



HORA DE SER®

Manual de atividades para
Profissionais e Famílias



HORA DE SER®

Manual de atividades para
Profissionais e Famílias

Índice:

NOTA INTRODUTÓRIA.....	4
------------------------	---

ATIVIDADES PARA FAMÍLIAS	
3 AOS 6 ANOS.....	5

IGUALDADE E DIVERSIDADE	
Tempo para SER em família - Par a par.....	7

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	11
--------------------------------------	-----------

RELACIONAMENTOS POSITIVOS	
Tempo para SER em família - Adivinha a emoção e calendária de família.....	17

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	21
--------------------------------------	-----------

EFEITOS DA VIOLÊNCIA	
Tempo para SER em família - Qual será?.....	29

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	31
--------------------------------------	-----------

SEGURANÇA	
Tempo para SER em família - Apoio na Comunidade.....	37

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	39
--------------------------------------	-----------

ATIVIDADES PARA FAMÍLIAS	
6 AOS 10 ANOS	43

IGUALDADE E DIVERSIDADE	
Tempo para SER em família - Tempo (de LER) em família.....	45

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	49
--------------------------------------	-----------

RELACIONAMENTOS POSITIVOS	
Tempo para SER em família - Planear afetos.....	57

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	59
--------------------------------------	-----------

EFEITOS DA VIOLÊNCIA	
Tempo para SER em família - Um final à nossa escolha.....	69

SEGURANÇA	
Tempo para SER em família - Um código secreto.....	71

ATIVIDADES PARA	
PROFISSIONAIS	73

Atividade/Ação 1 - Círculo do Elogio.....	75
---	----

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	77
--------------------------------------	-----------

Atividade/Ação 2 - Animal Misterioso.....	81
---	----

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	85
--------------------------------------	-----------

Atividade/Ação 3 - Emocionómetro.....	101
---------------------------------------	-----

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	103
--------------------------------------	------------

Atividade/Ação 4 - Onde me magoa?.....	109
--	-----

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	111
--------------------------------------	------------

Atividade/Ação 5 -Construir o mundo SER.....	117
--	-----

ANEXOS PARA A ATIVIDADE	119
--------------------------------------	------------

Nota introdutória:

As pessoas adultas com quem a criança contacta e a quem se vincula constituem figuras de referência e modelos de comportamento determinantes para o seu desenvolvimento: as relações mantidas com estas pessoas adultas desempenham um poderoso papel na definição de valores, expectativas e crenças relativamente a vários aspetos da sua vida, incluindo a forma como se relaciona com as outras pessoas, como gere e resolve os seus conflitos e como reage perante situações que colocam em causa a sua segurança.

Do ponto de vista de uma intervenção mais eficaz, os esforços de prevenção da violência deverão ocorrer desde os primeiros anos de vida da criança e os efeitos desses esforços (nomeadamente as aprendizagens e competências das crianças) serão tão mais generalizáveis e duradouros, quanto maior for o envolvimento dos contextos nos quais a criança se movimenta. A família e os contextos educativos assumem aqui uma importância incontestável.

Por isso, a Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV) tem produzido recursos informativos para famílias e profissionais sobre temáticas relacionadas com a violência contra crianças e a sua prevenção. No geral, e para garantir maior e mais fácil acessibilidade, estes recursos estão disponíveis em formato digital.

O **Hora de SER® - Manual de atividades para Profissionais e Famílias** pretende ser mais uma ferramenta para apoiar famílias e profissionais na adoção de um papel ativo na prevenção da violência. Inclui, para o efeito, atividades destinadas a famílias e a profissionais. As atividades para famílias, designadas por **Tempo para SER em Família**, estão adaptadas a duas faixas etárias: crianças entre os 3-6 anos e com mais de 6 e até 10 anos. Apesar desta divisão, as faixas etárias são meramente indicativas sendo importante que a pessoa adulta avalie se a atividade de adequa, ou não, ao nível de desenvolvimento da criança.

As **Atividades para Profissionais**, procuram auxiliar o reforço das aprendizagens e competências nos contextos educativos. As áreas centrais são a **Igualdade e Diversidade**; os **Relacionamentos Positivos**; os **Efeitos da Violência e a Segurança**.

Este Manual foi desenvolvido ao abrigo do Projeto e-SER - Recursos Digitais para Sensibilizar e Educar para os Relacionamentos, promovido pela APAV e cofinanciado pelo Programa Cidadãos Ativ@s, suportado pelos países financiadores do Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu. Em Portugal, este programa é gerido pela Fundação Calouste Gulbenkian em consórcio com a Fundação Bissaya Barreto. Esperamos que se divirtam muito!

Título: Hora de SER - Manual de atividades para Profissionais e Famílias

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

Autor: APAV - Associação Portuguesa de Apoio à Vítima

Produção Gráfica: Penagráfica - Artes Gráficas, Lda.

Data de Publicação: 2023

Tiragem: 250

ISBN: 978-989-35232-1-6

Depósito Legal:

2023 © 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

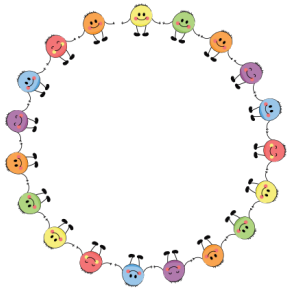
apav.sede@apav.pt

www.apav.pt



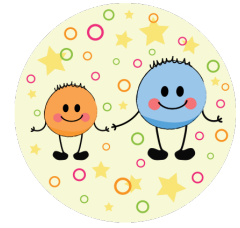
Atividades para famílias 3 e 6 anos





TEMPO PARA SER EM FAMÍLIA

PAR A PAR



COMO É QUE AS FAMÍLIAS PODEM AJUDAR A EDUCAR PARA A IGUALDADE E DIVERSIDADE?

- Leiam, em família, a implementação passo a passo da atividade/ação, num local tranquilo e com tempo.
- Aproveite estes materiais para partilhar um momento de reflexão em família e para envolver as crianças nesta discussão de ideias, reforçando valores como os de respeito e de igualdade.

Objetivos:

- Compreender as consequências da diferenciação social em função do género;
- Abordar a deficiência como fator adicional de diferenciação social;
- Promover a empatia, a inclusão, a diversidade, o respeito e a tolerância.

O que deve saber:

O Programa Hora de SER® tem como objetivos prevenir a violência e promover a igualdade e tolerância em relação a todas as pessoas, independentemente das diferenças que nos caracterizam.

Sendo assim, será importante ter em conta os seguintes aspetos:

- As famílias são modelos importantes para as crianças. Mostre-lhes que todas as pessoas merecem ser respeitadas e incentive-as a seguir o seu exemplo.
- Não limite o percurso da(s) criança(s). Incentive-a(s) a estudar todas as disciplinas e ajude-a(s) a combater as dificuldades!
- É importante que estimule a(s) criança(s) desde cedo, facilitando a leitura de livros, partilha de ideias, jogos e atividades iguais.
- É importante explorar os interesses da(s) criança(s), de modo a garantir que lhe(s) vai proporcionar uma atividade geradora de bem-estar!
- Todas as crianças podem experimentar diferentes tarefas e perceber de quais gostam mais. Ajude-a(s) a tentar, sem reservas.
- Todas as crianças devem ter tempo para brincar e para experimentar diferentes brinquedos e jogos, que promovam a aprendizagem e estimulem as competências individuais! Muito importante: brinque com a(s) criança(s) ao que ela(s) quiser(em), sem estereótipos!
- As emoções e sentimentos são essenciais no nosso desenvolvimento e devemos, desde cedo, aprender a expressá-las e a lidar com elas de uma forma saudável. Ensine a(s) criança(s) a partilhar as emoções consigo e valorize-as sempre!
- Cada criança é única e especial, com características, interesses e objetivos diversos e particulares.
- Não existem situações em que a violência é aceitável ou “normal”. Ensine este princípio à(s) criança(s)

- e diga-lhe(s) que pode(m) confiar em si para ajudar!
- Todas as crianças devem ter as mesmas oportunidades e responsabilidades e merecem o mesmo respeito. Esta é a melhor forma de combater a desigualdade e a violência!

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO



PASSO I: Solicite à criança que corte os quadrados das folhas onde estão imagens com diversas personagens:

1. Menina com roupa rosa/Menino com roupa rosa.
2. Menina/o com livro/Pessoa Idosa com livro.
3. Mulher Polícia vs. Homem Polícia.
4. Pessoa Idosa a andar de bicicleta/Menina/o a andar de bicicleta.
5. Menina de cadeira de rodas com bebé ao colo/Menina de pé com bebé ao colo.
6. Menino a correr com as duas pernas/Menina a correr com prótese na perna.

PASSO II: Coloque as imagens com diversas personagens em cima de uma mesa e baralhe-as com o símbolo Jogo dos Pares para cima. Vai jogar-se ao jogo da memória!

PASSO III: Ajude a criança a encontrar os pares de cada personagem. Os pares podem não ser exatamente iguais, mas simplesmente semelhantes: esteja atenta/o à ação/comportamento da personagem e ao seu aspeto. O objetivo é que, com a sua ajuda, a criança emparelhe:

1. Menina com roupa rosa/Menino com roupa rosa.
2. Menina/o com livro/Pessoa Idosa com livro.
3. Mulher Polícia vs. Homem Polícia.
4. Pessoa Idosa a andar de bicicleta/Menina/o a andar de bicicleta.
5. Menina de cadeira de rodas com bebé ao colo/Menina de pé com bebé ao colo.
6. Menino a correr com as duas pernas/Menina a correr com prótese na perna.

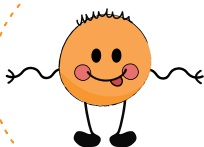
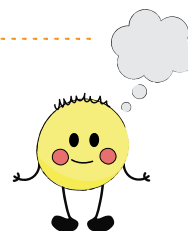
PASSO IV: Enquanto realiza com a criança o passo anterior, vá conversando e coloque algumas questões, tais como as seguidamente sugeridas.

PARA FACILITAR A DISCUSSÃO:

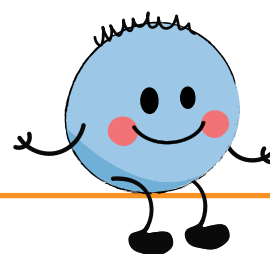


- Como achas que se sentem as personagens nas diferentes situações?

- Achas que todas as pessoas podem ter a profissão que quiserem, fazer o desporto que quiserem e vestirem-se como quiserem?



- Se não deixassem uma destas personagens correr, andar de bicicleta ou até ser polícias, o que poderias fazer?

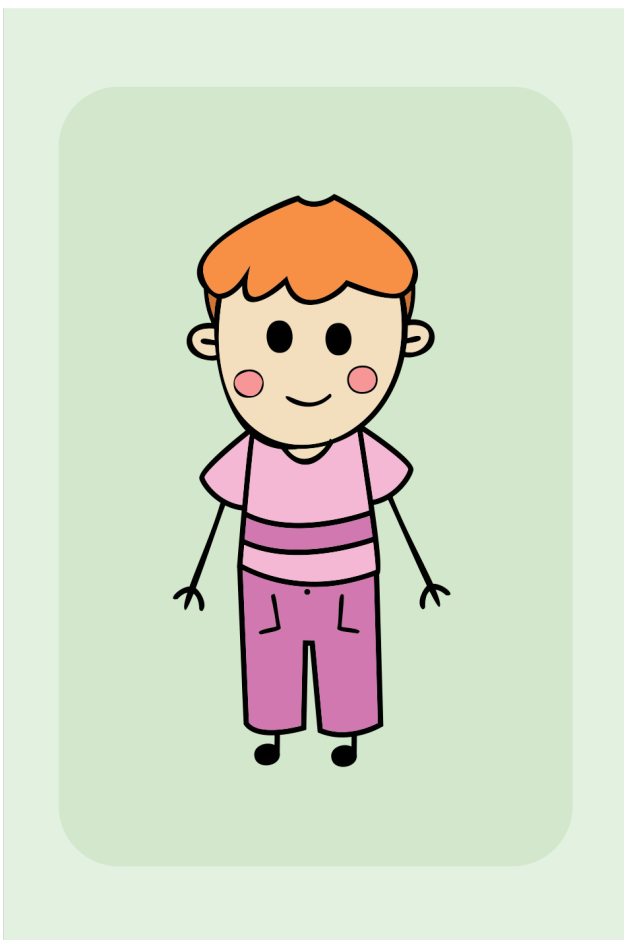


Anexos da atividade

Menina com roupa rosa



Menino com roupa rosa



Menino com um livro



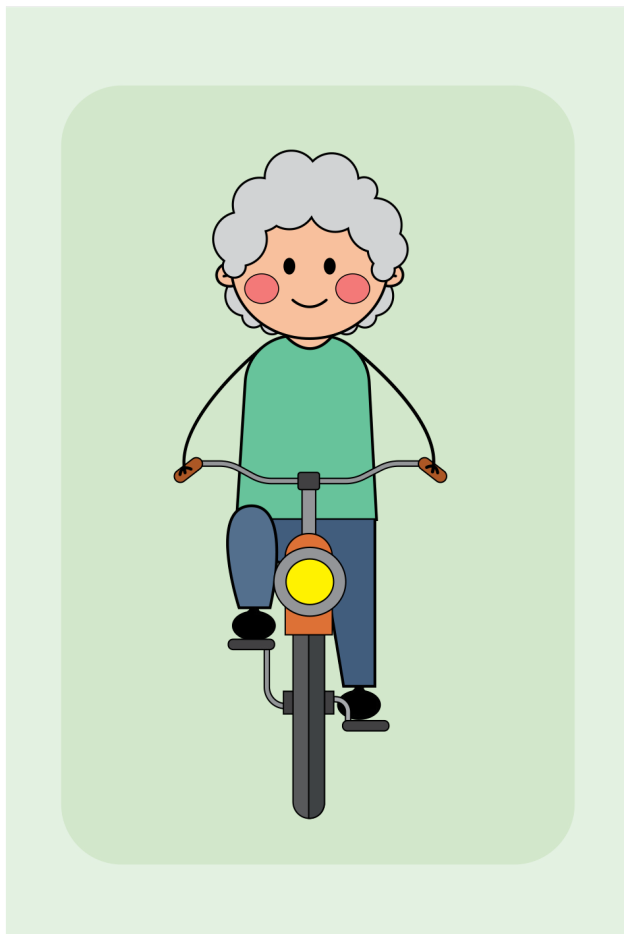
Pessoa idosa com um livro



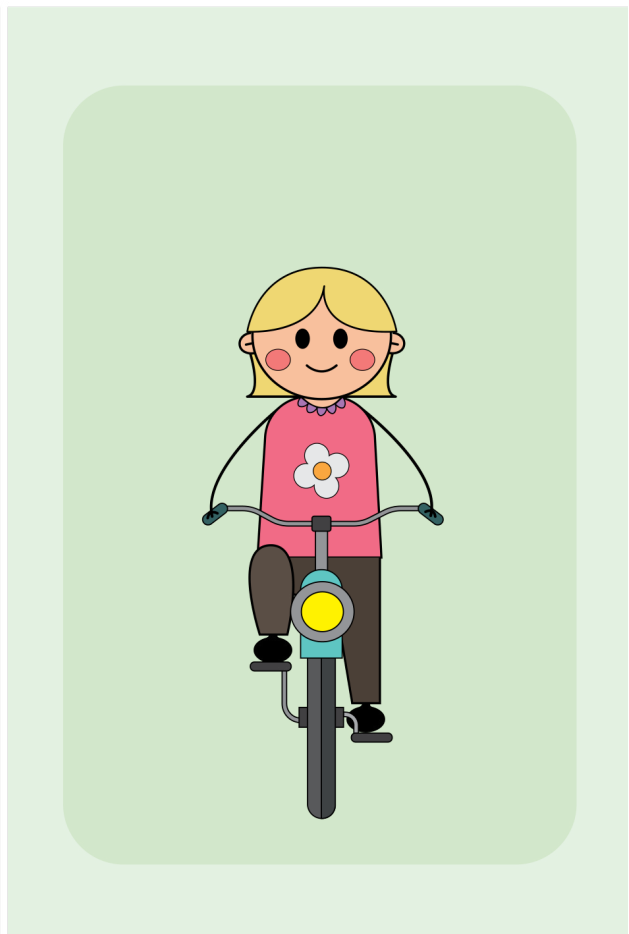
Mulher polícia



Homem Polícia



Pessoa idosa a andar de bicicleta



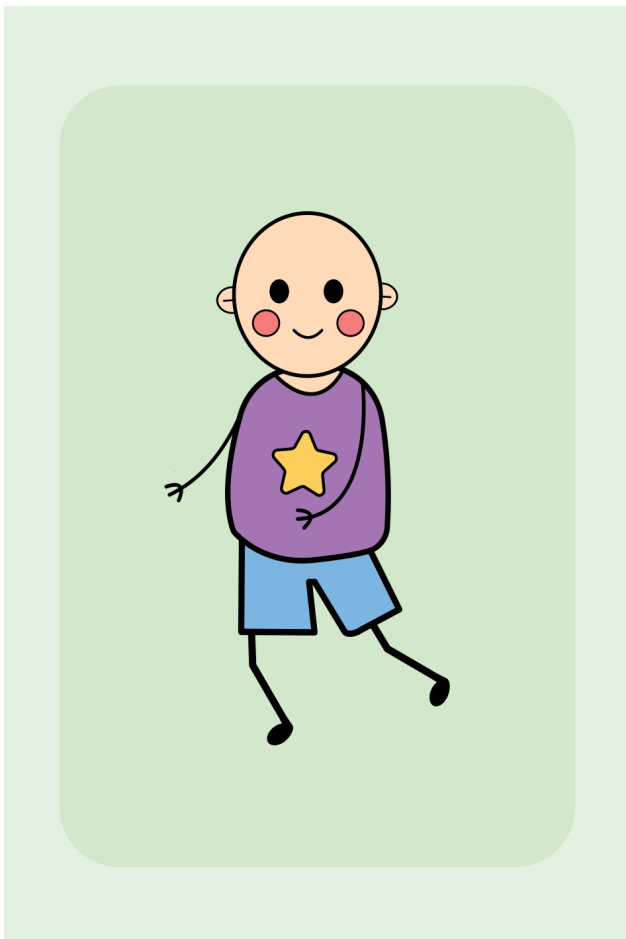
Menina/o a andar de bicicleta



Menina de cadeira de rodas com bebê ao colo



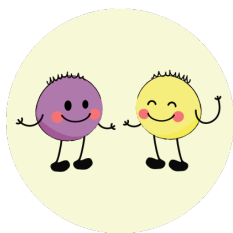
Menina de pé com bebê ao colo



Menino com uma estrela na camisola

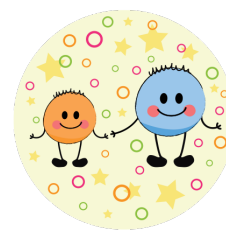
Menina com uma estrela na camisola





TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

ADIVINHA A EMOÇÃO E CALENDÁRIO DE FAMÍLIA



COMO É QUE AS **FAMÍLIAS** PODEM AJUDAR A EDUCAR PARA OS **RELACIONAMENTOS POSITIVOS**?

- Leiam, em família, a implementação passo a passo da atividade/ação, num local tranquilo e com tempo.
- Aproveite estes materiais para partilhar um momento de reflexão e diversão em família e para envolver as crianças nesta discussão de ideias, reforçando a identificação de emoções e como estas são importantes para os relacionamentos interpessoais positivos.

Objetivos:

- Identificar as emoções (em si e nas/os outras/os);
- Compreender a importância das expressões faciais no reconhecimento de emoções;
- Reforçar a gestão positiva das emoções, através da aprendizagem de estratégias adequadas para expressar emoções negativas.

O que deve saber:

A **emoção** caracteriza-se por uma resposta rápida, intensa e automática, desencadeada por um estímulo, e que coloca a pessoa num estado de resposta. A ativação de uma emoção tem como função preparar o organismo para este se adaptar e ajudar a moldar o nosso comportamento. Devido a estas características, é importante trabalhar a identificação e gestão das emoções desde cedo com as crianças.

A **Raiva** tem como função a defesa em certas situações. É uma emoção essencial para a sobrevivência, permite obter força e energia para momentos em que haja necessidade de defesa e motivação para agir em momentos de injustiça. As pessoas podem sentir raiva em diversas situações, tais como, por exemplo: quando não se sentem escutadas; perante injustiças, ofensas à integridade física de pessoas e/ou animais e/ou perante desrespeito em relação a crenças e convicções.

Esta emoção associa-se a diversas alterações corporais/expressões faciais, como: enrugamento da testa, sobrancelhas descaídas e mais próximas, olhos e boca cerrados, aceleração do ritmo cardíaco e da respiração, alteração do tom de voz.

Apesar da sua importante função, por vezes, a raiva não é manifestada de uma forma adequada. Por exemplo, quando se sente raiva, podem surgir comportamentos inadequados, como gritar com outra pessoa, bater e/ou insultar.

Por essa razão, é importante que as crianças aprendam, desde cedo, a adotar estratégias positivas para gerir a raiva, evitando comportamentos inadequados.

Existem várias estratégias que as crianças podem utilizar, para lidar melhor com a raiva, tais como:

- Dizer em voz baixa “eu estou com raiva porque...”;
- Escrever numa folha de papel os motivos por que se sente raiva. De seguida, saltar em cima da folha,

- fazer uma bola e atirá-la contra a parede ou diretamente para o lixo;
- Riscar uma folha com força;
- Caminhar bem rápido ou correr de um lado para o outro;
- Saltar várias vezes; pode até sugerir-se fazerem-no com uma corda imaginária;
- Sacudir todas as partes do corpo, fechando os olhos;
- Apertar as mãos com força, bater com os pés no chão ou bater palmas;
- Respirar fundo 10 vezes, contar até 10 e voltar ao registo normal.

A **Alegria** tem como função promover bem-estar, satisfação e sensações positivas. É uma emoção básica ativada por acontecimentos/estímulos positivos, como, por exemplo, receber uma boa notícia, ser convidada/o para uma festa ou receber um elogio.

Existe algum momento em que a alegria pode ser expressada de forma inadequada? Por exemplo, numa competição, quando as crianças competem umas com as outras, ganhando uma e perdendo outra, vai sempre haver uma a ficar muito feliz e outra muito triste. É importante explicar que há a necessidade de se ter cuidado na forma como reagimos, para não magoar os outros.

A **Tristeza** tem uma função essencial, podendo estar relacionada com a perda de algo ou alguém que seja importante, e a sua função é ajudar a gerir situações negativas. Esta emoção ajuda a demonstrar aos outros que se precisa de cuidado e de apoio.

As crianças não gostam, maioritariamente, de sentir esta emoção, podem sentir tristeza quando são rejeitadas por uma/um amiga/o, quando têm uma má nota num teste/exercício/atividade ou quando o seu animal de estimação morre.

Esta emoção associa-se a diversas alterações corporais/expressões faciais, como: as bochechas ficam imóveis, os ombros descaídos e o corpo com menos energia.

Existem várias estratégias que as crianças podem utilizar, para lidar melhor com a tristeza, tais como:

- Identificar o que está a deixar a criança triste;
- Dizer em voz baixa “Eu estou a sentir-me triste devido a...”;
- Ouvir música ou cantar uma canção;
- Chorar, explicando à criança que não há nada de errado no ato de chorar!;
- Sair para passear;
- Abraçar o animal de estimação;
- Escrever ou desenhar sobre o que se está a sentir;
- Pedir às pessoas que cuidam de si para comer algo diferente ou que se goste muito, como, por exemplo, um doce;
- Assistir a um filme na companhia de alguém que a criança goste;
- Conversar com alguém.

O **Medo** tem como função a proteção face a um perigo e é essencial para a sobrevivência. É uma emoção básica, que surge quando se percebe uma situação/evento como ameaçadora. Por vezes, o medo surge perante situações, circunstâncias e/ou objetos que não representam realmente perigo (e.g.: ter medo do escuro).

Esta emoção associa-se a diversas alterações corporais/expressões faciais, como: pálpebras e sobrancelhas levantadas e abertura horizontal da boca.

Existem várias estratégias que as crianças podem utilizar, para lidar melhor com o medo, tais como:

- Pedir a uma pessoa adulta para perceber como se pode lidar melhor com ele;
- Enfrentar o medo de forma progressiva: auxiliar a criança a definir etapas para conseguir ultrapassar o medo (por exemplo, perante o medo do escuro, uma das etapas pode ser a criança dormir com uma luz de presença, em vez de dormir com a luz do seu quarto acesa);
- Anotar, num papel, os motivos que levaram ao surgimento do medo e questionar se são reais ou

imaginados (“Este medo é real ou imaginado?”);

- Perguntar a alguém se já sentiu o mesmo medo e procurar saber como é que essa pessoa o ultrapassou;
- Explicar o que se está a sentir a alguém da família;
- Pode também ser recomendado o apoio mais especializado por parte de uma/um psicóloga/o, particularmente no caso de a criança, mesmo com a ajuda da sua família, não ser capaz de lidar com o medo.

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO



PASSO I: Leia com a criança as adivinhas (da coluna esquerda), ajudando-a a identificar a nuvem (da coluna direita) que representa essa emoção.

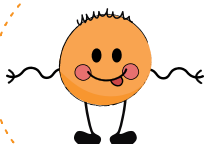
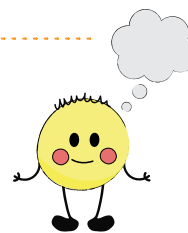
PASSO II: Após a identificação da nuvem, peça à criança para a pintar da cor que será mais indicada para aquela emoção. Converse com a criança e coloque algumas questões, tais como as apresentadas a seguir.

PARA FACILITAR A DISCUSSÃO:



- Gostas de sentir estas emoções?
- Quais gostas mais? E quais gostas menos?

- Achas que eu (mãe, pai, encarregada/o de educação) tenho estas emoções?
- E em que situações as posso ter?



- Todas as pessoas reagem da mesma forma, quando estão a ter estas emoções?

PASSO III: Depois de realizar os passos anteriores, poderá consultar os calendários de família disponibilizados nesta atividade/ação e inicie a sua utilização. Veja instruções sobre esses calendários em seguida.

CALENDÁRIO DE FAMÍLIA

Em que consiste?

O calendário de família visa promover atividades positivas entre a criança e a família.

Para tal, disponibilizamos dois calendários, um para a família, com algumas sugestões de atividades, e outro em branco, para que, em conjunto, possam preenchê-lo com atividades que mais gostam.

O envolvimento da criança, tanto no calendário sugerido, como naquele que é para criar, é importante, pois permite promover a sua autonomia e melhorar a relação com a família.

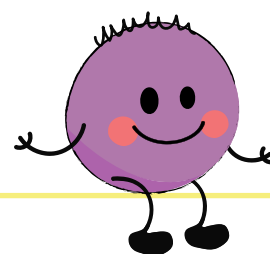
O objetivo destes dois calendários é criar uma rotina positiva de partilha e confiança.

Todas/os se devem responsabilizar pelo cumprimento das atividades/ações do calendário. Se não houver possibilidade de as realizar num determinado dia, é importante que, em conjunto, seja encontrada, na agenda familiar, outra oportunidade para a realização da atividade/ação que ficou pendente.

Recordamos que, para um crescimento saudável da criança, é importante que as famílias tenham disponibilidade para:

1. Brincar, pelo que o calendário sugere atividades divertidas;
2. Se envolverem no seu percurso escolar, pelo que o calendário sugere algumas atividades de acompanhamento para reforçar positivamente os esforços da criança e demonstrar o seu interesse;
3. Criar um canal de comunicação que permita à criança partilhar, de forma segura e confortável, acontecimentos do dia-a-dia, preocupações e emoções – positivas e negativas;
4. Dar autonomia à criança e ensinar a assumir responsabilidades, pelo que o calendário também sugere atividades que implicam a colaboração da criança nas tarefas domésticas, assim como a sua participação em preocupações sociais.

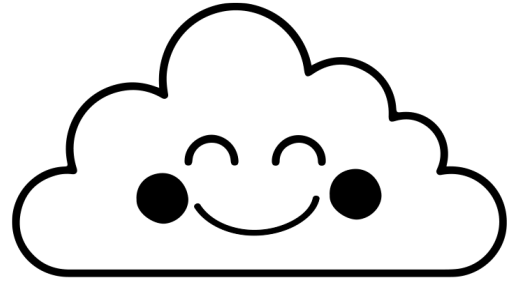




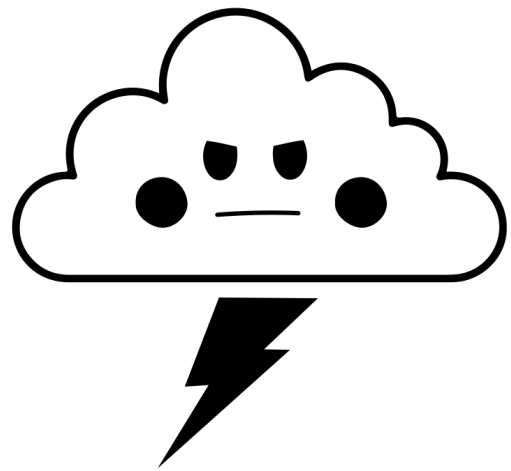
Anexos da atividade

Adivinha a Emoção

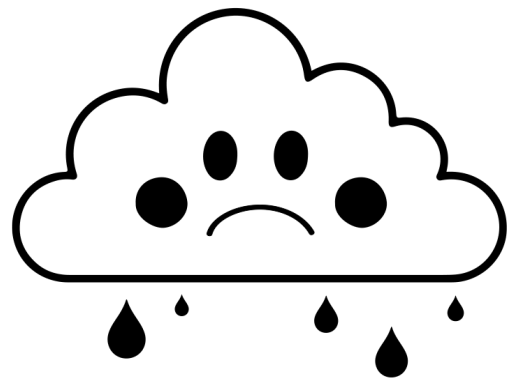
Ficamos com cara de maus.
Por vezes, queremos bater.
Parecemos um caos e só
nos queremos defender.



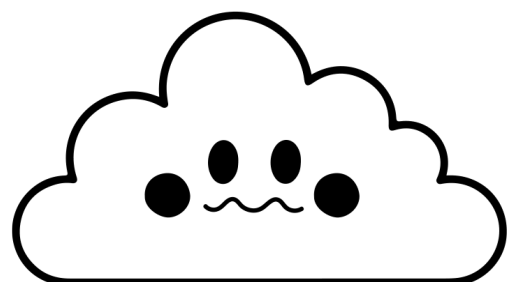
Estamos sempre a sorrir
e com boa disposição.
Parecemos estar a florir,
com tanta perfeição.



Ficamos com ar abatido
e tudo parece correr mal.
Nada nos parece divertido,
mesmo que digam que
está tudo normal.



Ficamos assustados e tudo
parece um perigo.
Como estamos agitados,
procuramos um abrigo.



TEMPO PARA SER EM FAMÍLIA!

2.º FEIRA

3.º FEIRA

4.º FEIRA

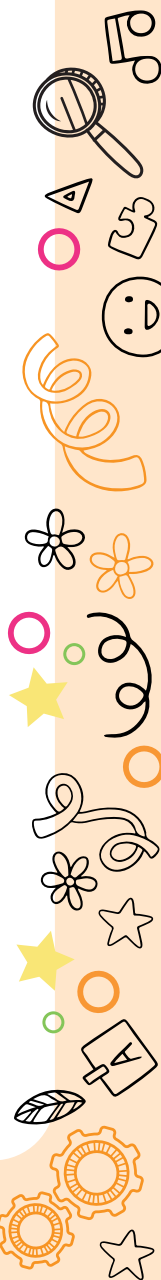
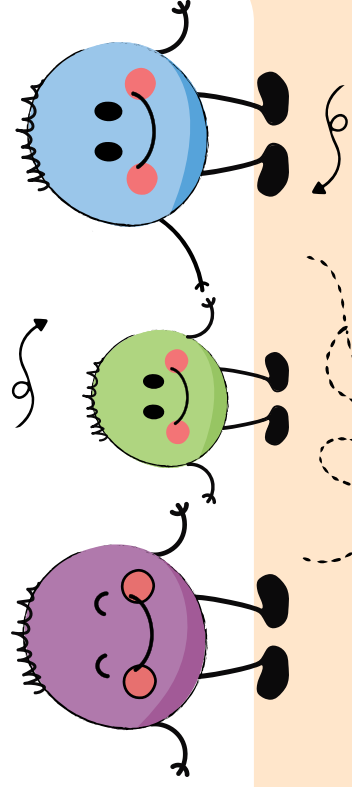
5.º FEIRA

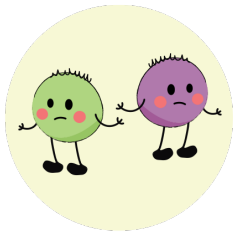
6.º FEIRA

SÁBADO

DOMINGO

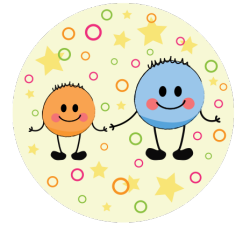
Dê um beijo de bom dia e faça deste ato uma rotina.	Antes de adormecer, leia uma história e dê-lhe um beijo de boa noite e faça deste ato uma rotina.	Converse com ela/ele sobre o seu dia e incentive-a/o a contar algo novo que aprendeu.	Façam um "quantos queres" em conjunto com diversos jogos.	É véspera de fim de semana: façam pipocas e assistam a um filme.	Incentive a preparação do pequeno-almoço em família.	Façam um piquenique em família.
Logo pela manhã, dê-lhe um abraço apertado.	Diga-lhe que confia nela/nele.	Pergunte se ela/ele quer ajudar a colocar a mesa para o jantar.	Peça-lhe para partilhar o que sente.	Brinque com ela/ele ao seu jogo favorito.	Façam panquecas para o pequeno-almoço em família.	Façam atividades ao ar livre em família.
Incentive-a/o para que faça um desenho para a família.	Jogue um jogo em que todas/os participem.	Elogie todas as conquistas de forma diária.	Incentive-a/o para que fale com a família sobre o que a/o deixa feliz, triste...	Converse com ela/ele sobre o Programa Hora de SER®.	Façam juntos um bolo para o lanche.	Preparem juntos uma refeição especial.
Antes de adormecer, diga o quanto gosta dela/e.	Ensine-a/o a ajudar quem tem mais dificuldade.	Pergunte quais os comportamentos positivos do Programa Hora de SER®.	Pergunte qual a cara que se faz quando se sente medo e qual a cara que se faz quando se sente alegria.	Tirem uma foto juntos e coloquem num local visível.	Façam um puzzle juntos.	Planeiem juntos o que fazer no próximo fim-de-semana e escrevam no calendário.
Diga-lhe que é muito importante escutar os outros.	Incentive-a/o a manter boas relações com as/os amigas/os.	Diga-lhe que ela/ele é única/o e especial!	DIGA-LHE TODOS OS DIAS O QUANTO GOSTA DELA/DELE!!			





TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

QUAL SERÁ?



COMO É QUE AS **FAMÍLIAS** PODEM AJUDAR A EDUCAR PARA OS **EFEITOS DA VIOLÊNCIA?**

- Leiam, em família, a implementação passo a passo da atividade/ação, num local tranquilo e com tempo.
- Aproveite estes materiais para partilhar um momento de reflexão e diversão em família e para envolver as crianças nesta discussão de ideias, refletindo sobre os efeitos da violência e sobre a importância da empatia em relação às vítimas de violência.

Objetivos:

- Promover a identificação ou (re)conhecimento de diferentes formas de violência;
- Desenvolver a não tolerância face a quaisquer formas de violência, incluindo as “menos graves”;
- Compreender as consequências e impacto que a violência pode ter na vítima;
- Promover a empatia em relação às vítimas de violência;
- Fomentar a identificação e a utilização de estratégias positivas de resolução de conflitos.

O que deve saber:

No Programa Hora de SER®, foram trabalhadas diferentes são de violência e o impacto que estas podem ter na vida das pessoas. Pretendemos que as crianças se afastem da ideia de que apenas a violência física pode ter consequências e ensinar-lhes que qualquer forma de violência é inaceitável.

Contamos com a vossa colaboração para ensinar às vossas crianças a não tolerarem quaisquer comportamentos violentos e outros atos ou ações que possam provocar, de forma intencional, sofrimento a outra pessoa.

No Programa Hora de SER® abordamos ainda com as crianças como podem pedir ajuda, perante uma situação de violência, contribuindo para a prevenção de novas situações de violência. O objetivo é que as crianças saibam como e onde podem pedir ajuda, nomeadamente no caso de serem vítimas de alguma forma de violência, recorrendo sobretudo à família e à escola como fontes de proteção e segurança.

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO



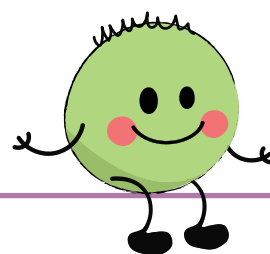
PASSO I: Peça à criança para observar as imagens dos cartões de comportamentos de violência (coluna à esquerda). Depois, questione-a se estes podem ter consequências.

PASSO II: Peça-lhe para que ligue os comportamentos (da coluna esquerda) às consequências (da coluna direita) que ela percebe como mais adequadas. Importa salientar, enquanto a criança completa este passo, que qualquer dos comportamentos de violência da coluna esquerda pode causar todas as consequências indicadas na coluna do lado direito.

PASSO III: Depois de concluído o passo anterior, pergunte à criança: Se alguém fizesse estes comportamentos contigo, a quem pedirias ajuda? Nesta fase, mostre-lhe o esquema do labirinto e peça-lhe que identifique a quem pediriam ajuda: aos animais de estimação, aos amigos e às amigas ou à família/escola.

PASSO IV: Diga à criança para completar o labirinto, chegando à família/escola. Reforce que, caso a criança seja vítima de violência ou tenha conhecimento de alguém que esteja a ser vítima de alguma forma de violência, deve procurar o apoio de pessoas adultas (da família ou da escola).





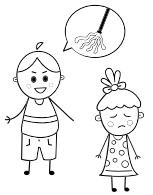
Anexos da atividade



DAR UM PONTAPÉ



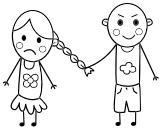
DAR UM ESTALO



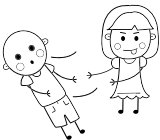
CHAMAR NOMES



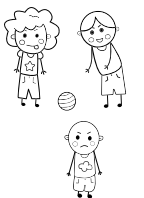
DEIXAR SOZINHO



PUXAR O CABELO



EMPURRAR



NÃO DEIXAR BRINCAR



TRISTEZA



PESADELOS



CHORAR



DOR DE BARRIGA



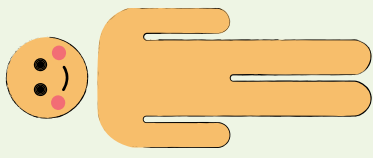
FERIDAS



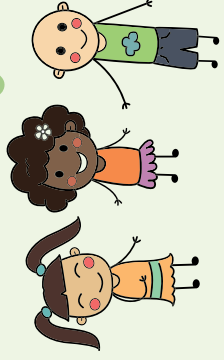
DOR DE CABEÇA



MEDO

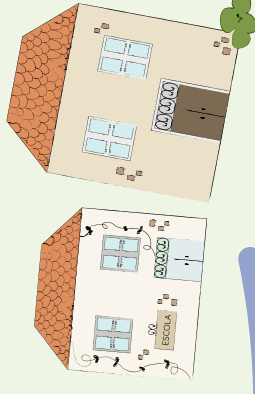
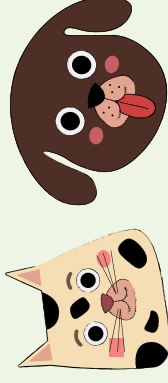


Eu estou aqui



Amigas/Amigos

Animais de estimação

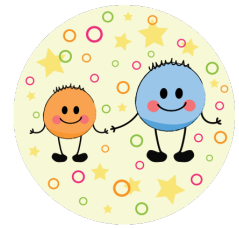


Casa/Escola



TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

APOIO NA COMUNIDADE?



COMO É QUE AS **FAMÍLIAS** PODEM AJUDAR A EDUCAR PARA A **SEGURANÇA**?

- Leiam, em família, a implementação passo a passo da atividade/ação, num local tranquilo e com tempo.
- Aproveite estes materiais para partilhar um momento de reflexão em família e para envolver as crianças nesta discussão de ideias, refletindo sobre a segurança.

Objetivos:

- Reforçar e valorizar a importância das entidades e serviços em situações de violência.

O que deve saber:

Ao longo da dinamização do Programa Hora de SER®, foram trabalhados diferentes serviços de apoio e a importância destes enquanto recurso de suporte em diferentes situações, como por exemplo, de violência. Pretendemos que as crianças entendam que estes serviços as podem apoiar numa situação de perigo.

A **escola** é uma das principais instâncias de socialização da criança e é uma entidade com competência em matérias de infância e juventude. A comunidade escolar é constituída por todas as figuras que nela colaboram, nomeadamente as/os professoras/es e educadoras/es, as/os auxiliares, os pares e todos os restantes intervenientes. Esta tem um papel essencial na prevenção da violência e na promoção de uma cultura de respeito e tolerância.

A **polícia** tem na sua missão base a proteção e garantia de segurança de todas/os as/os cidadãs/ãos. Atua para garantir que todas as pessoas possam exercer livremente os seus direitos em sociedade, dentro do respeito pela liberdade e segurança de cada ser individualmente.

Os **bombeiros** são uma unidade operacional tecnicamente organizada, preparada e equipada para o exercício de várias missões de apoio e socorro à população.

O **hospital** é um serviço de saúde disponibilizado para a comunidade, que se destina a assegurar a assistência médica necessária, prestando todos os cuidados de saúde solicitados.

O **tribunal** é um órgão de soberania que administra a justiça em nome das/os cidadãs/ãos. As decisões de tribunal são obrigatórias para todas as entidades públicas e privadas e prevalecem sobre quaisquer outras autoridades.

A **APAV – Associação Portuguesa de Apoio à Vítima** é uma organização nacional, sem fins lucrativos, de solidariedade social que tem como missão apoiar as vítimas de crime, familiares e pessoas amigas e que fornece apoio social, jurídico e psicológico de forma gratuita e confidencial.

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO

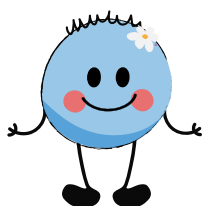


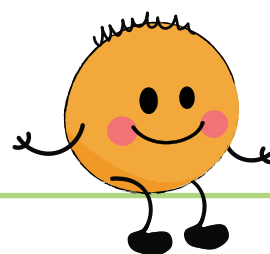
PASSO I: Peça à criança para observar os serviços de apoio. Depois, questione-a sobre quem são as pessoas que lá trabalham.

PASSO II: Peça-lhe para que associe os serviços às/aos profissionais correspondentes.

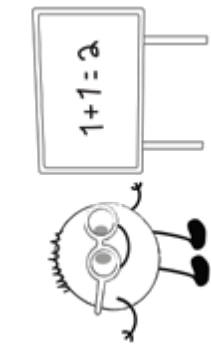
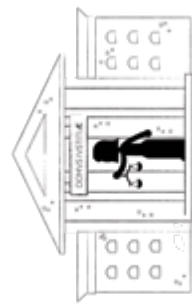
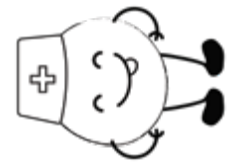
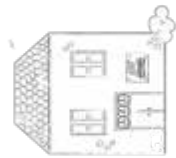
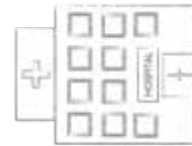
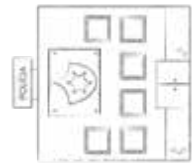
PASSO III: Após ter associado os serviços às/aos profissionais, pergunte à criança: Se precisasses de ajuda de algum daqueles serviços, quem te poderia apoiar? E de que forma te ajudariam?

PASSO IV: Informe a criança que após ter associado os serviços às/aos profissionais, pode colorir as imagens como quiser.





Anexos da atividade





Atividades para famílias 6 e 10 anos





TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

TEMPO (DE LER) EM FAMÍLIA



COMO É QUE AS **CRIANÇAS** PODEM AJUDAR A EDUCAR PARA A **IGUALDADE DE GÉNERO**?

Vamos precisar da TUA AJUDA...

para ensinares a tua família a respeitar a igualdade entre meninos e meninas!

Podemos contar contigo neste desafio?

Temos duas tarefas para ti:

1. Pede à tua família para ler contigo a história: *"Benedita, a pirata à conquista da Igualdade!"*.
2. Cola a folha *"10 Dicas para Sensibilizar e Educar para a Igualdade"* num sítio onde todas as pessoas possam ver, como por exemplo no frigorífico. Sempre que alguém não cumprir, lembra essa pessoa das dicas!

Para que serve a história da Benedita?

Para te ajudar a perceber como a igualdade entre meninos e meninas é importante!

Esta história é para ser lida **com a ajuda da tua família**. Pede-lhes para a lerem contigo num sítio sossegado, com tempo para trocarem ideias e opiniões.

Lembra-te que **podes lê-la quantas vezes quiseres!**

Nesta história, vais perceber que existem **ideias erradas** sobre aquilo que pensamos que as meninas e os meninos devem ser e sobre como se devem comportar.

Sabias que muitas pessoas concordam com estas ideias?

E tu: concordas ou não?

Para decidires, faz o exercício da página seguinte. Se precisares, pede ajuda à tua família!

1. Lê cada ideia que está escrita na primeira coluna, na tabela que encontras abaixo.
2. Depois, para cada ideia, coloca à frente um **✓** se já tiveres ouvido esta ideia ou um **X** se nunca tiveres ouvido falar dela.
3. Por fim, pensa se concordas ou não com a ideia. Basta assinalares **"sim"** ou **"não"** na última coluna, na linha da ideia que estás a ler.

	Já ouvi esta ideia?		Concordas?	
	<input type="radio"/> Sim, já ouvi.	<input type="radio"/> Não, Nunca ouvi.	<input type="radio"/> Sim	<input type="radio"/> Não
Os meninos portam-se pior do que as meninas.	<input type="radio"/> Sim, já ouvi.	<input type="radio"/> Não, Nunca ouvi.	<input type="radio"/> Sim	<input type="radio"/> Não
As meninas não sabem jogar à bola.	<input type="radio"/> Sim, já ouvi.	<input type="radio"/> Não, Nunca ouvi.	<input type="radio"/> Sim	<input type="radio"/> Não
As meninas são mais estudiosas.	<input type="radio"/> Sim, já ouvi.	<input type="radio"/> Não, Nunca ouvi.	<input type="radio"/> Sim	<input type="radio"/> Não
Os meninos não choram.	<input type="radio"/> Sim, já ouvi.	<input type="radio"/> Não, Nunca ouvi.	<input type="radio"/> Sim	<input type="radio"/> Não

4. Agora que terminaste, pensa em exemplos que mostrem o contrário destas ideias, como por exemplo: "A Sofia da minha escola joga muito bem futebol" ou "Ontem vi o André a chorar".

Por vezes, estas ideias não permitem que as meninas e os meninos façam o que mais gostam, porque esse interesse pode ser considerado uma coisa só para meninos ou só para meninas.

Isso é muito injusto, não te parece?

As atividades devem ser de todas as pessoas!

Ter as mesmas oportunidades não significa que as pessoas sejam todas iguais.

Lembra-te que...

Cada pessoa  é única e especial!



TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

TEMPO (DE LER) EM FAMÍLIA



COMO É QUE AS **FAMÍLIAS** PODEM AJUDAR A EDUCAR PARA A **IGUALDADE DE GÉNERO?**

1. Leia a história “**Benedita, a pirata à conquista da Igualdade!**” em família, num local tranquilo e com tempo suficiente para a partilha de ideias no final da leitura.
2. Preste atenção ao folheto “**10 Dicas para Sensibilizar e Educar para a Igualdade**”. Afixe-o num local onde o possa ver diariamente e não se esqueça que os seus comportamentos devem traduzir estas dicas!
3. Aproveite estes materiais para partilhar momentos de reflexão com a sua família e para envolver as crianças nesta discussão de ideias, ensinando-lhes o valor do respeito e da igualdade.

Em que consiste a história?

A Benedita é uma menina que não se identifica com as características socialmente atribuídas às meninas (como, por exemplo, ser sensível e sonhadora), nem com as atividades ou brincadeiras tipicamente associadas a estas, como a dança. Com esta história, pretende-se ilustrar a forma como as crenças que construímos para classificar o que as meninas e os meninos devem ser e fazer, podem ser redutoras e limitar a liberdade e as oportunidades das crianças.

O que deve saber:

As crenças relativamente às características e comportamentos que são considerados aceitáveis/adequados para meninos ou para meninas não têm em conta as características particulares de cada criança, que tem seguramente interesses e características pessoais e que, em alguns casos, são diferentes das crianças com quem se relacionam – meninos e meninas – e, em outros casos, são semelhantes.

Por essa razão, **a criança deve ser valorizada e estimulada de acordo com as suas próprias características e com os seus interesses particulares** e não deve ser limitada a crenças como “as meninas são melhores a cuidar das outras pessoas” ou “os meninos não praticam dança”.

Estas crenças não representam todas as meninas, nem todos os meninos, e muito menos cada um/a em particular.

De facto, alguns meninos não gostam de dançar, mas existem meninos que gostam. Por seu turno, o ato de cuidar não deve ser exclusivo das meninas, devemos, pelo contrário, ensinar desde cedo às crianças (a todas!) a importância de cuidar das pessoas com quem nos relacionamos e de as respeitar.

Para tal, é importante que as mães, pais, avós, avôs ou outras pessoas significativas, demonstrem como cuidam umas das outras, na medida em que as crianças são capazes de reproduzir comportamentos positivos que observaram nas pessoas que lhes são mais próximas.

Lembre-se:

Não existem regras universais sobre o que meninas e meninos devem ser e fazer!

Cada pessoa é única, mas deve ser tratada de forma igual, com o mesmo respeito e direito às mesmas oportunidades.

É importante que as crianças experimentem diferentes atividades, uma vez que irão adquirir competências diferentes em cada uma, as quais são determinantes para a sua aprendizagem e crescimento.

É igualmente importante aceitar as suas características e interesses, valorizando-os e estimulando-os!

Cada pessoa  é única e especial!



Anexos da atividade



Benedita, a Pirata à conquista da Igualdade!

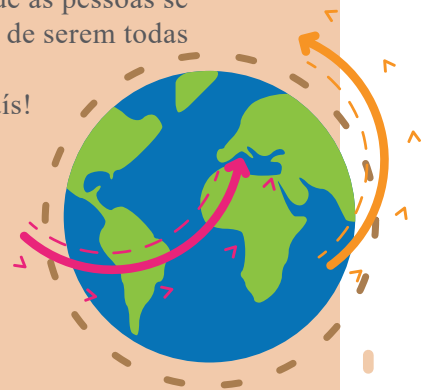


A Benedita tem 10 anos e, ao contrário da maioria das meninas da sua idade, já viveu em três países diferentes, devido ao emprego da mãe, que as obriga a mudar de malas e bagagens sempre que surge uma nova oportunidade.

De cada vez que inicia uma nova aventura, a Benedita tem de fazer novos amigos, aprender a falar a língua desse país e perceber como é que as pessoas se relacionam. É curioso como as pessoas são tão diferentes, apesar de serem todas pessoas...

Mas a Benedita acha que isso é o mais divertido em mudar de país!

Os pais da Benedita costumam dizer-lhe que ela é uma menina do Mundo e que essa é uma vantagem para ela se relacionar melhor com as pessoas, ainda que, por vezes, isso a possa deixar baralhada. A Benedita nunca tinha percebido muito bem o que os pais queriam dizer com essa afirmação, até ao dia de hoje.



— *Espera lá: mas o que terá acontecido hoje?*

Pois bem, hoje foi o primeiro dia de escola da Benedita desde que a sua família regressou a Portugal, o país onde os pais cresceram. Com aquele friozinho na barriga que sente sempre que inicia uma nova aventura, decidiu perguntar a um grupo de meninas, que deambulavam pelo recreio, se podia brincar com elas. Inesperadamente, as meninas disseram-lhe que não, enquanto seguiam caminho sem olhar para trás. Confusa e a sentir-se sozinha, Benedita decidiu então procurar outro grupo para brincar.

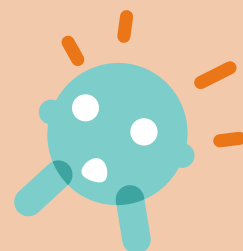
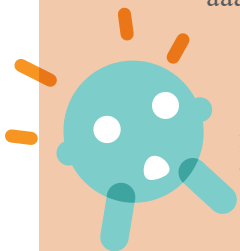


Perguntou aos meninos que se encontravam no recreio se podia jogar à bola com eles. Estes pararam de jogar, levantaram a cabeça em simultâneo e olharam-na com curiosidade. O grupo de meninas que anteriormente havia recusado, encontrava-se agora sorrateiramente à escuta, espreitando a menina com um olhar reprovador. Quase que conseguiram ouvir o “aaahhh” que soltaram na sua mente...



Perante a reação surpreendida e inesperada dos meninos e das meninas, Benedita perguntou o que tinha a sua questão de errado.

Olívia, a mais refilona do grupo, intrometeu-se na conversa e, em jeito de reprimenda, apressou-se a dizer-lhe que as meninas não jogam à bola; essa é uma brincadeira exclusiva dos meninos!



Ainda mais confusa, a Benedita perguntou qual era a justificação, ao que Olívia respondeu:

– Os meninos jogam futebol ou à luta e as meninas brincam às casinhas ou aos desfiles de moda. Aqui é assim que as coisas funcionam!

Antes que a menina tivesse tempo de contestar, acrescentou ainda:

– E tenho a certeza que cairias ao chão na primeira vez que tocasses na bola.

Nesse momento, as restantes meninas do grupo colocaram a mão sobre a boca, na esperança de abafar o riso trocista, enquanto a Benedita olhava incrédula para a Olívia. Foi então que lhe ocorreu a afirmação que os pais lhe diziam – tantas e tantas vezes.

Calmamente, sentou-se e explicou:

– Sabes, antes de vir para esta escola, eu vivia num sítio onde todas as crianças podem brincar ao que quiserem.

Nesse sítio, não existem regras que te proibam de brincar disto ou daquilo...

– Parece-me muito interessante

acrescentou um menino que ouvia atentamente.

Chamava-se Rodrigo e estava muito curioso.

– E é mesmo! Queres saber mais sobre os sítios onde vivi? Podes sentar-te aqui perto de mim.

respondeu a Benedita.

Rodrigo aproximou-se. Os outros meninos seguiram-no imediatamente.

– Podem brincar a tudo, mesmo tudo?

questionou o Rodrigo, desconfiado.

– Sim, mesmo a tudo!

O que importa é o que cada um gosta de fazer.

Não existem regras sobre quem brinca com casinhas ou quem joga futebol. Esse tipo de coisas não é importante,

desde que as crianças se divirtam e sejam felizes!

Todos podemos escolher a brincadeira e não ficamos preocupados com o que os outros vão pensar.

Atenta aos olhares espantados e, ao mesmo tempo, desconfiados, a Benedita acrescentou:

– Por exemplo, tinha uma amiga, a Eleanor, que gostava de inventar coreografias de dança, mas eu não gosto mesmo nada de dançar.

Então, nesses momentos ficava apenas a observar ou ia brincar a outra coisa e, no final, voltávamos a ser amigas e a fazer outras coisas.

Todas as crianças respeitam a vontade de cada uma brincar ao que entender.

– E se um menino quiser brincar aos desfiles de moda?

lançou Rodrigo, a medo.





– *Se quiser brincar, brinca. Qual é o problema?*
Benedita parecia realmente não entender.

– *Mas essa é uma brincadeira de meninas!
Não vai ser chamado de menina?*
interrogou o menino.

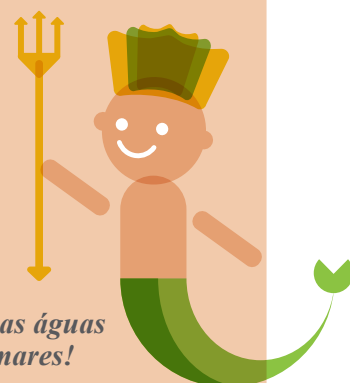
– *Um menino passa a ser uma menina
só porque gosta de brincar aos desfiles de moda?
Que disparate!*

Benedita soltou uma gargalhada bem sonora. Não conseguia entender a lógica das regras desta escola.

– *Costumavas brincar a quê, nesse sítio?*
perguntou uma menina mais tímida, que a Benedita descobriu chamar-se Anabela, embora todas as pessoas a tratassem apenas por Bela.

– *Na minha brincadeira favorita, eu costumava fingir ser uma pirata,
enquanto o meu melhor amigo, o Oliver, fingia ser um tritão*.*
Na realidade não era bem a fingir,

porque eu sou mesmo muito mais aventureira do que o Oliver!
sem pestanejar, Benedita colocou-se de pé e mostrou aos outros como era capaz de executar movimentos ágeis e velozes, como uma verdadeira pirata.



– *Ele não gosta nada de espadas... prefere usar os búzios para acalmar as águas agitadas e para adormecer os piratas que lutam contra o reino dos mares!*
acrescentou a menina, enquanto rodopiava, imitando o amigo.

– *A sério?*

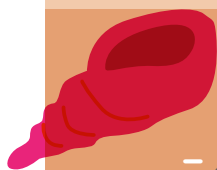
perguntou Rodrigo uns decibéis acima do tom esperado, uma vez que queria que a questão permanecesse apenas no seu pensamento.

Ao sentir os olhares postos em si, acrescentou num misto de coragem e confusão:

– *Isso soa-me um pouco estranho,
porque as meninas costumam gostar mais de fingir ser sereias e princesas.*

– *Sim, e os meninos costumam ser mais corajosos e aventureiros.
Estão sempre à procura de sarilhos!*
acrescentou a Olívia, determinada...

– *Além disso, não consigo compreender como é que o teu melhor amigo era um menino e não uma menina. Tu és mesmo estranha.*



*Tritão: representação masculina da sereia.

Benedita franziu a testa, enquanto tentava assimilar o que acabavam de lhe dizer. Depois de alguns minutos, contestou:

– Isso não faz sentido. Não podemos dizer que todas as meninas gostam de fantasias, nem que todos os meninos são corajosos e gostam de sarilhos! Se assim fosse, todas as meninas do mundo seriam iguais e todos os meninos também, o que não é nada, mas mesmo nada, verdade!

Isso não seria nem um pouco divertido.

*Cada pessoa deve ser livre de ser como é e não podemos dizer-lhe que tem de ser igual a alguém só porque também é um menino ou uma menina!
Os meus pais ensinaram-me que a isso se chama Diversidade!*

Todas as crianças arregalaram ainda mais os olhos, espantadas com a forma como Benedita falava.

Parecia ser uma líder...

Falava sem receio de ser troçada e gostava de aventuras e de mistérios!

Teve coragem de assumir gostar de outras brincadeiras, sem pestanejar...

Isso era extraordinário!

Enquanto escutava atentamente o que a Benedita dizia, Olívia questionou-se se, nos países onde Benedita viveu, as meninas eram todas assim. Não via qualquer problema nisso; até gostava da nova menina e desejava ser amiga dela, mas decidiu que nunca iria fingir ser uma pirata.

Definitivamente preferia ser uma sereia, com uma barbatana delicada e uma beleza única...

Foi então que percebeu que Benedita tinha razão! As meninas não são todas iguais e ainda bem. Mas todas devem ter as mesmas oportunidades que os meninos, porque só assim será um mundo justo!

O pensamento de Olívia foi interrompido quando Benedita se dirigiu a ela:

– Olívia, disseste-me que sou estranha por ter um melhor amigo e não uma melhor amiga. Fiquei um pouco baralhada. Podes explicar-me qual é a estranheza disso?

Uma vez mais, determinada, Olívia respondeu:

– Absolutamente nenhuma!

A conversa continuou durante todo o intervalo, com muitas questões e expressões de surpresa à mistura...

Enquanto partilhava as suas experiências, a Benedita reparou que as meninas se haviam juntado aos meninos e que todos trocavam as suas ideias, planeando novas brincadeiras com um entusiasmo contagiante.

Nesse momento, percebeu que o mundo era um lugar difícil, onde é necessário desconstruir as ideias calmamente, para que todas e todos possam ser livres de serem e de fazerem o que realmente gostam!

Afinal de contas...

**Cada pessoa
é única e especial!**



Estimule a reflexão e facilite recursos iguais.

Proporcione as mesmas oportunidades de aprendizagem às meninas e aos meninos da sua família.

É importante que estimule a(s) criança(s) desde cedo, facilitando a leitura de livros, partilha de ideias, jogos e atividades iguais.

3

Incentive o estudo de forma igual.

“Os meninos são melhores a matemática e as meninas a português”. Isto não é universal; depende das nossas características individuais, do nosso investimento, entre outros fatores. Não limite o percurso da(s) criança(s).

Incentive-a(s) a estudar todas as disciplinas e ajude-a(s) a combater as dificuldades!

2

Seja um exemplo positivo!

As famílias são modelos importantes para as crianças. Mostre-lhes que todas as pessoas merecem ser respeitadas e incentive-as a seguir o exemplo.

1

Ensine os valores do respeito e da igualdade.

Eduque a(s) criança(s) para respeitar(em) todas as pessoas, independentemente das diferenças que nos caracterizam. Todas as crianças devem ter as mesmas oportunidades e responsabilidades e merecem o mesmo respeito. Esta é a melhor forma de combater a desigualdade e a violência!

10

A violência não é aceitável em nenhuma circunstância!

Não existem situações em que a violência é aceitável ou “normal”: nem entre meninos, nem entre meninas, nem de meninos contra meninas ou de meninas contra meninos. Ensine este princípio à(s) criança(s) e diga-lhe(s) que pode (m) confiar em si para ajudar!

9

Não utilize estereótipos de género; ajude a desconstruí-los.

Os meninos choram e nem todas as meninas sonham em casar. Cada criança é única e especial, com características, interesses e objetivos diversos e particulares.

Não reduza a criança ao que “um/a menino/a tem de ser e fazer...”.

8

As emoções não têm género!

As emoções e sentimentos são essenciais no nosso desenvolvimento e devemos, desde cedo, aprender a expressá-las e a lidar com elas de uma forma saudável. Meninas e meninos podem estar tristes e chorar, felizes, com medo e até estarem chateados, sentirem raiva.

Ensine a(s) criança(s) a partilhar as emoções consigo e valorize-as sempre!

7

Em casa, atribua tarefas iguais!

Não existem tarefas de menino e tarefas de menina. Todas as crianças podem experimentar diferentes tarefas e perceber de quais gostam mais. Ajude-a(s) a tentar, sem reservas.

5

Os brinquedos são de todas as crianças!

As meninas podem gostar de robôs e de super-heróis e os meninos de princesas e de cozinhas de brincar! Todas as crianças devem ter tempo para brincar e para experimentar diferentes brinquedos e jogos, que promovam a aprendizagem e estimulem as competências individuais e de relação!

Muito importante: brinque com a(s) criança(s) ao que ela(s) quiser(em), sem estereótipos!

6

Respeite os interesses e as escolhas.

Os meninos podem frequentar aulas de dança e as meninas aulas de artes marciais. É importante explorar os interesses da(s) criança(s), de modo a garantir que lhe(s) vai proporcionar uma atividade geradora de bem-estar!

4

10 DICAS PARA SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA A IGUALDADE





TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

PLANEAR AFETOS



COMO É QUE AS **CRIANÇAS** PODEM AJUDAR AS SUAS FAMÍLIAS A PERCEBER A IMPORTÂNCIA DE **CUIDAR DAS RELAÇÕES?**

Já pensaste como seria divertido teres sempre atividades e tarefas diferentes para fazer com a tua família?

Sabemos que nem sempre as crianças e as pessoas adultas têm ideias para fazer algo diferente, mas nós decidimos **ajudar-te a divertires-te com a tua família!** Também te vamos ajudar a ter **mais responsabilidades** em casa.

Para isso, criámos dois calendários com diferentes ideias de atividades e tarefas para fazer em família: **um calendário** para ti e **um calendário** para as pessoas adultas que cuidam de ti.

Afixa-os num local onde os possas ver e controlar:

1. Quando a atividade for cumprida, desenha um sorriso;
2. Quando a atividade não for cumprida, desenha uma cara triste. E não te esqueças de perguntar à tua família se podem fazer essa atividade em outro dia à vossa escolha.



Incluimos ainda **um calendário em branco**, para que, em família, possam preenchê-lo com ideias vossas! **Façam aquilo que mais gostam em conjunto!**



TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

PLANEAR AFETOS



COMO É QUE AS **FAMÍLIAS** PODEM CONTRIBUIR PARA UM **DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DAS CRIANÇAS?**

A atividade Planear Afetos consiste em promover atividades positivas entre a criança e a família.

Para tal, disponibilizámos 3 calendários – um para a criança, um para a família (pessoas adultas que cuidam da criança) e um calendário em branco, para que, em conjunto, possam preenchê-lo com as atividades que mais gostam. O envolvimento da criança neste planeamento é muito importante, pois permite promover a sua autonomia e melhorar a relação com a família.

O objetivo dos calendários é criar uma rotina de partilha e confiança.

Todos/as se devem responsabilizar pelo cumprimento da atividade, se não houver possibilidade de realização da atividade nesse dia, é importante que, em conjunto, seja encontrada, na agenda familiar, outra oportunidade para a realização da mesma.

Recordamos que, para um crescimento saudável da criança, é importante que as famílias tenham disponibilidade para:

- 1.** Brincar, pelo que foram criadas atividades divertidas;
- 2.** Se envolverem no seu percurso escolar, pelo que sugerimos algumas atividades de acompanhamento do estudo, não só para antecipar dificuldades, como também para reforçar positivamente os esforços da criança e demonstrar o seu interesse;
- 3.** Criar um canal de comunicação que permita partilhar, de forma segura e confortável, acontecimentos do dia-a-dia da criança, preocupações e emoções – positivas e negativas;
- 4.** Dar autonomia às crianças e ensiná-las a assumir responsabilidades desde cedo, pelo que também são sugeridas atividades que implicam a colaboração da(s) criança(s) nas tarefas domésticas, assim como a sua participação em preocupações sociais.



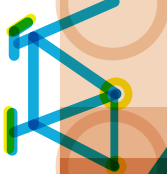
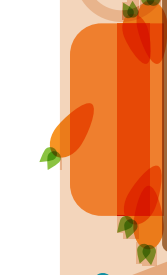
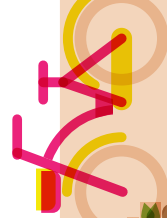
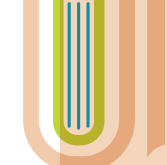
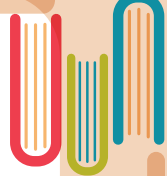
Anexos da atividade



TEMPO PARA SER EM FAMÍLIA!

Crianças

Logo pela manhã, dá um abraço apertado a quem vive contigo!	Conversa com a tua família sobre a HORA DE SER!	Antes de adormeceres, pede que te leiam uma história!	Conta-lhes algo que tenhas aprendido hoje!	É véspera de fim-de-semana: façam pipocas e assistam a um filme!	Ajuda a preparar o pequeno-almoço!	Façam um piquenique num parque ou jardim.
Pede à tua família para veres fotografias tuas em bebé.	Faz um desenho para a tua família ou escreve-lhes um poema!	Arruma todos os brinquedos e material escolar!	Deixa-lhes um bilhete especial no quarto, sem que ninguém veja.	Pede à tua família que te ensine uma brincadeira da infância deles/delas!	Arranjem um papagaio de papel e soltem-no ao ar livre!	Pede-lhes para darem um passeio na praia ou no parque.
Dedica algum tempo a estudar; toma a iniciativa e não esperes que te digam!	Conversa com a tua família sobre o teu dia. Aproveita para falar do que te deixa triste, feliz, com medo...	Antes de jantar, pede-lhes para brincarem contigo. Escolhe a brincadeira!	Pede-lhes que te jogarem um jogo em que todos/as participem!	Antes de adormeceres, diz-lhes o quanto gostas deles/delas!	Façam panquecas para o pequeno-almoço!	Façam uma atividade ao ar livre, como andar de bicicleta.
Prepara-te para a escola sozinho/a! Mostra que és responsável.	Deixa um post-it simpático no frigorífico.	Façam um trabalho manual em conjunto, como por exemplo um origami ou pintar uma tela.	Pede-lhes que te contem uma história de quando eras bebé.	Gostas de bolos? Pede para fazerem um e ajuda!	Tirem uma fotografia e imprimam-na. Coloca-a num local onde todas as pessoas a possam ver!	Vão comer um gelado a um sítio agradável!



TEMPO PARA SER EM FAMÍLIA!

Família

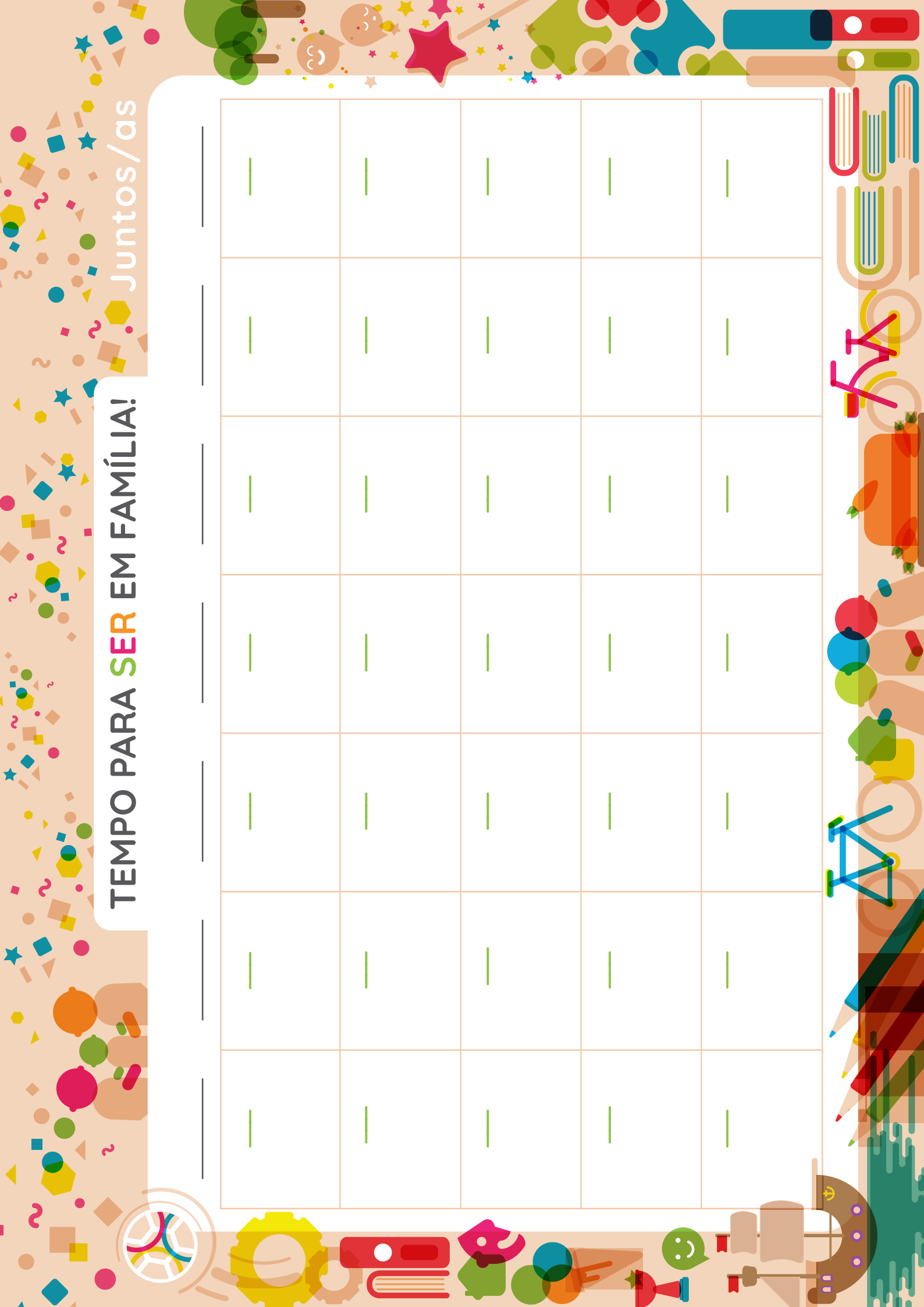
Dê-lhe um beijo de "bom dia". E faça deste ato uma rotina!	Ajude-o/a com os trabalhos de casa.	Dê-lhe um abraço apertado.	Ensine-o/a a partilhar.	Brinque com ele/ela ao seu jogo favorito.	Façam juntos/as um passeio de bicicleta (ou a pé).	Tomem o pequeno-almoço em família!
Diga-lhe que confia nele/a.	Converse com ele/ela sobre o seu dia de escola.	Dê-lhe um beijo de "boa noite". E faça deste ato uma rotina!	Escolham um brinquedo ou peça de roupa para doar.	Assistam a um filme juntos/as no sofá!	Convide-o/a a colaborar nas tarefas domésticas.	Façam um piquenique!
Deixe-lhe um "ADORO-TE" na mochila.	Incentive-o/a a manter boas relações com os/as amigos/as.	Leia-lhe uma história antes de adormecer.	Ensine-o/a a ajudar quem tem mais dificuldades.	Joguem a um jogo de tabuleiro!	Praticuem desporto no parque mais próximo.	Preparem juntos/as uma refeição especial.
Façam um puzzle juntos/as.	Ensine-o/a a saber escutar os outros!	Elogie também as pequenas conquistas! E pratique o elogio diariamente.	Atribua-lhe uma tarefa de responsabilidade.	Ensine-lhe uma brincadeira da sua infância e divirtam-se!	Façam juntos/as panquecas para o pequeno-almoço!	Ajude-o/a a organizar a semana de aulas!
Relembre-lhe que o seu amor não depende dos resultados escolares.	Escrevam um postal para alguém especial!	Diga-lhe que ele/ela é único/a e especial!	DIGA-LHE O QUANTO GOSTA DELE/A, TODOS OS DIAS!!			



TEMPO PARA SER EM FAMÍLIA!

Juntos/as

—	—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—	—
—	—	—	—	—	—	—	—





TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

UM FINAL À NOSSA ESCOLHA



COMO É QUE AS **CRIANÇAS** PODEM AJUDAR AS SUAS FAMÍLIAS A PERCEBER OS **EFEITOS DA VIOLÊNCIA?**

Contamos contigo para ajudares a tua família a perceber as consequências que a violência pode ter na vida de uma criança.

A tua ajuda é muito importante, por isso é que pedimos a tua colaboração!

Alinhas neste desafio?



Boa, vamos lá então!

O que tens de fazer é simples:

Pede à tua família para lerem, **em conjunto**, a história que está na página seguinte, num sítio sossegado e com tempo para trocarem ideias. Depois, queremos que tu e a tua família escrevam o final da história e lhe dêem um título!

Fácil, não é?

Mas lembra-te: primeiro devem ler a história com atenção e falar sobre as consequências que a violência teve na vida do Vicente (a personagem da história da página seguinte). Só depois é que avançam para a escrita do final.

Se quiseres, podes ainda fazer um desenho para ilustrar a história!

E não te esqueças de uma coisa importante: a história não tem título. Queremos que sejas tu e a tua família a criar um, depois de terem terminado o final.

HISTÓRIA:

• • •

O Vicente tem 8 anos e não gosta de jogar futebol, nem de andar às lutas. Por essa razão, algumas crianças da escola gozam com ele. Dizem-lhe que é uma menina e recusam-se a brincar com ele nos intervalos, deixando-o quase sempre sozinho. Quando este grupo passa pelo Vicente, chamam-lhe “Vicentina” e riem-se muito alto, enquanto algumas das crianças lhe dão encontrões.

O Vicente tem medo e sente-se muito triste e envergonhado por causa do que lhe está a acontecer. Já não quer brincar a nada e pensa que ninguém gosta dele. Por vezes, tem pesadelos durante a noite com as gargalhadas das crianças e, quando acorda, não quer ir à escola.

À hora do jantar, a família do Vicente percebeu que o menino esteve a chorar e que tem estado muito irritado nos últimos tempos. Decidiram então conversar com ele, para saber o que se passa...

Querem ajudá-lo a ser outra vez um menino feliz!

O que é que a família do Vicente lhe disse e como pode ajudá-lo?



TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

UM FINAL À NOSSA ESCOLHA



COMO É QUE AS **FAMÍLIAS** PODEM AJUDAR AS CRIANÇAS A PERCEBER OS **EFEITOS DA VIOLÊNCIA?**

1. **Em família**, num local sossegado e com tempo disponível, leiam a história do Vicente;
2. Ajude a criança a refletir sobre os efeitos que a violência teve na vida da personagem;
3. Terminem, em conjunto, o final da história;
4. Atribuem um título à história.

O objetivo desta atividade é promover a capacidade da criança se colocar no lugar da pessoa que foi vítima de violência, ajudando-a a perceber as consequências da violência e como pode receber ajuda numa situação deste tipo. Solicitamos a vossa colaboração para a ajudar a terminar a história e para reforçar, diariamente, a convicção de que pode contar com a família para partilhar situações positivas e negativas da sua vida!

Durante o Programa Hora de SER, foram trabalhadas diferentes formas de violência e o impacto que estas podem ter na vida das pessoas. Pretendemos que as crianças se afastem da ideia de que apenas a violência física pode ter consequências e ensinar-lhes que qualquer forma de violência é grave e inaceitável.

Contamos com a vossa colaboração para ensinar às vossas crianças a não tolerarem quaisquer comportamentos violentos e outros atos ou ações que possam provocar, de forma intencional, sofrimento a outra pessoa.

No Programa Hora de SER, ensinámos ainda as crianças a pedir ajuda no caso de serem vítimas ou de testemunharem uma situação de violência, minimizando o impacto que esta pode ter e contribuindo para a prevenção de novas situações de violência. O objetivo é que as crianças saibam como e onde podem pedir ajuda. **Pretendemos ainda que, nestas situações, as crianças recorram mais à família como fonte de proteção e de segurança.**



TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

UM CÓDIGO SECRETO



COMO É QUE AS **CRIANÇAS** PODEM SENSIBILIZAR E EDUCAR AS FAMÍLIAS PARA A **SEGURANÇA**?

Sabias que existem situações em que as crianças podem estar em perigo?

As crianças podem estar mais desprotegidas em algumas situações. Por isso, decidimos ajudar-te a ...

Definir uma palavra ou senha secreta com a tua família.

Desta forma, vais estar em maior segurança e a tua família vai ficar mais tranquila!

Combina uma palavra ou senha secreta com a tua família, para usares sempre que te sentires em perigo. **Isso ajuda as tuas pessoas adultas de confiança a saber e a ajudar-te!**

Define com a tua família em que situações deves usá-la. Alguns exemplos são:

1. Uma pessoa adulta diz-te que é amigo/a da tua família e que lhe pediram para te ir buscar à escola. Nesta situação, deves perguntar a essa pessoa qual é a palavra secreta. Se a pessoa souber, significa que a tua família lhe disse qual é e estás em segurança. Se não souber, não a acompanhes! Pede antes para telefonares a alguém da tua família e conta-lhe o que está a acontecer. Se for possível, chama alguém para te ajudar!
2. Está um grupo de meninos/as a incomodar-te e precisas da ajuda da tua família. Podes telefonar-lhes e dizer a palavra secreta. Eles/elas vão entender do que se trata e o grupo não vai perceber que pediste ajuda. Mas antes de a tua família chegar, procura ajuda de alguém ou desloca-te para um sítio onde estão outras pessoas.

A palavra ou senha secreta significa que apenas tu e alguém da tua família (quem escolheres) vão saber qual é!



* * * * *



Deves sempre garantir que te lembras dela. E não te esqueças: se a palavra ou senha secreta tiver sido revelada a alguém, inventem outra!



TEMPO PARA **SER** EM FAMÍLIA

UM CÓDIGO SECRETO



COMO É QUE AS **FAMÍLIAS** PODEM SENSIBILIZAR E EDUCAR PARA A **SEGURANÇA?**

Esta atividade é muito simples e consiste apenas em definir uma palavra ou senha de segurança com a criança.

Esta palavra ou senha deverá ser utilizada pela criança em situações em que se sinta em perigo. Definir uma palavra ou senha de segurança permite criar uma aproximação família-criança, através da partilha e da promoção da confiança e segurança. O objetivo é ainda mostrar à criança que pode contar com a família para a proteger.

Assim:

1. Defina com a criança a palavra ou senha de segurança;
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/o a pedir a palavra (ou senha) de segurança sempre que alguém se diz passar por amigo da família, com o objetivo de a/o levar a algum local;
 - Se ele/ela estiver sozinho/a em casa por alguns momentos, ensine-o/a a pedir a palavra (ou senha) de segurança antes de abrir a porta.



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.



Atividades para profissionais



Atividade/Ação 1: CÍRCULO DO ELOGIO

Objetivos específicos:

- Promover interações positivas entre as crianças do grupo;
- Desenvolver a consciência de grupo e reforçar a diversidade inerente ao grupo como algo positivo .

Duração:

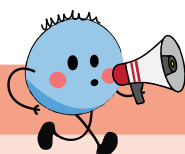
- 30-45 minutos

Tipo de atividade:

- Técnicas de expressão artística;
- Exercício de afirmação;
- Chuva de ideias .

Materiais:

- Figura de Boneco
- Material para colorir;
- Outros materiais (revistas, jornais, massas, arroz);
- Fita-cola .



SUPER DICA

Esta atividade/ação poderá ser replicada semanalmente, se a/o profissional de educação assim entender, reforçando a sua importância nas interações que as crianças têm entre si, quer em contexto educativo, quer em outros contextos.

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO



Esta atividade/ação é constituída por três passos, a saber:

PASSO I: Distribua pelas crianças a figura de boneco. Peça-lhes que desenhem/pintem/decorem (n)a figura de boneco, procurando que essa imagem as represente. Disponibilize lápis, marcadores e outros materiais.

PASSO II: Depois de todas as crianças terminarem o passo anterior, solicite que se sentem em círculo – no chão ou em cadeiras. Explique que cada criança deverá identificar uma característica positiva na/o colega que está sentada/o imediatamente ao seu lado direito, criando, deste modo, um momento de elogio (“Eu acho que és ...”). A/O profissional deverá, em seguida, escrever essa mesma característica positiva na figura de boneco da criança elogiada. Este passo deve ser repetido até que todas as crianças sejam abrangidas.

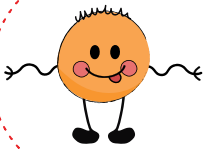
PASSO III: No final, reúna todos os bonecos, já desenhados/pintados/decorados e com o respetivo elogio, e coloque-os numa parede da sala/espço, distribuindo-os de modo a que pareçam estar a dar as mãos. Termine com uma reflexão, tal e qual se sugere pela chuva de ideias abaixo apresentada.

PARA FACILITAR A DISCUSSÃO:



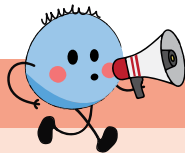
- Como se sentem quando uma/um amiga/o vos faz um elogio?
- E quando elogiam uma/um amiga/o, como é que isso vos faz sentir?

- Acham importante elogiar as outras pessoas? Porquê?
- Acham que devíamos fazer mais elogios?

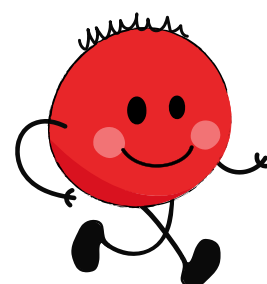


- Vocês elogiam a vossa família todos os dias?
- Conseguiriam elogiar pelo menos uma pessoa todos os dias?

SUPER DICA

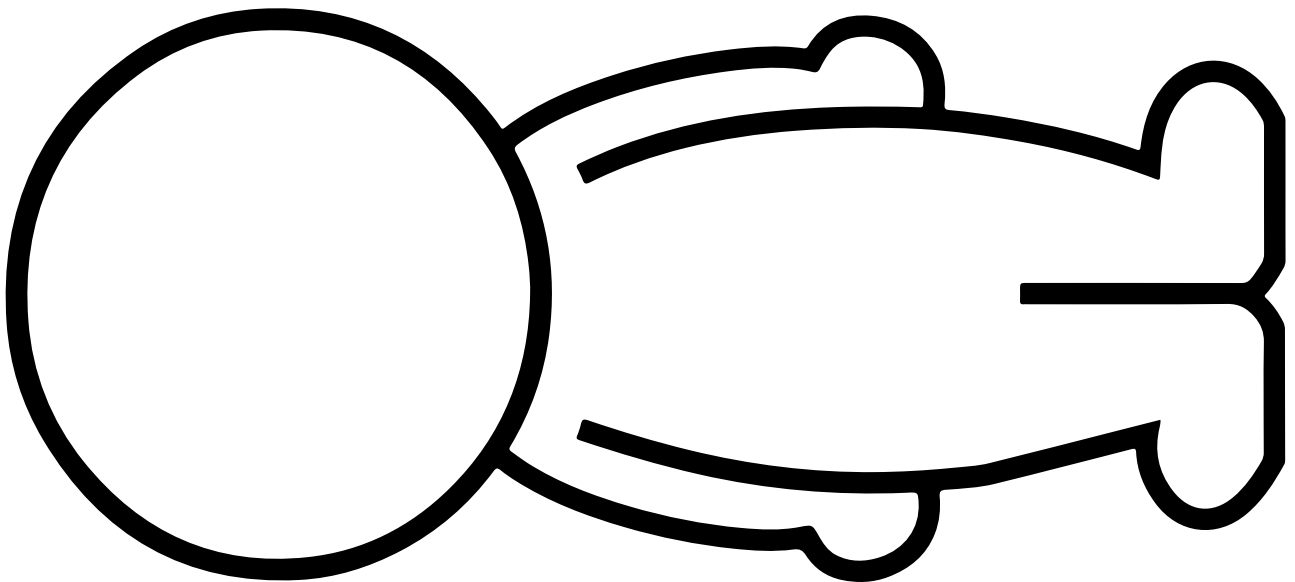
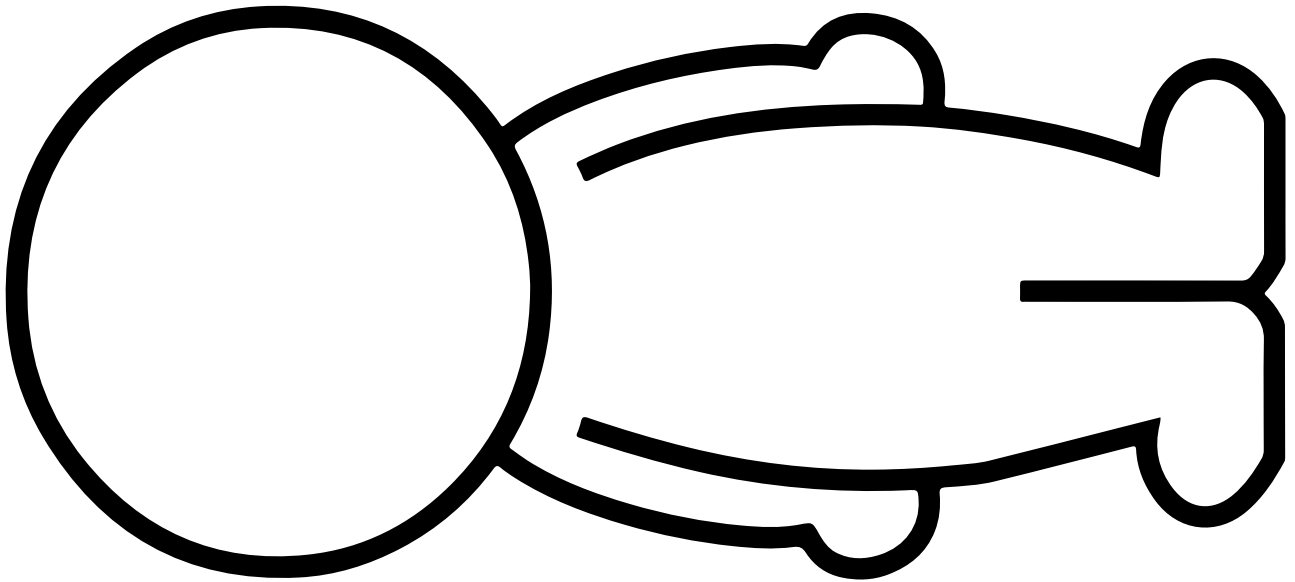


- No caso de nenhuma criança se oferecer para iniciar o momento do elogio, deverá ser a/o profissional a começar.
- As crianças tendem a descrever um comportamento ao invés de uma característica positiva. No entanto, a/o profissional deverá ajudar a fazer essa transformação para que, na figura do boneco, se escreva somente uma palavra (e.g.: o elogio “a Maria diz muitas piadas engraçadas” poderá transformar-se em “divertida” ou “engraçada”).
- Se alguma criança não quiser participar, não deverá insistir, devendo explicar que seria interessante e importante que todas/os ajudassem no momento do elogio. No final, volte a perguntar à criança se já se sente confortável para elogiar uma/um colega. Caso continue sem querer participar, peça aos restantes membros do grupo para dizerem uma característica positiva da outra criança.
- Se as crianças não se conhecerem previamente, é possível que não consigam identificar características positivas das/os colegas. Dê exemplos e peça o auxílio de todo o grupo (e.g.: “Não te conheço bem, mas pareces-me muito simpática/o”).



Anexos da atividade

Figura de Boneco



Atividade/Ação 2: ANIMAL MISTERIOSO

Objetivos específicos:

- Promover a empatia, a inclusão, a diversidade, o respeito e a tolerância;
- Abordar a deficiência como fator adicional de diferenciação social.

Duração:

- 30-45 minutos

Tipo de atividade:

- Técnicas de expressão artística;
- Leitura de histórias ou contos;
- Chuva de ideias .

Materiais:

- História “Animal Misterioso”;
- Animal Misterioso Completo
- Animal Misterioso Dividido
- Material para colorir;
- Fita-cola.

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO



Esta atividade/ação é constituída por quatro passos, a saber:

PASSO I: Explique às crianças que lhes será entregue um desenho a preto e branco que terão de colorir como quiserem, usando as cores que quiserem. Forneça, se necessário, material para colorir.

PASSO II: Após todas as crianças terem concluído o passo anterior, deverá recolher os desenhos e colá-los no chão, de modo a juntar o puzzle e criando o Animal Misterioso. Solicite às crianças que se sentem no chão, em círculo, à volta dos desenhos que formaram a personagem.

PASSO III: Informe que irá ler uma história.

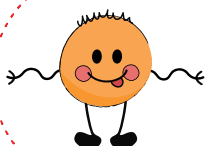
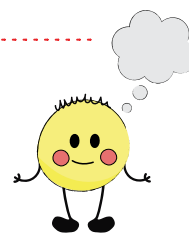
PASSO IV: Após a leitura, inicie a chuva de ideias, conforme as indicações abaixo.

PARA FACILITAR A DISCUSSÃO:



- **Gostaram de pintar o animal misterioso?**
- O que sentiu o Laranjinha, quando ninguém o quis conhecer?
- Porque é que as/os amigas/os tinham medo do Laranjinha, sem o conhecerem?

- **Foi fácil pintar, sem saberem que animal era?**
- Acham que existe algo que as/os impede de serem amigas/os?
- O que pensam da atitude do Lego?



- **Pintariam de forma diferente, agora que sabem que animal é?**
- Vocês fariam o mesmo que o Lego?
- Se fossem vocês, gostavam que uma/um amiga/o fizesse o mesmo?

Animal Misterioso

Olá! Sou o Lego e vou contar a história de como conheci o meu melhor amigo.

Era um bonito dia de sol e estava nas aulas, na escola dos pintainhos. A professora já tinha avisado, há cerca de uma semana, que iríamos ter um novo colega. Disse-nos também que ele tinha algumas diferenças, mas que não poderíamos ser maldosos com ele.

Quando a professora nos disse isto, eu fiquei muito confuso e perguntei a mim mesmo – “porque seria mau para um colega que não conheço?”.

Assim que ele chegou à sala, percebemos quais as diferenças que a professora falava: era uma raposa e as suas patas de trás eram duas rodas. Ficamos surpreendidas/os e muitos dos meus amigos e amigas ficaram com medo. Outros diziam que era estranho e que não pertencia ali.

Vou contar-vos um segredo: fiquei muito triste com os comentários que estavam a ter, pois ele pareceu-me ser muito simpático e sorridente.

Assim que começou o intervalo, decidi ir falar com ele. Ele estava sozinho, pois ninguém brincava com ele, nem tinham tentado conhecê-lo! Então, eu decidi brincar com ele e ser seu amigo.

..... 1-2 continua

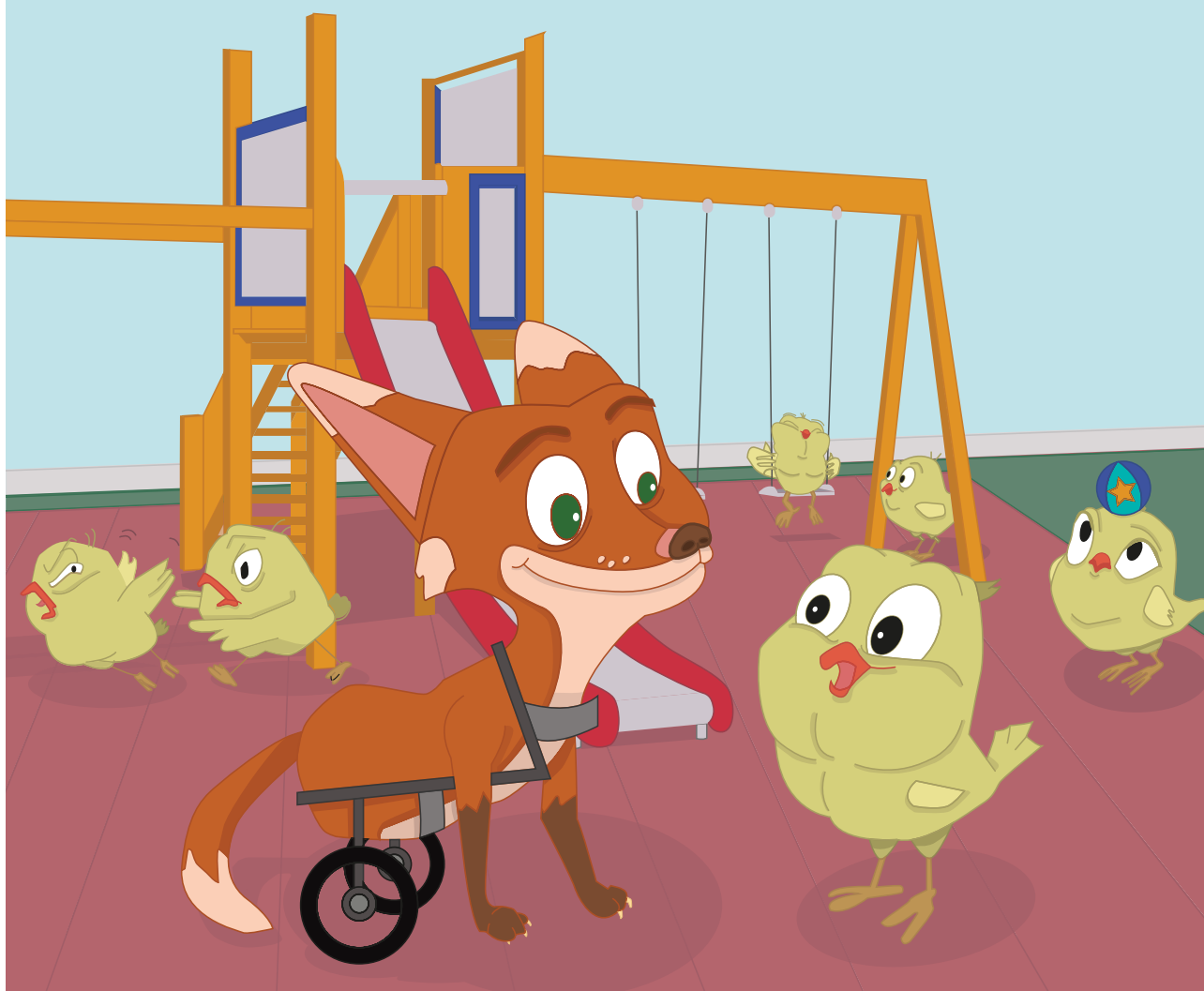
“Olá! Eu sou o Lego. E tu?”

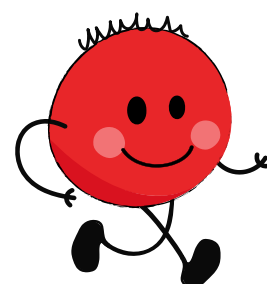
“Eu sou o Laranjinha, é um prazer conhecer-te” respondeu.

“És um pouco diferente de todos nós. Nós somos todos iguais, amarelos e de bico vermelho, mas tu não. É difícil ser diferente?” perguntou o Lego.

“Eu sei que parecemos diferentes, mas acho que podemos ter muitas coisas em comum, por exemplo: temos a mesma idade, gostamos de brincar, tenho dois olhos, um nariz e uma boca, tal como tu. Nem vocês são totalmente iguais. Já percebi que não gostas de jogar à bola e alguns teus amigos e amigas sim. No fundo, todos somos únicos e especiais à nossa maneira!” Respondeu-me.

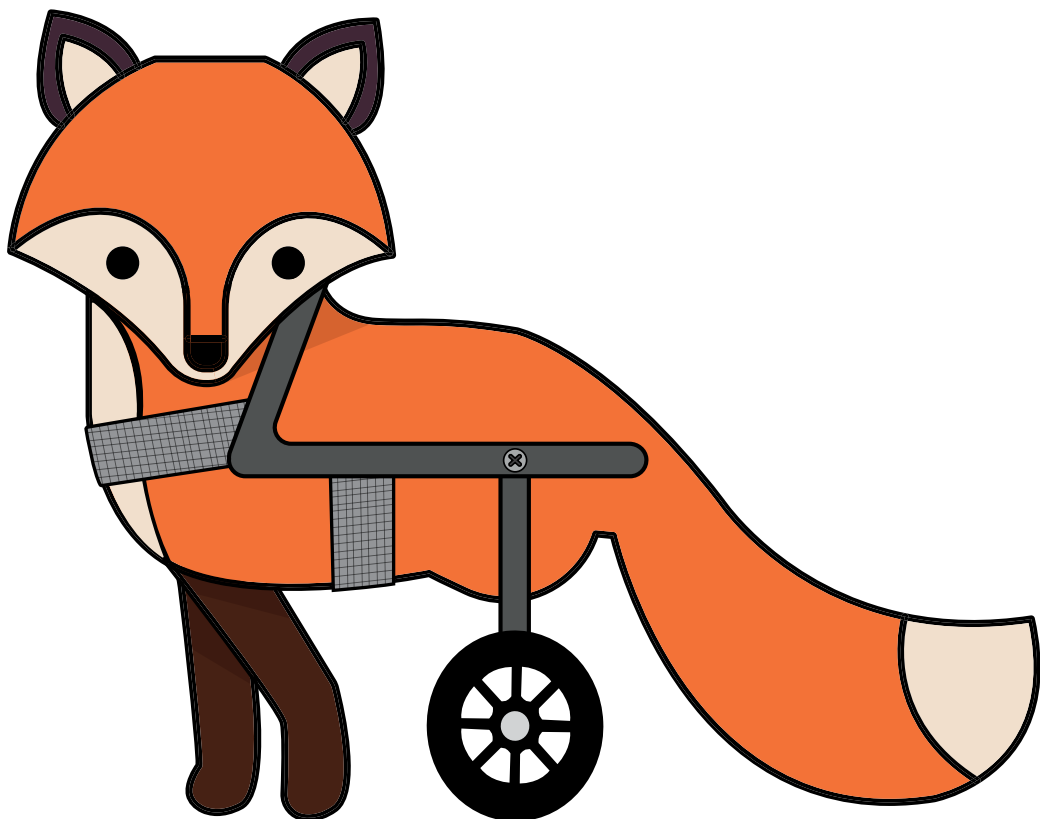
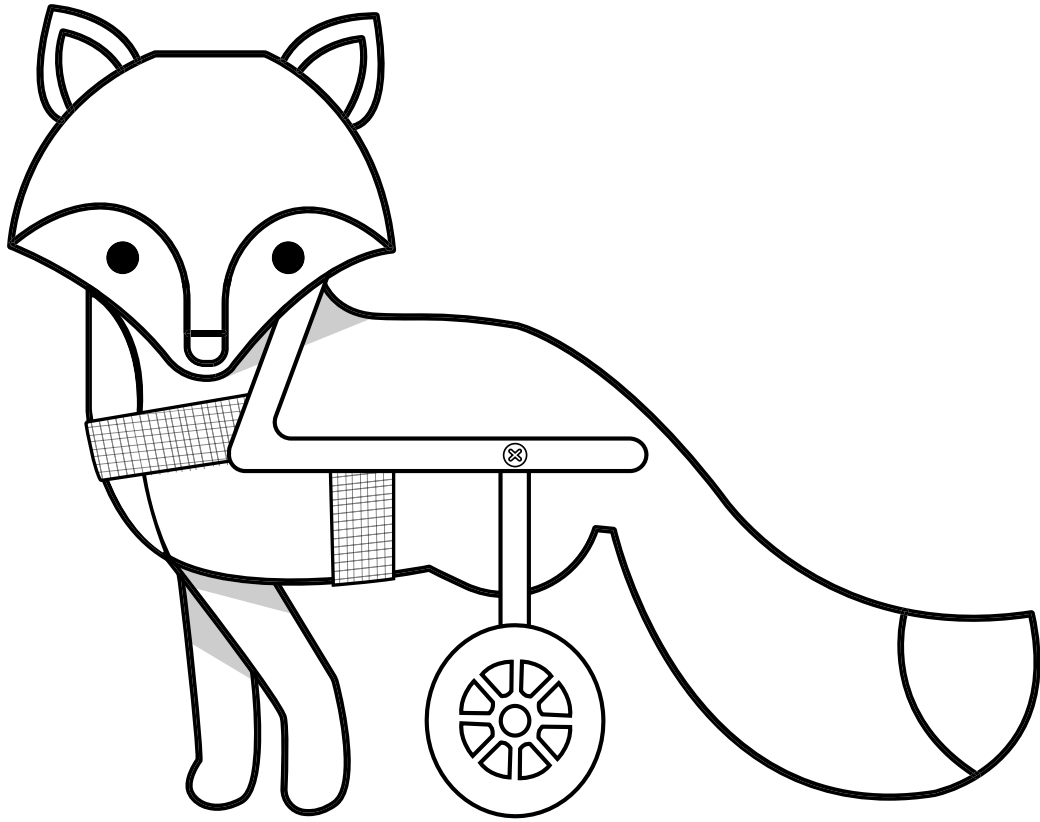
Fiquei um pouco pensativo, mas ele tinha toda a razão. A partir desse dia, ficamos amigos. Ele ensinou-me a brincar e eu a ele, partilhamos aventuras, sonhos e pensamentos. Somos verdadeiros amigos!



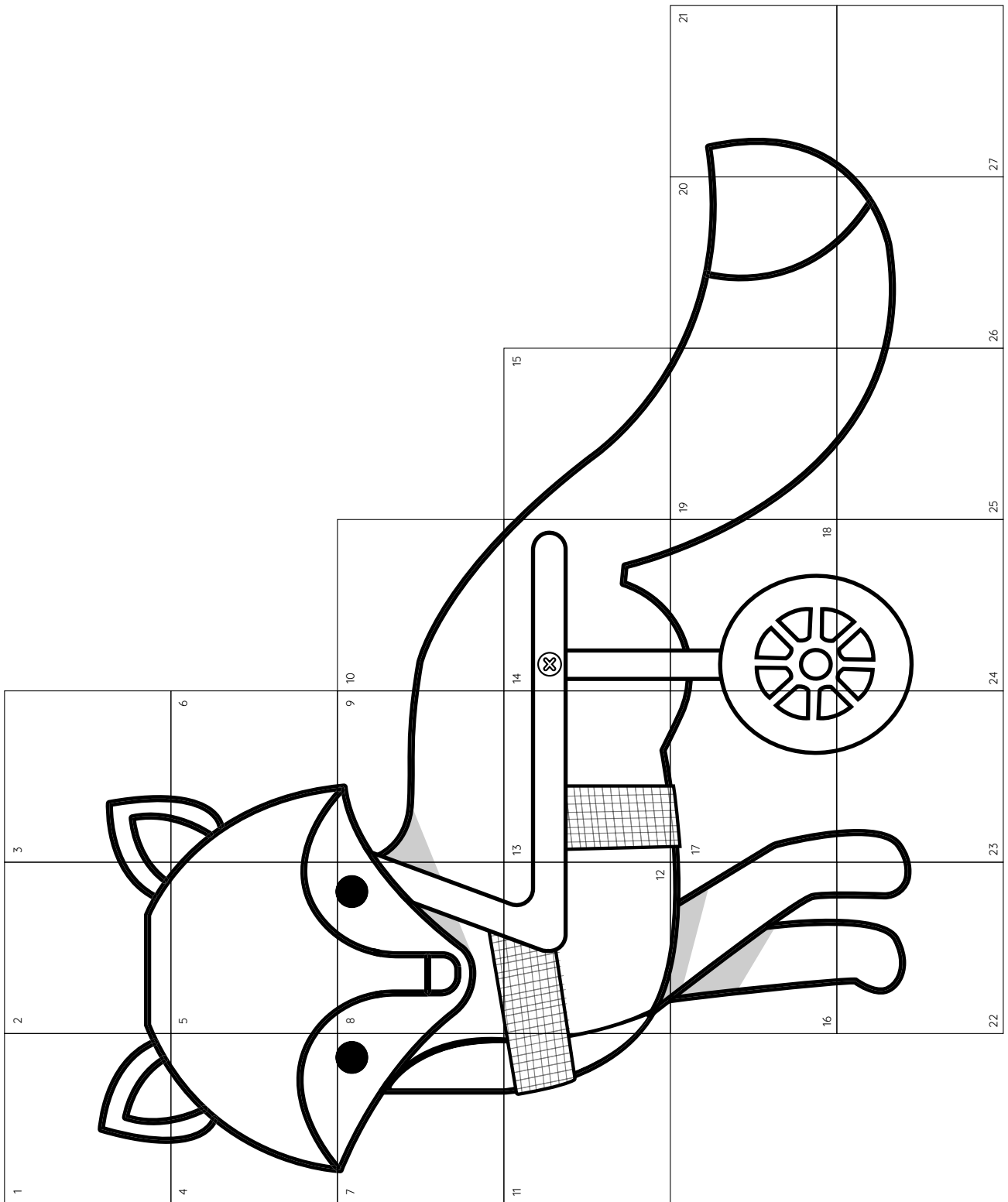


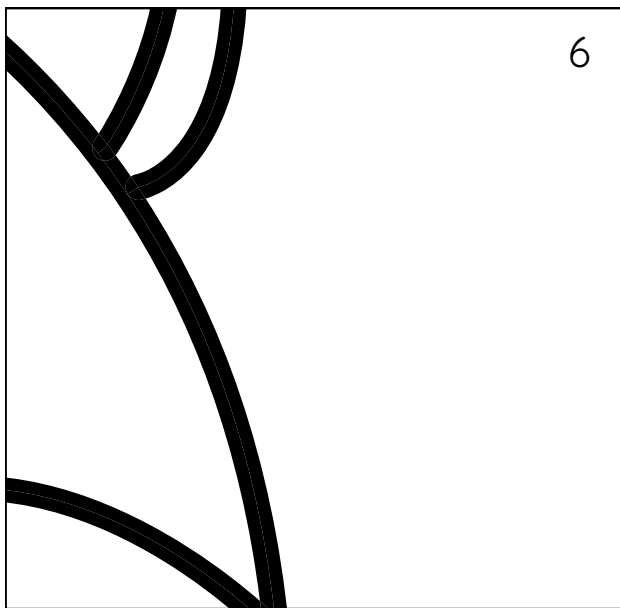
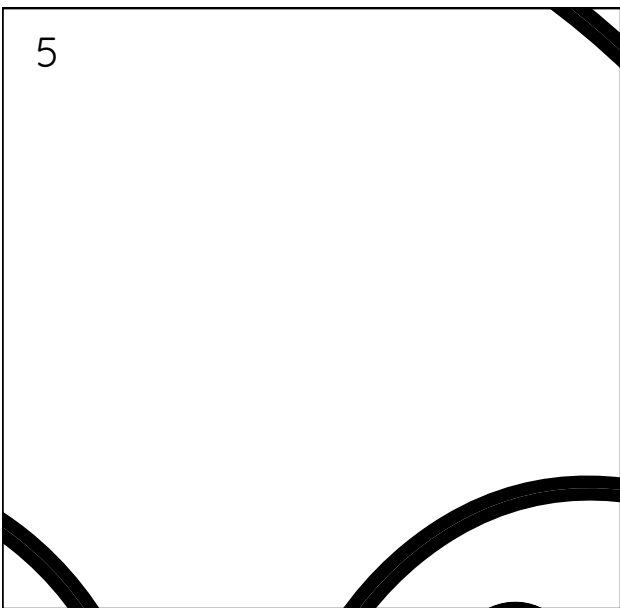
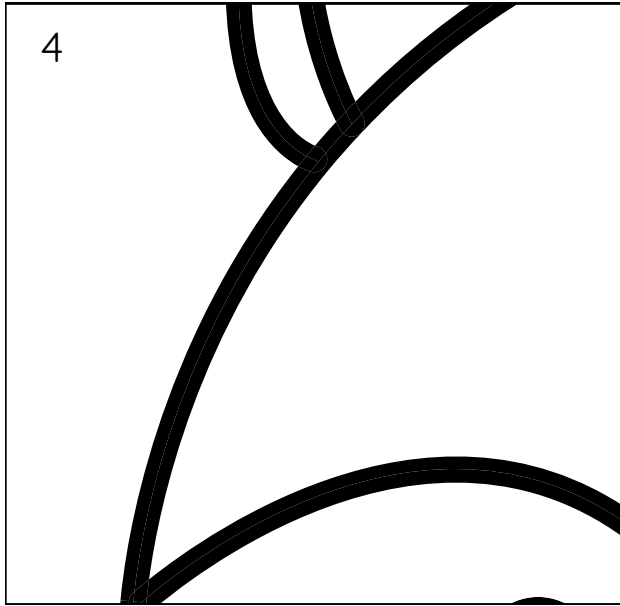
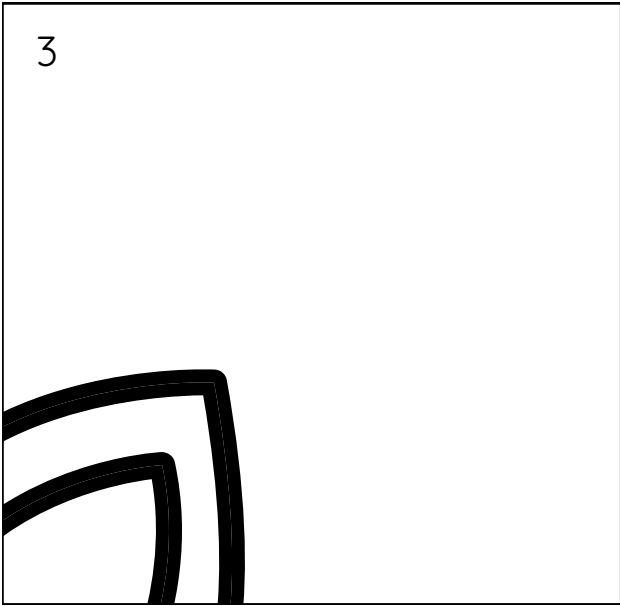
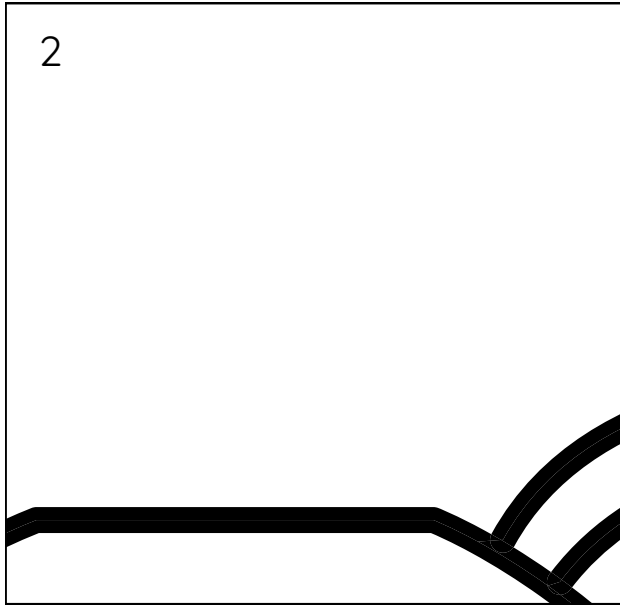
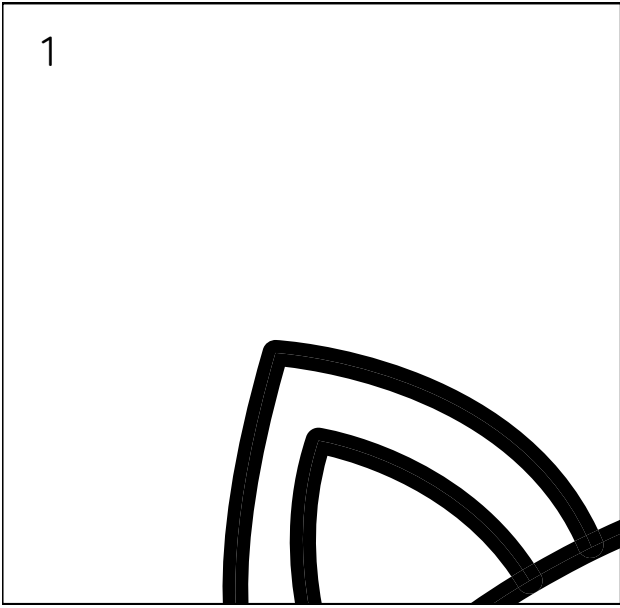
Anexos da atividade

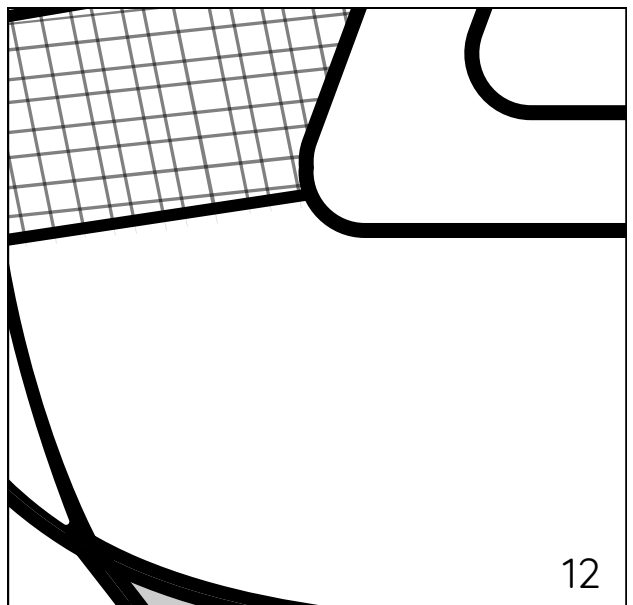
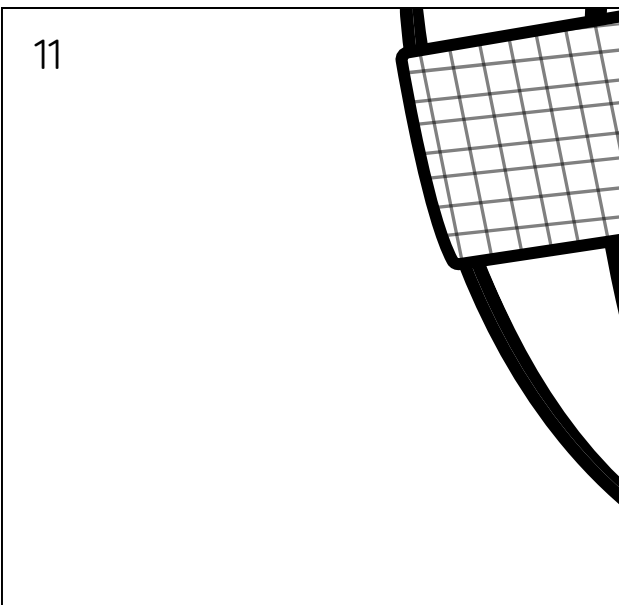
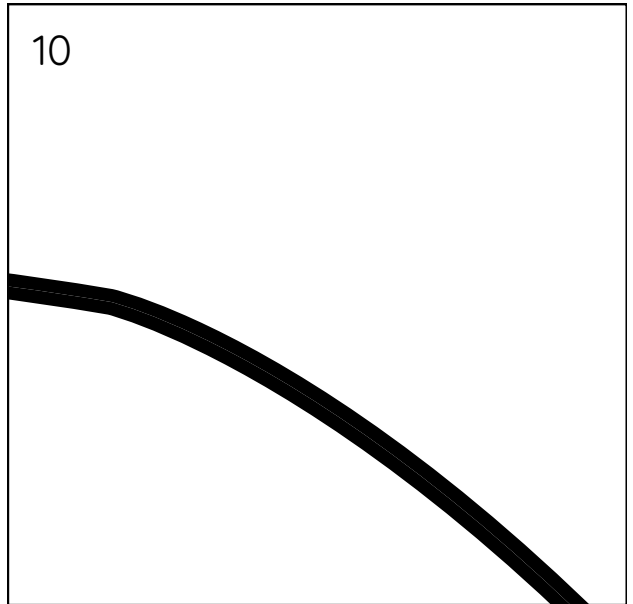
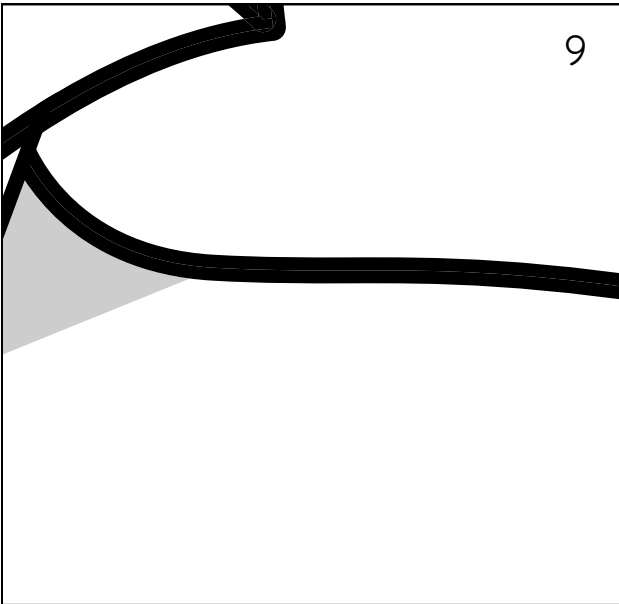
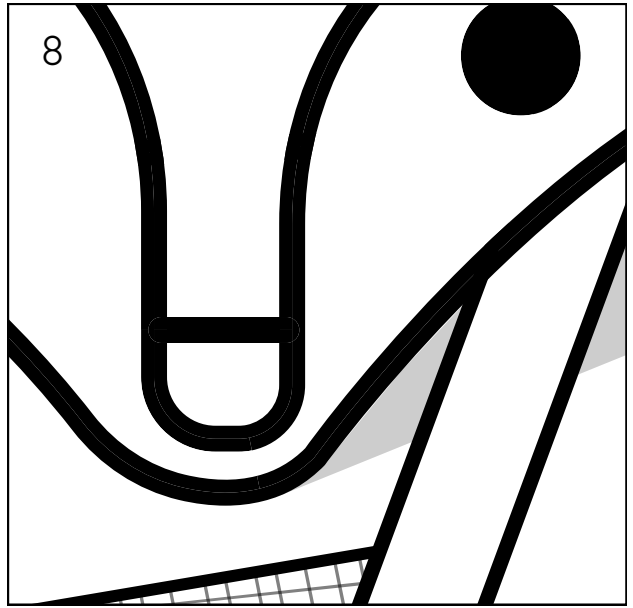
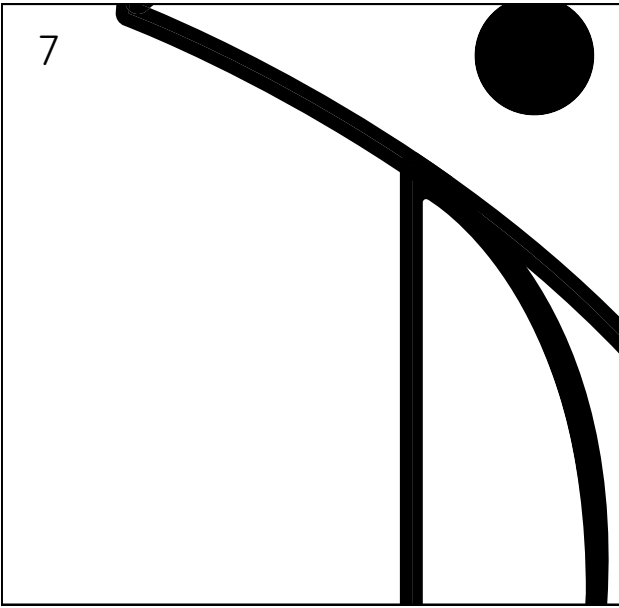
Animal Misterioso Completo

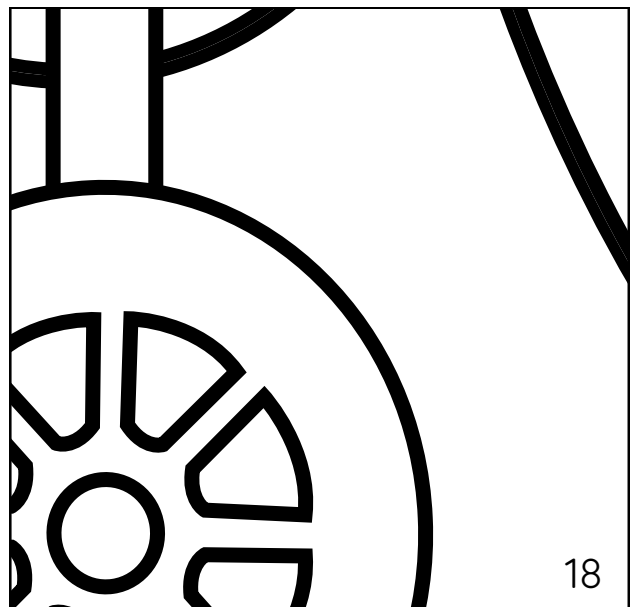
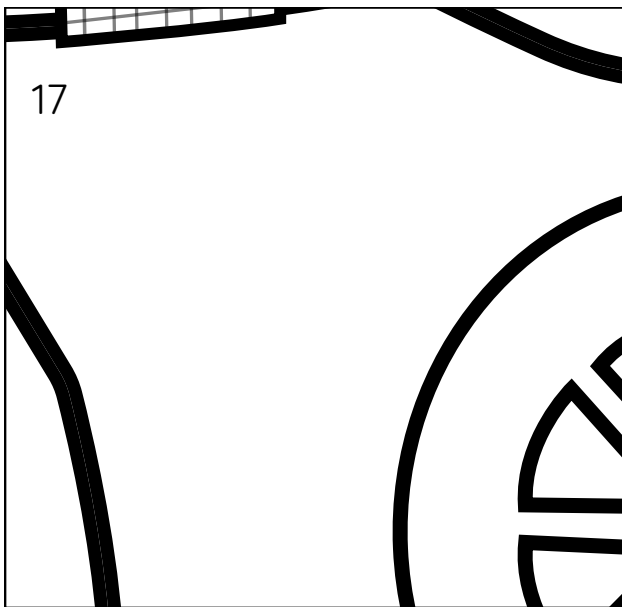
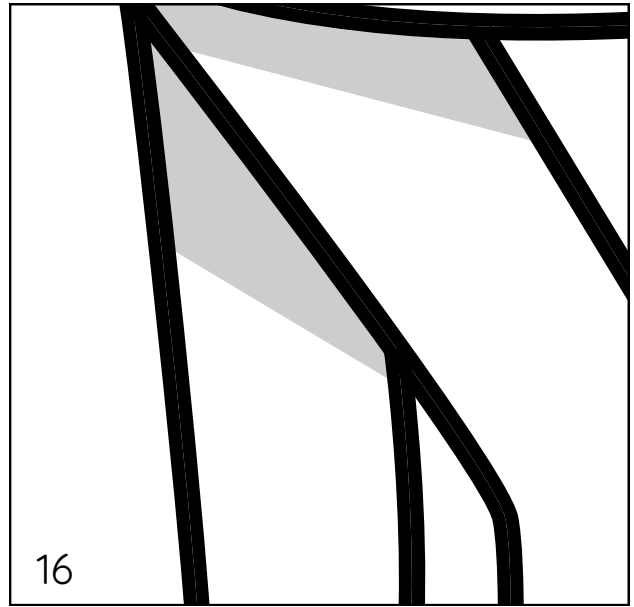
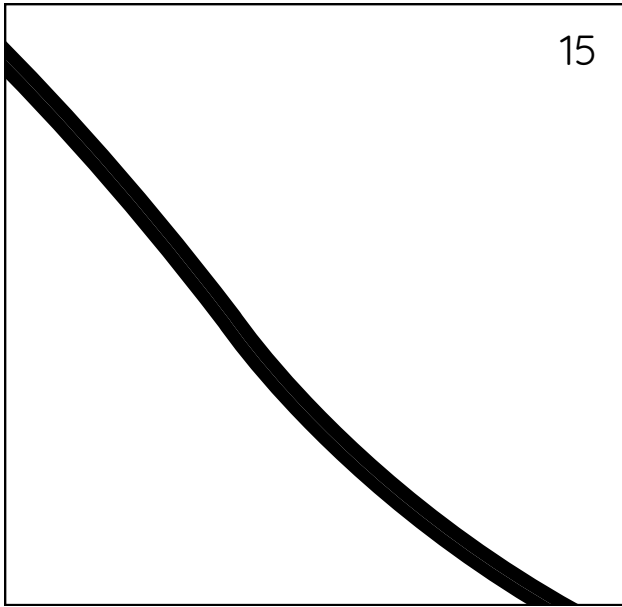
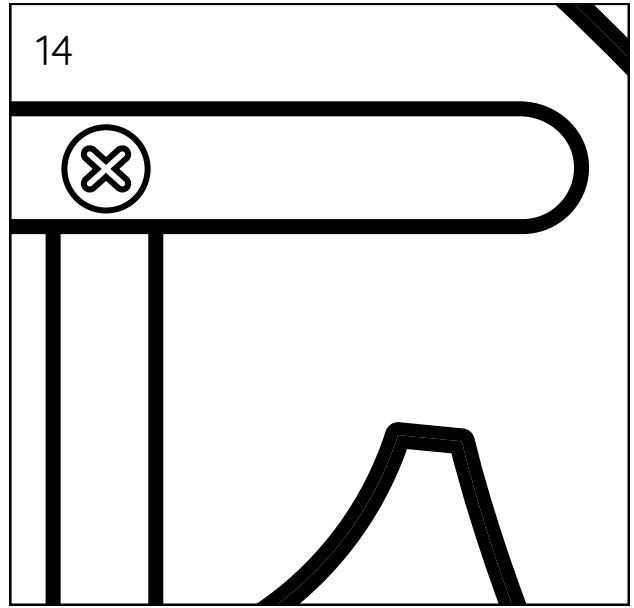
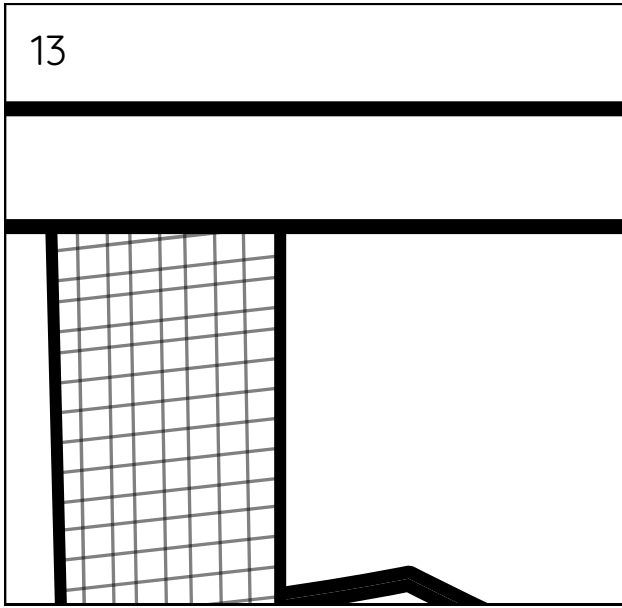


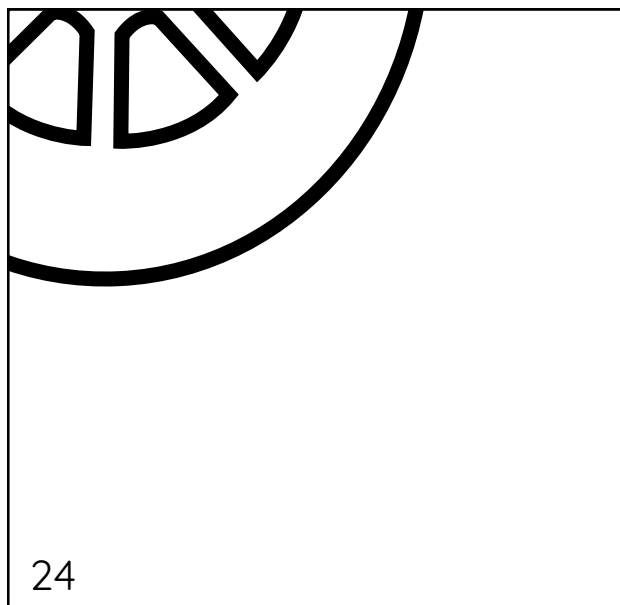
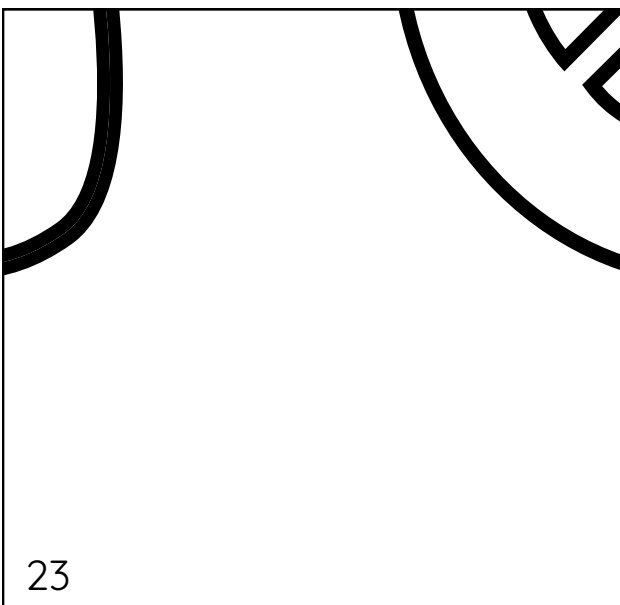
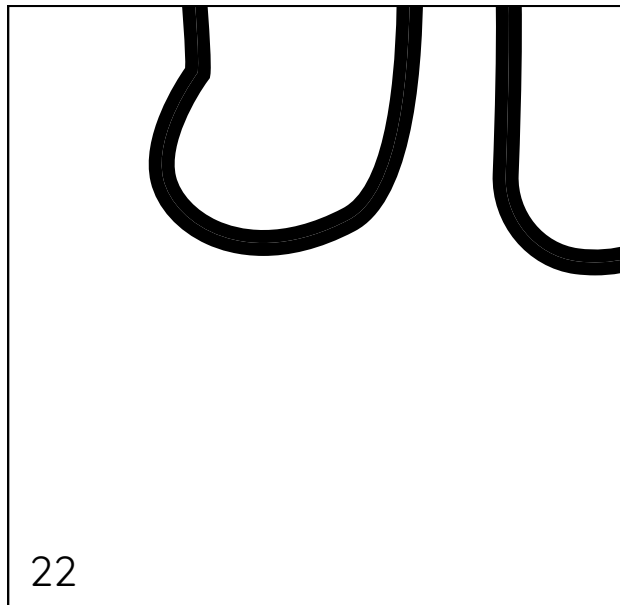
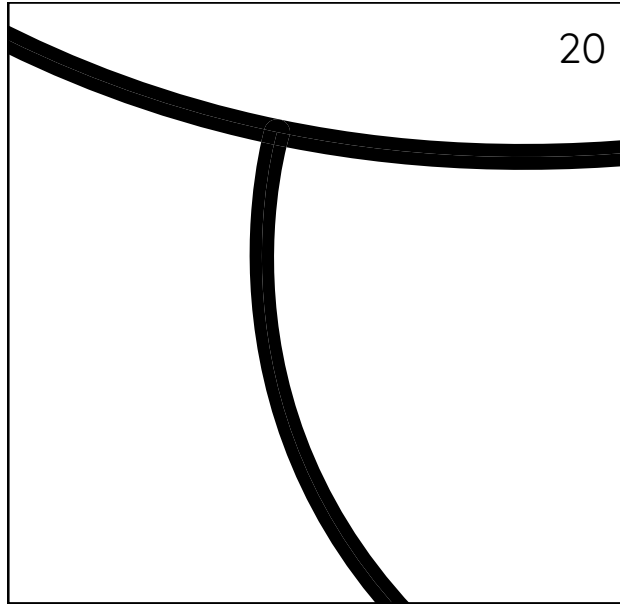
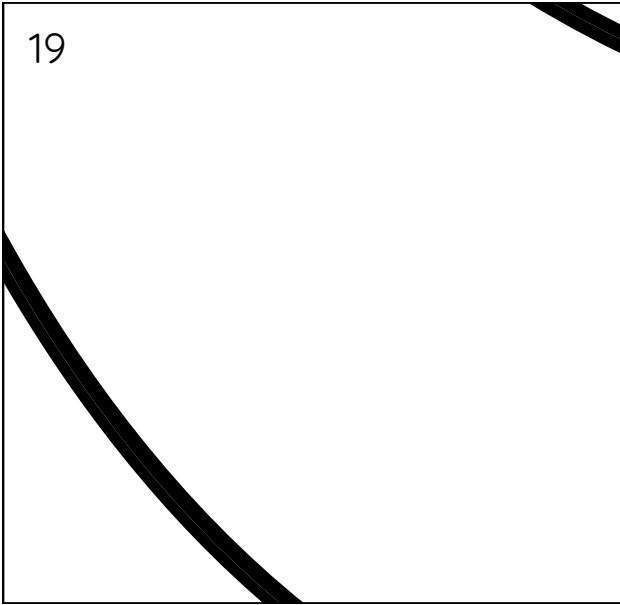
Animal Misterioso Dividido

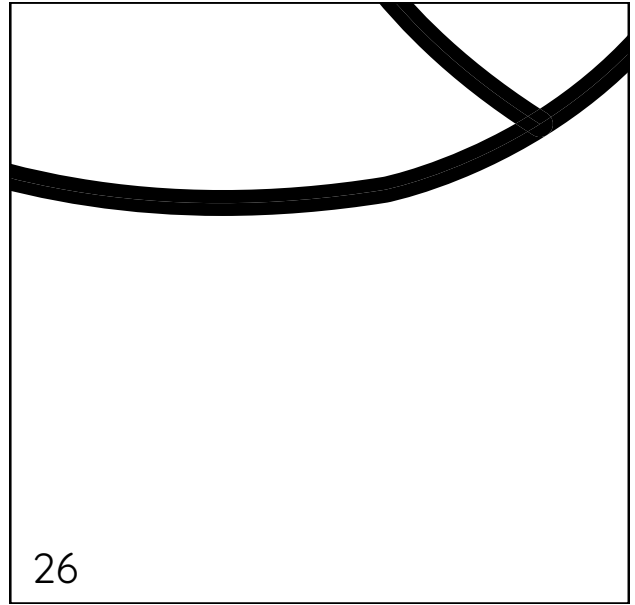
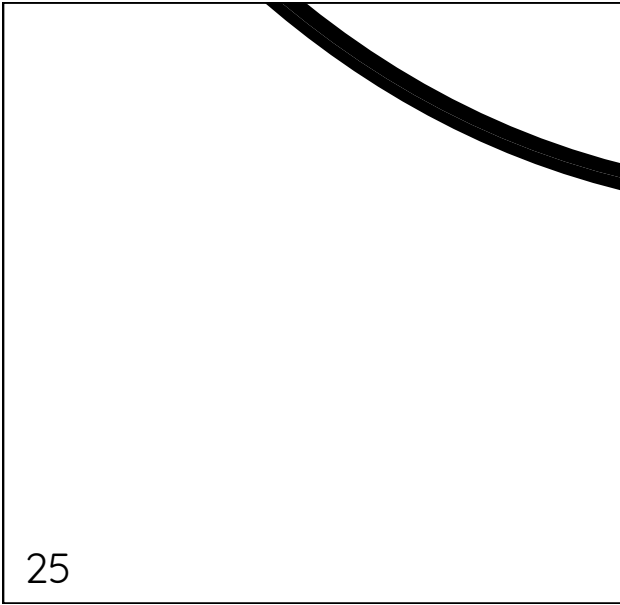












Atividade/Ação 3: EMOCIONÓMETRO

Objetivos específicos:

- Identificar as emoções (em si e nas/os outras/os);
- Compreender a função das emoções e a sua importância;
- Compreender a importância das expressões faciais no reconhecimento de emoções .

Duração:

- Ao longo da semana.

Tipo de atividade:

- Técnicas de expressão artística;
- Exercício de afirmação.

Materiais:

- Emocionómetro
- Caras com Emoções
- Material para colorir;
- Cola;
- Molas.

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO

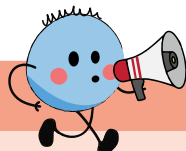


Esta atividade/ação é constituída por quatro passos, a saber:

PASSO I: A/O profissional deve entregar a cada criança as caras com emoções, indicando que devem ser pintadas da cor que acham mais adequada para cada emoção.

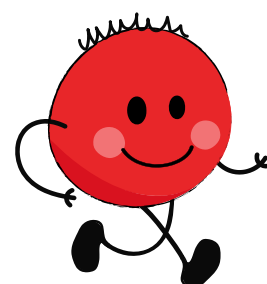
PASSO II: Após o passo anterior, entregue às crianças as molas para que escrevam os seus nomes ou os nomes pelo qual gostam de ser chamadas; as molas podem ser coloridas da forma que as crianças quiserem.

SUPER DICA



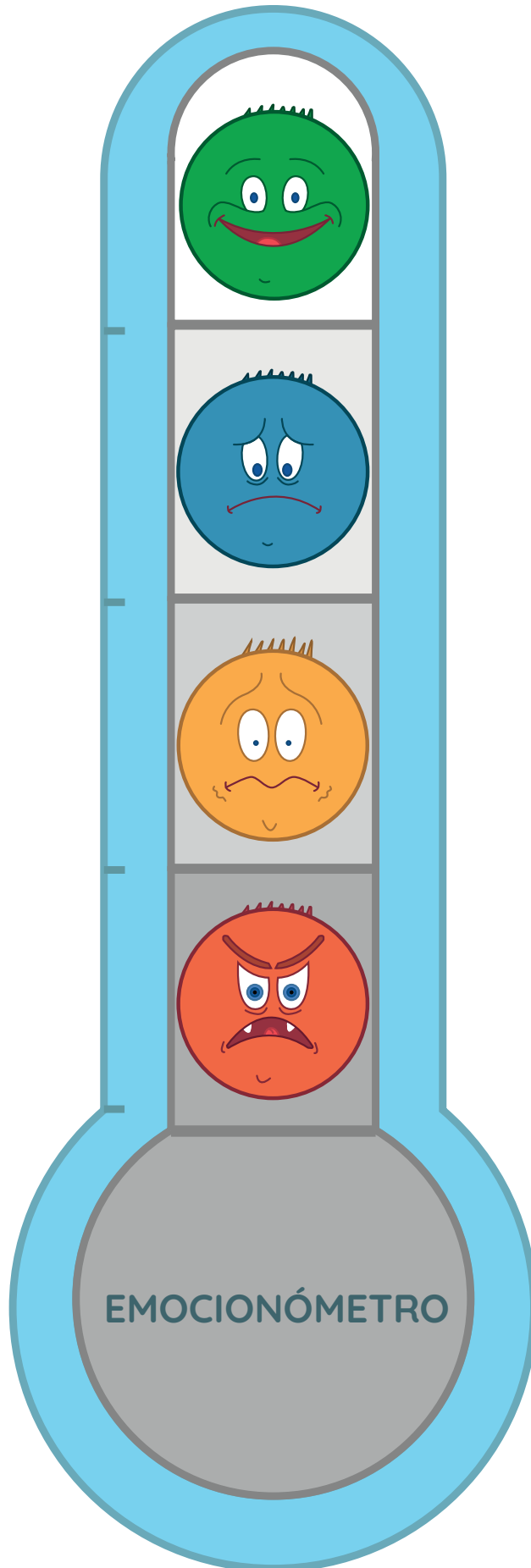
A/O profissional deve ajudar a criança a escrever o nome, caso esta não apresente a capacidade de escrita.

PASSO III: Após todas as crianças terem pintado as suas emoções e colorido as suas molas, apresente o emocionómetro, um termómetro das emoções e explique às crianças que é um instrumento que deve ser utilizado durante a semana, pelo que sempre que entrarem na sala, devem colocar no emocionómetro como se sentem naquele dia, encaixando a mola em volta da emoção correspondente.



Anexos da atividade

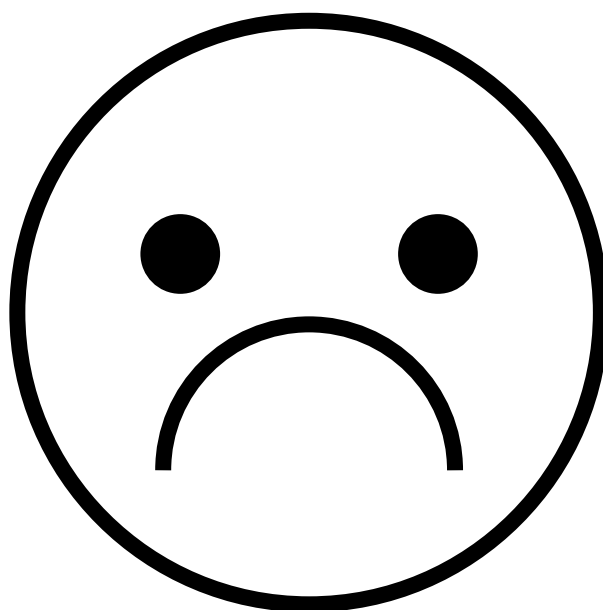
Emocinómetro



Caras com Emoções



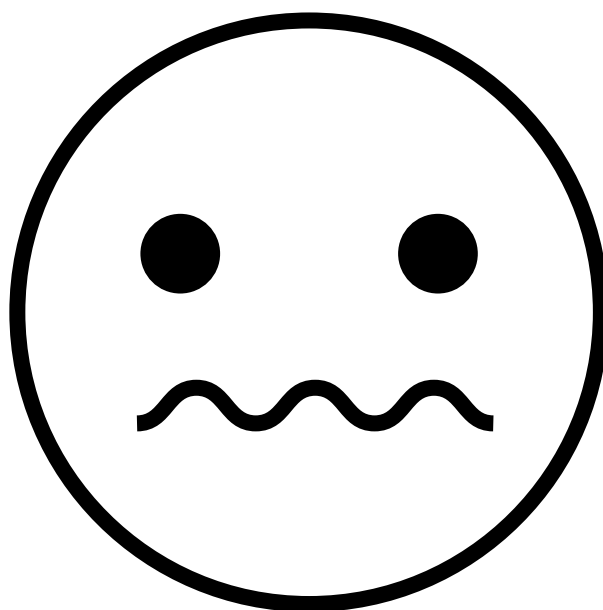
Alegria



Tristeza



Raiva



Medo

Atividade/Ação 4: ONDE ME MAGOA?

Objetivos específicos:

- Compreender as consequências e impacto que a violência pode ter na vítima;
- Promover a empatia em relação às vítimas de violência.

Duração:

- 30–45 minutos

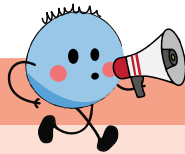
Tipo de atividade:

- Técnicas de organização da informação;
- Exercício de afirmação;
- Chuva de ideias.

Materiais:

- Consequências da Violência
- Imagem A3 – Contornos de Boneco (Anexo 49);
- Tesouras;
- Fita-cola ou Pastilha adesiva.

SUPER DICA



Antes de iniciar a atividade/ação, a/o profissional de educação deve afixar os contornos de boneco (em tamanho A3, de preferência) no quadro ou desenhá-lo no quadro.

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO



Esta atividade/ação é constituída por quatro passos, a saber:

PASSO I: Comece por realizar algumas questões:

- Sabem o que é uma vítima de crime?
- Quem pode ser vítima? Todas as pessoas podem ser vítimas? E as pessoas da nossa família, também podem ser vítimas?
- E quem pode ser agressor/a ou cometer violência?

PASSO II: Explique que serão criados pequenos grupos, com três crianças por grupo. Após a divisão, serão entregues, a cada grupo, um conjunto de imagens com consequências da violência, que devem recortar.

PASSO III: De seguida, deve dizer às crianças para decidirem, em grupo, onde devem colar, nos contornos de boneco, as consequências recortadas. Explique que devem colocar/colar as consequências recortadas no local em que uma vítima de violência normalmente sente essa consequência da violência.

PASSO IV: Após o passo anterior, reflita com as crianças, com recurso à chuva de ideias abaixo apresentada.

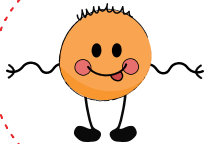
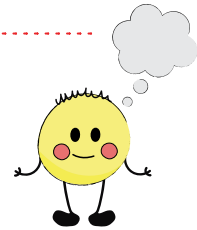
PARA FACILITAR A DISCUSSÃO:

[Esta chuva de ideias deve ser realizada, se necessário, recorrendo às imagens das consequências da violência]

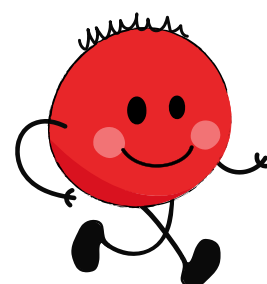


- Acham que as vítimas de violência se sentem todas da mesma forma?

- Acham normal uma criança não ter vontade de brincar?
- Brincariam com uma criança que estivesse triste ou com medo?



- Se vissem uma/um colega triste, o que fariam?
- O que diriam e que comportamentos teriam?

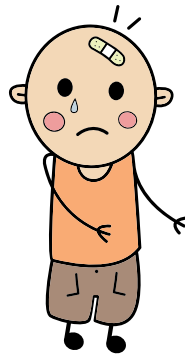


Anexos da atividade

Consequências da Violência



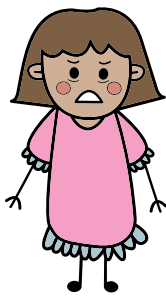
DOR DE BARRIGA



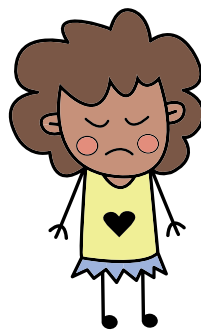
FERIDAS



DOR DE CABEÇA



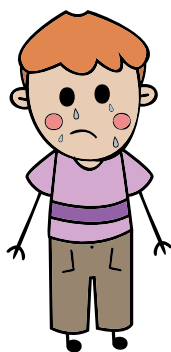
MEDO



TRISTEZA

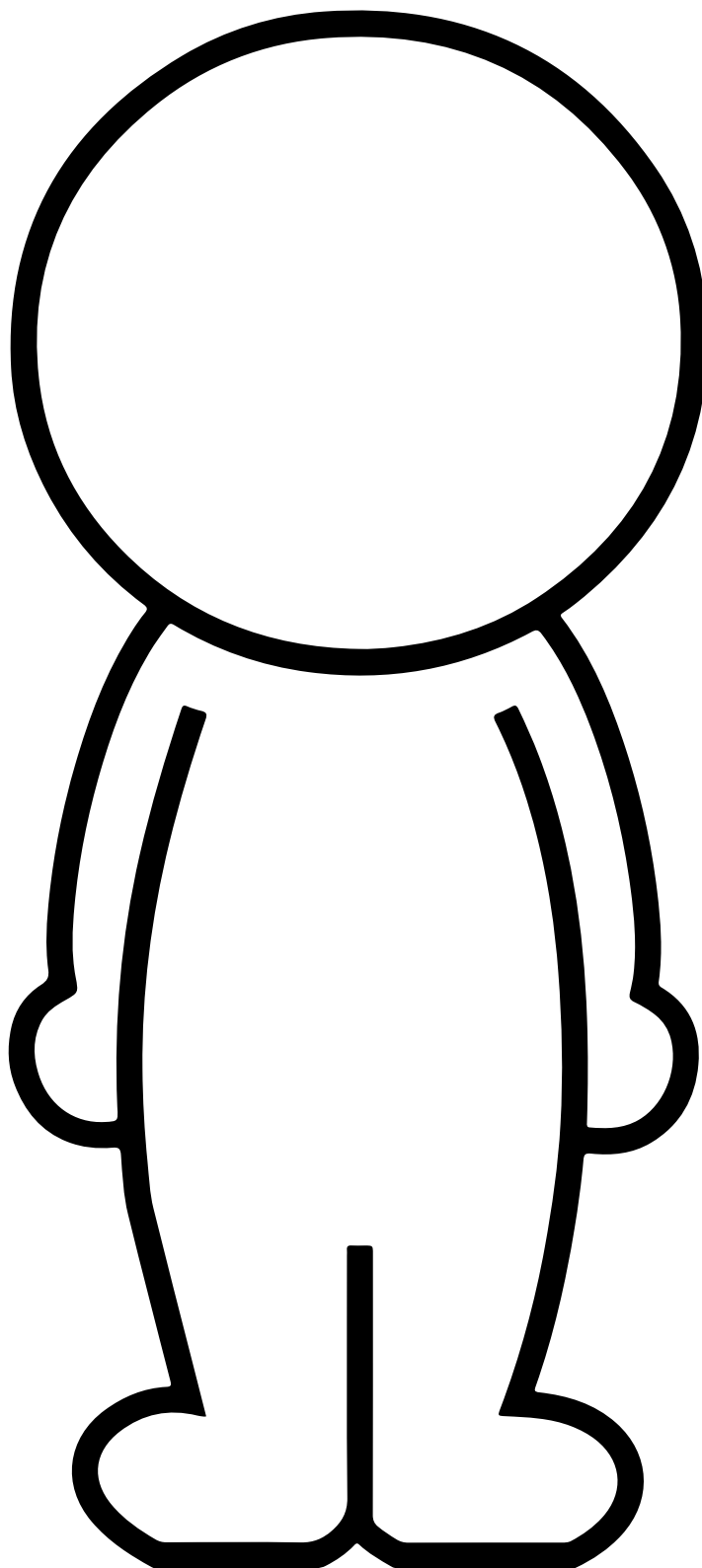


PESADELOS



CHORAR

Contornos de Boneco



Atividade/Ação 5: CONSTRUIR O MUNDO SER

Objetivos específicos:

- Promover o (re)conhecimento das entidades e serviços existentes na comunidade;
- Reforçar e valorizar a importância das entidades e serviços em situações de violência;
- Promover o (re)conhecimento das características que uma pessoa adulta deverá reunir para ser percebida como uma pessoa de confiança;
- Identificar a(s) pessoa(s) adulta(s) de confiança, na família e em outros contextos.

Duração:

- Ao longo da semana.

Tipo de atividade:

- Técnicas de expressão artística;
- Exercício de afirmação;
- Chuva de ideias .

Materiais:

- Casa Individual
- Boneco Individual (2 por criança)
- Material para colorir;
- Base de cartolina;
- Cola;
- Fita-cola ou Pastilha adesiva;
- Entidades e Serviços da Comunidade

IMPLEMENTAÇÃO PASSO A PASSO



Esta atividade/ação é constituída por quatro passos, a saber:

PASSO I: Explique que irá ser realizada a construção da Cidade SER. Serão coloridas as entidades e serviços que foram trabalhados e, além destes, cada criança irá colorir uma casa em papel, para simular a própria casa em que vive.

PASSO II: Comece por entregar uma folha de papel com a casa individual a cada criança, para que possa colorir. Posteriormente, recolha cada uma das casas individuais coloridas e recorte.

PASSO III: Divida o grupo em 6 grupos e explique que será entregue, a cada um dos grupos, uma folha com uma entidade e serviço de que falaram no Módulo 4 (Hospital; Escola; Bombeiros; Polícia; Tribunal; APAV). Cada grupo terá de, em conjunto, colorir a entidade e serviço que lhe foi entregue.

PASSO IV: Depois de todos os grupos concluírem o passo anterior, cole na cartolina as entidades e serviços coloridos pelos grupos e as casas individuais coloridas por cada criança. De seguida, realize as seguintes questões?

- Para irem a estes locais, vão sozinhas/os ou acompanhadas/os?
- E vão com quem?
- Vocês confiam nessas pessoas adultas que vão com vocês?

PASSO V: Distribua pelas crianças os bonecos individuais que representam duas pessoas adultas, para que os possam colorir. Explique que, antes de colorirem os bonecos, devem pensar em duas pessoas adultas percebidas como pessoas de confiança (uma para a família e outra para a escola). Para que as crianças entendam bem quem escolher, realize as seguintes questões:

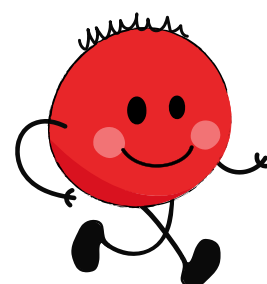
- Deve ser alguém que esteja presente no vosso dia-a-dia?
- Deve ser alguém que não vos compreenda?
- Deve ser alguém compreensivo e que acredite em vocês?
- Deve ser alguém que vos proteja?
- Deve ser alguém que ouça os vossos sentimentos?
- Deve ser alguém que já vos tenha ajudado anteriormente?

De seguida, deixe as crianças colorirem os bonecos como quiserem. Assim que tiverem terminado, peça que coloquem um boneco (da pessoa adulta de confiança na família) na casa individual que coloriram e o outro boneco (da pessoa adulta de confiança na escola) na imagem da escola.

Importa considerar:

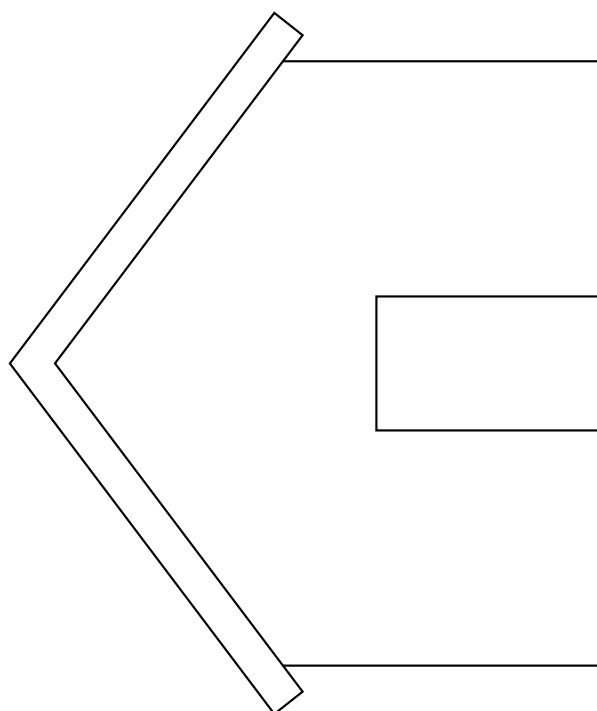
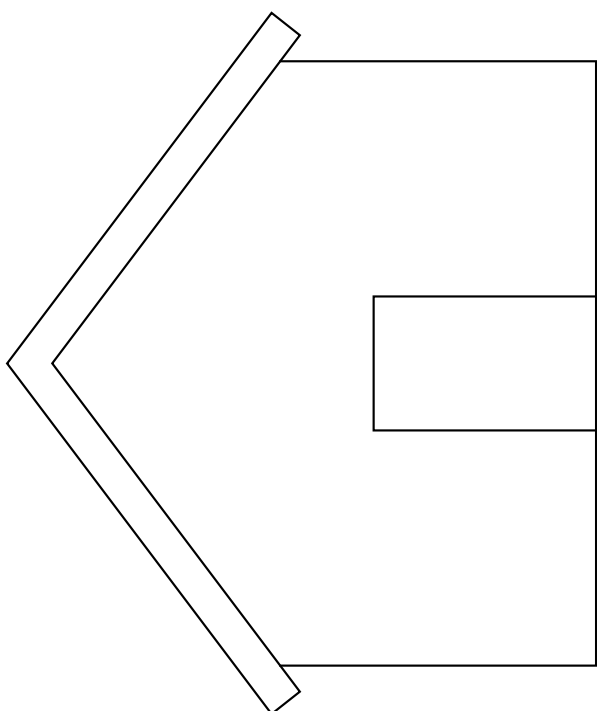
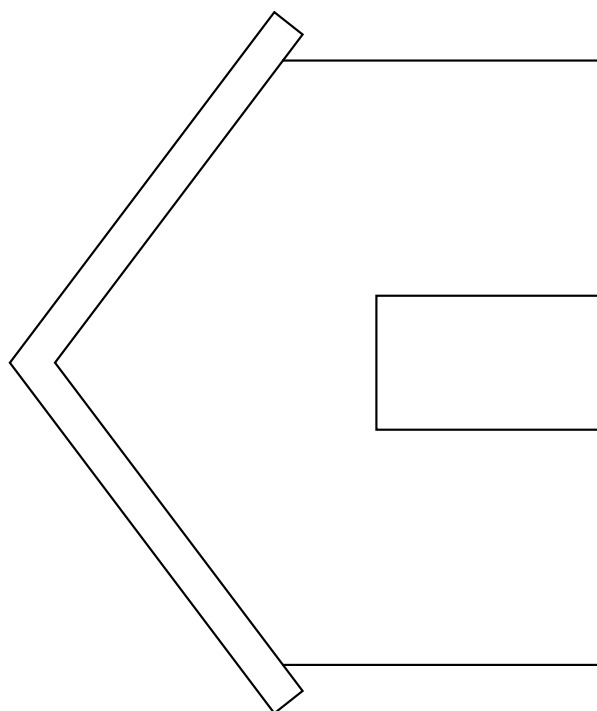
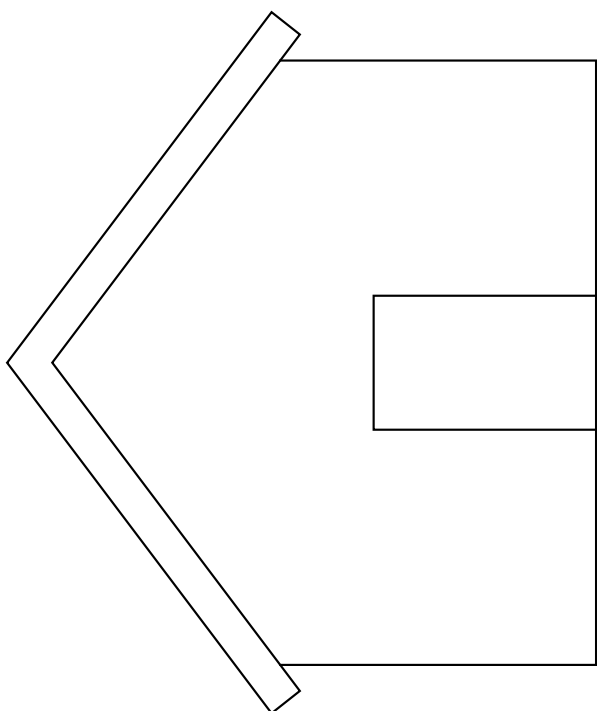
É necessário ter em consideração alguns comportamentos de segurança, durante a atividade/ação, que deve abordar com as crianças. Poderá fazê-lo enquanto circula pelos grupos, durante o passo III, ou quando estiver a realizar as colagens do passo IV. Alguns comportamentos que pode abordar são:

- Evitar conversas com pessoas estranhas;
- Estar sempre acompanhada/o na escola;
- Estar acompanhada/o de uma pessoa adulta na rua;
- Nunca dar informações pessoais e sobre a família;
- Manter-se sempre perto de uma pessoa adulta;
- Combinar com a família uma senha secreta.

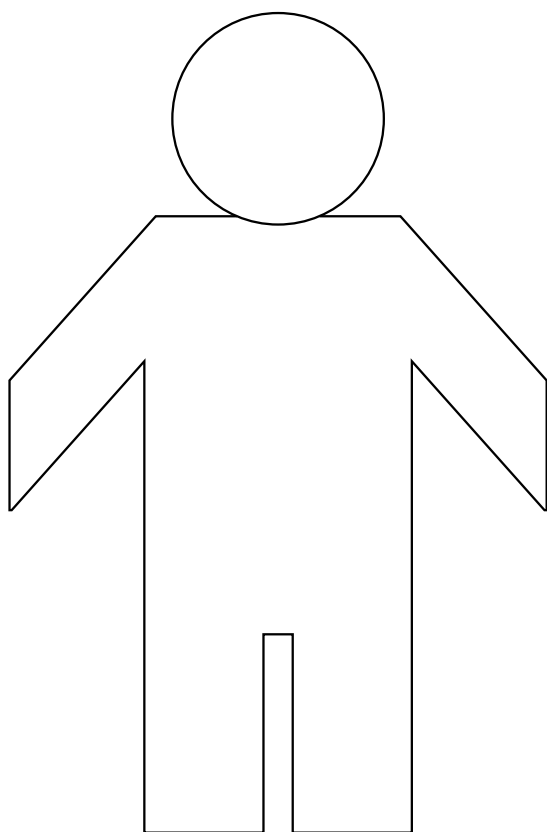
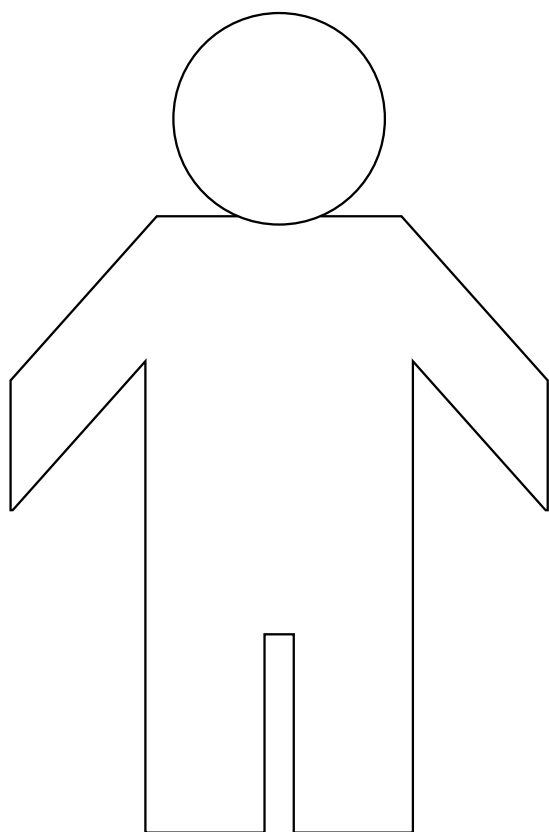
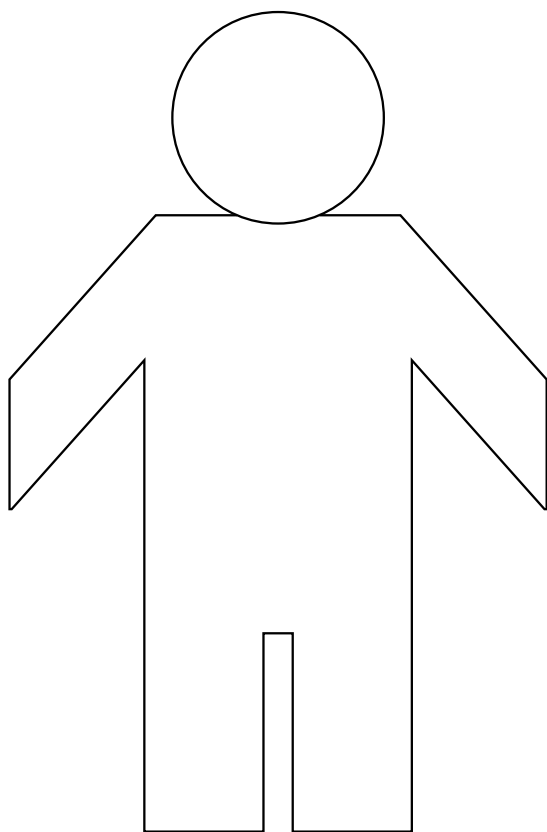
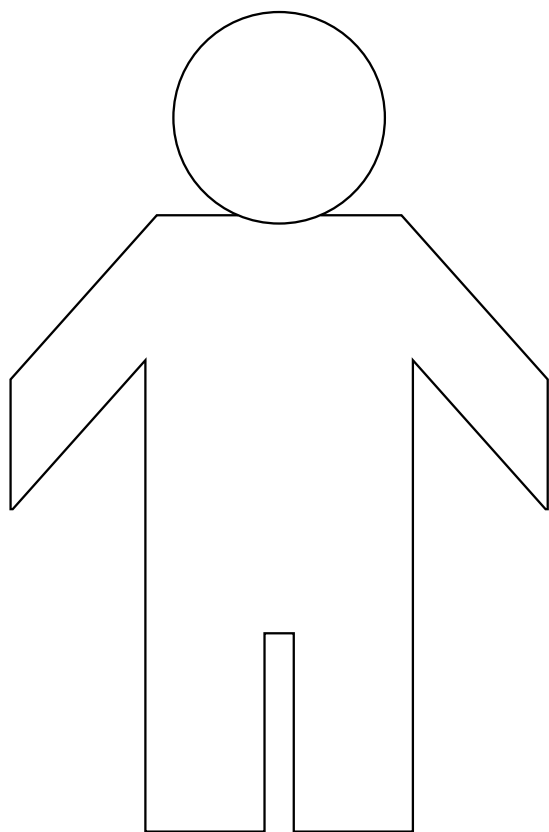


Anexos da atividade

Casa Individual

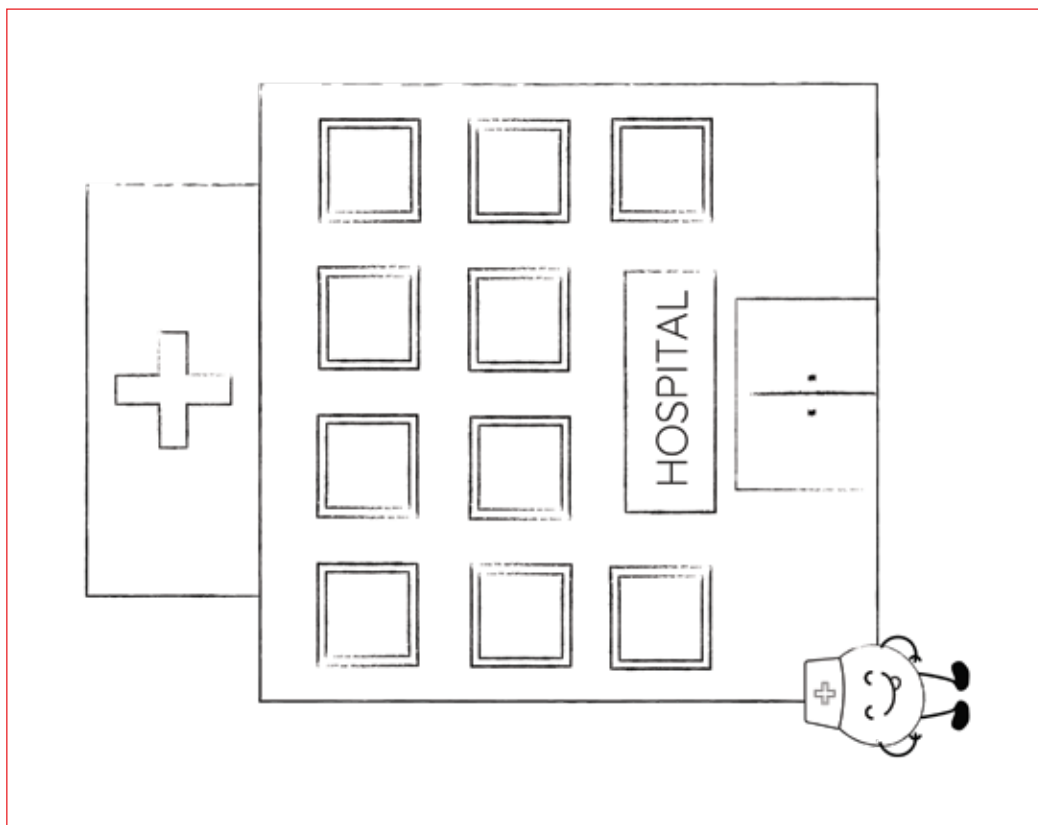


Boneco Individual

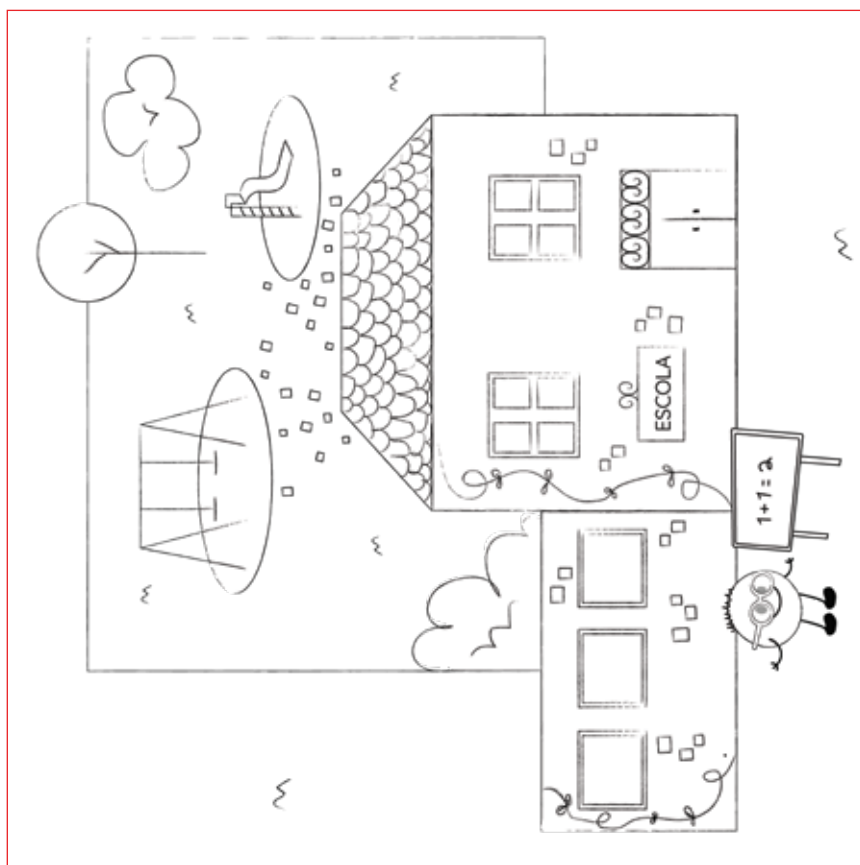


Entidades e Serviços da Comunidade

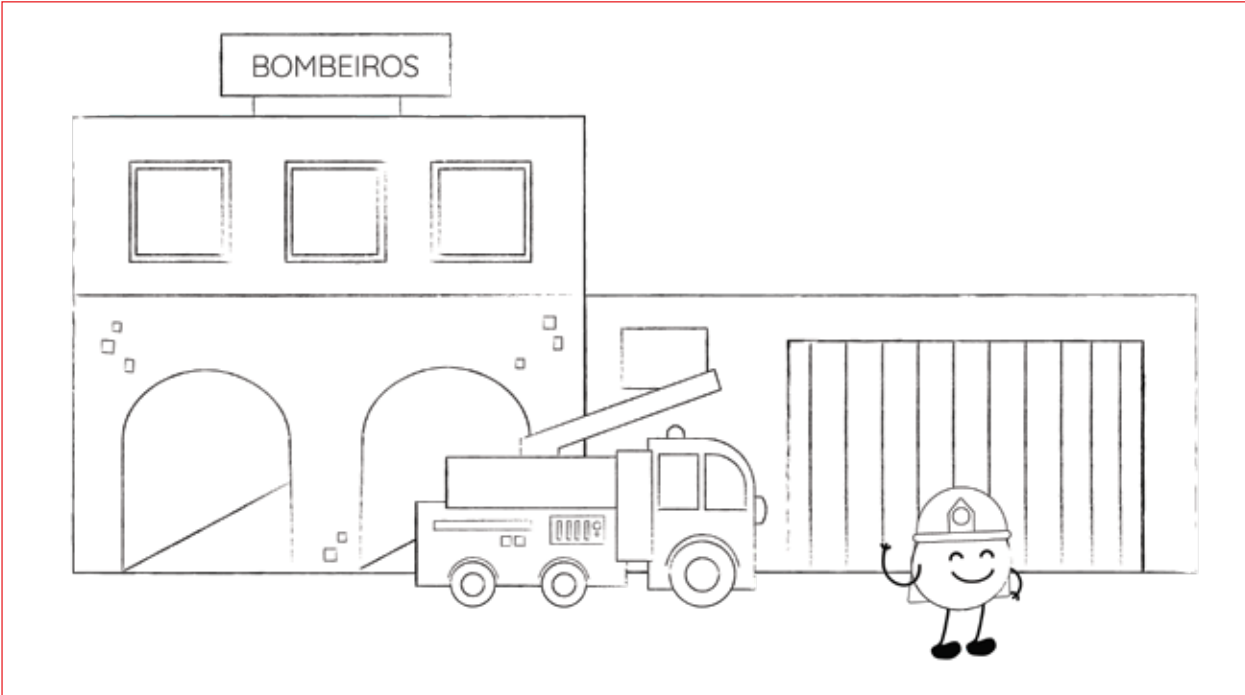
Hospital



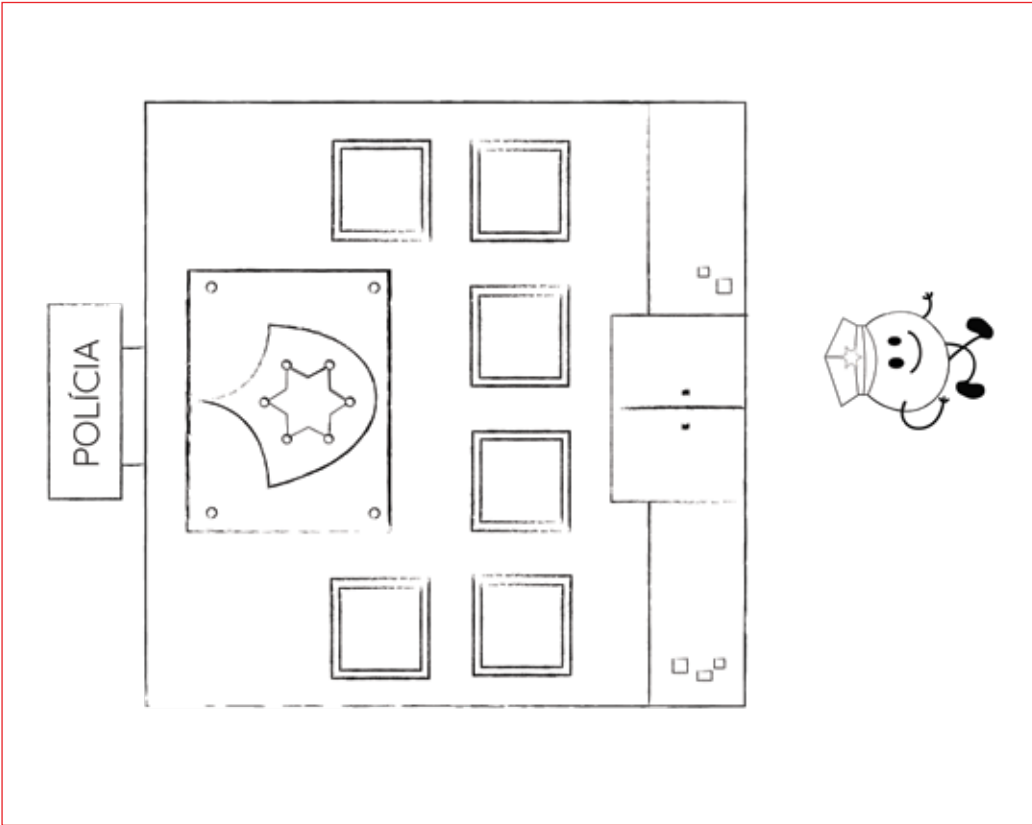
Escola



Bombeiros



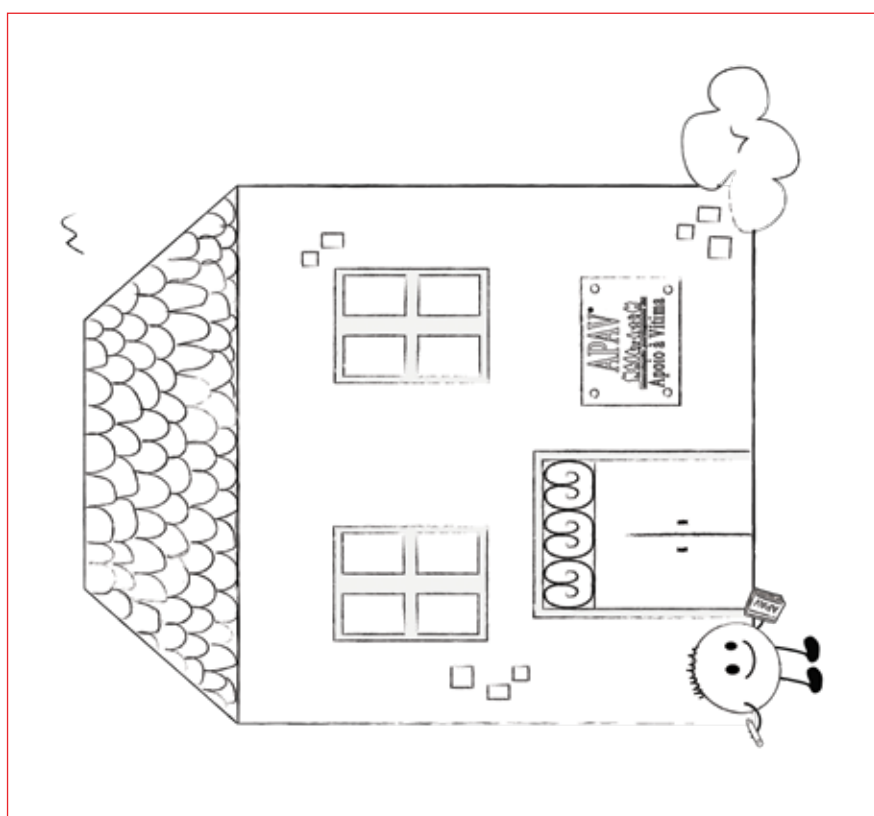
Polícia



Tribunal



APAV





Fundo operado por:



Projeto implementado por:



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, suportado pelos países financiadores do Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu. Em Portugal, este Programa é 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.