

# O MEU MANUAL DE SEGURANÇA



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE CRIANÇAS DESAPARECIDAS  
GUARDA NACIONAL REPUBLICANA

crianças portuguesas...**desaparecidas mas não esquecidas!**



# O MEU MANUAL DE SEGURANÇA

O meu  
manual de segurança:  
regras e atividades  
pedagógicas.

## **FICHA TÉCNICA:**

### **AUTORES**

**ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE CRIANÇAS DESAPARECIDAS  
GUARDA NACIONAL REPUBLICANA**

### **DESIGNERS**

**JOSÉ ALBERTO DA SILVA MOUCO  
RENATO DIREITINHO DOS SANTOS**

### **REVISÃO TÉCNICA**

**CARLA BOTO PEREIRA  
MARIA MANUELA VALENTE**

### **EDIÇÃO**

**MAIO 2015**

## ÍNDICE

MENSAGEM .....	3
INTRODUÇÃO.....	4
APRESENTAÇÃO DO MANUAL .....	6
REGRAS BÁSICAS DE SEGURANÇA .....	7
ATIVIDADE 1: O CONTO MÁGICO.....	10
1.º Ciclo.....	10
ATIVIDADE 2: CONTA LETRAS.....	11
1.º CICLO .....	11
ATIVIDADE 1: AS REGRAS.....	12
2.º CICLO .....	12
ATIVIDADE 2: AMÚSICA.....	13
2.º CICLO .....	13
REGRAS DE SEGURANÇA EM CASA.....	14
ATIVIDADE 3: DESENHA O NÚMERO .....	16
1.º CICLO .....	16
ATIVIDADE 4: A OPÇÃO CORRETA .....	18
1.º CICLO .....	18
ATIVIDADE 3: O CASTELO DOS ENIGMAS .....	20
2.º CICLO.....	20
ATIVIDADE 4: INTERPRETAÇÃO DE IMAGENS.....	22
2.º CICLO.....	22
REGRAS DE SEGURANÇA NO CAMINHO PARA A ESCOLA E NO REGRESSO A CASA.....	23
ATIVIDADE 5: O CAMINHO CERTO .....	26
1.º CICLO .....	26
ATIVIDADE 6: O COMPORTAMENTO CERTO .....	27
1.º CICLO .....	27
ATIVIDADE 5: O CONSELHO .....	28
2.º CICLO .....	28
ATIVIDADE 6: MÃE ZANGADA?.....	29
2.º CICLO .....	29
REGRAS DE SEGURANÇA NAS COLÓNIAS E CAMPOS DE FÉRIAS.....	30
ATIVIDADE 7: PEDIR AJUDA.....	32
1.º CICLO .....	32
ATIVIDADE 8: A FRASE CORRETA VAIS ENCONTRAR PARA O MAL NÃO TERES DE ENFRENTAR .....	33
1.º CICLO .....	33
ATIVIDADE 7: A IDENTIFICAÇÃO .....	34

2.º CICLO .....	34
ATIVIDADE 8: O CÍRCULO.....	35
2.º CICLO .....	35
REGRAS DE SEGURANÇA PARA ANDAR NA RUA, FREQUENTAR ESPAÇOS PÚBLICOS/CENTROS COMERCIAIS .....	36
ATIVIDADE 9: O LABIRINTO .....	38
1.º CICLO .....	38
ATIVIDADE 10: UM ROSTO UM AMIGO.....	39
1.º CICLO .....	39
ATIVIDADE 9: A QUEM PEDIR AJUDA .....	40
2.º CICLO .....	40
ATIVIDADE 10: PALAVRAS OCULTAS .....	41
2.º CICLO .....	41
REGRAS DE SEGURANÇA PARA FALARES AO TELEFONE E AO TELEMÓVEL.....	42
ATIVIDADE 11: O MAIS CORRETO A FAZER .....	45
1.º CICLO .....	45
ATIVIDADE 12: PALAVRAS ESCONDIDAS .....	46
1.º CICLO .....	46
ATIVIDADE 11: SELECIONA A FRASE CORRETA.....	47
2.º CICLO .....	47
ATIVIDADE 12: PERIGOS CONSTANTES .....	48
2.º CICLO .....	48
REGRAS DE SEGURANÇA PARA BRINCARES COM O TEU TABLET OU COMPUTADOR.....	49
ATIVIDADE 13: COMPUTADOR ANIMADO .....	52
1.º CICLO .....	52
ATIVIDADE 14: CONHECER NOVAS PALAVRAS.....	53
1.º CICLO .....	53
ATIVIDADE 13: GUIA DE UTILIZAÇÃO .....	54
2.º CICLO .....	54
ATIVIDADE 14: A internet .....	55
2.º CICLO .....	55
CONTATOS ÚTEIS .....	57
BIBLIOGRAFIA .....	58
SOLUÇÕES.....	59

## MENSAGEM

Vivemos num mundo, em que determinados cuidados deves ter para o dia em segurança poderes viver.

Não te esqueças que tu és a promessa, a esperança de um mundo melhor.

Acredita que a Guarda Nacional Republicana (GNR) só te quer ajudar, para que o mal não tenhas de encontrar.

Age com cautela e lembra-te que tu «és aquele que precisa de saber ver, para um adulto aprender a ser».

De sentidos atentos observa, imita, inspira-te, ouve e evolui. A Guarda Nacional Republicana (GNR) e a Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas (APCD) são tuas amigas. Só te querem ver seguro, divertido e com um sorriso, porque:

*“Toda a criança no mundo*

*Deve ser protegida*

*Contra os rigores do tempo*

*Contra os rigores da vida.”*

(Rocha,2005)

***“Não temos nas nossas mãos as soluções para todos os problemas do mundo, mas diante de todos os problemas do mundo temos as nossas mãos”***

***(Friedrich Schiller)***

## INTRODUÇÃO

O desaparecimento de crianças suscita muita perturbação nas pessoas. É um fenómeno que envolve uma série de atores: a Escola, as Forças e Serviços de Segurança, as Associações e organizações para a proteção e promoção da segurança das crianças e jovens e em especial os familiares daquele que está ausente.

O fenómeno do desaparecimento ocorre no seio das relações sociais humanas, onde este é vivido, observado, explorado e sentido.

Segundo a revisão da literatura, o desaparecimento de uma criança é considerado uma situação predominantemente social, diminuindo assim a «culpa» atribuída pela sociedade, essencialmente às famílias dos desaparecidos, bem como aos próprios. Assim, a questão do desaparecimento assume um carácter mais universal, assumindo-se acima de tudo como um fenómeno que diz respeito a todos.

O sentimento que advém do desaparecimento de uma criança é associado ao facto da perda ser incerta, abrupta e inesperada. As famílias das vítimas de desaparecimento, possuem características muito específicas, enfrentando a negação dessa perda.

A Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas (APCD), foi criada com o intuito de aumentar a proteção das crianças face aos perigos que podem originar o seu desaparecimento e, ao mesmo tempo, proporcionar acompanhamento às famílias daquelas que desaparecem de facto.

Através da sua ação, a APCD pretende consciencializar os indivíduos sobre os problemas associados ao desaparecimento de crianças e desenvolver estratégias integradas nomeadamente, criando redes de acompanhamento e proteção de crianças de modo a diminuir o fenómeno do desaparecimento.

É neste sentido que a Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas (APCD), ciente de uma necessária rede institucional que promova e potencie o objetivo da segurança das crianças minimizando o risco do seu desaparecimento, e a Guarda Nacional Republicana (GNR) no âmbito das suas competências, desenvolveram o presente Manual que visa ensinar a brincar, os conceitos e regras de segurança.

As crianças dependem dos adultos para os ajudarem a crescer, desenvolver e viver integrados, atenuando os riscos numa sociedade cada vez mais desenvolvida e complexa. Este manual procura tornar simples a tarefa de ajudar as crianças a compreenderem a importância da sua segurança e a interiorizar esta perceção de uma forma natural e sem que desconfiem de tudo e de todos.

**ENSINAR, CONHECER E BRINCAR** são as palavras-chave deste manual, que apresenta um conjunto de regras de segurança, histórias e atividades pedagógicas integradas e divertidas com o objetivo da prevenção de comportamentos de risco por parte das crianças e respectivos familiares.

## APRESENTAÇÃO DO MANUAL

O MEU MANUAL DE SEGURANÇA, é um documento que se destina às crianças até aos doze anos de idade apresentando de forma clara e concisa as regras de segurança a preconizar por toda a comunidade educativa: os alunos, os pais e encarregados de educação, os professores, os funcionários não docentes das escolas, as autarquias locais e os serviços da administração central e regional com intervenção na área da educação, nos termos das respetivas responsabilidades e atribuições.

Para além da representação teórica das regras o MEU MANUAL DE SEGURANÇA, contempla um conjunto de atividades que permite à comunidade educativa perceberem se a criança interiorizou a mensagem que se pretende transmitir sobre a sua segurança evitando o sentimento de desgosto e o risco do seu desaparecimento.

Para reforçar a mensagem afigura-se-nos pertinente a apresentação de um conjunto temático de histórias enquadradas nas diferentes regras consideradas.

Estas histórias irão ser contadas pela figura do GUARDOO, mascote da Guarda Nacional Republicana e as personagens são três meninas irmãs que vivem diversas aventuras e algumas delas são muito arriscadas.

Para evitar o seu desaparecimento o GUARDOO vai surgindo ao longo deste Manual lembrando às crianças leitoras e por conseguinte às personagens (às três irmãs) o que fazer para garantir a sua segurança.

## REGRAS BÁSICAS DE SEGURANÇA



**Olá amigos!** Eu sou o **Guardoo**, um Dragão oriundo da “**Cidade da Segurança**”, onde o lema é viver em sociedade de forma segura e divertida. Sou o Guarda draconiano que te quer ajudar mas para isso preciso da tua ajuda! Posso contar contigo?

**Pais...nunca se esqueçam:** as crianças são o nosso bem mais precioso, o nosso porto de abrigo, a nossa riqueza e o nosso futuro! Partilho assim convosco as **REGRAS BÁSICAS DE SEGURANÇA** para proteger as nossas crianças.

1. Ensinar à criança o **nome completo do pai e da mãe** (e o seu número de contato direto, que terá de estar sempre disponível);
2. Orientar a criança de modo a **não dar informações a qualquer estranho** que se aproxime;
3. Garantir que a **criança** esteja sempre **acompanhada por alguém de confiança**;
4. Conversar com as crianças de modo a consciencializá-las dos **perigos de contatarem com estranhos**;
5. Ensinar-lhe **o que fazer em caso de urgência**;
6. Ensinar-lhe a **dizer não** ou a **gritar «Socorro, não o conheço!»**, sempre que se sinta ameaçado ou receoso com a presença de alguém;
7. Ensinar-lhe o que fazer **no caso de se perderem**, nomeadamente, **dirigirem-se a um balcão de informação, a um guarda ou segurança**;
8. Se vir **condutas inapropriadas** da parte de algum adulto com crianças, **denuncie de imediato** a situação a um guarda ou segurança (caso esteja em espaço onde não haja força policial) e certifique-se que este toma uma atitude.



O teu nome completo é Anita Flor Batista

Se eu pedir **Socorro** O que acontece?



Olá amiguinhos!  
Como viram existem regras básicas de segurança muito importantes.  
Estou ansioso por começar esta aventura recheada de atividades e ensinamentos na vossa companhia e das irmãs gémeas: a Ana, a Anita e a Alice.



Olá!!  
Eu sou a  
Ana!



Eu sou a  
Anita!



E eu a  
Alice

Estamos aqui para apresentar as regras mais importantes que deves ter em atenção e algumas atividades divertidas que te vão ajudar a lembrar dessas regras para viveres em paz e segurança.  
Queres explicar aos meninos, Guardoo?



**Claro!**  
No “Meu Manual de Segurança”, vamos apresentar-te algumas atividades direcionadas para as crianças com idades entre os 6 e os 9 anos e outras atividades para crianças com idades compreendidas entre os 10 e os 12 anos.  
Espero que gostem e que sejam úteis!



E será que podes dizer aos meninos, como se chamam algumas dessas atividades?



**Claro que sim!**

Por exemplo temos o “CONTO MÁGICO” ou o “CONTA LETRAS”, que são atividades para os meninos do 1º ciclo (6 aos 9 anos), mas “A MÚSICA” e “AS REGRAS”, já são atividades direcionadas para os meninos do 2º ciclo (dos 10 aos 12 anos).

Como podes ver Alice, temos atividades para todos!



Estamos aqui Guardoo!  
Podemos começar as atividades!  
*Yuppie!!!*

## ATIVIDADE 1: O CONTO MÁGICO

### 1º CICLO



Lembras-te das Regras Básicas de Segurança que te apresentámos no início deste Manual de Segurança? Se tiveres esquecido não faz mal... consulta sempre que for preciso o início deste documento.

Depois de as recordares escreve um conto infantil.

O único requisito é que tens de utilizar a **segurança** como tópico principal do teu conto.





## ATIVIDADE 2: CONTALETRAS

### 1.º CICLO

Observa a **TABELA 1**.

Vais encontrar algumas palavras relacionadas com algumas situações perigosas para ti e outras relacionadas com a segurança.

Conta as letras das palavras que se encontram na tabela 1 e coloca-as no espaço correto da tabela 2.

**TABELA 1**

**Rapto / Prevenir / Fuga / Predadores / Medo / Trauma / Desconhecido / Supervisão / Informação/Perigo**

**TABELA 2**

Indica na coluna da direita (B) as palavras de acordo com as indicações da coluna da esquerda (A)	
Coluna A	Coluna B
Palavras com 4 letras	
Palavras com 5 letras	
Palavras com 6 letras	
Palavras com 7 letras	
Palavras com 8 letras	
Palavras com 9 letras	
Palavras com 10 letras	
Palavras com 11 letras	
Palavras com 12 letras	



## ATIVIDADE 1: AS REGRAS

### 2.º CICLO

Vamos apresentar-te algumas situações e gostaríamos de saber como reagirias.

Lê com atenção as situações indicadas na coluna A e escreve na coluna B qual a melhor atitude a ter perante as situações apresentadas.

Responde como achas que seria correto reagir e não te preocupes, porque ao longo deste manual vamos informar-te das atitudes e comportamentos mais corretos nas situações apresentadas.

SITUAÇÃO	REAÇÃO / ATITUDE / COMPORTAMENTO
Se alguém mais velho, ou um adulto te der demasiada atenção ou te oferecer prendas, como achas que deves reagir?	
Se te deparares com uma situação que te incomode, o que deves fazer?	
Se alguém te tocar de forma que te faça sentir incomodado, como deves proceder?	
Se alguém tentar falar contigo enquanto estás na internet, pedir-te fotografias ou outros dados, o que deves dizer a essas pessoas?	
Se algum dos teus amigos te convidar para ir por um caminho diferente daquele que costumavas usar, para ir para a escola, o que deves fazer?	
Se alguém te for buscar à escola, e não forem os teus pais, deves ir com essa pessoa ou o que deves fazer?	



## ATIVIDADE 2: AMÚSICA

### 2.º CICLO

Esta atividade é musical! A música que te apresentamos intitula-se “Ró, Ró, Ró”.

**“Ró, ró, ró, minha rolinha!  
Ró, ró, ró, quero chamar!  
Ró, ró, ró que é vida minha!  
Recompensa, eu quero dar.**

**Senhora, D. (nome da pessoa),  
Entre dentro desta roda,  
Diga um verso bem bonito  
Diga adeus e vá-se embora”.**

(Anónimo, 2008).

Vamos todos cantar, para  
o mal não nos apanhar!



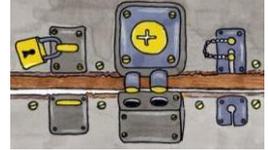
Agora é a tua vez de escrever a letra de uma música em conjunto com os teus amigos, sobre como **evitar o perigo e estar em segurança**. Vai ser muito divertido!

## REGRAS DE SEGURANÇA EM CASA

### O QUE DEVO FAZER QUANDO ESTOU SOZINHO EM CASA?



A tua segurança dentro da tua própria casa é muito importante e depende de alguns cuidados, por isso se costumavas estar sozinho em casa pede **aos teus pais para mandarem colocar vidros duplos ou proteção nas janelas e boas fechaduras nas portas.**



Habitua-te a manter **todas as janelas e portas da casa bem fechadas à chave** e não só com o trinco.



Cuidado abrir a **porta a estranhos é MUITO**

**PERIGOSO.** Se tocarem à campainha não deves atender. Se a tua casa tiver um intercomunicador, vê só quem é e nunca abras a porta, a não ser que seja alguém da família ou de confiança.

E pede aos teus pais para colocarem uma corrente de segurança para teres a certeza que a pessoa conhecida que viste no intercomunicador é realmente quem é.

**Nunca mexas em detergentes nem em medicamentos. Porque são perigosos e podem afetar gravemente a tua saúde.**

Caso tenhas mexido em detergentes perigosos, ou tenhas ingerido algum medicamento e te sintas mal, **deves ligar para o número 112**, para que possas ser ajudado.



Se for de noite **acende as luzes de algumas divisões** para que da rua se perceba que há pessoas em casa.



**PAIS...**

**Eis alguns conselhos sobre Segurança dos filhos em casa:**

Caso seja necessário chamar a ambulância ou a Guarda ou um Agente de Autoridade é importante a criança estar instruída nesse sentido.

Deixar os **contatos de emergência em locais acessíveis** para que a criança o consiga alcançar (exemplo: gravados no telefone ou colados em post-its no frigorífico);

**Nunca deixe uma criança sozinha em casa**, visto que poderão não ter noção das potenciais ameaças;

Tenha sempre muito **cuidado ao escolher um adulto para tomar conta dos seus filhos**. Opte por alguém de confiança.



Olá amiguinhos !  
Estamos de volta, com uma nova actividade sobre o que fazer em caso de perigo. Está muito frio, nada melhor do que estar em casa a brincar no quentinho!  
O Guardoo tem uma proposta para ti.

### ATIVIDADE 3: DESENHA O NÚMERO

#### 1.º CICLO



Como reparaste da leitura que efetuaste à mensagem do Guardoo sobre as regras de segurança em casa, existe um número de telefone muito importante que deves saber e ligar sempre que te sentires em perigo. Recorda esse número, completa o espaço em branco e pinta com a tua cor preferida.

1	1	
---	---	--

Os nossos pais foram ao supermercado.  
Espero que não se esqueçam de trazer chocolate.  
Nós ficamos em casa porque eles disseram que não  
demoravam!



Escutem manas... a campainha está a tocar!  
Olhem... é um senhor! Mas não sei quem é!  
Acho melhor telefonar aos pais e perguntar o  
que devemos fazer.

Que gulosas que são estas meninas!!  
E vocês?  
Também gostam de chocolates?

Ana... não abras a porta a ninguém. Vocês  
estão sozinhas em casa e pode ser  
perigoso.

Telefonar aos pais é **uma excelente ideia!**





## ATIVIDADE 4: A OPÇÃO CORRETA

### 1.º CICLO

Os pais da Ana, da Alice e da Anita foram ao supermercado e deixaram-nas sozinhas em casa. A campainha toca e elas não sabem quem é.

Das opções que apresentamos coloca uma **crux (X)** nos comportamentos que consideras corretos.

- Abrir a porta e falar com estranhos.
- Abrir a porta, falar com estranhos e convidá-los a entrar.
- Não abrir a porta a estranhos.
- Ligar para os pais a avisar da situação.
- Abrir a porta, apenas a quem os pais autorizarem.



Olá amigos,  
Chegamos ao **Castelo dos  
enigmas!**  
Estão preparados

UAU! Adoro aventuras!  
A Ana e a Alice adoram explorar grutas  
e castelos.  
Tenho a certeza que vamos descobrir e  
aprender muitas coisas novas.  
Não achas Guardoo?



### ATIVIDADE 3: O CASTELO DOS ENIGMAS

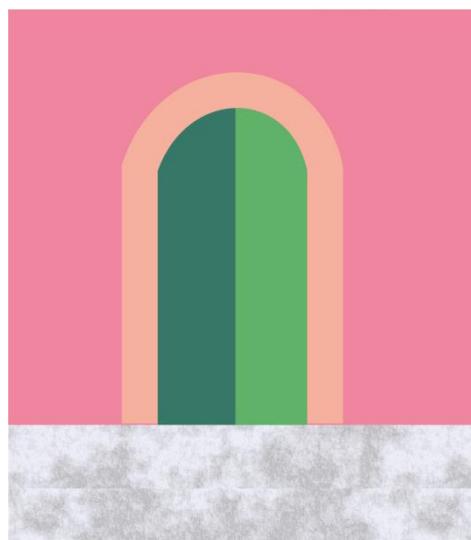
#### 2.º CICLO

As gémeas decidiram ir explorar o Castelo dos Enigmas. Encontraram uma porta que tinha a informação “*Não Entrar*”. As irmãs como são muito curiosas, quiseram aventurar-se pela porta desconhecida e decidiram entrar. Encantadas com o desconhecido, começaram a explorar o que estava para além da porta.

Após algum tempo, olharam para trás e perceberam que não sabiam como voltar para o sítio onde se encontravam, antes de abrir a porta.

A Anita chegou à conclusão que não deveriam ter aberto e entrado na porta que não conheciam e que até avisava para não entrar.

**O que retiras da história que acabámos de te contar? O que farias na situação das gémeas? O que achas que as gémeas devem fazer para voltar onde estavam antes de terem encontrado a porta?**



**Conta-nos o que pensas!**

Oiçam... Tive uma ideia brilhante



Que gracinha Guardoo!

Sim, tive uma ideia para uma atividade.

No castelo entrámos numa sala e vimos várias imagens que nos fizeram pensar. Assim, vamos partilhar com os amigos aquilo que vimos e fazer interpretação de imagens.

E tu, Guardoo, vais ter que explicar aos amigos o que eles vão ter que fazer.

Ok... Vamos lá então à próxima atividade.

**Preparados?**

Tu, Ana? Uma ideia?

Ahahah!

E que ideia foi essa?

Agora fiquei curioso.





## ATIVIDADE 4: INTERPRETAÇÃO DE IMAGENS

### 2.º CICLO

Vamos apresentar-te três imagens que representam algum perigo!

Depois de as observares com atenção escreve no espaço respetivo aquilo que interpretas!

Boa sorte!

IMAGENS	INTERPRETAÇÃO
	
	
	

## REGRAS DE SEGURANÇA NO CAMINHO PARA A ESCOLA E NO REGRESSO A CASA



### O QUE DEVO FAZER A CAMINHO DA ESCOLA E NO REGRESSO A CASA?

Se algum desconhecido te convidar para um passeio, oferecer boleia ou quiser dar-te o que quer que seja: **NUNCA ACEITES!**

Se os teus pais não puderem levar-te à escola, desloca-te sempre em grupo para a escola. Procura amigos que vivam perto de ti e de preferência combina um local para te encontrares com eles. **SE POSSÍVEL NUNCA VÁS SOZINHO.**



Faz sempre os mesmos percursos/caminhos para a escola e de regresso a casa. Evita caminhos que não conheças e caminhos pouco frequentados.



Não leves contigo muito dinheiro ou algo valioso. No caso de teres algum Telemóvel, Tablet ou PC evita mostrá-lo. **PODES SER ASSALTADO.**

**Sempre que andares com dinheiro** não o ponhas todo junto, **distribui-o por vários bolsos e mochila.** É que assim, se o perderes ou fores roubado, ainda ficas com algum dinheiro.



**Se vires algum objeto perigoso**, como por exemplo uma faca ou uma pistola não lhes toques. **Podes aleijar-te com gravidade.** Assim, como seringas, pois podes pôr seriamente em risco a tua saúde.



**Caminha sempre do lado de dentro do passeio e se quiseres atravessar, respeita a sinalização e utiliza sempre as passadeiras.** Para ainda no passeio, olha primeiro para o lado esquerdo e depois para o direito. Volta a olhar para o lado esquerdo e se não vierem carros, atravessa **SEM CORRER.**



**Na ausência de passadeira escolhe um sítio com visibilidade para ambos os lados de forma a seres visto por todos os condutores.**

Evita brincar nos passeios, podes cair, ser empurrado para a estrada e ser atropelado.

Conta sempre aos teus pais tudo o que se passa no caminho da escola, nomeadamente se alguém se dirige a ti ou te segue. Em caso de perigo, **pede ajuda a um Guarda** / Agente de Autoridade ou a uma pessoa com identificação (ex.: empregado de banco, supermercado, correios). Deves também telefonar aos teus pais se tiveres telemóvel.

Se te aperceberes de alguém que, perto da escola, possa querer fazer-te mal ou a algum colega teu, corre avisar um professor ou auxiliar, ou **liga o 112**. Telefona também aos teus pais ou a alguém amigo que te possa ajudar.



Presta sempre atenção à roupa, à altura das pessoas que se “metem contigo” e se elas estiverem num carro/ mota vê se consegues registar a matrícula e a cor para depois dizeres à professora, aos pais e a GNR.



Quando saíres da escola debes ir logo para casa, sem parar noutros sítios. Só assim os teus pais te poderão procurar se te demorares mais do que é normal a chegares a casa.

Ir para a Escola é muito divertido. Aprendes coisas novas e podes brincar com os teus amigos.  
**Mas é preciso ter cuidado.**

Quando vais para a escola de transportes públicos, tens de saber que transporte público apanhar.

Decora o caminho que os teus pais te ensinaram para apanhares o teu transporte com segurança.

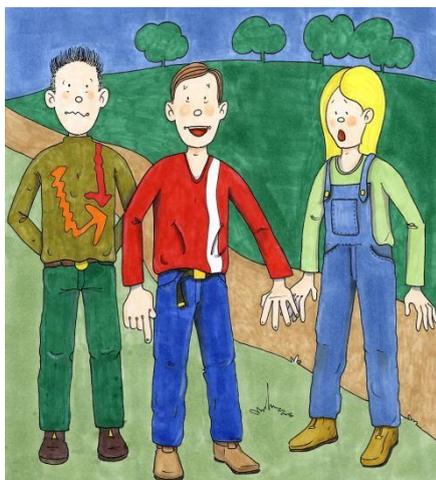
**PAIS**, as crianças são a promessa e a esperança de um mundo melhor. Aconselhe as crianças com frequência e previna que algum mal lhes aconteça.

**Assim:**

Conheça os percursos que o seu filho utiliza de ida e volta para a escola.

Tenha em atenção o horário escolar.

Saiba que tipo de vigilância existe na escola do seu filho.



Conheça os amigos do seu filho e se possível tenha sempre consigo os contactos deles.

Esteja atento aos locais onde habitualmente o seu filho, costuma brincar.

Caso o seu filho vá para a escola de transportes públicos, acompanhe-o até a paragem e explique-lhe o que deve fazer e que transporte deve apanhar.

Deixe ordens expressas na escola de quem vai buscar o seu filho.

Depois de leres as regras de segurança que te apresentámos quero fazer uma pergunta: quando se descobre um caminho novo para a escola achas que o deves seguir?



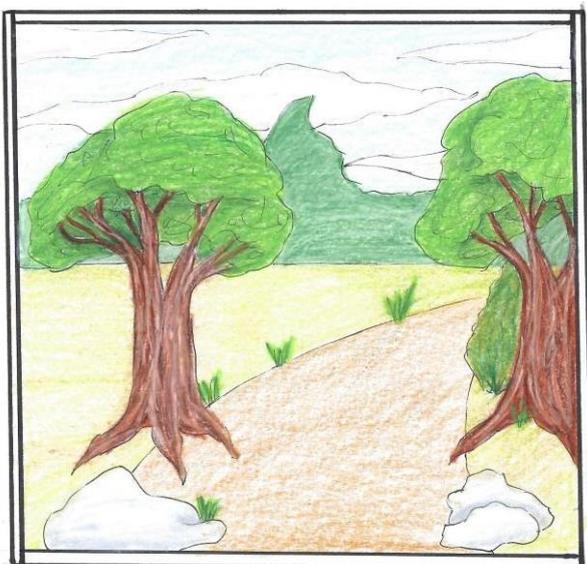
Penso que devemos ir pelo caminho habitual...  
Hummm... que caminho devemos escolher?  
Que dilema!  
Precisamos da vossa ajuda meninos  
Guardoo explica aos nossos amigos qual é então a próxima actividade.



## ATIVIDADE 5: O CAMINHO CERTO

### 1.º CICLO

Observa as duas figuras e assinala com uma cruz (X) o caminho que as irmãs não devem seguir para ir para a escola.





## ATIVIDADE 6: O COMPORTAMENTO CERTO

### 1.º CICLO

Das duas imagens que a seguir se apresentam pinta a imagem que mostra o comportamento mais correto no caso de te deparares com uma situação de perigo



Olá menina! Tens uns totós muito giros! Queres vir passear connosco?





## ATIVIDADE 5: O CONSELHO

### 2.º CICLO

Meninos, está na hora de colocarem em prática o que já aprenderam.

A Anita está a ficar preocupada, uma vez que um indivíduo a está a perseguir.

Escreve no balão o melhor conselho para que a gémea consiga resolver a situação da melhor forma.





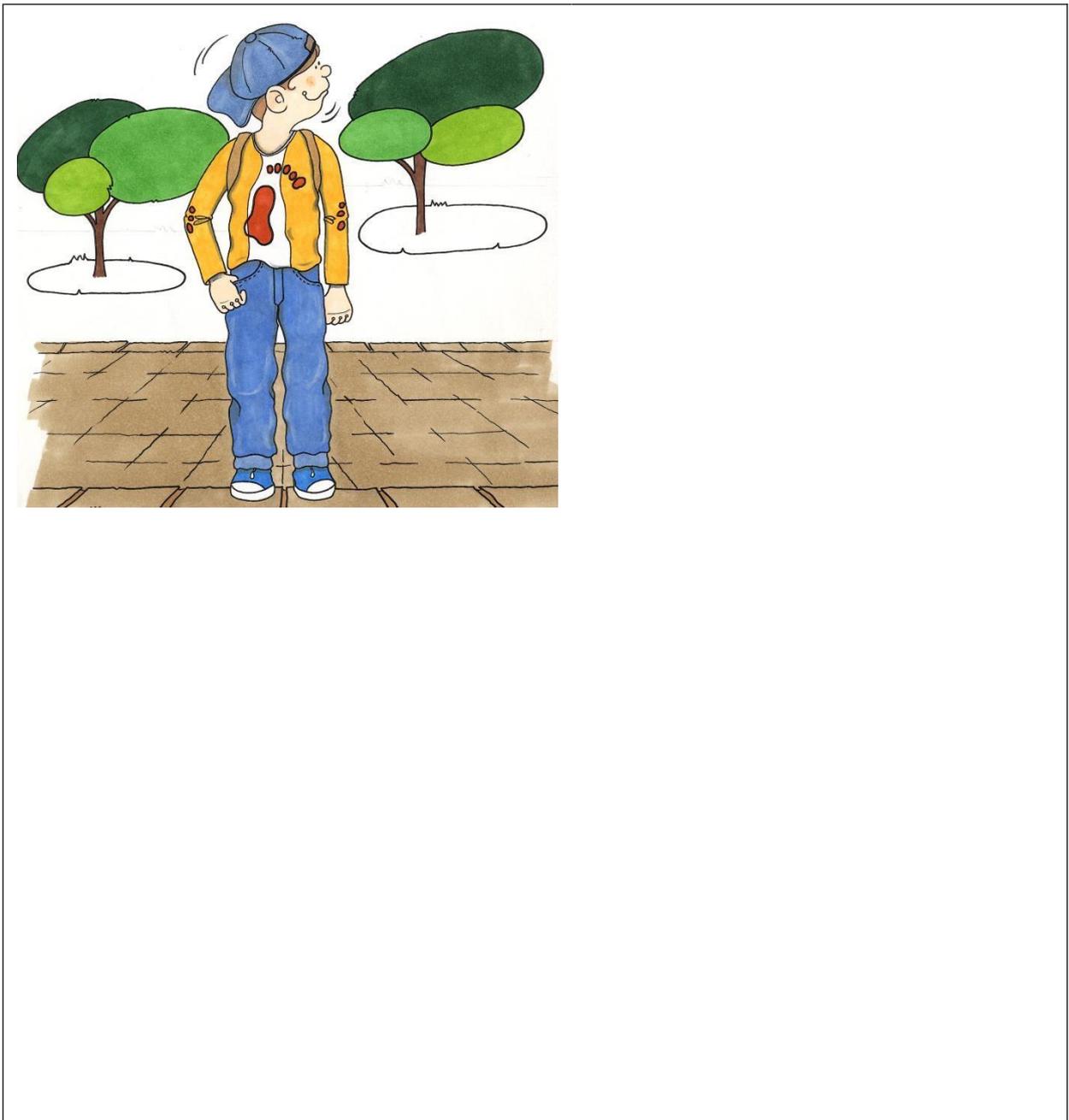
## ATIVIDADE 6: MÃE ZANGADA?

### 2.º CICLO

O amigo das gémeas foi brincar sozinho para o parque. E agora a mãe dele está muito zangada.

Porque é que a mãe do amigo das gémeas está zangada?

O que é que tu achas? Relembra tudo o que aprendeste sobre a tua segurança e escreve um pequeno texto a desenvolver o tema.



## REGRAS DE SEGURANÇA NAS COLÓNIAS E CAMPOS DE FÉRIAS



**Nas férias constata-se um aumento significativo dos casos em que as crianças se perdem.** Isto prende-se desde logo, com o facto de as crianças estarem em locais que não conhecem. As rotinas são diferentes, existem estímulos que as atraem e fazem dispersar, sendo além do mais, uma época com características especiais, visto que os pais acabam por ficar mais “descontraídos”.

### O QUE PRECISO SABER PARA BRINCAR EM SEGURANÇA NAS COLÓNIAS E CAMPOS DE FÉRIAS?

Pede sempre aos teus pais para te **colocarem no bolso um papel ou um cartão que possas ter contigo com a tua identificação:** nome, nome dos teus pais, a morada onde resides e os contatos dos pais e familiares mais próximos.



**Tenta decorar o número de telefone dos teus pais** e morada da tua residência.

**Aprende a usar o telefone** ou o telemóvel.

**Aprende o que fazer numa emergência** e nunca te esqueças que podes sempre que te sentires ameaçado

**ligar para o 112.**

**Conhece e identifica uma situação de perigo** que pode ocorrer quando te sintas ameaçado ou receoso com a presença de alguém.

Foge de imediato da situação e conta a alguém. Denuncia imediatamente a situação, pede ajuda e não tenhas medo de pedir/ gritar SOCORRO.



**PAIS**, se é certo que o período das férias é um momento de alegria, descontração, calor e cor, é também verdade que nem sempre, face às nossas vidas agitadas e sem tempo, sabemos como ocupar as crianças nesses momentos.

Atentas a esta preocupação dos pais, surge no mercado Empresas que organizam os tempos livres das crianças nos diferentes períodos de férias escolares.

Pois embora sejam muito organizadas nunca é demais os pais também considerarem as regras de segurança que apresentamos.



**As crianças devem estar sempre identificadas.** para caso se percam, serem rapidamente localizadas.



**Certifique-se de que os monitores, têm os conhecimentos adequados** para o cargo que estão a exercer e se são de confiança. Pergunte se foi exigido o registo criminal, antes de serem recrutados para trabalhar com as crianças no campo de férias.

**Assegure-se das condições/instalações/segurança/legalidade** dos campos de férias.

**Atenção à forma como são transportadas as crianças** e a credibilidade de quem as acompanha, durante o transporte.

**Tente saber se é possível saber quem faz parte da equipa pedagógica** e quem são.

**Faca a descarga da Aplicação “Miúdos no Radar”** para o telemóvel do seu filho e para o seu telemóvel.



Pergunte se pode fazer **uma visita de surpresa ao campo.**



Olá amigos! Estou na Colónia **Summer vila**.

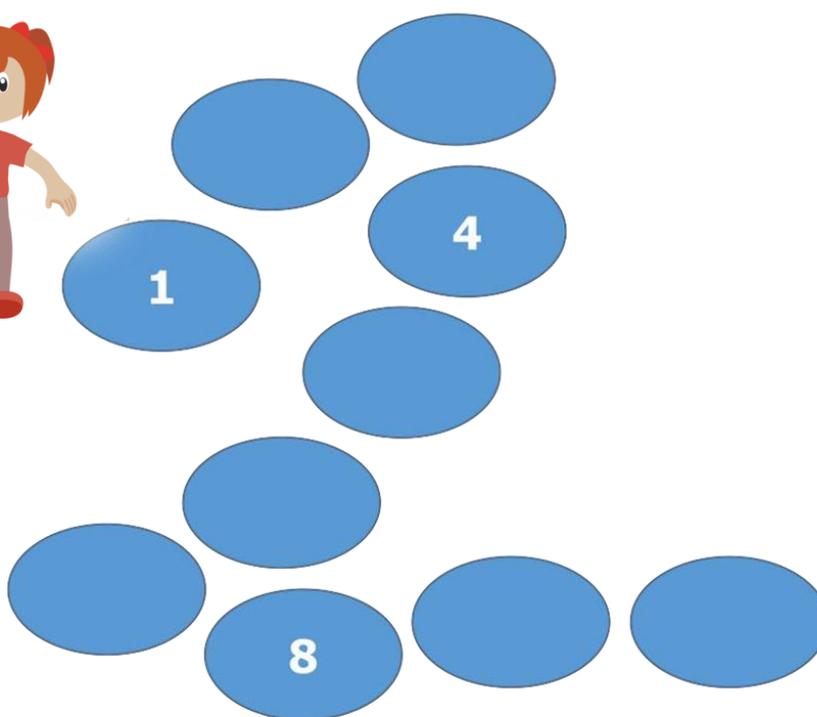
Hoje está muito calor e viemos até à praia. Mas deixei algumas actividades muito importantes sobre as regras de segurança que devemos ter em atenção quando nos encontramos nestes locais.



### ATIVIDADE 7: PEDIR AJUDA

#### 1.º CICLO

Completa a sequência dos números da imagem que apresentamos e ficas a conhecer quem te pode ajudar.





## **ATIVIDADE 8: A FRASE CORRETA VAIS ENCONTRAR PARA O MAL NÃO TERES DE ENFRENTAR**

### **1.º CICLO**

O poema que se segue contém uma frase que deves seguir no teu dia-a-dia. Encontra a frase a rimar para com estilo e segurança conseguires estar. Depois de a encontrares sublinha com a tua cor preferida.

**Para o parque vamos brincar,**

**É um sítio muito colorido.**

**De repente apareceu,**

**Alguém a falar.**

**Vamos todos passear,**

**Disse o senhor.**

**Porque é muito mais divertido**

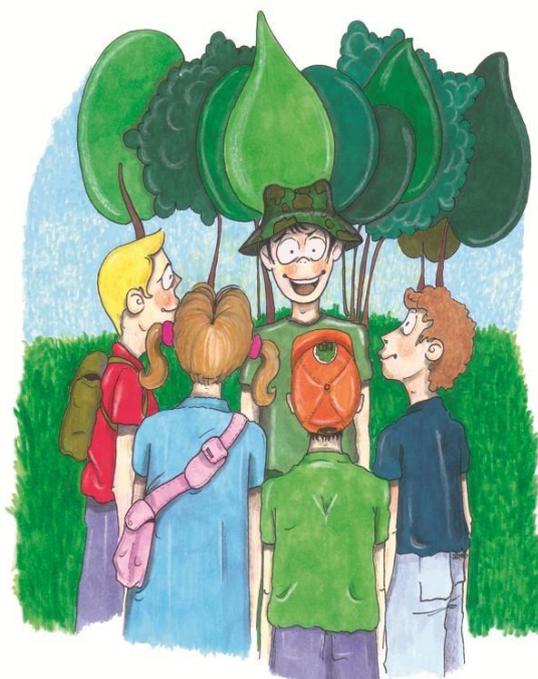
**Do que sozinhos estar!**

**Com estranhos não falar,**

**Assim nos foi dito.**

**É melhor irmos embora**

**Para o mal evitar!**





## ATIVIDADE 7: A IDENTIFICAÇÃO

### 2.º CICLO

Para prevenir o teu desaparecimento ou facilitar a tua localização é importante seguires algumas recomendações, como a utilização de algumas formas de identificação.

Das formas de identificação que apresentamos no quadro seguinte, escolhe uma da tua preferência e desenha-a no espaço em branco e não te esqueças de escrever os elementos identificativos importantes que garantem a tua segurança.

**CARTÃO DE IDENTIFICAÇÃO / CRACHÁ / PULSEIRA / CAMISOLA**



## ATIVIDADE 8: O CÍRCULO

### 2.º CICLO

Depois de leres as etapas apresentadas, ordena por ordem crescente os passos seguros que deves seguir caso estejas perdido e não consigas contactar os teus pais.

ETAPAS	ORDEM SEQUENCIAL
Tenta saber o local onde te encontras	
Olha à tua volta e encontra um ponto de referência (ex. a porta de uma pastelaria) e espera pelo Agente de Autoridade	
Não fales com estranhos enquanto esperas pela chegada dos teus pais	
Liga para o 112 e pede ao Agente de Autoridade para ir ter contigo	

## REGRAS DE SEGURANÇA PARA ANDAR NA RUA, FREQUENTAR ESPAÇOS PÚBLICOS/CENTROS COMERCIAIS

### O QUE DEVO FAZER SE ME PERDER QUANDO FOR PASSEAR EM ESPAÇOS PÚBLICOS?

Sempre que andares por locais que não conheças e/ou onde exista muita gente, **é aconselhável dares as mãos aos teus pais para evitar que te percas deles.**



Pede sempre aos teus pais para te colocarem no bolso um papel ou um cartão que possas ter contigo com a tua identificação: **nome, nomes dos teus pais, a morada onde resides e os contatos dos pais e**

**familiares mais próximos.**

**Tenta decorar o número de telefone dos teus pais e morada da tua residência.**

**Aprende a usar o telemóvel.**



Se te perderes procura ou pede **para te levarem até a um Guarda ou Agente de Autoridade para que este te ajude a encontrar as pessoas de quem te perdeste.**

PAIS,

Tenham um **plano preparado** para o caso do seu filho se perder, perca tempo a explicar-lhe tudo antes de irem para um espaço público.

**Expliquem** ao seu filho, que **no caso de se perder, devera dirigir-se imediatamente ao vigilante** mais próximo.

Ensinem o seu filho a **não falar com estranhos**, ou a aceitar qualquer convite de alguém que não conheça.



Assegurem-se que o seu filho está sempre sobre a **supervisão de alguém de confiança**, enquanto estiver ausente.

**Certifiquem-se que o seu filho tem sempre forma de entrar em contato consigo** em qualquer lugar.

Ensinem o seu filho a **denunciar qualquer comportamento que o incomode**.



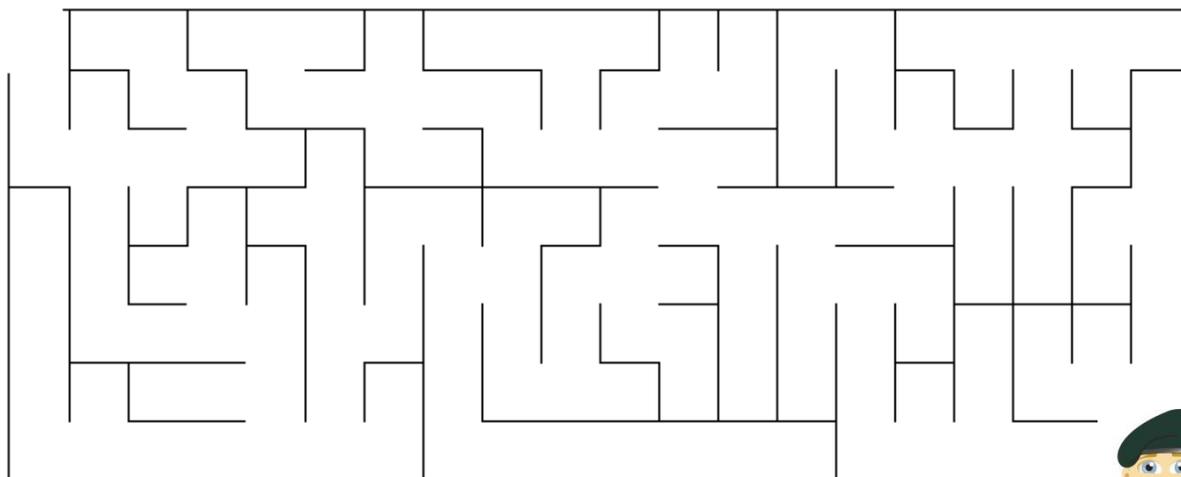
## ATIVIDADE 9: O LABIRINTO

### 1.º CICLO

Um Centro comercial às vezes parece um verdadeiro labirinto, mas a rua, a praia, o parque também são espaços grandes e onde nos perdemos com muita facilidade.

As irmãs foram passear com os pais ao Centro Comercial da sua área de residência e a Alice distraiu-se porque ficou a olhar a montra da loja dos brinquedos e não ouviu a mãe chamar por ela.

Com um lápis ajuda a Alice a atravessar o labirinto e a chegar ao Guarda que a vai ajudar a reencontrar os pais.





## ATIVIDADE 10: UM ROSTO UM AMIGO

### 1.º CICLO

Termina o desenho do Guarda, pinta e depois escreve uma mensagem que achas que ele gostaria de te dar.



**MENSAGEM:**



## ATIVIDADE 9: A QUEM PEDIR AJUDA

### 2.º CICLO

Quando estiveres perdido mantém a calma e pensa! Das hipóteses que te apresentamos assinala com uma cruz (x) as afirmações que indicam a quem é seguro pedir ajuda.

Guarda Nacional Republicana.

Salva-vidas.

Segurança.

Caixa do supermercado.

Pessoa que encontras na rua.

Amigo.

Vizinho que mal conheces.

Bombeiro.

Pessoa que te aborda e diz “Olá”.



## ATIVIDADE 10: PALAVRAS OCULTAS

### 2.º CICLO

Na caixa das dicas encontras um conjunto de palavras que deves utilizar para preencher os espaços em branco. Cada frase representa um cuidado a ter para evitar perigos e riscos desnecessários.

#### CAIXA DAS DICAS:

**Não / Telemóvel / GNR (Guarda Nacional Republicana) / APDC (Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas) / Remediar / Telefone / Foto / Morada / Estranhos/ Ajuda / Movimentadas / Atalhos**

1. Ter sempre no bolso o \_\_\_\_\_ para contatar os teus pais, ou família em caso de emergência.
2. Sempre que se sintam ameaçados ou receosos com a presença de alguém, dizer sempre \_\_\_\_\_.
3. Completa o provérbio, mais vale prevenir do que \_\_\_\_\_.
4. Em caso de necessitates de ajuda ou encaminhamento, procura ajuda na \_\_\_\_\_.
5. Não aceites nada de pessoas \_\_\_\_\_:
6. Não dês a quem não conheces a tua, \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ e \_\_\_\_\_.
7. Se um adulto te abordar na rua para o ajudares a entrar para um carro, ou para que o leves a um local, lembra-te: Os adultos devem pedir ajuda a outros adultos, não a uma criança, por isso, diz-lhe que têm que pedir \_\_\_\_\_ a um adulto.
8. Evita \_\_\_\_\_ e zonas pouco \_\_\_\_\_.
9. A \_\_\_\_\_ tem como atribuições exclusivas: assegurar o cumprimento das disposições legais referentes à proteção e conservação da natureza, do ambiente e socorro.

## REGRAS DE SEGURANÇA PARA FALARES AO TELEFONE E AO TELEMÓVEL



### O QUE DEVO FAZER QUANDO ATENDER O TELEFONE OU O TELEMÓVEL?

Se atenderes o telefone e ou o telemóvel e se a pessoa se tiver enganado no número para que queria telefonar, **não respondas à pergunta: de que número está a falar?** Pergunta tu à pessoa para que número ligou.

Se a pessoa disser um número que não é o teu, **diz-lhe que se enganou na marcação.**

### **Nunca respondas a perguntas de desconhecidos tais como:**

- Que idade tens?
- Onde estás?
- Estás sozinho em casa?
- Onde estão os teus pais?
- O que fazem os teus pais?



Nesta situação deves desligar o telefone e chamar os teus pais se eles estiverem em casa ou alguém que estiver contigo para lhe contar o sucedido.

**Se estiveres sozinho em casa telefona aos teus pais a contar o sucedido.** Se tiveres um telemóvel **nunca atendas números desconhecidos.**

**Não partilhes no telemóvel informações tuas e da tua família** com desconhecidos.

Lembra-te que é também importante que não envies fotografias nem vídeos a estes desconhecidos.



**Se o teu telemóvel tiver Bluetooth desliga.** Se não souberes fazê-lo pede aos teus pais.



Deves ter sempre contigo os números mais importantes: Os da tua família, amigos e pessoas em quem tens confiança.

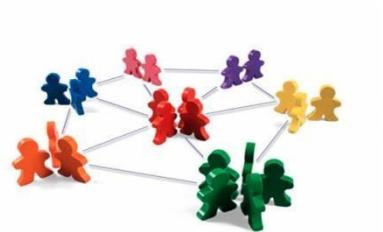
No meu telemóvel tenho todos os contatos de que preciso, para ligar em caso de emergência

**PAIS:**

Explique ao seu filho que não deve atender números desconhecidos.

Assegure-se que o seu filho não partilha informações no telefone com desconhecidos.

Ensine a não ligar para números que tenha no telemóvel e não estejam identificados.



Ensine o seu filho a denunciar alguma chamada que os tenha incomodado.

Assegure-se de que o seu filho não partilha informações em redes sociais através do telemóvel (fotos, informações pessoais).

desligado.

Assegure-se que o Bluetooth do telemóvel do seu filho está

Guardoo e agora? O que propões fazer?



Vai ser muito divertido!  
Guardoo, sabes que sou muito distraída!  
Hihihi!  
A actividade é sobre o quê?

Vamos testar os vossos  
conhecimentos sobre as regras de  
segurança para falarem ao telefone  
e/ou telemóvel.

A actividade é sobre o que deves  
fazer para garantires a tua segurança  
quando utilizas o telefone ou o  
telemóvel.  
Estou a contar convosco para  
fazermos.





## ATIVIDADE 11: O MAIS CORRETO A FAZER

### 1.º CICLO

Observa as imagens da coluna A. Assinala na coluna B com uma cruz (x) os comportamentos errados (que são perigosos) e com um certo (✓) os comportamentos corretos e mais seguros.

COLUNA A	COLUNA B
 <p>Vou partilhar informações pessoais através do telemóvel!</p>	
 <p>Não vou atender esta chamada! Não conheço o número...</p>	
 <p>Escuta.. o telemóvel está a tocar! Não sei quem é. Diz: “número desconhecido.” Vou atender.</p>	
 <p>Vou telefonar aos meus pais para contar que atendi uma chamada de um número desconhecido.</p>	
 <p>Tenho o <i>Bluetooth</i> ligado! Que fixe!</p>	
 <p>Estou ao telemóvel a falar com um Sr. que se chama João Ricardo e diz que é amigo do meu pai. Está a pedir-me que lhe diga onde moramos para vir visitar o meu pai.</p>	



## ATIVIDADE 12: PALAVRAS ESCONDIDAS

### 1.º CICLO

Na sopa de letras que se segue encontram-se palavras relacionadas com as regras de segurança que se apresentou ao longo deste teu Manual desde o início. Vamos encontra-las com a ajuda da Ana, Anita e a Alice. E claro a tua ajuda é a mais importante.

#### **PALAVRAS A ENCONTRAR:**

**Guardoo / Socorro / Alarme / Radar / GNR (Guarda Nacional Republicana / APDC (Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas / Precaução / Confiança /Ajuda**

G	U	A	R	D	O	O	A	A	P	C	D	S	O	C	O	R	R	O
N	O	J	E	O	M	S	A	J	U	D	A	L	A	R	M	E	U	I
R	A	D	A	R	L	I	T	U	A	N	D	A	M	A	E	R	T	Y
O	D	A	L	I	S	C	T	D	E	I	O	M	V	X	Z	A	W	T
I	P	R	E	C	A	U	Ç	Ã	O	C	O	N	F	I	A	N	Ç	A



## ATIVIDADE 11: SELECIONA A FRASE CORRETA

### 2.º CICLO

Vamos agora apresentar um conjunto de perguntas. Para cada pergunta existem duas respostas: a a) e a b). Mas apenas uma das respostas está correta. Assinala com um círculo (○) aquela que te parece ser a resposta adequada.

1. A utilização do **telemóvel, tal como a dos computadores também é suscetível de perigos.**
  - a) Se alguém tirar uma fotografia sem autorização para tal e a colocar na Internet, constitui um ato de cyberbullying.
  - b) A realização de uma chamada com a finalidade de intimidar ou incomodar alguém, não constitui um ato de cyberbullying.
  
2. Se receberes uma chamada não identificada deves:
  - a) Não atender, porque se for alguém conhecido vai deixar mensagem.
  - b) Atender a chamada, porque se alguém nos quer contatar devemos responder.
  
3. Quando vamos a um evento social, devemos:
  - a) Atender apenas as chamadas urgentes.
  - b) Desligar o telemóvel antes do início do evento.
  
4. Se eventualmente receberes uma SMS com o seguinte conteúdo: “ Olá, não nos vemos já há muito tempo. Gostaria de marcar um café para pôr a conversa em dia”. Que deves fazer?
  - a) Responder que não conhece o número, dizer o nome e perguntar se não se enganou.
  - b) Não responder. Ou responder a perguntar o nome para ver se conhece.
  
5. Das situações apresentadas, qual é a correta?
  - a) Não existe perigo de spam (mensagens de conteúdo não solicitado).
  - b) Não é necessário cuidado no que concerne à transferência de dados.
  - c) Com o Bluetooth ligado, é possível aceder a informações pessoais, sem autorização para tal.



## ATIVIDADE 12: PERIGOS CONSTANTES

### 2.º CICLO

Vamos agora apresentar um conjunto de situações. Lê com atenção. E depois sublinha as situações que consideras perigosas e faz um círculo nas que consideras seguras.

- A.** Utilização da internet para fazer compras não autorizadas.
- B.** Utilização da internet para acesso de conteúdos impróprios, que podem ser prejudiciais e inadequados a um desenvolvimento harmonioso.
- C.** Dar informações a pessoas estranhas.
- D.** Se alguém se aproximar de ti e não conheceres, não falar com essa pessoa e procurar ajuda de imediato.
- E.** Não dizer a ninguém que estás sozinho em casa.
- F.** Convidar qualquer pessoa para entrar em casa.
- G.** Denunciar situações que te incomodem ou te pareçam estranhas.
- H.** Ficar sozinho no carro.
- I.** Não permitir a entrada em casa de pessoas que acabas de conhecer ou que conheceste na internet.
- J.** Não saber os dados de identificação.
- K.** Se te perderes, podes ir à procura dos teus pais, sozinho.
- L.** Andar sozinho na rua. É seguro!
- M.** Dizer aos pais que vais para um determinado sítio e acabas por ir para outro.
- N.** Não pedir autorização aos pais para sair de casa.
- O.** Pedir ajuda sempre que necessitares, a uma pessoa com uniforme (bombeiros, segurança, senhora do balcão das informações).
- P.** Ir brincar sozinho e sem autorização para tal.

## REGRAS DE SEGURANÇA PARA BRINCARES COM O TEU TABLET OU COMPUTADOR



### QUE CUIDADOS PRECISAMOS DE TER PARA COMUNICAR E BRINCAR EM SEGURANÇA NO MEU TABLET OU COMPUTADOR?

Evita abrir ficheiros, responder ou reencaminhar mensagens e ficheiros de e para desconhecidos.

Faz transferência apenas de **sites de confiança**.

Sempre que precisares de ajuda e tiveres dúvidas **pergunta aos teus pais, aos teus irmãos e até aos teus professores**.

**Não divulgues** a ninguém o teu nome, a tua morada ou outra informação qualquer sobre ti e sobre a tua família.

**Joga online apenas com os teus amigos**

e nunca envolvas desconhecidos.

**Nunca te encontres com alguém** que só conheces de conversas online.

**Sempre que alguém desconhecido** quiser falar contigo *online* **desliga o computador** ou chama os teus pais ou irmãos.

**Nunca utilizar a internet para fazer compras não autorizadas**.

**Não entrar** em sites de **conteúdo não fidedigno**.





Pais, atenção, muita atenção... a internet não é para brincadeiras, ajudem os filhos a navegar em segurança.

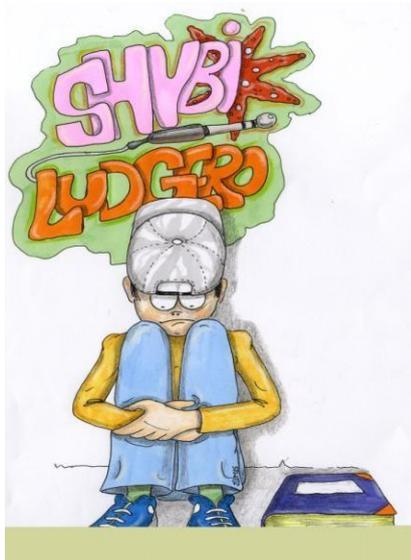
Opte por **colocar o computador** com acesso à internet numa divisão da casa **onde todos passam a maior parte do tempo**;

Instale no computador do seu filho **uma ferramenta que filtre (antivírus com controlo) e bloqueie o acesso a determinados conteúdos**, como por exemplo pornografia, violência...;

**Utilize a internet em conjunto com o seu filho**, nem que seja por curtos períodos de tempo, para de algum modo conhecer as suas habilidades e preferências;

Tenha sempre presente que **a participação numa rede social implica a partilha de informação**, incluindo fotografias, que em mãos de desconhecidos pode ser perigosa. Sensibilize os seus filhos para esta realidade;

Recorde ao seu filho a moral da história do Capuchinho Vermelho.



Olá meninos.

O meu amigo Bruno foi vítima de bullying através do seu tablet. Ele está muito triste e eu vou ter com ele e ajudá-lo.

Lembrem-se sempre que é preciso ter cuidados para comunicar e brincar em segurança no computador



Vamos para a atividade, verificar se as regras da navegação em segurança foram compreendidas.



Yeah!

Estou ansiosa!



## ATIVIDADE 13: COMPUTADOR ANIMADO

### 1.º CICLO

Escolhe letras do teclado do computador animado que formem uma palavra relacionada com um comportamento preventivo e pinta-as.



**INDICA A PALAVRA:**



## ATIVIDADE 14: CONHECER NOVAS PALAVRAS

### 1.º CICLO

Escreve nos espaços em branco, as palavras que se encontram na caixa de sugestões. Repete as palavras em voz alta, com ajuda dos teus amigos para as memorizares. Completa os restantes espaços com outras palavras que tenhas aprendido ao longo das outras atividades.

## VAMOS CONHECER NOVAS PALAVRAS?



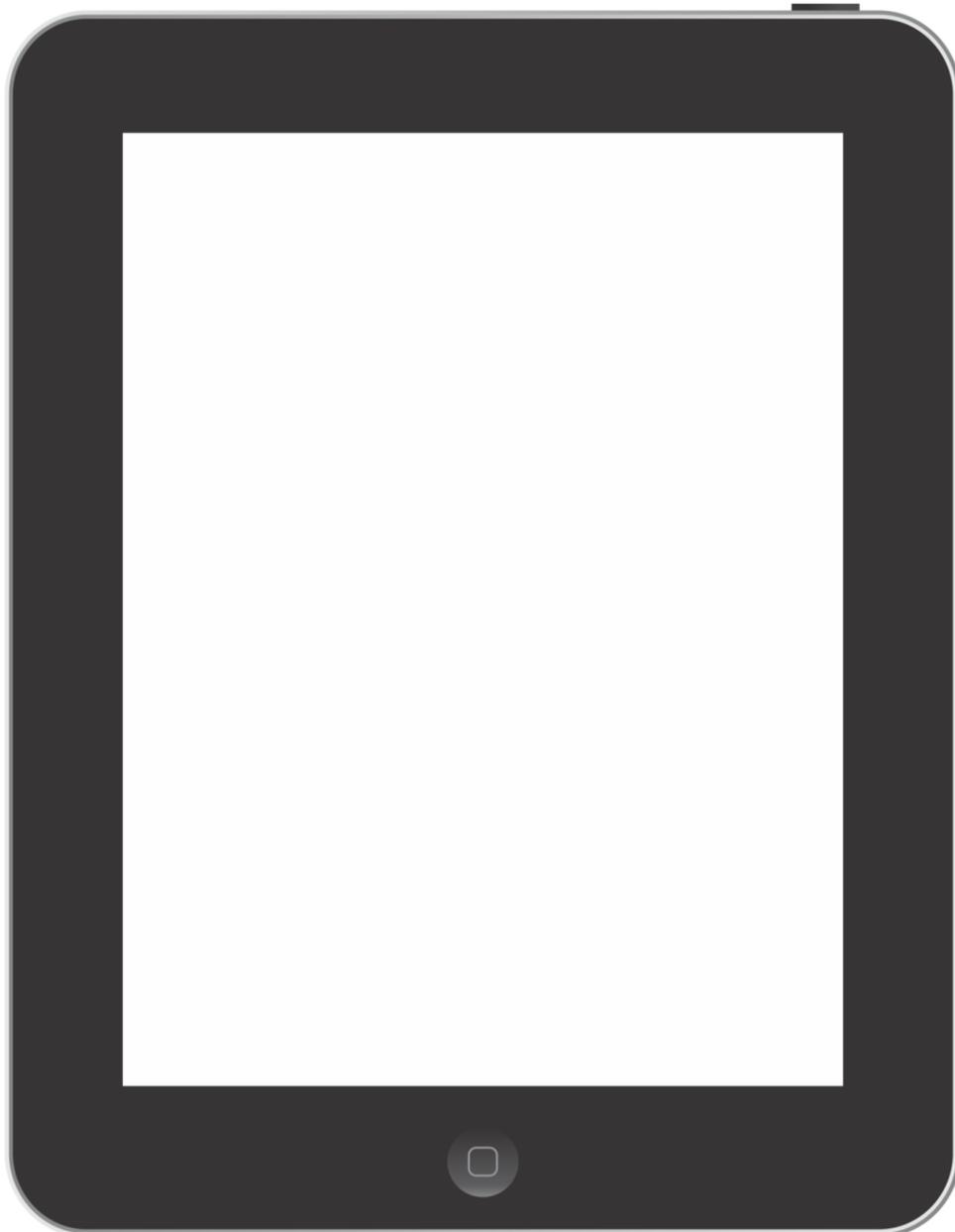
Socorro; Emergência; Identificação; Contatos; Regras; Informação; Estranhos



## ATIVIDADE 13: GUIA DE UTILIZAÇÃO

### 2.º CICLO

Desenvolve um pequeno guia de utilização de regras fundamentais para a utilização do computador/tablet.





## ATIVIDADE 14: A INTERNET

### 2.º CICLO

Tens de ter muito cuidado em determinadas situações.

Atenção às situações em que alguém te peça pela internet, ou telemóvel, para falares sobre assuntos que te deixam envergonhado, para te despires na webcam ou para enviases as tuas fotos através de correio eletrónico ou outro meio. Avisa logo os teus pais e dá-lhes o username e o e-mail dessa pessoa.

O amigo das gémeas está a navegar na internet e encontrou alguns sites de conteúdo não fidedigno.

Achas que ele deve clicar e entrar nesses sites?

**SIM**

**NÃO**

Se respondeste NÃO, explica por palavras tuas o que o Bruno, amigo das gémeas deve fazer.

Adeus amigos, gostei muito de vos conhecer e estar convosco ao longo deste Manual.

Espero que todos tenham gostado e que as gémeas vos tenham divertido!

Até à próxima e lembrem-se sempre, que a GNR existe para protegerem as pessoas e em especial as crianças.

Mas muitas vezes, para eles nos poderem ajudar é preciso avisá-los ou chamá-los. Por isso, sempre que precisares **liga para o 112** e pede AJUDA!

Se não tiveres telemóvel procura usar o telefone de uma cabine, de um restaurante, de uma loja...Pede AJUDA e se for preciso grita por SOCORRO!

**Um Guarda é um Amigo sempre disposto a ajudar-te...**

**Há também outras instituições muito importantes, como a Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas, que têm vindo a trabalhar em conjunto com a GNR para cuidarem da Segurança de todos vós.**

**Até á próxima!**



Adeus amigos. Obrigada por brincarem connosco. Espero que tenham gostado... nós adorámos estar convosco e partilhar a brincar as regras básicas para a nossa segurança. Se precisares de nós telefona... os nossos contactos estão na página seguinte.

## CONTATOS ÚTEIS

### **GUARDA NACIONAL REPUBLICANA (GNR)**

- Email: [www.gnr.pt](http://www.gnr.pt)
- Telefone Comando-Geral da GNR: 213217000

### **POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA (PSP)**

- Email: [www.psp.pt](http://www.psp.pt)
- Telefone Direção Nacional da PSP: 218111000/ 965 989 000

### **POLÍCIA JUDICIÁRIA:**

- Diretoria Lisboa/Vale do Tejo (Piquete) - 213574566
- Diretoria do Norte (Piquete) -225088644
- Diretoria do Centro (Piquete) -239828130
- Diretoria do Sul (Piquete) – 289884522
- Outros contatos: [www.policiajudiciaria.pt](http://www.policiajudiciaria.pt)

### **CONTATOS CPCJ'S:**

- Email: [www.cnpcjr.pt](http://www.cnpcjr.pt)

### **CONTATOS ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE CRIANÇAS DESAPARECIDAS:**

#### **Filial (São Pedro do Sul)**

• Rua Serpa Pinto, 598, 1º, Sala N 3660-511 São Pedro do Sul - **UISEU**  
Geral: 232 724 647

- Fax: 232 724 649
- Website: [www.ap-cd.pt](http://www.ap-cd.pt)
- E-mail geral: [atendimento@ap-cd.pt](mailto:atendimento@ap-cd.pt)

#### **Sede (Lisboa)**

- Av. Columbano Bordalo Pinheiro, nº 57 B 1070-060 – **LISBOA**
- Telefone: (+351) 217 262 289

### **SERVIÇOS DE PREVENÇÃO:**

- 91 019 0000- Atendimento 24h.

## BIBLIOGRAFIA

### Livros consultados:

Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas (2011). Um Guia para pais e educadores. *O meu manual de segurança infantil, desaparecimento de crianças e utilização da internet*.p.12-20.

### Sites consultados:

Anónimo (2008). Músicas infantis. Acedido em 17 de dezembro de 2014. Disponível em:<http://www.lettras.com.br/#!musicas-infantis/ro-ro-ro>

Atividades de desenhos (2011). Acedido em 17 de dezembro de 2014. Disponível em: [http://www.atividadesedesenhos.com/2011/11/atividades-de-pascoa-dezenas-de\\_8274.html](http://www.atividadesedesenhos.com/2011/11/atividades-de-pascoa-dezenas-de_8274.html)

Atividades para jardim (2013). Diversas atividades para educação infantil. Acedido em 19 de dezembro de 2014. Disponível: <http://atividadesparajardim.blogspot.pt/2013/03/blog-post.html>

Atividades escolares e jogos educativos (s.). Acedido em 5 de janeiro de 2015. Disponível em:<http://www.sol.eti.br/>

Conteúdo Educacional Grátis (s.d). Atividades labirintos de números. Acedido em 19 de dezembro. Disponível em: [http://www.a77.com.br/labirinto/labirinto\\_facil\\_numero\\_1.ph](http://www.a77.com.br/labirinto/labirinto_facil_numero_1.ph)

Crucial interactive media (2015). Na interactive safety game for children. Acedido em 29 de janeiro. Disponível em: <http://www.crucial-crew.org/>

Dezerto, A (2013). Alfabetizando com amor. Acedido em 17 de janeiro de 2015. Disponível em:<http://profaadrianadezerto.blogspot.pt/2013/07/atividades-de-alfabetizacao-para.html>

Escola games (s.d). Atividades Educativas. Acedido em 26 de dezembro de 2014. Disponível em:<http://www.escolagames.com.br/jogos.asp>

Fernanda, P. (2012). Cantinho do Educador infantil. *Modelos de atividades para Educação infantil*. Acedido em 7 de janeiro de 2015. Disponível em: <http://www.ensinar-aprender.com.br/2011/06/modelos-de-atividades-para-educacao.html>

Labyrintti tehtäviä (s.d). Acedido em 19 de dezembro. Disponível em: <http://birgitmummu.vikki.fi/Joulu/Lastenpelit/Labyrintit.htm>

Lesson sistemas (2011-2012). Acedido em 5 de janeiro de 2015. Disponível em: <http://www.nossoclubinho.com.br/>

PBS parents (1008-2006). Zoom by kids for kids. Acedido em 5 de fevereiro de 2015. Disponível em: <http://www.pbs.org/>

Seguranet (s.d). Atividades. Acedido em 3 de fevereiro de 2015. Disponível em: <http://www.seguranet.pt/jogo/>

Turma COC (s.d). Jogos educativos e educação infantil. Acedido em: 8 de janeiro de 2015. Disponível em: <http://www.turmacoc.com.br/paginas/educacao-infantil/>

Sparky.org (s.d). Acedido em: 30 de janeiro de 2015. Disponível em: <http://www.sparky.org/>

Alguns Desenhos Acedido em 14 de maio de 2015. Disponível em: <http://br.freepik.com/vetores-gratis/-vetores-cartoon.htm>

# SOLUÇÕES



## ATIVIDADE 1: O CONTO MÁGICO

### 1.º CICLO

Fantástico o conto que escreveste!

Vamos verificar se te esqueceste de utilizar a **segurança** como requisito no teu **conto**, bem como as **palavras-chave** que te vamos apresentar.

- Segurança
- Prevenção
- Atenção
- Cuidado
- Diversão
- Informação

## ATIVIDADE 2: CONTA LETRAS

### 1.º CICLO

Indica na coluna da direita (B) as palavras de acordo com as indicações da coluna da esquerda (A)	
Coluna A	Coluna B
Palavras com 4 letras	Fuga, Medo
Palavras com 5 letras	Rapto
Palavras com 6 letras	Perigo, Trauma
Palavras com 8 letras	Prevenir
Palavras com 10 letras	Supervisão, Informação, Predadores
Palavras com 12 letras	Desconhecido

## ATIVIDADE 1: AS REGRAS

### 2.º CICLO

SITUAÇÃO	REAÇÃO / ATITUDE / COMPORTAMENTO
Se alguém mais velho, ou um adulto te der demasiada atenção ou te oferecer prendas, como achas que deves reagir?	<b>Não devo aceitar nada de pessoas que não conheço.</b> Devo <b>fugir imediatamente</b> da situação e dizer que <b>NÃO</b> .
Se te deparares com uma situação que te incomode, o que deves fazer?	Devo gritar por « <b>Socorro</b> », ou <b>ligar</b> logo que possível <b>para a força policial</b> e para os meus <b>pais</b> a contar a situação.
Se alguém te tocar de forma que te faça sentir incomodado, como deves proceder?	Devo imediatamente <b>gritar e fugir</b> . Caso tenha na minha posse um telemóvel, devo <b>ligar para a força policial</b> e reportar a situação, para ser resolvida da melhor forma.
Se alguém tentar falar contigo enquanto estás na internet, pedir-te fotografias ou outros dados, o que deves dizer a essas pessoas?	<b>Não devo responder a pessoas que não conheço.</b> Devo <b>denunciar</b> e se possível <b>registar o username e o e-mail do indivíduo</b> que está a tentar entrar em contato comigo.
Se algum dos teus amigos te convidar para ir por um caminho diferente daquele que costumavas usar, para ir para a escola, o que deves fazer?	<b>Devo ir pelo caminho que os meus pais disseram</b> para ir para escola. <b>Novos caminhos podem significar novos perigos.</b> “Mais vale prevenir do que remediar”.
Se alguém te for buscar à escola, e não forem os teus pais, deves ir com essa pessoa ou o que deves fazer?	<b>Não devo aceitar ir com ninguém que não sejam os meus pais.</b> A não ser que tenha sido dada <b>autorização para tal</b> .

## ATIVIDADE 2: A MÚSICA

### 2.º CICLO

Será que te esqueceste de utilizar as **palavras-chave** na música que escreveste?

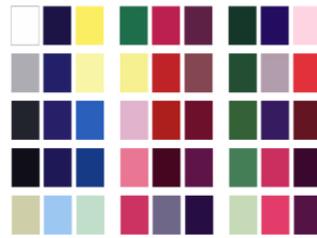
Vamos verificar!

Palavras-chave: **Segurança, Alegria, Brincar** e o **Perigo evitar**.



### ATIVIDADE 3: DESENHA O NÚMERO

#### 1.º CICLO



(Tela de cor)

### ATIVIDADE 4: A OPÇÃO CORRETA

#### 1.º CICLO

- Não abrir a porta a estranhos.
- Ligar para os pais a avisar da situação.
- Abrir a porta, apenas a quem os pais autorizarem.



### ATIVIDADE 3: O CASTELO DOS ENIGMAS

#### 2.º CICLO

No texto que escreveste sobre as gémeas no Castelo dos enigmas esperamos que tenhas tido em conta as seguintes **palavras**:

- Informação
- Cuidado
- Perigos
- Prevenção
- Não entrar
- Segurança
- Desconhecido
- Pais



## ATIVIDADE 4: A INTERPRETAÇÃO

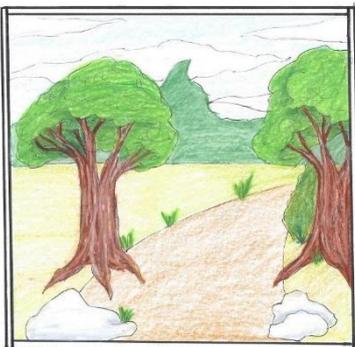
### 2.º CICLO

Atenção às palavras- chaves!

IMAGENS	Palavras-chave
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estranhos</li> <li>• Cuidado</li> <li>• Não</li> <li>• Fugir</li> <li>• Alerta</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Não</li> <li>• Estranhos</li> <li>• Não aceitar</li> <li>• Aviso</li> <li>• Gritar (Socorro)</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estranhos</li> <li>• Ajuda</li> <li>• Fugir</li> <li>• Responsáveis do local</li> <li>• Não</li> </ul>

## ATIVIDADE 5: O CAMINHO CERTO

### 1.º CICLO



## ATIVIDADE 6: O COMPORTAMENTO CERTO

### 1.º CICLO

Parabéns!

Acertaste na imagem que apresenta o comportamento **mais correto a ter**.

Esperamos que tenhas utilizado muita cor e criatividade para colorir a tua imagem.

Não há limites para a imaginação!



## ATIVIDADE 5: O CONSELHO

### 2.º CICLO

A gémea para resolver a situação deve:

- **Ligar para a força policial;**
- **Ligar para os pais;**
- **Gritar por Socorro** ou
- **Fugir imediatamente** do local e procurar um **lugar seguro**.



## ATIVIDADE 6: MÃE ZANGADA?

### 2.º CICLO

Vamos apresentar-te as **palavras-chave** que deves ter presente no texto que desenvolveste para esta atividade.

#### Palavras-chave:

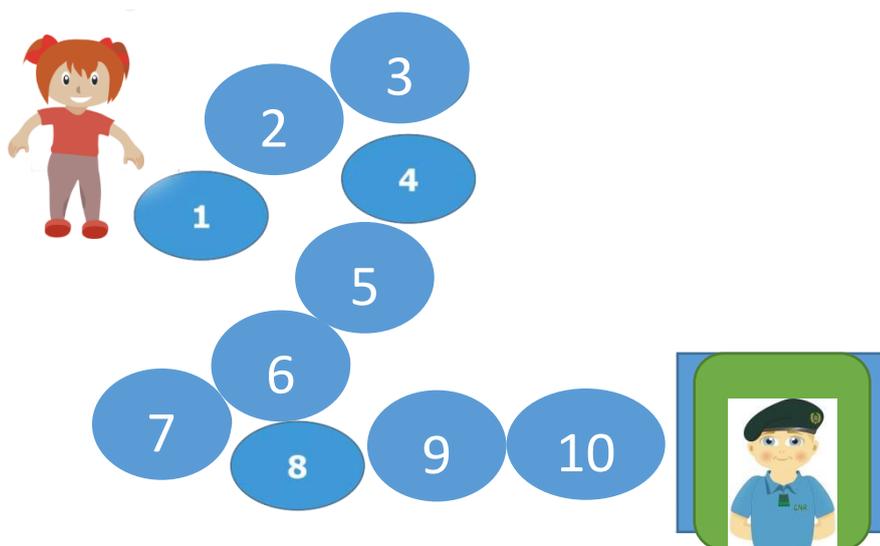
- Segurança
- Conselho
- Aviso
- Cuidado
- Precaução
- Responsabilidade



- Autorização
- Autoridades
- Atenção

## ATIVIDADE 7: PEDIR AJUDA

### 1.º CICLO



## ATIVIDADE 8: A FRASE VAIS ENCONTRAR PARA O MAL NÃO TERES DE ENFRENTAR

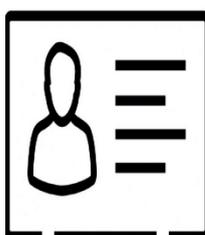
### 1.º CICLO

- Com estranhos não falar

## ATIVIDADE 7: A IDENTIFICAÇÃO

### 2.º CICLO

**CARTÃO DE IDENTIFICAÇÃO / CRACHÁ / PULSEIRA / CAMISOLA**



### Elementos identificativos:

- Nome
- Nome dos teus pais
- Morada
- Número de telefone

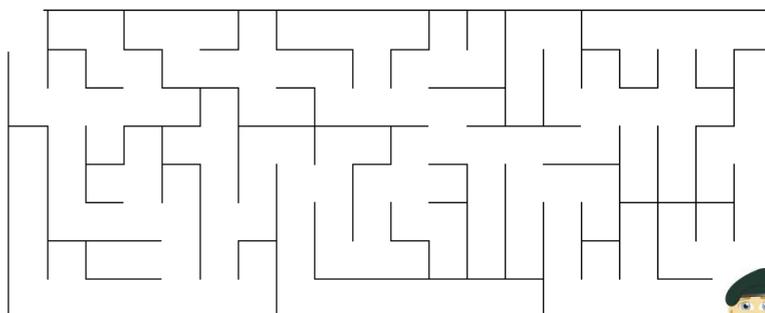
### ATIVIDADE 8: O CÍRCULO

#### 2.º CICLO

ETAPAS	ORDEM SEQUENCIAL
Tenta saber o local onde te encontras	1
Olha à tua volta e encontra um ponto de referência (ex. a porta de uma pastelaria) e espera pelo Agente de Autoridade	3
Não fales com estranhos enquanto esperas pela chegada dos teus pais	4
Liga para o 112 e pede ao Agente de Autoridade para ir ter contigo	2

### ATIVIDADE 9: O LABIRINTO

#### 1.º CICLO



## ATIVIDADE 10: UM ROSTO UM AMIGO

### 1.º CICLO

No texto que escreveste as **palavras-chave** que terias de utilizar na tua resposta são as seguintes:

- Proteção
- Cuidado
- Alerta
- Segurança
- Autoridades
- Perigos
- Cidadãos
- Consciência



## ATIVIDADE 9: A QUEM PEDIR AJUDA

### 2.º CICLO

<input type="checkbox"/>	Guarda Nacional Republicana
<input type="checkbox"/>	Salva-vidas
<input type="checkbox"/>	Segurança
<input type="checkbox"/>	Caixa do supermercado
<input type="checkbox"/>	Amigo
<input type="checkbox"/>	Bombeiro

## ATIVIDADE 10: PALAVRAS OCULTAS

### 2.º CICLO

1. Telemóvel
2. Não
3. Remediar.
4. APCD (Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas).

5. Estranhas.
6. Morada, telefone e foto.
7. Ajuda
8. Atalhos, movimentadas.
9. GNR (Guarda Nacional Republicana).

**ATIVIDADE 11: O MAIS CORRETO A FAZER**

1.º CICLO

COLUNA B
X
✓
X
✓
X
X

**ATIVIDADE 12: PALAVRAS ESCONDIDAS**

1.º CICLO

G	U	A	R	D	O	O	A	A	P	C	D	S	O	C	O	R	R	O
N	O	J	E	O	M	S	A	J	U	D	A	L	A	R	M	E	U	I
R	A	D	A	R	L	I	T	U	A	N	D	A	M	A	E	R	T	Y
O	D	A	L	I	S	C	T	D	E	I	O	M	V	X	Z	A	W	T
I	P	R	E	C	A	U	Ç	Ã	O	C	O	N	F	I	A	N	Ç	A

### ATIVIDADE 11: SELECIONA A FRASE CORRETA

#### 2.º CICLO

- 1- A
- 2- A
- 3- A
- 4- B
- 5- C

### ATIVIDADE 12: PERIGOS CONSTANTES

#### 2.º CICLO

Nota: Sublinhado (Frases erradas)      Círculo ( Frases corretas) ○

- |          |          |
|----------|----------|
| A. _____ | I. ○     |
| B. _____ | J. _____ |
| C. _____ | K. _____ |
| D. ○     | L. _____ |
| E. ○     | M. _____ |
| F. _____ | N. _____ |
| G. ○     | O. ○     |
| H. _____ | P. _____ |

### ATIVIDADE 13: COMPUTADOR ANIMADO

#### 1.º CICLO

Sugestão:

**INDICA A PALAVRA:** Cuidado; Alerta; Informação...

### ATIVIDADE 14: CONHECER NOVAS PALAVRAS

#### 1.º CICLO

As palavras a vermelho que a seguir se apresentam, são exemplos de palavras que poderias utilizar na atividade.

O único critério que deves ter em consideração é o tópico que te foi pedido para utilizar como referência no desenvolvimento das «novas» palavras. **A SEGURANÇA.**



### ATIVIDADE 13: GUIA DE UTILIZAÇÃO

#### 2.º CICLO

As frases a **negrito** que a seguir apresentamos, são **frases-chave** que deves ter no teu «Guia de utilização».

- Não revelar a **palavra-passe via e-mail** ou em resposta a um pedido de e-mail;
- Utilizar as redes sociais de forma **segura**;
- **Respeitar os limites de idade** para o registo em sites sociais (normalmente a partir dos 13 anos de idade);
- **Não utilizar o nome completo**;
- Não revelar a **palavra-passe via e-mail** ou em resposta a um pedido de e-mail;
- Utilizar as redes sociais de forma **segura**;
- Fotografias são informações pessoais. **Não publicar fotografias** de si próprio ou de amigos com detalhes claramente identificáveis;
- **Utilização de programas de filtros** para impedir o acesso a sites inadequados;

- Chegar a um consenso com os pais sobre **quais as informações pessoais apropriadas a fornecer, e em que situações;**
- Conversar sobre **os riscos associados à divulgação de informações.**

## **ATIVIDADE 14: A INTERNET**

### **2.º CICLO**

**SIM**  **NÃO**

O Bruno perante a situação em que se encontra, o que deve fazer é:

- Não entrar em sites de **conteúdo não fidedigno.**
- **Avisar os pais** sobre o que aconteceu, se possível e conseguir ter esse tipo de informação, **registar o username e o e-mail** dessa pessoa, no caso de ser abordado na internet por alguém que desconheça **ou que peça para fazer algo impróprio.**



