

GUIA PARA FAMÍLIAS



SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA A SEGURANÇA

PROJETO IMPLEMENTADO POR

Título: Guia para Famílias – Sensibilizar e Educar para a Segurança

Projeto: Projeto e-SER: Recursos Digitais para Sensibilizar e Educar para os Relacionamentos

Autor: APAV - Associação Portuguesa de Apoio à Vítima

Ilustração e Paginação: Último Take

Data: 2022

ISBN: 978-989-54322-3-3

2022 APAV - Associação Portuguesa de Apoio à Vítima

Contactos:

APAV

Rua José Estêvão, 135 - A

1150-201 Lisboa

Tel. +351 21 358 79 00

Fax +351 21 887 63 51

apav.sede@apav.pt

www.apav.pt

GUIA PARA FAMÍLIAS

SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA A SEGURANÇA





Índice:

INTRODUÇÃO	7
AS CRIANÇAS E OS DIREITOS	8
Que direitos têm as crianças?	8
Quando é que uma criança está em perigo?	9
QUAL O PAPEL DA FAMÍLIA NA PROMOÇÃO DA SEGURANÇA?	10
Como ajudar a criança a identificar a pessoa adulta de confiança?	11
E se eu não for a pessoa adulta de confiança?	13
Como ajudar a criança a manter-se em segurança?	13
Como ajudar a criança a proteger-se perante uma situação de violência?	15
QUE RESPOSTAS DE APOIO EXISTEM?	18
Websites úteis	19
Contactos úteis	20
ONDE ENCONTRAR INFORMAÇÃO ADICIONAL?	21
NOTAS	22



INTRODUÇÃO

Este Guia faz parte da coleção **Guias para Famílias**, uma coleção desenvolvida pela APAV com o objetivo de envolver as famílias na prevenção da violência e na promoção da igualdade de gênero. Os guias pretendem sensibilizar as famílias para aspectos centrais na prevenção da violência, fornecendo-lhes estratégias que podem facilmente ser integradas nas dinâmicas familiares. A aplicação destas estratégias na educação das crianças possibilitará às famílias assumir um papel mais ativo na prevenção da violência e na promoção de relacionamentos mais positivos, bem como melhorar a interação entre a criança e a respetiva família.

A prevenção da violência, a promoção da igualdade de gênero e do respeito pelos/as outros/as deve ser uma prioridade no cuidado das crianças, uma vez que é fundamental para o seu desenvolvimento. Todavia, devido à sua particular complexidade, esta deve ser uma tarefa de todos/as: famílias, escola e comunidade.

Esta coleção pretende ajudar as famílias a perceber como pequenos ajustes nos comportamentos poderão ter uma influência positiva no desenvolvimento da criança e na qualidade das relações que esta mantém.

O **Guia Sensibilizar e Educar para a Segurança** destina-se especificamente à segurança e pretende ser um instrumento de leitura simples, que lhe permita refletir sobre diferentes temas, designadamente sobre os direitos das crianças e as situações em que esses direitos não são respeitados, bem como sobre o papel das pessoas adultas na promoção da segurança e proteção da criança face à violência.

AS CRIANÇAS E OS DIREITOS

As crianças são, de entre a população em geral, um dos grupos mais vulneráveis. Esta vulnerabilidade está sobretudo relacionada com a sua idade e maior dificuldade em defender os próprios direitos. Por isso mesmo, necessitam de proteção especial. Nesse sentido, a Lei tem um papel muito importante.

QUE DIREITOS TÊM AS CRIANÇAS?

Segundo a lei portuguesa, a criança é todo o ser humano com menos de 18 anos. À semelhança das pessoas adultas, também as crianças têm direitos.

Os direitos humanos são garantias e valores universais que têm por objetivo assegurar um conjunto mínimo de condições para uma vida digna.

A 20 de novembro de 1959, a Organização das Nações Unidas aprovou a Convenção sobre os Direitos das Crianças, que muitos países do mundo assinaram, incluindo Portugal, comprometendo-se a respeitar e a garantir a sua implementação para proteger todas as crianças. Este foi o primeiro documento da história mundial visando o superior interesse de todas as crianças.

Nele estão descritos um conjunto de **direitos universais básicos aos quais todas as crianças devem ter acesso**.

A Convenção, que contém 54 artigos, orienta-se por **quatro princípios fundamentais**:

- 1. Não-discriminação:** nenhuma criança deve ser prejudicada, nem beneficiada por causa da raça, cor, sexo, língua, religião, nacionalidade, origem étnica ou social, por causa de qualquer opinião política ou outra, condição económica, estatuto ou por qualquer limitação física ou mental.
- 2. Superior interesse da criança:** todas as leis e ações que afetam as crianças devem colocar em primeiro lugar os seus interesses, beneficiando-as da melhor forma possível.

- 3. Sobrevivência, desenvolvimento e proteção:** as autoridades devem proteger todas as crianças e ajudar a garantir o seu pleno desenvolvimento físico, espiritual, moral e social.
- 4. Participação:** todas as crianças têm o direito a ter uma palavra a dizer nas decisões que as afetam, bem como a ser ouvidas nos assuntos que lhes dizem respeito.

QUANDO É QUE UMA CRIANÇA ESTÁ EM PERIGO?

De acordo com Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo, **uma criança ou jovem está em perigo quando:**

- a. Está abandonada ou vive entregue a si própria;
- b. Sofre maus tratos físicos ou psíquicos ou é vítima de abusos sexuais;
- c. Não recebe os cuidados adequados à sua idade e situação pessoal;
- d. Está aos cuidados de terceiros, durante período de tempo em que se observou o não exercício pelos pais das suas funções parentais;
- e. É obrigada a atividades ou trabalhos excessivos ou inadequados à sua idade, ou prejudiciais à sua formação ou desenvolvimento;
- f. Está sujeita a comportamentos que afetem gravemente a sua segurança ou o seu equilíbrio emocional;
- g. Assume comportamentos ou se entrega a atividades ou consumos que afetem gravemente a sua saúde, segurança, formação, educação ou desenvolvimento sem que os pais, o representante legal ou quem tenha a guarda de facto se lhes oponham de modo adequado a remover essa situação.

Para além destas situações, as crianças ou jovens podem ainda ser vítimas de outras formas de violência, praticadas por diferentes pessoas com quem contactam ou por pessoas estranhas, nos vários contextos em que estão inseridas, como na escola, na família, no grupo desportivo/musical ou na comunidade. Além das situações em que são vítimas diretas de alguma forma de violência, as crianças podem ainda estar expostas à violência, sem que sejam o seu alvo principal. Falamos, por exemplo, de episódios de violência praticados por outras pessoas dos quais as

crianças têm conhecimento, por lhes contarem ou por estarem presentes durante a sua ocorrência. Esta exposição poderá ter um impacto tão negativo nas crianças como quando a violência é dirigida contra elas.

Tal como foi referido anteriormente, devido à sua idade e ao facto de estarem dependentes de outras pessoas, as crianças são mais vulneráveis, pelo que necessitam de maior proteção. Esta proteção, prevista também nos direitos das crianças, deve ser assegurada pela família e pelas pessoas adultas, como iremos ver de seguida.

QUAL O PAPEL DA FAMÍLIA NA PROMOÇÃO DA SEGURANÇA?

A família tem um papel muito importante na promoção da segurança das crianças e na resposta imediata perante situações de perigo ou de violência.

É importante que a criança sinta que pode partilhar com a sua família acontecimentos positivos do seu dia-a-dia, mas também experiências negativas. Assim, de forma a facilitar este processo, é importante a família abordar estes temas nas conversas do dia-a-dia, explicando e mostrando à criança que pode sempre procurar o apoio da família e/ou de uma pessoa adulta de confiança.

COMO AJUDAR A CRIANÇA A IDENTIFICAR A PESSOA ADULTA DE CONFIANÇA?

É importante que a criança identifique, nos vários contextos em que está inserida, uma pessoa adulta de confiança. A família deve apoiar a criança nesta identificação.

Por pessoa adulta de confiança, entende-se:

Pessoa adulta de confiança:

Pessoa que escuta com atenção o que a criança lhe diz, que valoriza o seu pedido e os seus sentimentos e que lhe dá uma resposta adequada às suas necessidades.

Para que a criança possa identificar a sua pessoa adulta de confiança, é importante ajudá-la a reconhecer as características essenciais que fazem dessa pessoa uma figura de confiança. Para facilitar o processo, pode ter em consideração os seguintes aspetos:

- A pessoa de confiança deve ser alguém com quem a criança se sinta confortável para partilhar situações do seu dia-a-dia, mas também situações delicadas, sem vergonha ou receio;
- A pessoa de confiança deve ser percebida pela criança como alguém que a vai compreender e que vai acreditar no que ela lhe conta, por mais estranha que a situação possa parecer;
- A criança deve entender a pessoa de confiança como alguém que é capaz de a proteger;
- A criança deve acreditar que a pessoa de confiança não vai culpá-la pelo que aconteceu;
- A criança deve sentir que a pessoa de confiança fez esforço para mudar uma situação e não apenas que a ouviu atentamente.

Lembre-se que:

A pessoa de confiança deve ser uma pessoa adulta que **escuta com atenção** o que a criança diz, que **valoriza o seu pedido e os seus sentimentos** e que **dá uma resposta adequada às necessidades da criança** (por exemplo, ajuda-a a ponderar sobre as diferentes opções/soluções).

A pessoa adulta de confiança – dentro ou fora do contexto familiar – pode ser especialmente importante no caso de a criança ser vítima de alguma forma de violência: se a criança estiver a passar por uma situação de violência, a pessoa adulta de confiança será alguém a quem poderá recorrer em busca de apoio e também para salvaguardar a sua segurança.

A pessoa adulta de confiança poderá ter um papel determinante na prevenção de novos episódios violentos e na proteção do bem-estar e segurança da criança, seja pelo apoio direto e/ou pela possibilidade de recorrer aos serviços de apoio disponíveis.

Sugestão de atividade:

Desafie a criança a identificar uma pessoa adulta de confiança em cada um dos seus contextos (por exemplo, na família, na escola, nas atividades extracurriculares, ...). Esta é uma estratégia essencial para aumentar a segurança da criança.

E SE EU NÃO FOR A PESSOA ADULTA DE CONFIANÇA?

Se a criança não o/a identificar como a sua pessoa adulta de confiança, tal não significa que não confia em si ou que não se sinta segura consigo.

Às vezes, as crianças não partilham informações porque não querem que as outras pessoas fiquem preocupadas ou porque consideram que estas/es já têm demasiados problemas.

Na verdade, é importante que a criança consiga identificar mais do que uma pessoa adulta de confiança, uma vez que está inserida em diferentes contextos.

Por vezes, também os familiares mais próximos têm conflitos com as crianças. Já pensou a quem a criança recorreria se o conflito fosse consigo e fosse a sua única pessoa adulta de confiança?

Esta pode ser uma tarefa importante: por um lado, dizer-lhe e mostrar-lhe que pode ser a sua pessoa de confiança e, por outro, ajudá-la a identificar uma outra pessoa de confiança. Por exemplo, alguém da família alargada (ex: avós, tias/tios) ou de outro contexto, como a escola, o grupo/equipa desportiva, entre outros. Não raras vezes, as crianças identificam as/os professoras/es como pessoas de confiança, uma vez que passam com elas/es grande parte do seu tempo.

COMO AJUDAR A CRIANÇA A MANTER-SE EM SEGURANÇA?

É importante ensinar à criança algumas estratégias de segurança que a possa proteger de situações de violência.

Ao aumentar o conhecimento e as competências da criança sobre estas estratégias, estamos a criar condições para que seja capaz de as utilizar no seu dia-a-dia.

Explique à criança que deve:

- **Evitar conversar com pessoas estranhas**; se acontecer, deve contar-lhe;
- Se for possível, **andar sempre acompanhada na escola, na rua e em outros locais**;
- **Avisar sempre** da hora a que sai, com quem vai e a que horas espera chegar;
- Optar sempre por **ruas iluminadas e com movimento**;
- Nos transportes públicos, **escolher as carruagens com mais pessoas** adultas ou onde viajem os/as amigos/as e **evitar paragens ou estações desertas**;
- Em locais públicos, **manter-se sempre perto do/a familiar ou pessoa adulta** que estiver presente;
- **Recusar dar informações** sobre si ou sobre a sua família a pessoas estranhas, incluindo através da Internet.

Relativamente à utilização da Internet, pode ser necessário definir estratégias de segurança mais específicas:

- Supervisionar o uso deste tipo de ferramentas, definindo os limites e regras da sua utilização, como: o que é e não é permitido, quando e onde pode aceder a estas ferramentas e durante quanto tempo.
- Estar atento/a aos conteúdos acedidos pela criança e ao comportamento da criança online.

Se quiser obter informação mais específica sobre segurança online, por favor consulte www.apavparajovens.pt.

COMO AJUDAR A CRIANÇA A PROTEGER-SE PERANTE UMA SITUAÇÃO DE VIOLÊNCIA?

É importante ensinar à criança que pode utilizar algumas das seguintes estratégias:

- **Responder com firmeza, mas sem violência**, se um/a colega e/ou amigo/a a tentar magoar, insultar ou ofender. Pode utilizar frases iniciadas por **“eu”**. Por exemplo, se alguém a insultar, pode dizer “Eu sinto-me triste/ofendido/a com esse insulto e, por essa razão, peço-te que não voltes a fazê-lo”;
- Gritar por “socorro” e tentar fugir para um local onde estejam outras pessoas;
- Se estiver ou se sentir que está em perigo, **deslocar-se para um local onde estejam outras pessoas**;
- **Evitar estar sozinha**; se estiver com o grupo de amigos/as, é mais fácil pedir ajuda;
- Se a violência tiver acontecido na rua, procurar fazer **percursos alternativos** e preferencialmente **acompanhada**. Se não for possível, deslocar-se por locais iluminados e onde haja movimentação de pessoas;
- Se a violência ocorrer em casa, procurar um lugar seguro e longe de objetos perigosos, como as facas de cozinha; por vezes, é preferível sair de casa e pedir ajuda a um/a vizinho/a ou familiar;
- **Contar a uma pessoa adulta de confiança** o que aconteceu (ou o que se está a passar). Ela poderá ajudar a decidir o que fazer, para terminar com a violência;
- **Explicar à criança que existem contactos telefónicos que podem ser utilizados** numa situação de emergência e/ou perigo (e como poderão ser utilizados):
 - Ajude a criança a memorizar números de telefone importantes;

- Aponte com a criança o número de telefone da pessoa adulta de confiança em objetos que esta utiliza no dia-a-dia. Aponte ainda um contacto alternativo, de um/a familiar ou de alguém da escola, para a eventualidade de a pessoa de confiança não poder falar com a criança naquele momento;
- Aponte também o **112**, explicando à criança que é uma linha gratuita que funciona **todos os dias do ano, 24 horas por dia**. Explique ainda que, se precisar usar este contacto, deverá dizer o nome, o local onde se encontra e o que aconteceu.

Como familiar, pode também:

- **Procurar mais informação** sobre os efeitos da violência e os serviços e respostas de apoio disponíveis em www.apavparajovens.pt e em www.apav.pt.
- **Denunciar** a situação às **autoridades policiais e judiciárias** (Polícia de Segurança Pública, Guarda Nacional Republicana, Polícia Judiciária ou Ministério Público). Pode consultar em www.abcjustica.pt, informação específica sobre a denúncia e como fazê-lo.

Sugestão de atividade:

De seguida, propomos uma atividade que pode realizar com a criança, reforçando que pode contar com a família para a proteger.





DICA

PARA SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA A SEGURANÇA



1

Defina com a criança uma palavra ou senha de segurança

que seja suficientemente fácil para decorar, mas não demasiado óbvia, ao ponto de ser revelada/descoberta com facilidade;



2

Explique à criança que deve usar esta palavra ou senha para vos contactar/pedir ajuda, em situações que podem representar perigo. Por exemplo:

- Ensine-a a pedir a palavra (ou senha) de segurança sempre que alguém se faz passar por amigo/a da família (por exemplo, alguém aparece na porta da escola e diz à criança que a vem buscar a pedido da mãe);
- Se a criança ficar sozinha em casa, ensine-a a pedir a palavra (ou senha) de segurança, antes de abrir a porta.



Nota: A palavra de segurança deve ser substituída por outra, se esta for revelada ou se alguém a tiver esquecido. Para tal, convém abordar esta questão com alguma regularidade.

QUE RESPOSTAS DE APOIO EXISTEM?

Ao falarmos de direitos, é importante incluir algumas entidades que trabalham diariamente para garantir o seu cumprimento e para assegurar as necessidades básicas da população. Assim, considera-se fundamental que as crianças reconheçam alguns recursos disponíveis na comunidade, como e a quem pedir ajuda.

Na seguinte lista, encontrará infraestruturas que, enquanto familiar, poderá explorar com a criança:

- **Escola** - A escola é um importante espaço para a socialização, para a criação de relações significativas, para a aquisição de competências socioemocionais e relacionais e para o desenvolvimento da personalidade da criança. Enquanto local onde as crianças e jovens passam uma parte significativa do seu dia, a escola é um espaço privilegiado para identificar e atuar face a situações de risco.
- **Polícia** - A polícia tem na sua missão a proteção e a garantia da segurança de todos os cidadãos e o livre exercício dos seus direitos. É uma das entidades competentes na proteção dos direitos da criança, atuando ao nível da investigação e combate de qualquer forma de violência e da sinalização e acompanhamento do cumprimento de medidas de proteção aplicadas às crianças.
- **Bombeiros** - Os bombeiros são responsáveis pelo exercício de várias missões, nomeadamente o socorro às populações em caso de incidentes como incêndios, inundações, desabamentos, catástrofes ou calamidades; o transporte de sinistrados e doentes, incluindo a urgência pré-hospitalar; a emissão, nos termos da lei, de pareceres técnicos em matéria de prevenção e segurança contra riscos de incêndio e outros sinistros; a colaboração com diversas entidades em outras atividades de proteção civil; e a participação em atividades de formação cívica.
- **Hospital** - Os hospitais e todos os serviços de saúde disponibilizados na comunidade destinam-se a assegurar a assistência médica necessária à população. Em caso de emergência, Portugal dispõe de um número de emergência médica: o 112.
- **Tribunal** - Os tribunais judiciais são órgãos de soberania que administram a justiça em nome dos cidadãos, na defesa dos seus direitos e interesses igualmente protegidos.
- **APAV** - A APAV é uma organização nacional, sem fins lucrativos, de solidariedade social, que trabalha para que em Portugal o estatuto da vítima de crime seja plenamente reconhecido, valorizado e respeitado. A APAV tem como missão apoiar vítimas de crime, familiares e amigos/os. No seu trabalho também se inclui o desenvolvimento e implementação de programas de prevenção da violência.

Em seguida, apresentamos uma lista de contactos de entidades que lhe poderão ser úteis. Além destes contactos, pode ser importante realizar uma pesquisa adicional para perceber se, na sua área de residência, encontra outros serviços e respostas.

Websites úteis

Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV)

Website: <http://www.apav.pt/>

Associação para o Planeamento da Família (APF)

Website: www.apf.pt

Associação de Mulheres Contra a Violência (AMCV)

Website: www.amcv.org.pt

Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas (APCD)

Website: www.ap-cd.pt

Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género (CIG)

Website: www.cig.gov.pt

Comissão Nacional de Protecção de Crianças e Jovens em Risco (CNPCJR)

Website: <http://www.cnpcjr.pt>

Direção Geral da Saúde (DGS)

Website: <https://www.dgs.pt/>

Fundação da Juventude (FJ)

Website: www.fjuventude.pt

Guarda Nacional Republicana (GNR)

Website: www.gnr.pt

Instituto de Apoio à Criança (IAC)

Website: <http://www.iacrianca.pt>

Núcleos de Apoio a Crianças e Jovens em Risco dos Hospitais

Website: <https://www.dgs.pt/pns-e-programas/programas-de-saude/criancas-e-jovens-em-risco.aspx>

Polícia Judiciária (PJ)

Website: www.pj.pt

Polícia de Segurança Pública (PSP)

Website: www.psp.pt

Segurança Social (SS)

Website: <http://www.seg-social.pt>

SNS 24 – Centro de contacto do Serviço Nacional de Saúde

Website: <http://sns24.gov.pt/>

União de Mulheres Alternativa e Resposta (UMAR)

Website: www.umarfeminismos.org

Contactos úteis

Número Nacional de Emergência

112 (gratuito)

Linha Nacional de Emergência Social

144 (gratuito)

Linha SOS Criança

116 111 (gratuito)

Linha de Apoio à Vítima da APAV

116 006 (gratuito)

Linha Internet Segura

800 21 90 90 (gratuito)

Linha Alerta

800 200 212 (gratuito)

Linha Segurança Social

300 502 502

Número Europeu para Participação de Desaparecimento de Crianças

116 000 (gratuito)

SNS 24 - Centro de contacto do Serviço Nacional de Saúde

808 24 24 24

Serviço de Informação às Vítimas de Violência Doméstica

800 202 148 (gratuito)

ONDE ENCONTRAR INFORMAÇÃO ADICIONAL?

Se quiser obter informação adicional sobre as temáticas abordadas neste Guia, poderá também consultar as sugestões abaixo apresentadas. Muitas delas possuem conteúdos específicos para as crianças.

- **Espaço Criança**, do **Instituto de Apoio à Criança**, disponível em <http://www.iacrianca.pt/espaco-crianca/>;
- **Folhas informativas** da **APAV**, que abordam, de forma sintética, um conjunto variado de temáticas e formas de violência, disponíveis em www.apav.pt/folhasinformativas;
- **Guiões de Educação Género e Cidadania**, lançados pela Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género e disponíveis em www.cig.gov.pt/documentacao-de-referencia/doc/cidadania-e-igualdade-de-genero/guioes-de-educacao-genero-e-cidadania/;
- **Página das Crianças e Jovens** do Provedor da Justiça, disponível em <http://criancas.provedor-jus.pt/index.php>;
- **Segura Net – Navegar em Segurança**, com diversos recursos para crianças, famílias e professores/as, disponível em <https://www.seguranet.pt/>;
- **Recursos online da Linha Internet Segura**, disponíveis em <https://www.internetsegura.pt/recursos>;
- Website www.apavparajovens.pt, desenvolvido pela **APAV** e destinado a crianças e jovens, com informação sobre segurança e proteção face a diferentes formas de violência;
- Website www.abcjustica.pt, desenvolvido pela **APAV** e destinado a crianças e jovens, com conteúdos informativos, vídeos e jogos sobre o funcionamento da Justiça e os direitos das vítimas.

NOTAS

É permitida a reprodução, citação ou referência com fins informativos não comerciais, desde que expressamente citada a fonte.

Esta publicação foi desenvolvida pela Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), com o apoio financeiro do Programa Cidadãos Ativ@s, gerido pela Fundação Calouste Gulbenkian em consórcio com a Fundação Bissaya Barreto.

O seu conteúdo reflete os pontos de vista das/os autoras/es, não podendo a entidade financiadora ser responsabilizada por qualquer utilização que possa ser feita da informação contida na mesma.

FUNDO OPERADO POR



PROJETO IMPLEMENTADO POR

