualificado (Shochet);
- Se a carne foi consumida no mesmo dia, é preciso esperar seis horas antes de consumir produtos lácteos.

### Dias especiais:

- Rosh Hashanah ("início do ano") - É o Ano Novo judaico. É o primeiro das férias altas (Yamim Noraim - Days of Awe). Este feriado é comemorado por muitas orações especiais que Hashem (Deus) deve conceder um ano novo feliz e saudável. Em Rosh Hashanah há um mandamento bíblico para sobre ou escute o sopro de um Shofar, um chifre de um carneiro.
- Yom Kippur - É conhecido como o "dia da expiação". Neste dia, judeus de todos os setores da vida permanecem na sinagoga rezando durante a maior parte do dia. A Bíblia ordena que todos os judeus se apresentem e se abstenham de usar sapatos, massagem e qualquer atividade sexual. Assim, Hashem perdoará todos os pecados do ano anterior.
- Sukkoth - é chamado de "Zman Simchaseinu", o tempo da alegria, na Bíblia. O feriado é comemorado comendo e dormindo em uma cabana coberta de ramos e grama. A cabana se assemelha às "nuvens de glória" que os judeus viajaram, quando estavam no deserto por quarenta anos antes de entrar na terra de Israel.
- Shmini Atzeret e Simchat Torah - Na Torá há um dia adicional que Hashem (Deus) adicionou ao feriado de Sukkoth. Um dia especial, onde Hashem pede ao povo judeu que comemore com ele em uma festa especial. Não há nenhum comando especial para este feriado, apenas para cantar e celebrar com Hashem. Ao longo das gerações, os sábios rabínicos adicionaram um novo toque a este feriado: Simchat Torah. Neste dia, os judeus completaram sua porção semanal da Torá e começam de novo.
- Hanukkah - Hanukkah marca a derrota das forças do Império Seleucid que impediram o povo judeu de observar o judaísmo. O festival de oito dias é marcado pelo acendimento de luzes - uma na primeira noite, duas no segundo, e assim por diante - usando um suporte de vela especial chamado Chanukkiyah, ou uma menorah de Hanukkah. É comemorado com grande alegria e amor.
- Purim - É um feriado muito especial e único apresentado aos judeus por Mordechai com Esther e os grandes sábios da época. Purim é um festival que comemora a salvação do povo judeu que vive em todo o antigo Império Persa de um enredo de Haman para matar todos os homens, mulheres e crianças.
- Páscoa - Comemora a história do povo judeu quando foram libertados da escravidão egípcia. A Páscoa começa no dia 15 do mês de Nisan e é celebrada por oito dias (sete em Israel). Este é o momento em que os judeus celebram os grandes milagres que Deus trouxe aos egípcios sob a forma de dez pragas e depois afogando os egípcios no mar vermelho. É comemorado por não comer pão ou fermento.
- Shavuot - Shavuot é comemorado no sexto dia do mês hebraico de Sivan. Isso marca a grande revelação do Sinai quando Hashem deu a Torá ou a Bíblia para o povo judeu. Este feriado dura dois dias (apenas um em Israel), e não tem mandamentos bíblicos especiais além de abster-se do trabalho.
- Tu B'Shvat - o décimo quinto dia do dia.

## Pomaks

**Definição:** Pomaks (búlgaro: Помаци / Pomatsi, grego: Πομάκοι / Pomákoι, turco: Pomaklar) é um termo usado para eslavos muçulmanos que habitam Bulgária, Nordeste da Grécia e noroeste da Turquia, referindo-se principalmente a ca. 220.000 fortes [9] minoria confessional na Bulgária oficialmente conhecida como muçulmana búlgara. O termo também foi usado de forma mais ampla para incluir as populações muçulmanas eslavas da República da Macedônia e da Albânia. O dialecto búlgaro falado pelos pomaks na Grécia e na Turquia é conhecido como a linguagem Pomak.

### Dias especiais:

- **Ramadã** - Todos os anos, os muçulmanos passam um mês no jejum diurno, durante o 9º mês do calendário islâmico chamado Ramadã.
- **Laylat al-Qadr** - Para o fim do Ramadã, os muçulmanos observam a "Noite do Poder", que é quando os primeiros versos do Alcorão foram revelados a Muhammad.
- **Eid al-Fitr** - No final do Ramadã, os muçulmanos celebram "The Festival of Fast-Breaking".
- **Hajj** - Todos os anos durante o 12º mês do calendário islâmico, milhões de muçulmanos fazem uma peregrinação anual para Meca na Arábia Saudita, chamada Hajj.
- **Dia de Arafat** - Durante um dia do Hajj, os peregrinos se reúnem na Planície de Arafat para buscar a misericórdia de Deus, e os muçulmanos em outro lugar rápido para o dia.
- **Eid al-Adha** - No final da peregrinação anual, os muçulmanos celebram "The Festival of Sacrifice".

## Budistas

**Definição:** Do ponto de vista da doutrina budista clássica, a palavra "Buda" denota não apenas um mestre religioso que viveu em um tempo particular, mas uma categoria inteira de seres iluminados que alcançaram tal realização espiritual.

O budismo reconhece três tipos de Buda, entre os quais o termo Buda é geralmente reservado para o primeiro tipo, o Samyaksam-Buda. A realização do nirvana é exatamente a mesma em todos os três tipos de Buda, mas um Samyaksam-Buda expressa mais qualidades e capacidades do que os outros dois tipos de Buda.

Entre as religiões do mundo (a maioria das quais proclamam a existência de um Deus criador), o budismo é considerado incomum porque é uma religião não teísta. Para o Buda, a chave para a libertação é a pureza da mente e o entendimento correto, e por isso rejeitou a noção de que a salvação é conquistada por uma deidade distante.

O budismo é uma religião filosófica ou não-teísta que abrange várias tradições, crenças e práticas geralmente baseadas nos ensinamentos de Buda. Abrange escolas como Teravada, Zen, Terra pura e Budismo tibetano, espalhadas para o Tibete, China e Japão. Várias fontes colocaram o número de budistas no mundo entre 230 milhões e 500 milhões, tornando-se a quinta maior religião do mundo. As escolas budistas variam na natureza exata do caminho da libertação, a importância e a

canonicidade de vários ensinamentos e especialmente suas práticas. No entanto, a base de tradições e práticas são as Três Jóias: Buda (como seu mestre), Dharma (ensinamentos baseados nas leis do universo) e a Sangha (comunidade budista).

**Restrições de alimentos / jejum:** o budismo considera que os seres vivos são sagrados, uma crença que se traduz em vegetarianismo e veganismo amplamente praticado. A violência contra os animais é considerada como uma transgressão humana; daí a maioria dos budistas manterá o princípio do ahimsa (não-violência ou inofensividade) e evitará todos os alimentos relacionados a processos em que o dano foi feito. Alguns budistas evitam a carne e os produtos lácteos, enquanto outros evitam apenas carne. Os budistas também evitam o consumo de álcool. Os monges desta religião rapidamente pela tarde e confiam em "esmolas" ou doações de alimentos, pois eles, junto com as freiras budistas, não podem cultivar, armazenar ou cozinhar sua própria comida (Sara Diaz, 2012).

### Dias especiais:

- Ano Novo Budista - O Ano Novo Budista é celebrado em dias diferentes em todo o mundo. Nos países de Theravadin, o ano novo é celebrado por três dias a partir do primeiro dia de lua cheia em abril. Nos países de Mahayana, o ano novo geralmente começa no primeiro dia de lua cheia em janeiro, e os budistas tibetanos geralmente o celebram em março.
- Vesak (Dia do Buda) - Vesak é o aniversário do Buda e o festival mais importante do Budismo. No primeiro dia de lua cheia em maio, os budistas de todo o mundo celebram o nascimento, a iluminação e a morte do Buda em um único dia. O nome "Vesak" vem do mês indiano desse nome em que é realizada.
- Dia da Sangha (Dia da Magha Puja ou Dia da Assembléia Fourfold) - O Dia da Sangha comemora a visita do Buda ao Mosteiro de Veruvana na cidade de Rajagaha, quando 1.250 arhats voltaram espontaneamente de suas andanças para cumprimentar o Buda. Sangha Day é comemorado no dia da Lua cheia do terceiro mês lunar (março).
- Dia do Dhamma (dia de Asalha Puja) - O Dia do Dhamma é observado no dia da Lua cheia do oitavo mês lunar (julho). Ele comemora o "giro da roda do Dharma" - o primeiro sermão de Buda - no Sarnath Deer Park.
- Dia de observação (Uposatha) - O Dia da observação refere-se a cada um dos quatro dias sagrados mensais tradicionais que continuam a ser observados nos países de Theravada - a lua nova, a lua cheia e os dias de quarto de lua.
- Cerimônia de Kathina (Cerimônia de Oferta de Robe) - A Cerimônia de Kathina é realizada em qualquer data conveniente no prazo de um mês a partir da conclusão da temporada de retiro de chuvas de três meses (Vassa). Neste dia, os leigos (não-monásticos) oferecem roupas novas e outras necessidades para os monges e as freiras.
- Festival de Bolos Flutuantes (Loy Krathong) - No final da temporada do Festival Kathin, quando os rios e canais estão cheios de água, o Festival Loy Krathong acontece em todas as partes da Tailândia na noite de lua cheia do décimo segundo mês lunar. As pessoas trazem tigelas de folhas (que contêm flores), velas e varas de incenso e flutuam na água. À medida que vão, toda sorte de má sorte deveria

desaparecer. A prática tradicional de Loy Krathong foi originalmente destinada a homenagear a sagrada pegada do Buda na praia do rio Namada na Índia.

- Festival de Elefantes - O Buda usou o exemplo de um elefante selvagem que é aproveitado para um domesticado para ensinar que uma pessoa nova no budismo deveria ser ajudada por um budista mais antigo. Para assinalar esta afirmação, os budistas tailandeses realizam um Festival de Elefantes no terceiro sábado de novembro.
- O Festival dos Dentes - Em uma pequena colina no Sri Lanka é um grande templo que foi construído para abrigar uma relíquia do Buda - seu dente. O dente nunca pode ser visto, pois é mantido no fundo de muitos caixões. Mas uma vez por ano em agosto, na noite da lua cheia, há uma procissão especial para isso.
- Dia do Ancestral (Ulambana) - Nos países de Mahayana, acredita-se que os portões do inferno são abertos no primeiro dia do oitavo mês lunar e os fantasmas podem visitar o mundo por 15 dias. As ofertas de comida são feitas durante este tempo para aliviar os sofrimentos dos fantasmas. No décimo quinto dia, Ulambana ou Ancestor Day, as pessoas visitam cemitérios para fazer ofertas aos seus antepassados.

## Hindu

**Definição:** McDaniel (2007) classifica o hinduísmo em seis tipos principais e numerosos tipos menores para entender a expressão das emoções entre os hindus. Os principais tipos, de acordo com McDaniel, são Hinduísmo popular, baseado em tradições locais e cultos de deidades locais e é o sistema mais antigo e não alfabetizado; Hinduísmo Védico, que se baseia nos primeiros estratos dos Vedas rastreados até o segundo milênio aC; Hinduísmo Vedântico, que se baseia na filosofia dos Upanishads, incluindo Advaita Vedanta, enfatizando conhecimento e sabedoria; Hinduísmo Yógico, seguindo o texto dos Yoga Sutras de Patanjali enfatizando a consciência introspectiva; Hinduísmo dármico ou "moralidade diária", que McDaniel afirma ser estereotipada em alguns livros como a "única forma de religião hindu com crença no carma, vaca e casta"; nd Bhakti ou devoção ao hinduísmo, onde emoções intensas são elaboradamente incorporadas na busca do espiritual.

**Restrições de alimentos / jejum:** o hinduísmo é uma das religiões mais antigas do mundo e, embora a carne não tenha sido originalmente proibida, muitos hindus hoje consideram o vegetarianismo como uma maneira de manter o respeito observado para a vida. O hinduísmo é caracterizado pela evasão da matança de qualquer animal, a limpeza dos envolvidos na preparação de alimentos, que é uma reflexão sobre as práticas já existentes existentes em casta e o simbolismo de certos alimentos. A vaca é mantida em grande consideração como um símbolo de abundância e por isso não é comido pelos hindus, mas produtos como leite, manteiga e iogurte podem ser comidos. Alguns hindus são rápidos nos dias selecionados como uma marca de respeito a certos deuses. A maioria dos hindus adota uma dieta lactovegetariana sem carne, aves, peixes ou ovos. Os produtos lácteos são permitidos (Sara Diaz, 2012).

### Dias especiais:

- Holi (também chamado de Holaka ou Phagwa) - é um festival anual celebrado no dia seguinte à lua cheia no mês hindu de Phalguna (início de março). Celebra a primavera, comemora vários eventos na mitologia hindu e é um momento de desconsiderar as normas sociais e se livrar da merrymaking geral.



- Diwali, da palavra sânscrito Dīpāvali, que significa "fileira de luzes" é um festival hindu de luzes que dura cinco dias. Para muitos hindus, Diwali também é véspera de Ano Novo. Diwali é realizada no último dia do calendário Vikram, um tipo de calendário hindu seguido por índios do Norte.
- Mahashivaratri (também chamado Shiva Ratri) é o Grande Festival de Shiva. É realizada no dia 14 da metade escura do mês lunar de Phalguna. Mahashivaratri é especialmente importante para os saivites (devotos de Shiva), mas é celebrado pela maioria dos hindus.

## Neo-pagãos

Definição: o neopaganismo é um termo usado para identificar uma grande variedade de movimentos religiosos modernos, particularmente aqueles influenciados pelas crenças pagãs pré-cristãs da Europa. Os movimentos religiosos neo pagãos são extremamente diversos, com uma ampla gama de crenças, incluindo o politeísmo, o animismo, o panteísmo e outros paradigmas. Muitos neopaganos praticam uma espiritualidade completamente moderna na sua origem, enquanto outras tentam reconstruir de forma precisa ou reviver antigas religiões, como são encontradas em fontes históricas e folclóricas.

A maioria das religiões neo-pagãs são tentativas de reconstrução, ressurgimento ou - mais comumente - adaptação de velhas religiões pagãs, especialmente as da antiguidade pré-cristã europeia, mas não restrita a elas, sem perder de vista as experiências e necessidades apresentadas pelo mundo contemporâneo .

O neopaganismo está principalmente presente nos países desenvolvidos, especialmente nos Estados Unidos e no Reino Unido, mas também na Europa continental (Europa de língua alemã, Escandinávia, Europa eslava, Europa Latina e outros países europeus) e no Canadá. A maior religião neo pagão é a Wicca, embora existissem outros grupos Neopagan de tamanho significativo, como Neodruidism, Ásatrú (Neopaganism Germânico) e Neopaganism Eslavo.

**Restrição de jejum / alimentação:** não há dias formalmente dedicados ao jejum, mas alguns rápidos na preparação do festival de Ostara (Equinox da Primavera). A critério do indivíduo - alguns evitam totalmente alimentos, outros reduzem a quantidade de alimentos. O objetivo é purificar a pessoa energeticamente; O jejum de Ostara é usado para limpeza pessoal de alimentos pesados de inverno.

Dias especiais:  
Wiccans e outros neo pagãos celebram feriados e festivais baseados na natureza e na mudança das estações. O ciclo sazonal neo pagão, chamado de Roda do Ano, é composto por oito principais Sabbats. Os Sabbats são ocasiões alegres de celebração e festa. Como os Shabbats judeus, Neopagan Sabbats começam ao pôr-do-sol no dia anterior ao feriado. Quatro dos Sabbats, conhecidos como cross-quarter days, têm origens celtas e são chamados por seus nomes celtas. Os outros quatro pontos importantes no calendário solar.

Os oito Sabbats são:

- Imbolc - 2 de fevereiro
- Ostara (Equinócio da Primavera) - 21 de março
- Beltane - 1 de maio
- Midsummer (solstício de verão) - 22 de junho
- Lughnasadh - 2 de agosto
- Mabon (Equinócio de Outono) - 21 de setembro



- Samhain - 1 de novembro
- Yule (solstício de inverno) - 21 de dezembro

## Ateísmo

**Definição:** a irreligião é a ausência, indiferença, rejeição ou hostilidade em relação à religião. Quando caracterizada como a rejeição da crença religiosa, a irreligião engloba o ateísmo, o agnosticismo, o deísmo, a dissidência religiosa e o humanismo secular. Quando caracterizada como ausência de crenças religiosas, também pode incluir "espiritual, mas não religioso", pandeísmo, ignorância, não-sarismo, panteísmo, panenteísmo e pensamento livre. Quando caracterizada como indiferença à religião, é conhecido como o apateísmo. Quando caracterizada como hostilidade contra a religião, que abrange o antitematismo, a anti-religião e o misoteísmo.

A irreligião pode incluir algumas formas do teísmo, dependendo do contexto religioso em que se encontra.

### Restrições de alimentos / jejum

Não foram identificadas tradições em jejum entre grupos irreligiosos.

### Dias especiais:

Nenhum dia especial foi identificado em grupos irreligiosos.

## Ortodoxo grego / cristão

**Definição:** O nome da Igreja Ortodoxa Grega, ou Ortodoxia Grega, é um termo que se refere ao corpo de várias Igrejas dentro da maior comunhão do cristianismo ortodoxo oriental, cuja liturgia é ou foi tradicionalmente conduzida em Koine Greek, a língua original do Novo Testamento, e cuja história, tradições e teologia estão enraizadas nos primeiros Padres da Igreja e na cultura do Império Bizantino. O cristianismo ortodoxo grego também tradicionalmente colocou grande ênfase e atribuiu alto prestígio às tradições do monaquismo cristão e do ascetismo, com origens no cristianismo primitivo no Oriente Próximo e na Anatólia bizantina.

A Igreja Ortodoxa ao longo dos tempos manteve uma continuidade de fé e amor com a comunidade apostólica, que foi fundada por Cristo e sustentada pelo Espírito Santo. A ortodoxia acredita que preservou e ensinou a fé cristã histórica, livre de erros e distorções, desde a época dos apóstolos. Ela também acredita que não há nada no corpo de seus ensinamentos que seja contrário à verdade ou que inibe a união real com Deus. O ar da antiguidade e da intemporalidade que muitas vezes caracteriza o cristianismo oriental é uma expressão de seu desejo de permanecer leal à fé cristã autêntica.

A ortodoxia acredita que a fé cristã e a Igreja são inseparáveis. É impossível conhecer Cristo,

compartilhar a vida da Santíssima Trindade ou ser considerado um cristão, além da Igreja. É na Igreja que a Fé cristã é proclamada.

Restrições de alimentos / jejum: os períodos de jejum incluem a maioria das quartas-feiras e sextas-feiras, Quaresma, Advento / Natividade (cinco semanas antes do Natal), Dormição / Assunção (1-15 de agosto) e um período variável antes da Festa dos Santos Apóstolos. Há outros dias rápidos também. Durante os períodos de jejum, os cristãos ortodoxos se abstêm de comer produtos de origem animal, incluindo peixe, frango e produtos lácteos. Em casos raros, o peixe é permitido.

Dias especiais:

- Dia de Ano Novo "Protochronia" (1 de janeiro) - Após a cerimônia da manhã, os presentes são trocados, e há cenas, danças e banquetes. Um bolo especial, chamado de vassilopita, é cozido com uma moeda dentro. A pessoa que come a peça com a moeda terá um ano de boa sorte. A saudação tradicional de Ano Novo é "Kali Chronia".
- Epiphany "Agia Theofania" (6 de janeiro) - Epifania é a celebração do batismo de Jesus por João Batista. O dia é marcado pela bênção das águas. Rios, lagos e oceanos são abençoados e cruza imerso neles. A maior celebração é no Pireu, onde uma cruz é jogada no mar e os homens jovens mergulham para recuperá-la.
- Festa da Anunciação (25 de março) - é a celebração cristã do anúncio do anjo Gabriel à Virgem Maria que ela conceberia e se tornaria a mãe de Jesus <https://en.wikipedia.org/wiki/Jesus>, o Filho de Deus, marcando sua encarnação. A Festa da Anunciação é uma das doze "Grandes Festas" do ano litúrgico, e está entre as oito que são contadas como "festas do Senhor".
- Ash / Shrove / Clean Monday (Koulouma) "Kathari Deftera" (40 dias após a Páscoa) - Na segunda-feira de cinzas, é tradicional ir ao campo para piqueniques, pipas e começar a jejum para a Páscoa comendo comida de Quaresma.
- Santa Sexta-feira Santa "Megali Paraskevi" Lamentações dos "Epitáfios" - As festividades começam na Sexta-feira Santa com epífalos perifora, uma procissão à luz de velas de uma brigada funerária envolta pelas ruas da cidade para a igreja local. Toda cidade importante e pequena cidade na Grécia tem sua própria procissão, embora a mais impressionante tenha lugar em Atenas, onde a procissão subiu Lykabettus para a Capela de Agios Georgios.
- Santo Bom Sábado A ressurreição "Megalo Savvato" - No sábado santo há uma Missa de ressurreição às 11 p.m. seguido à meia noite pela escuridão simbolizando Jesus passando pelo submundo e, finalmente, por fogos de artifício e uma procissão à luz de velas nas ruas, simbolizando a ressurreição de Jesus.

A Quaresma é quebrada comendo ovos tintos e sopa de magoiritsa.

- Santo Domingo de Páscoa 'Kyriaki tou Pascha' - O Domingo de Páscoa é gasto com a família, cantando, dançando e banquetear com cordeiro assado e ovos tintos tintos.
- Segunda-feira de Whit 'Agiau Pnevma' - Cinquenta dias após a Páscoa. Este feriado religioso marca a descida do Espírito Santo para os discípulos. É comemorado com serviços da igreja decorados com galhardetes. Os gregos usam este feriado para ir para um fim de semana prolongado, geralmente para as ilhas gregas.

- Assunção da Virgem "Apokimisis tis Panagias" (15 de agosto) - O Dia da Assunção se enquadra no tradicional mês de férias gregas, quando as pessoas estão normalmente em movimento. Então, as balsas e ônibus, geralmente lotados, se tornam ainda mais embalados perto do feriado enquanto as pessoas viajam para estar perto de suas famílias. Esta é a maior celebração da Santa Virgem Maria na Grécia. A ilha de Tinos é um importante destino de peregrinação onde milhares vão ser abençoados, curados ou batizados.
- Natal 'Christougenna' (25 de dezembro) - Embora menos importante do que a Páscoa na religião ortodoxa grega, o Natal é celebrado com serviços religiosos e banquete.

## Rastafarians

Definição: uma religião com convicções políticas profundas, o rastafariismo começou nas favelas da Jamaica nas décadas de 1920 e 1930. A tradição religiosa africana influenciou fortemente a cultura rastafari e os temas bíblicos influenciaram fortemente o sistema de crenças desta religião. O Rastafari mais famoso é, sem dúvida, Bob Marley, cuja música reggae ganhou reconhecimento internacional do movimento jamaicano.

Não existe uma liderança formal e organizada no rastafariismo, criando uma grande variedade de variações espirituais e morais dentro da religião. Alguns rasta-rasistas a vêem mais como um modo de vida, e outros a vêem mais como uma religião. No entanto, para unir a diversidade dentro do movimento é a crença na divindade e / ou messianismo do imperador etíope Haile Selassie I, a influência da cultura jamaicana, a resistência da opressão e o orgulho na herança africana. O estilo de vida rastafari geralmente inclui o uso ritual da maconha, a evitação do álcool, o uso de cabelo em dreadlocks e vegetarianismo.

Restrições de alimentos / jejum: alguns rasta-rasistas comem alimentos italianos. A carne pode ou não ser parte da dieta do indivíduo. O peixe, no entanto, é um alimento básico da comida italiana. Como resultado, muitos rastafarianos são vegetarianos (Sara Diaz, 2012).

### Dias especiais:

- Dia de Natal etíope - as pessoas rastafari acreditam nos princípios do cristianismo. Eles também encontram conexão espiritual com a terra da Etiópia e foram entrelaçados com a cultura do país desde 330 A.D. Como tal, eles celebram o Natal, mas de acordo com o calendário etíope tradicional. Neste dia as pessoas rezam e também se abstêm de comer carne.
- Dia de Gronação - Os Rastafarians acreditam que este é o dia em que o Imperador Haile Selassie eu visitei o país da Jamaica no ano de 1966. Eles acreditam que o Imperador Haile Selassie I seja a manifestação de Deus na Terra cuja missão era salvar a humanidade trazendo entre os evangelhos da paz e da unidade. Como tal, esta é uma ocasião alegre para Rastafarians e eles comemoram isso com música, dança e orações.
- Dia de Ano Novo Etíope - Rastafarians em todo o mundo consideram a Etiópia como sua pátria espiritual e vê a história e as tradições do país com muita reverência. Consequentemente, eles celebram o dia de Ano Novo segundo a tradição etíope.

## SIKH

**Definição:** Um sikh é um seguidor do sikhismo, uma religião monoteísta, que se originou no século XV na região de Punjab, no norte do sul da Ásia. O termo "Sikh" tem sua origem nas palavras sânscritas (discípulo, aluno) ou (instrução). Um sikh, de acordo com o artigo I do Sikh Rehat Maryada, é "qualquer ser humano que acredite fielmente em One Immortal Being, dez Gurus, de Guru Nanak a Guru Gobind Singh, Guru Granth Sahib, os ensinamentos dos dez Gurus e o batismo legado pelo décimo Guru ". "Sikh" refere-se aos adeptos do sijismo como uma religião, e não um grupo étnico. No entanto, como o Sikhismo raramente procurou conversos, a maioria dos sikhs compartilha fortes laços étnico-religiosos. Muitos países, como o Reino Unido, reconhecem o sikh como uma etnia designada em seus censos. [21] A organização americana sem fins lucrativos, United Sikhs, lutou para incluir o Sikh no censo dos EUA, argumentando que os sikhs "se auto-identificam como um" grupo étnico "e acreditam que são mais do que apenas uma religião".

Os sikhs masculinos têm "Singh" (Leão), e os sikhs femininos têm "Kaur" (princesa) como seu meio ou sobrenome. Os sikhs que sofreram o khande-kī-pahul (a cerimônia de iniciação sikh) também podem ser reconhecidos pelos cinco Ks: Kesh, cabelo não cortado que é mantido coberto, geralmente por um turbante; kara, uma pulseira de ferro ou aço; um kirpan, uma espada encaixada em uma alça de gatra ou um cinto kasal kasar; kachehra, uma roupa de baixo de algodão; e kanga, um pequeno pente de madeira. Sikhs masculinos e femininos iniciados devem cobrir seus cabelos com um turbante. A maior região de Punjab é a pátria histórica dos sikhs, embora existam comunidades significativas em todo o mundo.

Restrições de alimentos / jejum: no sikhismo, apenas o alimento lacto-vegetariano é servido no Gurdwara (templo sikh), mas os sikhs não são obrigados a comer carne. O consenso geral é que os sikhs são livres para escolher se adotar ou não uma dieta de carne. Sikhs, uma vez que se tornam Amritdhari (batizado) através do Amrit Sanskar (cerimônia de batismo), são proibidos de comer Kutha ou carne ritualmente abatida porque transgrede uma das quatro restrições no Código de Conduta Sikh.

O álcool, o tabaco e todas as drogas narcóticas ou intoxicantes são substâncias proibidas para os sikhs. O jejum pode ser aplicado somente a sikhs mais velhos ou a pessoas de áreas rurais. Embora os Gurus não tenham chamado especificamente para que seus seguidores acelerem em qualquer ponto particular, alguns Sikhs mais velhos gostam de acelerar durante a lua cheia ou durante determinados feriados. Eles dizem que isso os ajuda a concentrar a mente no que é sagrado.

### Dias especiais:

- Maghi (14 de janeiro) - Maghi comemora o martírio dos "Quarenta Imortais", quarenta seguidores do Guru Gobind Singh, que o abandonaram anteriormente, lutaram bravamente contra as forças armadas Mughal e foram martirizados em Muktsar. Guru Gobind Singh abençoou-os como tendo alcançado mukti (libertação) e crimado em Muktsar. Em Maghi, os sikhs visitam gurdwaras e escutam kirtan (hinos). Naturalmente, o maior encontro está em Muktsar, onde é realizada uma feira anual.
- Hola Maholla (26 de março) - Hola (ou Holla) Maholla é uma mela comemorada em Anandpur no festival indiano de Holi em memória de Guru Gobind Singh. O Guru instituiu este dia para exercícios militares e batalhas simuladas, seguidos por concursos de música e poesia. O feriado ainda é celebrado com batalhas simuladas e exibições de equitação e habilidades com a espada. Há também procissões com a bandeira Sikh e o Guru Granth Sahib.

- Vaisakhi (14 de abril) - Vaisakhi, em abril, começou como um festival hindu de agradecimento, mas para os sikhs, marca a fundação da Khalsa em 1699. Aqueles prontos para serem iniciados no Khalsa são geralmente batizados neste dia.
- Celebração do Guru Granth Sahib (setembro) - Este festival é celebrado em agosto ou setembro.
- Diwali (data varia) - Diwali é um festival hindu de luzes que foi apropriado pelos sikhs para celebrar a libertação da prisão de Guru Hargobind, o sexto Guru, da prisão em 1619. O Templo de Ouro estava iluminado com luzes para receber o Guru casa e os sikhs continuam esta tradição iluminando lâmpadas em Diwali a cada ano. O Templo de Ouro é iluminado com milhares de luzes.

## Useful Websites

<http://www.coe.int/en/>  
[https://ec.europa.eu/commission/index\\_en](https://ec.europa.eu/commission/index_en)  
<https://freedomhouse.org/>  
<http://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/bs64376>  
<http://www.adl.org/assets/pdf/civil-rights/religiousfreedom/rips/ReligPubSchs-PDF.pdf>  
<http://tandis.odhr.pl/documents/hre-compendium/rus/CD%20SEC%202%20ENV/PR%20SEC%202/CoE%20Religious%20diversity%20ENG.pdf>  
<http://ec.europa.eu/eurostat/documents/1001617/4577877/3-2-OU DHOF-EN.pdf>  
<http://www.armeniancatholic.org>  
<http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002201/220101E.pdf>  
<http://www.youtube.com/watch?v=z3Y9yzTxCfw>  
[www.betterhealth.vic.gov.au](http://www.betterhealth.vic.gov.au)  
[www.foodfactoflife.org.uk](http://www.foodfactoflife.org.uk)  
<http://www.faqs.org/nutrition/Pre-Sma/Religion-and-Dietary-Practices.html#ixzz1LsxWnBf6>  
[https://translate.googleusercontent.com/translate\\_c?depth=1&hl=pt-PT&prev=search&rurl=translate.google.com.ph&sl=en&u=http://www.jrsusa.org/RSG\\_Day%3FTN%3DDTN-20110407120729%26L%3DEN&usg=ALkJrhgaUCuph46wgM9HmDDKYsm42wohmQ](https://translate.googleusercontent.com/translate_c?depth=1&hl=pt-PT&prev=search&rurl=translate.google.com.ph&sl=en&u=http://www.jrsusa.org/RSG_Day%3FTN%3DDTN-20110407120729%26L%3DEN&usg=ALkJrhgaUCuph46wgM9HmDDKYsm42wohmQ)  
<https://www.ewtn.com/library/CHISTORY/armenia.htm>  
<http://maronitemonks.org/wp/story-maronite-catholics/>  
<http://www.religionfacts.com/rastafarianism>  
<https://debate.uvm.edu/dreadlibrary/grant02.htm>  
<http://www.religionfacts.com/sunni>  
<http://www.patheos.com/Library/Sunni-Islam>  
<https://en.wikipedia.org/wiki/Christian>  
<https://en.wikipedia.org/wiki/Sikhism>  
<https://en.wikipedia.org/wiki/Pomaks>  
<https://tl.wikipedia.org/wiki/Budismo>  
<http://www.infoescola.com/religiao/islamismo/>  
[http://www.ancient.eu/Greek\\_Religion/](http://www.ancient.eu/Greek_Religion/)  
<https://en.wikipedia.org/wiki/Hindu>  
<https://en.wikipedia.org/wiki/Jews>  
<https://en.wikipedia.org/wiki/Protestantism>  
<https://en.wikipedia.org/wiki/Muslim>  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Latin\\_American\\_culture](https://en.wikipedia.org/wiki/Latin_American_culture)

<https://armeniagogo.com/armenian-holidays-list/>  
<http://www.everyculture.com/wc/Japan-to-Mali/Maronites.html>  
<http://www.explore-hispanic-culture.com/hispanic-holidays.html>  
<http://www.religionfacts.com/christianity/holidays>  
<https://www.thoughtco.com/what-holidays-do-muslims-celebrate-2004366>  
<https://thegnostictruth.wordpress.com/protestant-holidays/>  
<http://www.orthodox-jews.com/jewish-religious-holidays.html#axzz4avFYXXtk>  
<http://www.religionfacts.com/buddhism/holidays>  
<http://www.religionfacts.com/hinduism/holidays>  
<http://www.religionfacts.com/neopaganism/holidays>  
[https://www.santorini.com/churches/holiday\\_calendar.htm](https://www.santorini.com/churches/holiday_calendar.htm)  
<http://www.123newyear.com/2016/rastafari-holidays-calendar.html>  
<http://www.religionfacts.com/sikhism/holidays>

## Relevant Articles and Reports

Council of Europe, CEED (2006)14. Religious Diversity and Intercultural Education: A Reference Book for Schools.

McAndrew, M. (1997). Accommodating Religious and Cultural Diversity in the School.

Anti-Defamation League (2012). Religion in the Public Schools.

Berry, C. and Little, A.W. (2006). Multigrade and Multi-age Teaching in Classrooms in London, England. Little, A.W. (ed.) Education for All and Multigrade Teaching: Challenges and Opportunities. Amsterdam, Springer.

Blum, N. and Diwan, R. (2007). Small, Multigrade Schools and Increasing Access to Primary Education in India: National Context and NGO Initiatives. London, University of London, Institute of Education and National University of Educational Planning and Administration. (CREATE Pathways to Access, Research Monograph No. 17) <http://sro.sussex.ac.uk/1865/1/PTA17.pdf> (Accessed 30 November 2012).

Commonwealth Secretariat, Caribbean Community Secretariat and Commonwealth of Learning (1998). Module 2, Unit 4: Classroom Organisation. London, Commonwealth Secretariat.

Commonwealth Secretariat, Caribbean Community Secretariat and Commonwealth of Learning (1998). Multigrade Teaching Programme. Module 4: Teaching Strategies for Multigrade Education. London, Commonwealth Secretariat.

Banks, J. A. (1994). *Multicultural Education: Theory and Practice*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.

Bromley, K. D. (1998). *Language art: Exploring connections*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.

Garcia, E. (1994). *Understanding and meeting the challenge of student cultural diversity*. Boston: Houghton Mifflin.

Gollnick, D. M., & Chinn, P. C. (2001). *Multicultural Education in a Pluralistic Society*. New York: Prentice Hall.

Westwood, M. J., Mak, A. S., Barker, M., & Ishiyama, I. (2000). Group procedures and applications for developing sociocultural competencies among immigrants. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 22(4), 317-330.

Wlodkowski, R. J., & Ginsberg, M. B. (1995). A framework for culturally responsive teaching, *Educational Leadership*, 53(1), 17-21.

Woods, P. R., Barker, M. C., & Daly, A. (2004). *Teaching intercultural skills in the multicultural classroom*. Paper presented at the 4th Annual International Conference on Business, Honolulu, June 21-24.