

ISAWP: Sexualidade Inclusiva: Um Mundo de Possibilidades

Guia didático - Educação Sexual Inclusiva

Isenção de Responsabilidade, Reconhecimento e Direitos Autorais

Reconhecimento

Este artigo recebeu financiamento da Comissão Europeia ao abrigo do Acordo de Subvenção número 2024-1-ES02-KA210-YOU-000247025, ERASMUS+ Small Scale Partnership project "ISAWP: Inclusive Sexuality a World of Possibilities".

Isenção de responsabilidade

O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um endosso do conteúdo, que reflete apenas as opiniões dos autores, e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito das informações nela contidas.

Aviso de Direitos Autorais

CC BY-NC-SA

Esta licença permite que reutilizadores distribuam, remixem, adaptem e criem a partir do material em qualquer meio ou formato, apenas para fins não comerciais, desde que seja dada a devida atribuição ao criador. Se remixar, adaptar ou criar a partir do material, deverá licenciar o material modificado sob termos idênticos.

CC BY-NC-SA inclui os seguintes elementos:

POR: o crédito deve ser dado ao criador.

NC: Somente usos não comerciais da obra são permitidos.

SA: As adaptações devem ser compartilhadas nos mesmos termos.

Índice

INTRODUÇÃO

.....1

I. Conceito-Chave 1: Relacionamentos

.....2

II. Conceito-Chave 2: Valores, Direitos, Cultura e Sexualidade

.....27

• 2.1 Valores e Sexualidade

.....27

• 2.2 Direitos Humanos e Sexualidade

.....57

• 2.3 Cultura, Sociedade e Sexualidade

.....73

III. Conceito-Chave 3: Compreendendo o género

.....88

IV. Conceito-Chave 4: Violência e Segurança

.....128

• 4.1 Violência128

• 4.2 Consentimento, privacidade e integridade física

.....147

• 4.3 Uso Seguro das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs)163

V. Conceito-Chave 5: Competências para a saúde e o bem-estar

.....177

VI. Conceito-Chave 7: Sexualidade e Comportamento Sexual

.....198

VII. Conceito-Chave 6: Anatomia e Desenvolvimento do Corpo Humano - Conceito-chave 8: Saúde Sexual e Reprodutiva

.....239

INTRODUÇÃO

A sexualidade é parte intrínseca da vida humana, abrangendo dimensões físicas, emocionais, sociais e culturais. Garantir que jovens com deficiência intelectual recebam educação sexual inclusiva, baseada em direitos e cientificamente precisa é essencial para promover o seu bem-estar, autonomia e dignidade. O Guia Didático e de Boas Práticas para o projeto Sexualidade Inclusiva - Um Mundo de Possibilidades (ISAWP) foi elaborado para apoiar educadores na implementação de atividades que promovam a educação sexual abrangente (ESI) para jovens com deficiência intelectual.

Este guia é inspirado nos princípios-chave delineados na Orientação Técnica Internacional sobre Educação em Sexualidade, uma estrutura globalmente reconhecida desenvolvida pela UNESCO, o Programa Conjunto das Nações Unidas sobre HIV/AIDS (UNAIDS), o Fundo de População das Nações Unidas (UNFPA), o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), a Entidade das Nações Unidas para a Igualdade de gênero e o Empoderamento das Mulheres (ONU Mulheres) e a Organização Mundial da Saúde (OMS). Essas organizações enfatizam uma abordagem inclusiva, baseada em evidências e centrada nos direitos humanos para a educação em sexualidade, garantindo que todos os jovens, incluindo aqueles com deficiência, recebam o conhecimento e as habilidades necessárias para tomar decisões informadas sobre sua saúde, relacionamentos e desenvolvimento pessoal.

O projeto ISAWP adota uma metodologia holística e inclusiva, reconhecendo que jovens com deficiência intelectual têm os mesmos direitos que os seus pares de compreender e expressar sua sexualidade de forma segura, informada e consensual. As atividades e estratégias apresentadas neste guia são adaptadas para atender às necessidades únicas de aprendizagem desses indivíduos, promovendo autoconsciência, confiança, respeito e inclusão.

Objetivos do Guia

Ofereça atividades práticas, adaptáveis e interativas que os educadores possam implementar com jovens com deficiência intelectual.

Garantir que a educação sexual seja acessível, adequada à idade e culturalmente sensível, além de estar alinhada às melhores práticas internacionais.

Capacite educadores com ferramentas para criar espaços seguros e sem julgamentos para discussão e aprendizagem.

Promova atitudes positivas em relação à sexualidade, igualdade de gênero, consentimento, diversidade e relacionamentos saudáveis.

Aumentar a compreensão sobre autonomia corporal, saúde reprodutiva e proteção contra danos, incluindo prevenção de abusos e segurança digital.

Nome da Atividade: O Meu Mundo, O Meu Povo

Conceito-chave da UNESCO abordado: 1. Relacionamentos

Objetivos:

- **Objetivo 1:** Ajudar pessoas com deficiência intelectual a reconhecer e entender os diferentes tipos de estruturas familiares, destacando o papel da família no apoio emocional e garantindo que os indivíduos se sintam seguros e valorizados nos seus relacionamentos.
- **Objetivo 2:** Apoiar o desenvolvimento de habilidades de comunicação claras em ambientes sociais, encorajando indivíduos a expressar os seus sentimentos, necessidades e limites de forma eficaz para construir amizades, amor e relacionamentos românticos mais fortes e positivos.
- **Objetivo 3:** Promover a conscientização sobre os vínculos afetivos no ambiente familiar e social, bem como os diferentes tipos de relacionamentos que podem existir, fomentando a tolerância, o respeito e a inclusão em relação à diversidade.

Materiais:

- Pictogramas impressos e plastificados para representar os diferentes tipos de família
- Círculos concêntricos: uma figura com três círculos concêntricos. O círculo exterior maior a azul, o círculo intermédio a laranja e o círculo interior mais pequeno a verde.
- Imagens impressas e plastificadas dos rostos das pessoas necessárias para a terceira sessão, "Círculo de Confiança".
- Velcro para fixar as imagens e os círculos.
- Computador e projetor para apresentar os pictogramas necessários para a quarta sessão, "Como me sinto?".
- Ícones impressos e plastificados das emoções básicas (alegria, tristeza, raiva e medo): conjuntos dos quatro para cada participante.

Duração: Esta atividade tem duração de duas horas (2h) para garantir que todos os objetivos sejam plenamente abordados. Essas duas horas são divididas em diferentes sessões dentro da mesma atividade, permitindo que os participantes explorem progressivamente os conceitos-chave de forma estruturada e envolvente.

Cada sessão se concentra em um aspeto específico: Quebra-gelo (10 min) para criar um ambiente confortável e inclusivo, Tipos de famílias (30 min) para entender diferentes estruturas familiares, Círculo de confiança e como me sinto? (30 min) para identificar vários relacionamentos e respostas emocionais e Debriefing (10 min) para refletir sobre a experiência de aprendizagem.

Essa divisão garante um ritmo equilibrado, proporcionando tempo suficiente para compreensão, interação e discussão, mantendo os participantes ativamente envolvidos durante toda a atividade.

Número de participantes:

O número de participantes deve ser entre 2 e 10 para garantir a atenção adequada e permitir que todos concluam a sessão e alcancem os objetivos de acordo com suas habilidades. Um grupo pequeno facilita a participação e o aprendizado.

Instruções:

Esta atividade está estruturada em quatro momentos-chave para garantir o alcance dos seus objetivos.

Primeiro, o Ice Breaker (10 min) permite que os participantes se apresentem de forma inclusiva, promovendo conforto e engajamento social.

Em seguida, a atividade Tipos de Família (30 min) os ajuda a reconhecer e compreender diferentes estruturas familiares, reforçando a ideia de que todas as famílias, independentemente de sua composição, fornecem suporte emocional.

Por fim, as atividades O Círculo de Confiança (30 min) e Como me sinto? (30 min) orientam os participantes na identificação de diferentes tipos de relacionamentos, na compreensão dos vínculos emocionais e no reconhecimento de interações sociais apropriadas.

1. Quebra-gelo

Na sessão de apresentação, todos os participantes formarão um círculo, um ao lado do outro. Cada um se apresentará individualmente, adaptando a apresentação às suas habilidades.

Dependendo de suas habilidades, eles podem dizer o seu nome em voz alta e acompanhá-lo com um gesto ou som que os represente e os faça se sentirem identificados. No caso de indivíduos que não conseguem verbalizar o seu nome, o facilitador o dirá em seu nome para garantir que o restante do grupo o conheça.

O facilitador deve estar atento para dar suporte a quem precisa, garantindo que todos os participantes possam participar da atividade de forma confortável e equitativa.

Esta atividade de introdução terá duração de 10 minutos e ajudará os participantes a se conhecerem e o facilitador a ter uma ideia inicial das características do grupo.

2. Tipos de família

Nesta segunda sessão, com duração de 30 minutos, serão apresentados pictogramas impressos e plastificados representando diferentes tipos de família, com foco na família nuclear e sua variedade. Estes incluirão:

- Famílias tradicionais (mãe, pai e filho(s)).
- Famílias monoparentais (mãe e filho(s)).
- Famílias monoparentais (pai e filho(s)).
- Famílias com duas mães ou dois pais e os seus filhos.

Os participantes poderão observar e explorar os pictogramas com o apoio do facilitador. O facilitador trocará e misturará as figuras para formar e exibir os diferentes tipos de família mencionados.

O facilitador guiará a atividade, adaptando-a ao nível de compreensão do grupo. Esta atividade promove a identificação e o reconhecimento de diferentes estruturas familiares, fomentando o respeito e a aceitação da diversidade.

3. Círculo de Confiança

Baseado no livro *My Mom is Green, My Neighbor Orange*, a dinâmica do Círculo de Confiança será apresentada aos participantes. Esta sessão terá duração de 30 minutos e consiste num diagrama com três círculos concêntricos representando diferentes tipos de relacionamento e níveis de proximidade com outras pessoas:

- Círculo externo (azul): representa pessoas desconhecidas dos participantes.
- Círculo do Meio (Laranja): Inclui pessoas com quem os participantes mantêm um relacionamento cordial, como vizinhos, professores ou médicos (conhecidos).
- Círculo interno (verde): representa os relacionamentos mais próximos do participante, incluindo família, amigos e companheiros românticos.

Cada participante receberá imagens impressas e plastificadas de rostos de pessoas do seu entorno, incluindo familiares, amigos, conhecidos e desconhecidos. Este último grupo também incluirá figuras públicas ou indivíduos admirados pelos participantes.

Com a orientação do facilitador, cada participante colocará suas imagens no círculo apropriado, de acordo com sua relação com cada pessoa. Para facilitar a atividade, tanto os círculos quanto as figuras terão velcro, permitindo que as imagens colem facilmente e fiquem visualmente nítidas.

O objetivo desta atividade é ajudar os participantes a reconhecer diferentes tipos de relacionamento e compreender o nível de proximidade ou confiança que podem ter com cada pessoa do seu ambiente. Além disso, ajudará a reforçar as habilidades de classificação e socialização dentro do grupo.

4. Como me sinto?

Na terceira sessão, com duração de 30 minutos, serão utilizados pictogramas representando diferentes situações sociais e emocionais. Cada pictograma será acompanhado por diferentes ícones representando tipos de relacionamento, que o facilitador deverá primeiro explicar aos participantes:

- 🏠 Casa → Representa família.
- 🤝 De mãos dadas → Representa amigos.
- ❤️ Coração → Representa companheiros românticos.
- 🙋 Mão acenando → Representa conhecidos.
- ❓ Ponto de interrogação → Representa estranhos.

Além disso, serão criados e distribuídos ícones impressos e plastificados representando emoções básicas (felicidade, tristeza, raiva e medo). Cada participante receberá um conjunto de quatro ícones de emoções para expressar como se sentiria em cada situação.

O facilitador exibirá os pictogramas em uma tela e explicará cada cenário, indicando quem é representado e seu tipo de relacionamento:

- Uma pessoa tocando outra com o símbolo ? → Representa um estranho.
- Uma pessoa abraçando outra com o símbolo 🤗 → Representa dois amigos.
- Uma pessoa abraçando outra com o símbolo ? → Representa um estranho.
- Uma pessoa abraçando outra com o símbolo 🏠 → Representa um membro da família.
- Uma pessoa abraçando outra com o símbolo 🤝 → Representa um conhecido.
- Uma pessoa beijando outra com o símbolo ❤️ → Representa um companheiro romântico.
- Uma pessoa beijando outra com o símbolo 🤗 → Representa um conhecido.

O facilitador perguntará ao grupo ou a cada participante, individualmente, como se sentiriam na situação em questão. Para responder, cada participante, com a ajuda do facilitador, se necessário, selecionará e exibirá o ícone de emoção que melhor representa os seus sentimentos em relação ao cenário.

Esta sessão ajudará a melhorar as habilidades de comunicação em ambientes sociais e familiares, entender a diversidade de relacionamentos e refletir sobre a importância de estabelecer limites nas interações com outras pessoas.

Debriefing:

Esta parte final da atividade terá duração de 20 minutos e servirá como discussão de encerramento. O facilitador fará perguntas abertas aos participantes para avaliar o que aprenderam e incentivar a reflexão sobre os tópicos abordados.

O facilitador guiará a conversa, adaptando-se ao nível de compreensão de cada participante e garantindo que suas respostas estejam relacionadas às experiências adquiridas nas atividades.

O que acha de famílias diferentes da sua?

1. Se eu precisar de ajuda ou quiser falar com alguém, como posso comunicar isso?
2. Como me sinto quando uma pessoa conhecida me toca sem pedir?
3. Como me sinto quando um estranho me toca sem pedir?

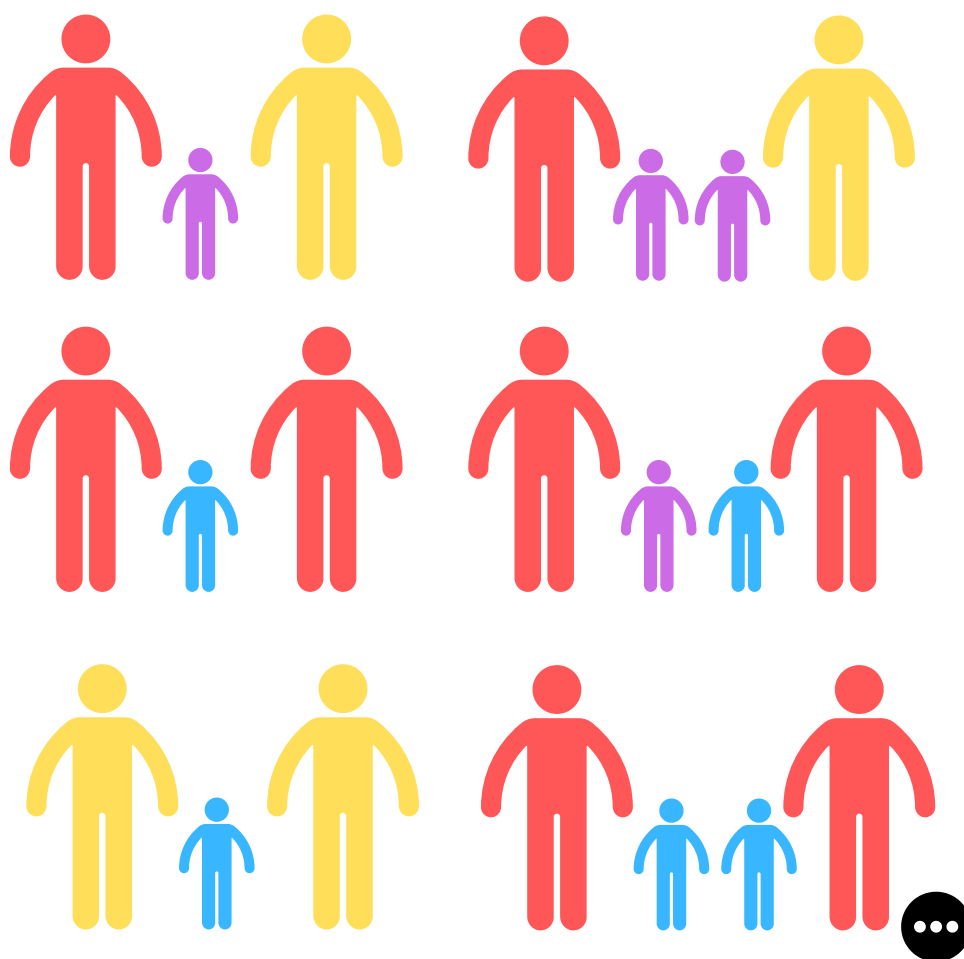
Anexo:

Livro: My Mom is Green, My Neighbor Orange
<https://www.amazon.es/verde-vecino-naranja-Cuento-Contigo/dp/8478696814>

- Materiais para as sessões:
https://drive.google.com/file/d/1yeb2_OOMl87b8JAJRm6aGqb2XTT7IMpx/view?usp=sharing

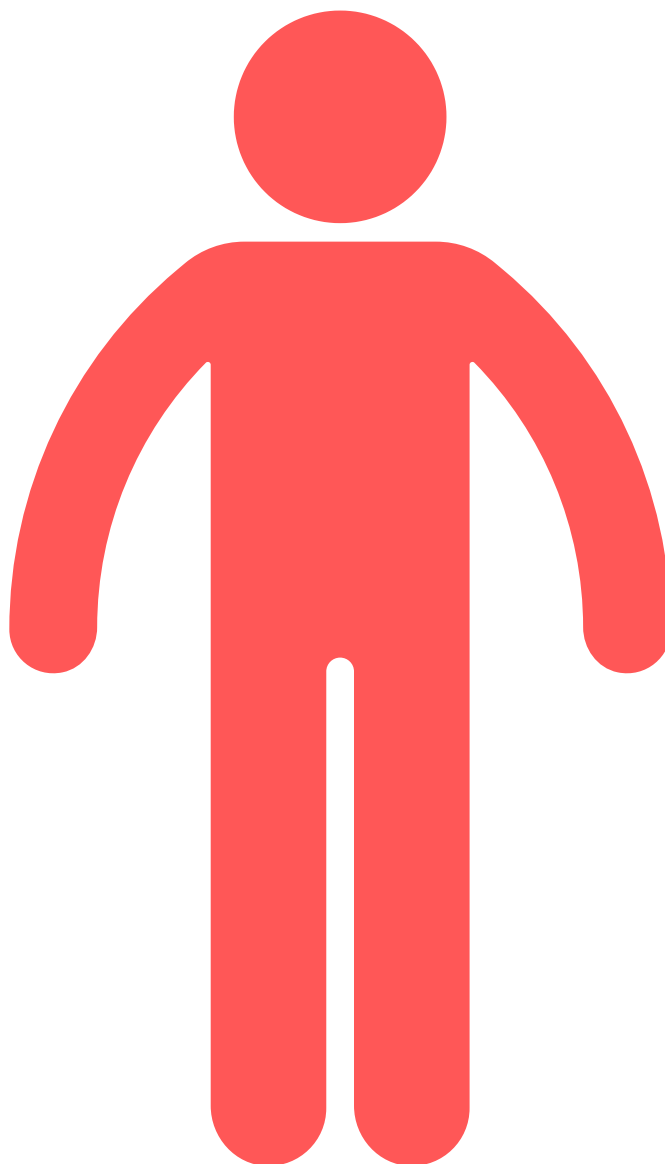
ANEXO 1

SESSÃO 2: TIPOS DE FAMÍLIA



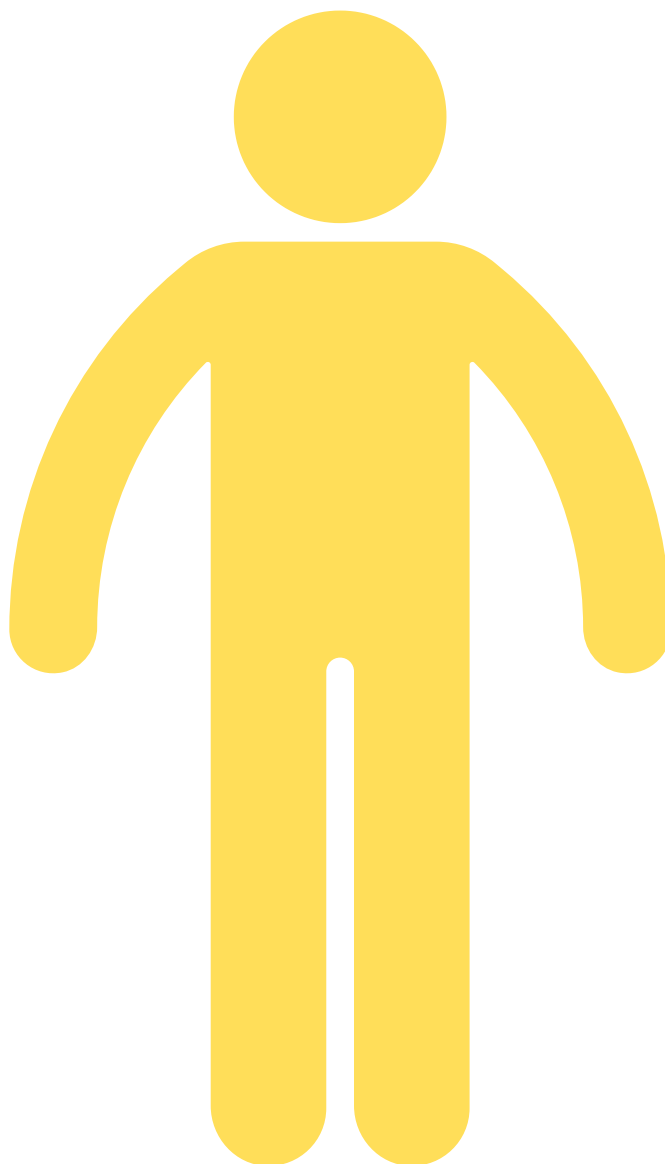
ANEXO 1

SESSÃO 2: TIPOS DE FAMÍLIA (MÃE)



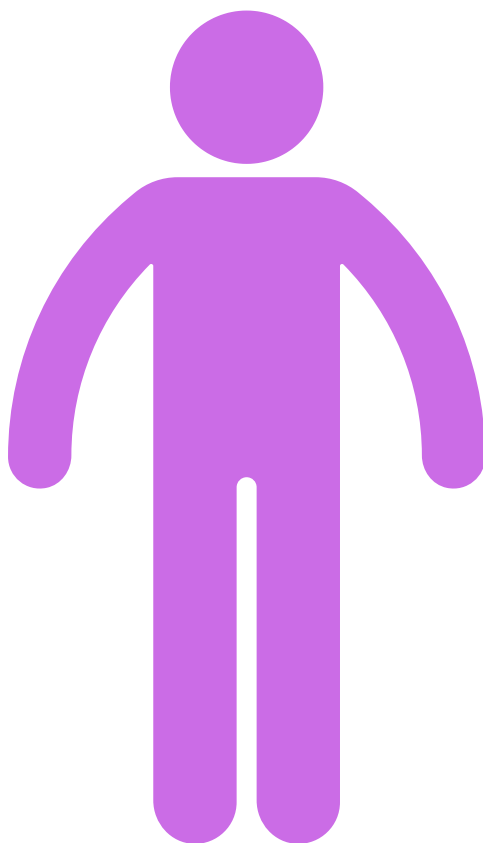
ANEXO 1

SESSÃO 2: TIPOS DE FAMÍLIA (PAI)



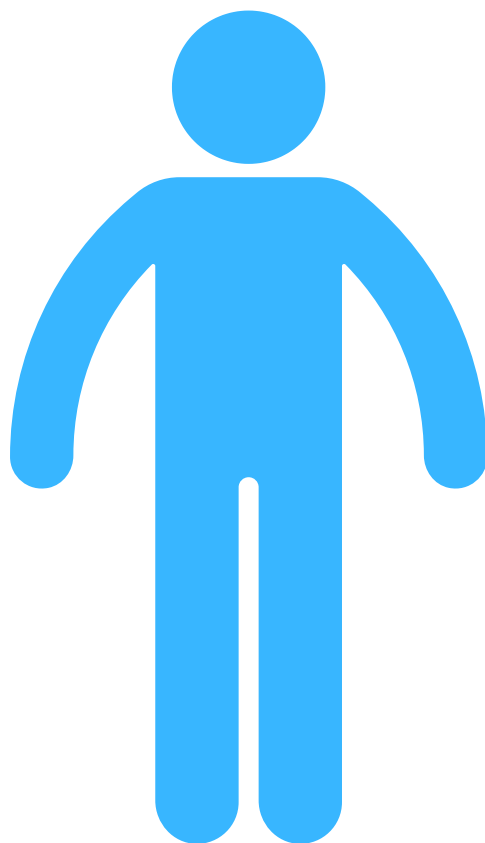
ANEXO 1

SESSÃO 2: TIPOS DE FAMÍLIA (FILHO)



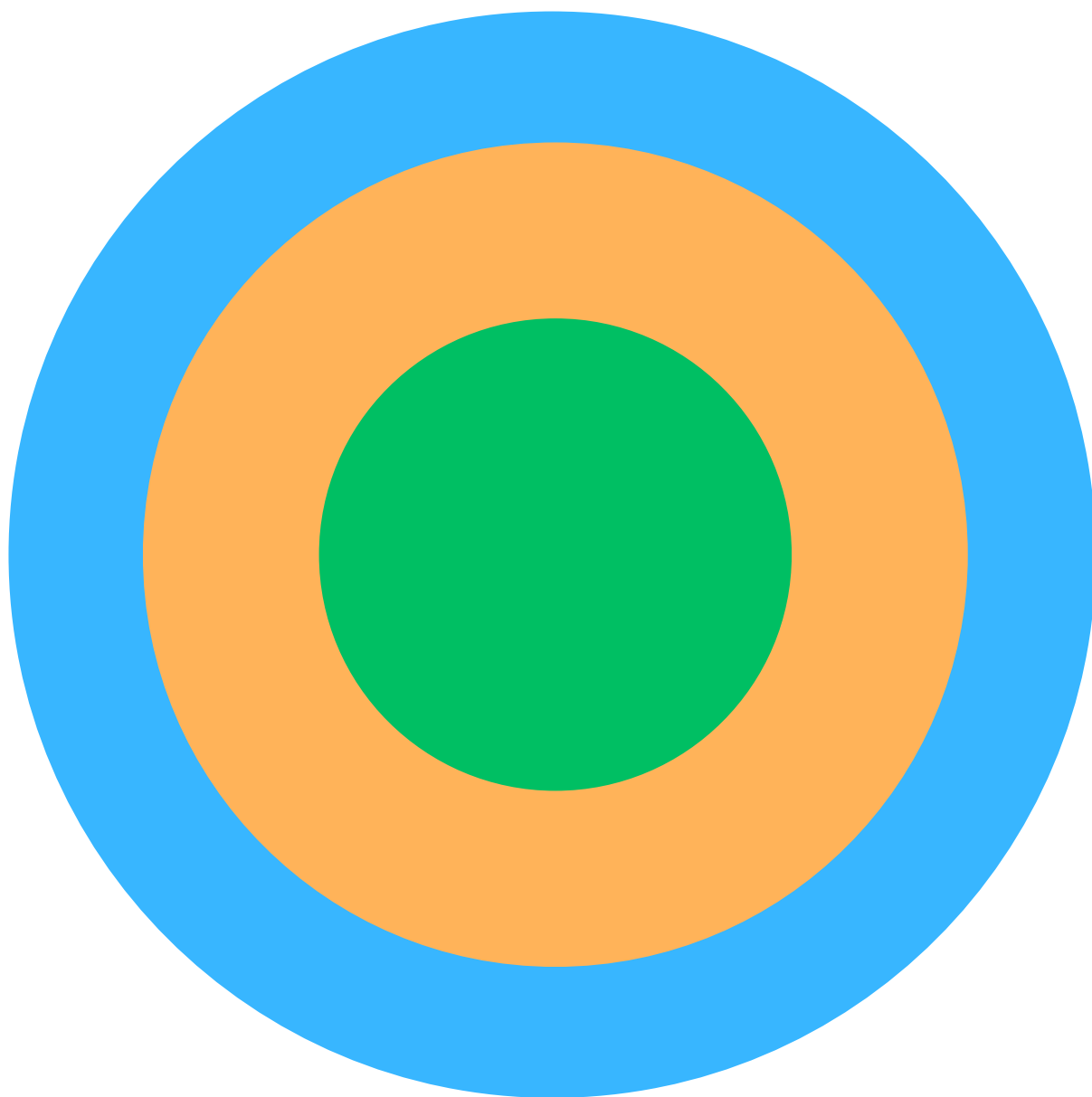
ANEXO 1

SESSÃO 2: TIPOS DE FAMÍLIA (FILHA)



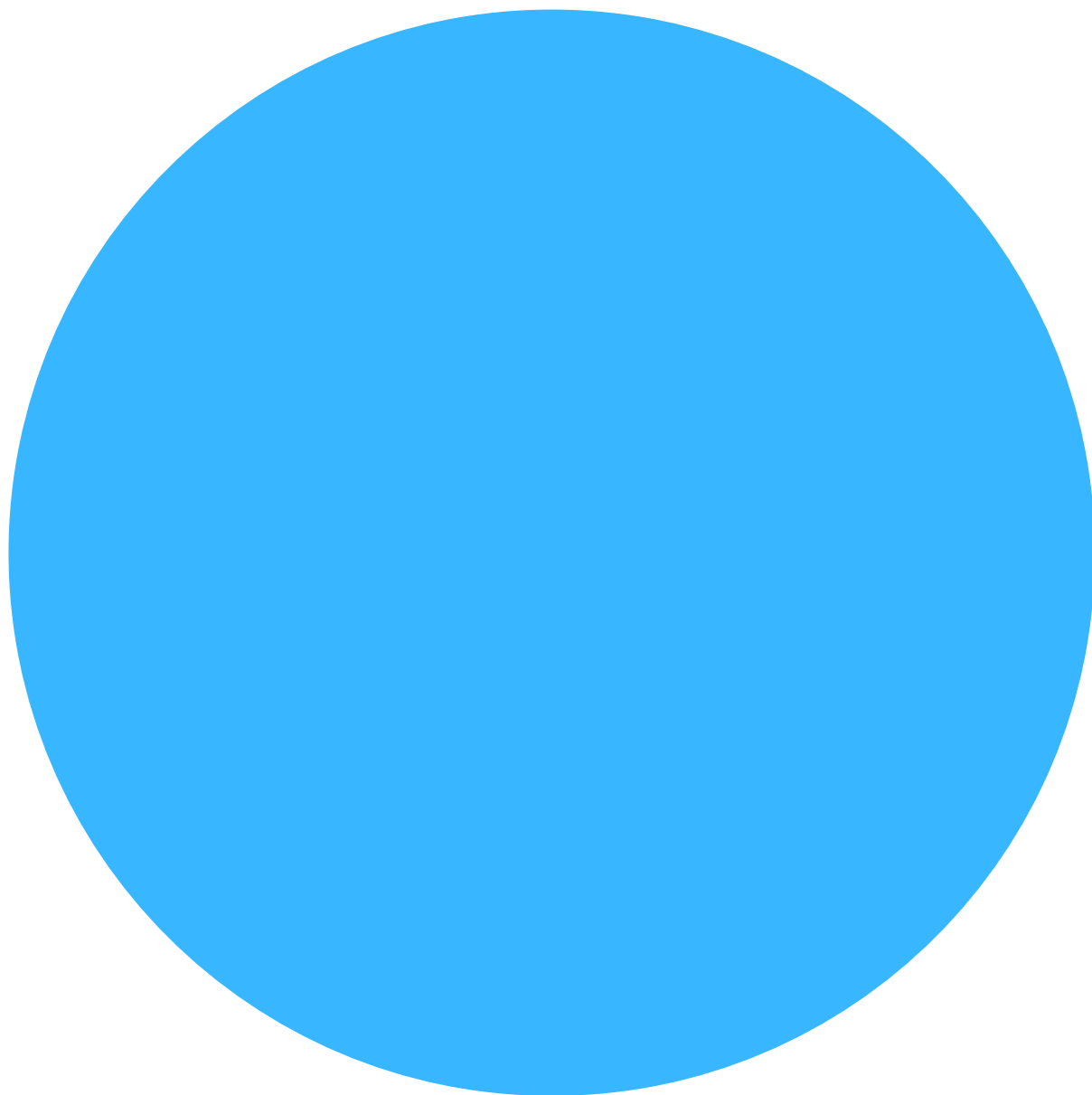
ANEXO 1

SESSÃO 3: CÍRCULO DE CONFIANÇA



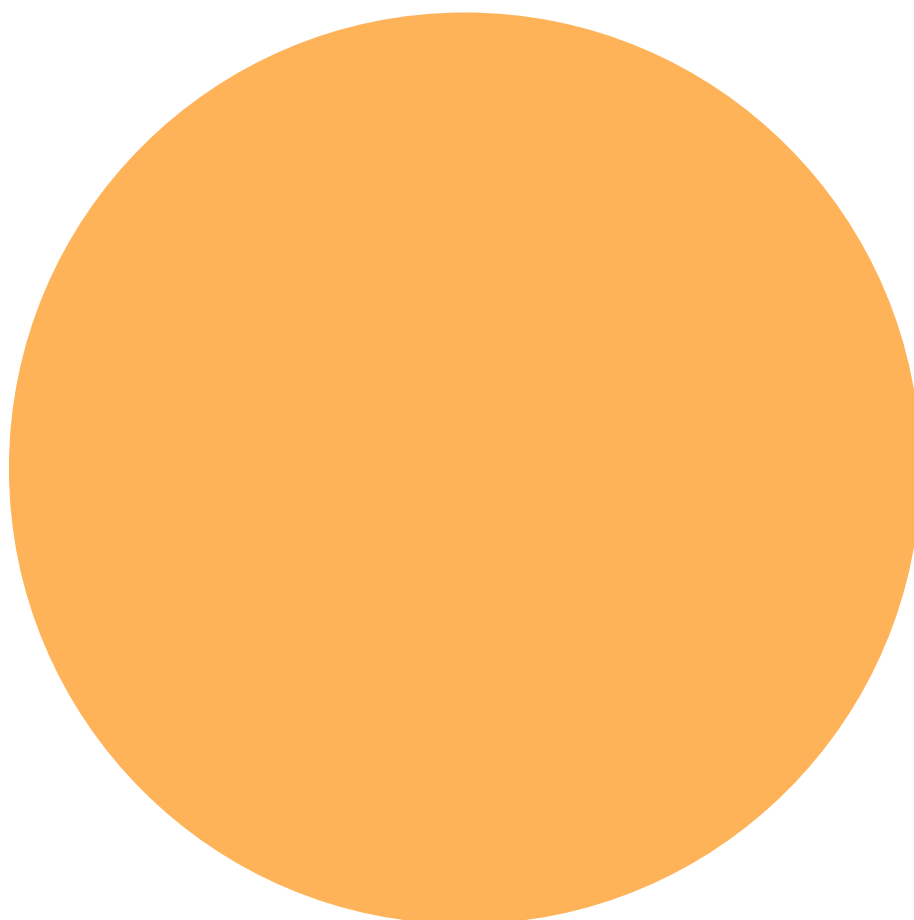
ANEXO 1

SESSÃO 3: CÍRCULO DE CONFIANÇA (PESSOAS DESCONHECIDAS)



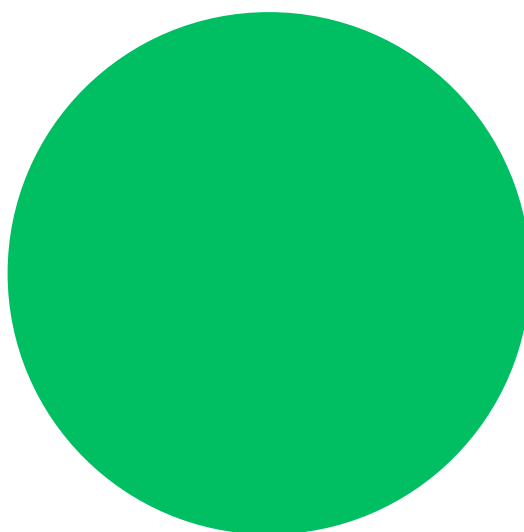
ANEXO 1

SESSÃO 3: CÍRCULO DE CONFIANÇA (CONHECIDOS)



ANEXO 1

SESSÃO 3: CÍRCULO DE CONFIANÇA (RELACIONAMENTOS PRÓXIMOS)



ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (ROSTO FELIZ)



ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (ROSTO TRISTE)



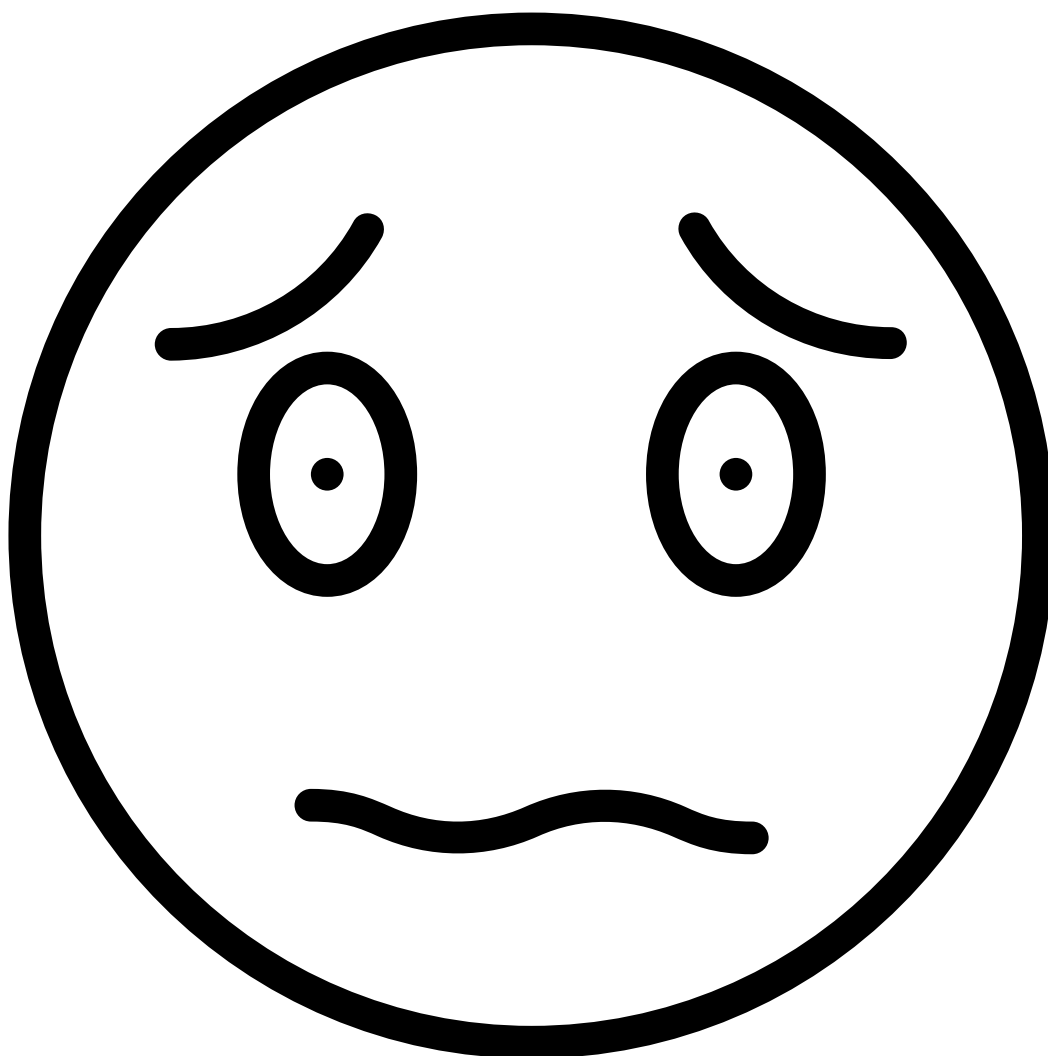
ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (CARA DE IRRITADO)



ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (CARA DE MEDO/PREOCUPAÇÃO)



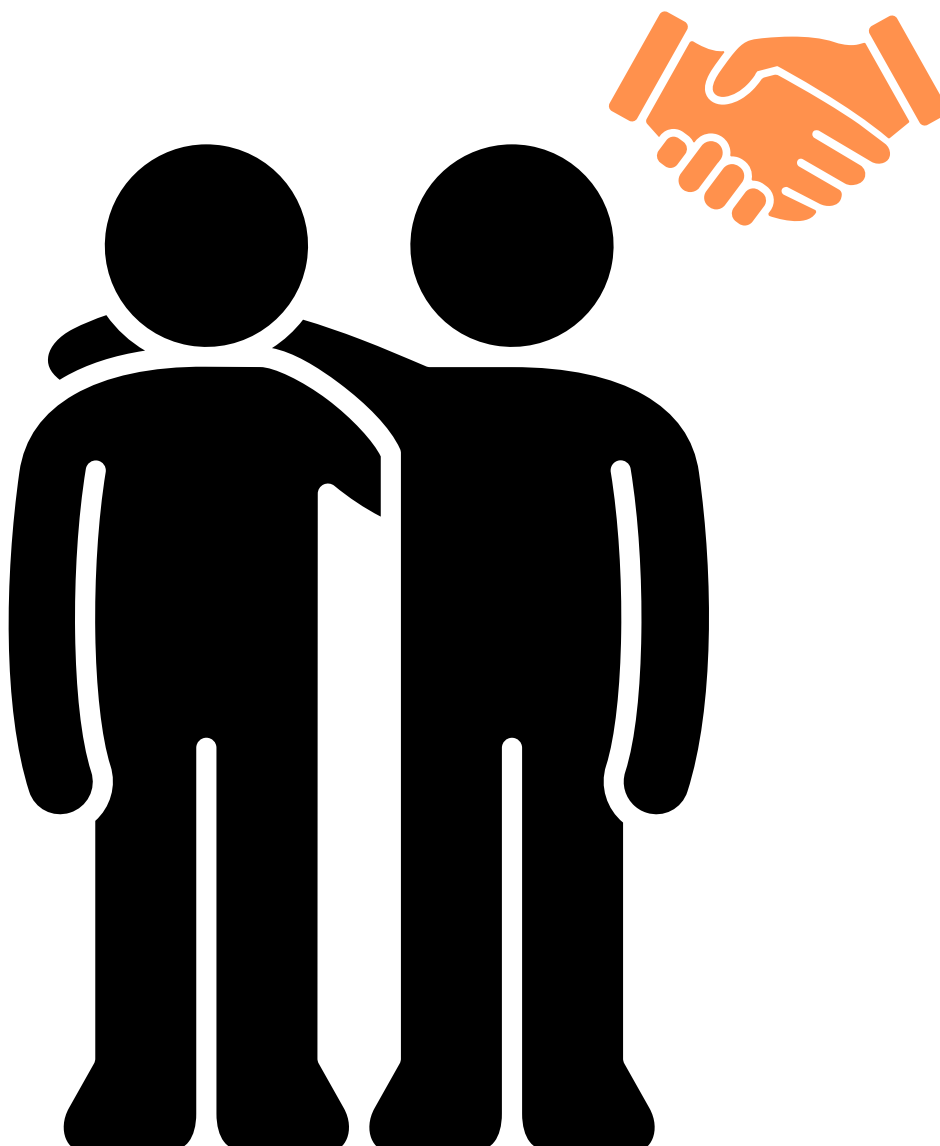
ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (TOQUE DE ESTRANHO)



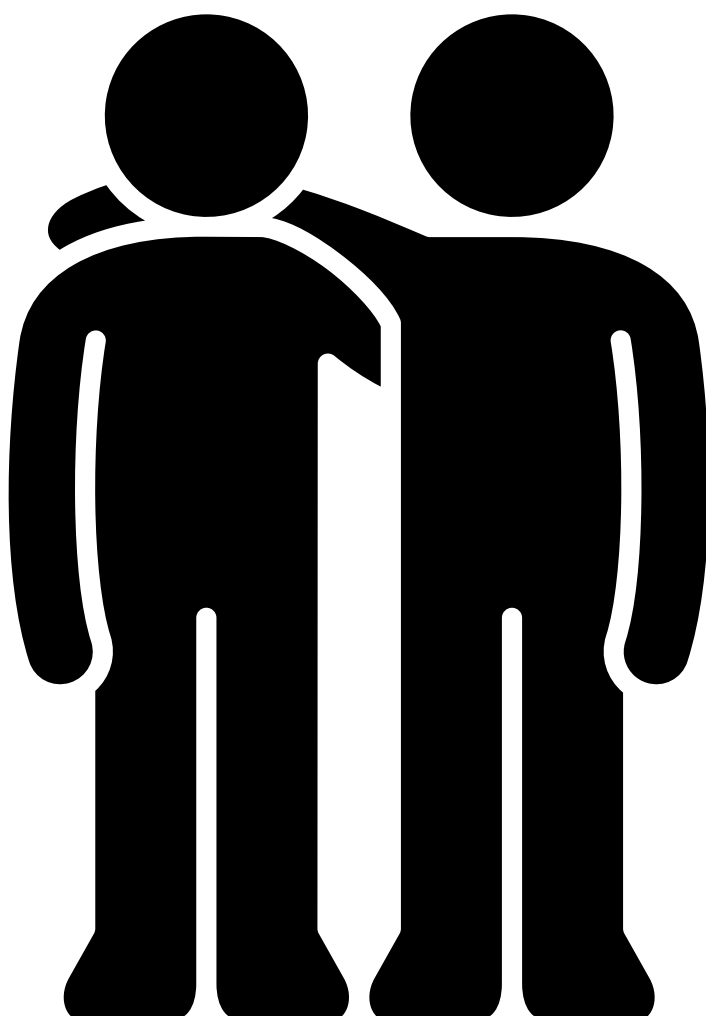
ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (ABRAÇO DE AMIGOS)



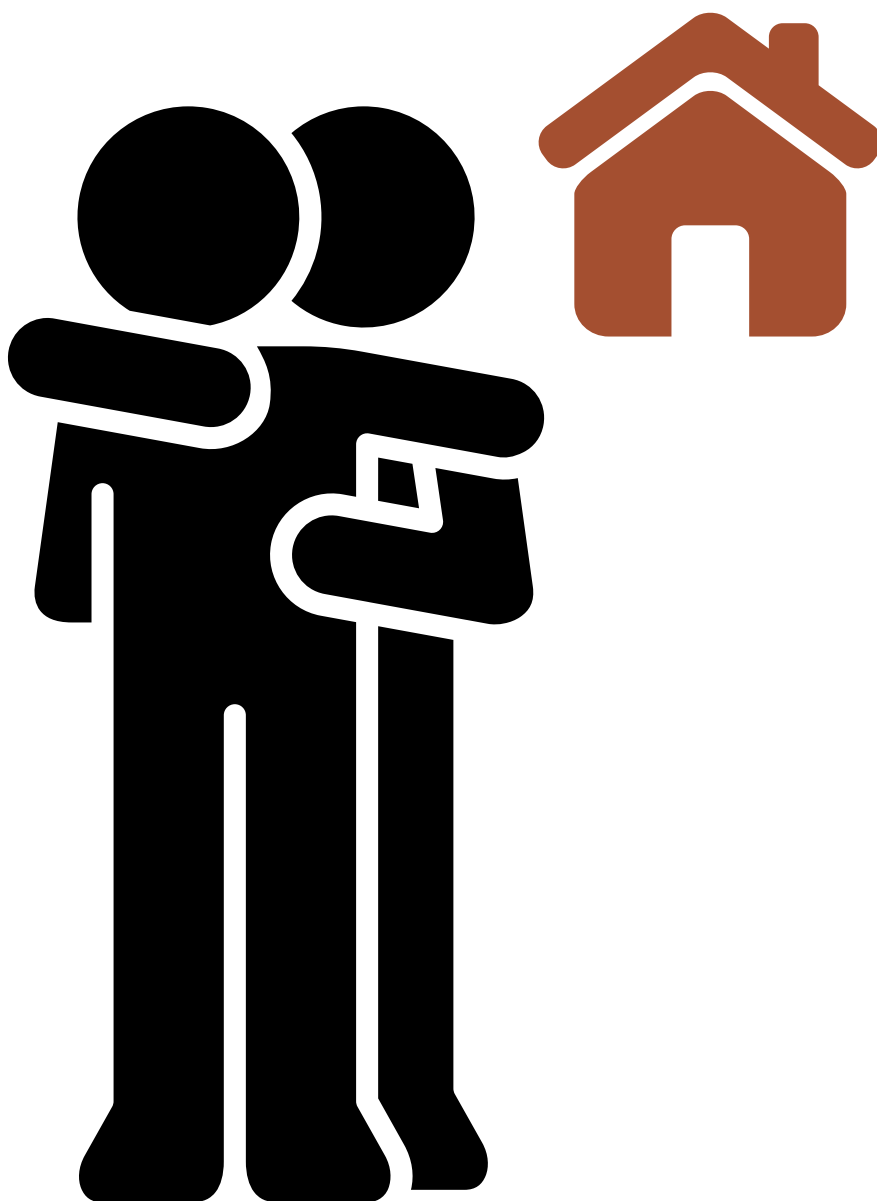
ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (ABRAÇO DE ESTRANHO)



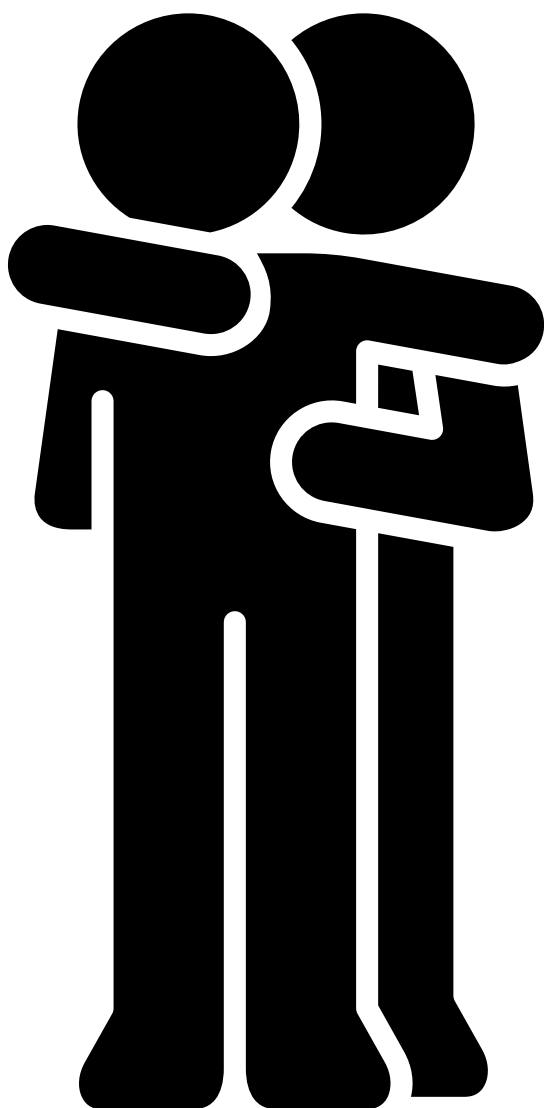
ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (ABRAÇO FAMILIAR)



ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (ABRAÇO DE CONHECIDO)



ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (BEIJO DO COMPANHEIRO)



ANEXO 1

SESSÃO 4: COMO ME SINTO? (BEIJO DE ESTRANHO)



Nome da atividade: O que eu valorizo? Explorando Crenças Pessoais

Conceito-chave da UNESCO abordado: 2.1 Valores e Sexualidade

Objetivos:

- Ajude os participantes a reconhecer os seus valores pessoais relacionados à sexualidade.
- Mostre como os valores podem influenciar comportamentos e decisões nos relacionamentos.
- Promova o respeito pelos valores dos outros, mesmo quando eles forem diferentes.
- Apoiar os participantes na gestão das diferenças de valores dentro das famílias e dos círculos sociais.

Materiais:

- Anexo 2.1A: Cartões de Valor (Cada um com uma frase simplificada expressando uma crença, por exemplo, "Todos devem amar quem quiserem.").
- Anexo 2.1B: Folhas de Cenários (Cenas visuais ou escritas mostrando tomada de decisão baseada em valor)
- Flipchart ou quadro
- Marcadores
- Cartões de emoção (opcional para reflexão)

Duração:

50 minutos no total, divididos em três sessões:

- Introdução: 10 minutos
- Classificação e discussão de valores: 20 minutos
- Exploração de Cenários: 20 minutos
- Reflexão e Debriefing em Grupo: 10 minutos

Número de participantes:

2 a 10 participantes (para garantir apoio individual e discussão significativa)

Instruções:

Introdução (10 min): Defina “valores” com recursos visuais e exemplos simples; convide os participantes a nomear um valor que consideram importante em amizades ou relacionamentos.

Classificação de valores (20 min): Os alunos classificam de 6 a 8 cartões de afirmação em pilhas de Concordo, Discordo ou Não tenho certeza e, em seguida, compartilham brevemente o motivo, enfatizando que todas as opiniões são válidas.

Discussão do cenário (20 min): Em pequenos grupos, discutam 2 a 3 histórias ilustradas, identifiquem os valores mostrados, declarem concordância ou discordância e digam o que fariam, usando cartões SIM/NÃO/INCERTO, conforme necessário.

Reflexão em grupo (10 min): Sentem-se em círculo e respondam “O que aprendi?” e “É aceitável ter valores diferentes?” usando cartões de emoção ou gestos para expressar como se sentem.

1. Introdução - O que São Valores? (10 minutos)

O facilitador explica que valores são crenças pessoais que orientam o que achamos certo ou errado, especialmente em relacionamentos e sexualidade.

Exemplos são compartilhados usando frases simples e recursos visuais:

- “Acho importante dizer a verdade nos relacionamentos.”
- “Acredito que não há problema em abraçar as pessoas que amo.”
- Os participantes são convidados a compartilhar (com apoio) algo que acreditam ser importante em amizades ou relacionamentos.

2. Classificação de Valor - O que eu penso? (20 minutos)

Cada participante recebe de 6 a 8 Cartas de Valor (Anexo 2.1A).

Os cartões contêm afirmações como:

- “Não tem problema beijar alguém se gosta dessa pessoa.”
- “Todo mundo tem o direito de escolher quem ama.”
- Os participantes colocam cada carta numa das três pilhas:
-  Concordo
-  Discordo
-  Não tenho certeza

Os facilitadores orientam uma discussão simples:

- “Por que é que escolheu “Concordo” para este cartão?”
- “Duas pessoas podem ter respostas diferentes e ainda assim serem amigas?”
- A ênfase está no respeito e na abertura. Não há respostas erradas.

3. Discussão de Cenários - Como os Valores nos Guiam? (20 minutos)

Os participantes recebem 2 a 3 cartões de cenário (Anexo 2.1B) com recursos visuais e histórias curtas.

Exemplo:

- A quem devo contar se eu for a um encontro com alguém especial?
- Um rapaz diz ao amigo que não há problema em ter uma namorada e um namorado.

Em pequenos grupos (ou como um grupo), os participantes discutem:

- O que a pessoa na história valoriza?
- Concorda ou discorda?
- O que faria?

Os facilitadores garantem um ambiente propício para o compartilhamento de pensamentos pessoais. Os alunos podem usar cartões SIM/NÃO/NÃO SEGURO caso seja difícil verbalizar.

4. Reflexão e Debriefing em Grupo (10 minutos)

O facilitador reúne todos os participantes num círculo. Perguntas-chave são feitas:

- Aprendeu algo novo sobre si mesmo hoje?
- É aceitável que as pessoas tenham valores diferentes?
- O que faria se alguém não concordasse com suas crenças?

Use cartões de emoção ou gestos simples para ajudar os participantes a refletir sobre como se sentiram durante a atividade.

Debriefing:

- Os valores são pessoais e podem ser diferentes para cada pessoa.
- Conhecer os seus próprios valores ajuda a tomar decisões respeitadas e seguras.
- Podemos respeitar os outros mesmo que os seus valores não sejam os mesmos que os nossos.
- Falar abertamente sobre valores pode ajudar quando há divergências.

ANEXOS

ANEXO 2.1 A

CARTÕES DE VALOR

1. Cada um pode escolher quem gosta ou ama.
2. Aprender sobre o corpo e os sentimentos é importante para todos.
3. Dizer “sim” ou “não” é importante em qualquer tipo de relacionamento.
4. As pessoas demonstram sentimentos de maneiras diferentes, e isso é normal.
5. pode falar sobre coisas privadas com pessoas em quem confia.
6. Bons relacionamentos incluem confiança, respeito e gentileza.

ANEXO 2.1 A

CARTA DE VALOR 1

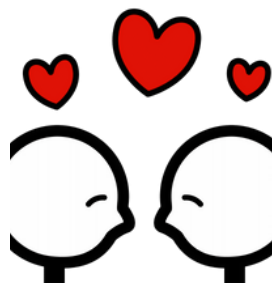
Cada um pode escolher quem gosta ou ama.



Todos



Livre



Amor

ANEXO 2.1 A

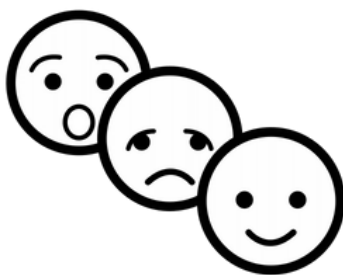
CARTA DE VALOR 2

Aprender sobre o corpo e os sentimentos é importante para todos.



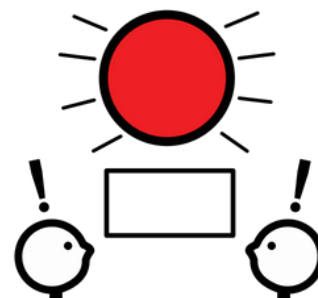
Aprendizag

em



Sentimento

s



Importante

ANEXO 2.1 A

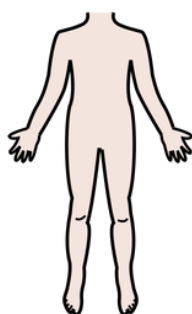
CARTA DE VALOR 2

Aprender sobre o corpo e os sentimentos é importante para todos.

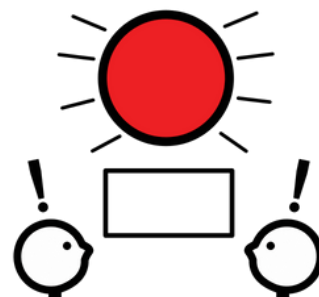


Aprendizag

em



Corpo



Importante

ANEXO 2.1 A

CARTA DE VALOR 3

Dizer sim ou não é uma escolha sua. pode escolher o que lhe parece aceitável.



Dizer Sim

Não



Abrço



Relação

Pode dizer sim ou não quando alguém quer abraçar

ANEXO 2.1 A

CARTA DE VALOR 3

Dizer “sim” ou “não” é importante em qualquer tipo de relacionamento.



Dizer Sim

Não



Dar as

mãos



Relação

Pode dizer sim ou não quando alguém quiser segurar sua mão

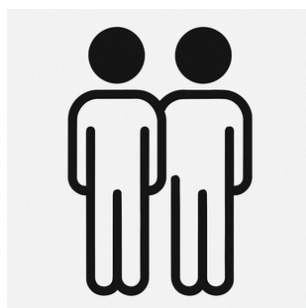
ANEXO 2.1 A

CARTA DE VALOR 3

Dizer “sim” ou “não” é importante em qualquer tipo de relacionamento.



Dizer sim
não



Estar perto



Relação

Pode dizer sim ou não quando alguém quiser se aproximar de

ANEXO 2.1 A

CARTA DE VALOR 4

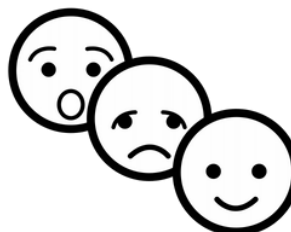
As pessoas demonstram sentimentos de maneiras diferentes, e isso é normal.



Pessoas



Mostrar



Sentiment

os



Diferent

e

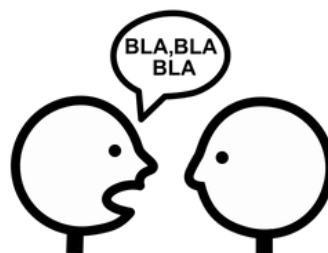
ANEXO 2.1 A

CARTA DE VALOR 5

Pode falar sobre sua vida privada com pessoas em quem confia.



Você



Falar



Vida privada



Pessoas em quem confia

ANEXO 2.1 A

CARTA DE VALOR 5

Bons relacionamentos incluem confiança, respeito e gentileza.



Boa



Relação



Ter



ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 1: "FÁTIMA APRENDE ALGO NOVO"

Título do cenário: Ser gentil quando alguém é diferente

História:

1- Maria e Fátima são melhores amigas.

2- Um dia, Maria diz: "Às vezes gosto de meninos. Às vezes gosto de meninas."

3- Fátima escuta em silêncio. Ela pensa por um momento e então diz:

"Tudo bem. é meu amigo."

 **Instruções do treinador:**

- O que Maria compartilhou com sua amiga?
- Fátima ouviu com atenção? (Sim ☒)
- Como podemos demonstrar respeito quando alguém é diferente?
- É aceitável que as pessoas tenham sentimentos diferentes? (Sim ☒)

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 1

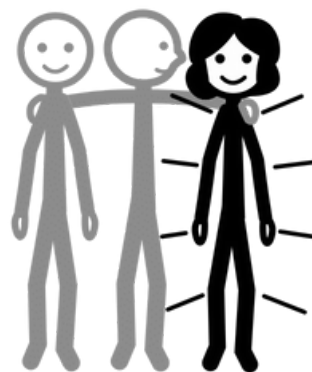


1

Maria



Fátima



Melhores amigos

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 1

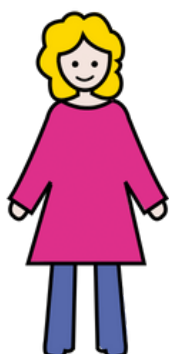
2



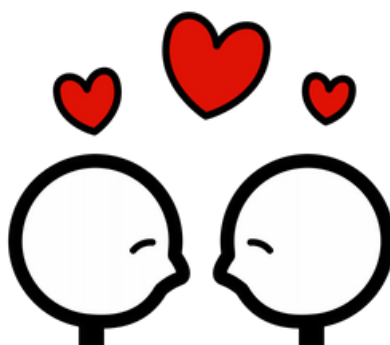
Maria



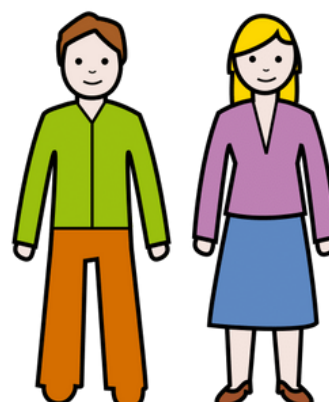
Fátima



Maria



Amor



Homem e Mulher

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 1

3



Fátima



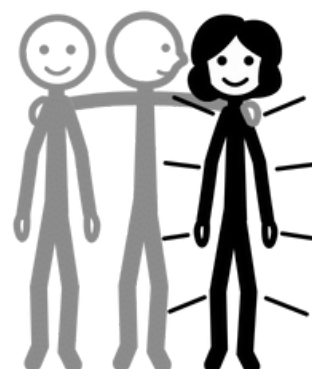
Pensar



Fátima



Dizer



Melhores amigos

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 2: "SARA ESCOLHE O QUE VESTE"

Sara prefere calças de ganga e T-Shirt a uma festa da escola.

A tia dela diz: "Meninas devem usar vestidos".

Sua melhor amiga diz: "Use o que gosta!"

Sara se sente insegura.

Ela fala com sua irmã mais velha.

Sua irmã diz: "deve usar o que te faz sentir bem". Sara escolhe calças de ganga e T-Shirt.

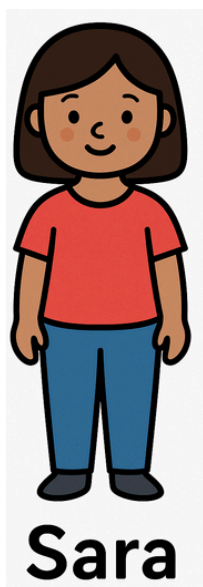
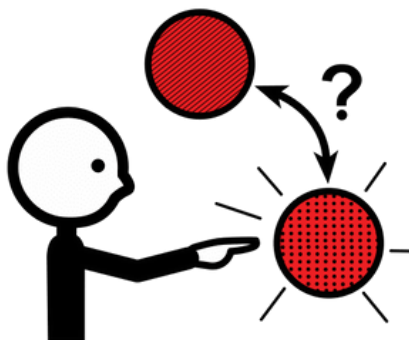
Ela se sente feliz e diz: "Esta é a minha escolha. Eu me sinto eu mesma."

 Instruções do treinador:

- O que Sara queria vestir?
- O que as outras pessoas disseram?
- Quem a ajudou?
- É aceitável escolher roupas que sejam adequadas para ? (Sim )

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 2: "SARA ESCOLHE O QUE VESTE"



Prefere
usar



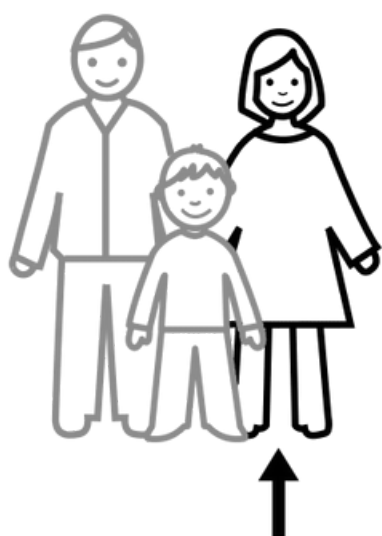
Calças de
Ganga e T-Shirt



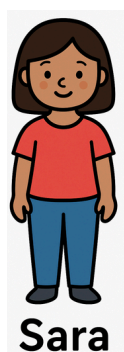
Na festa da
escola

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 2: “SARA ESCOLHE O QUE VESTE”



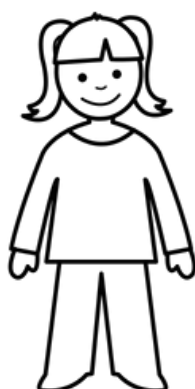
Tia da
Sara



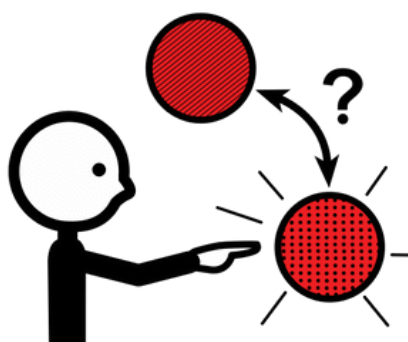
Sara



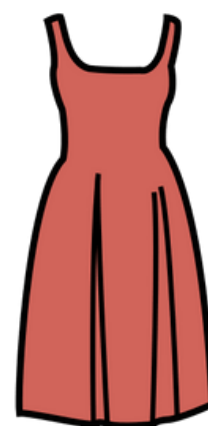
Dizer



Uma
garota



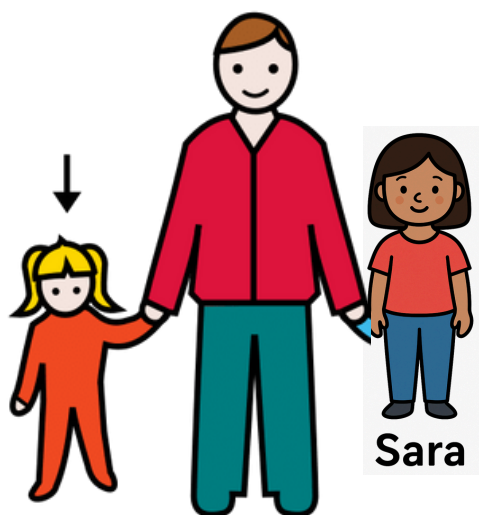
Prefere
usar



Vesti
r

ANEXO 2.1 B

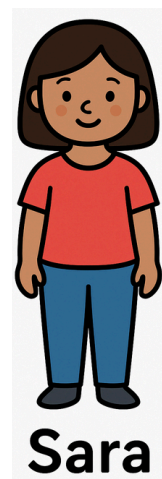
CENÁRIO 2: "SARA ESCOLHE O QUE VESTE"



Irmã da Sara



Dizer



Para a Sara

ANEXO 2.1 B

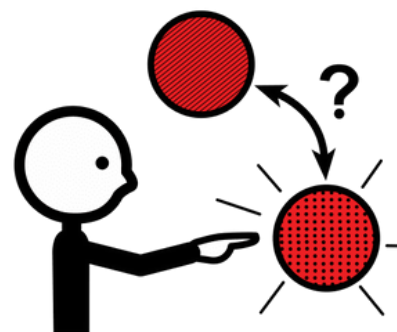
CENÁRIO 2: “SARA ESCOLHE O QUE VESTE”



Voc
ê



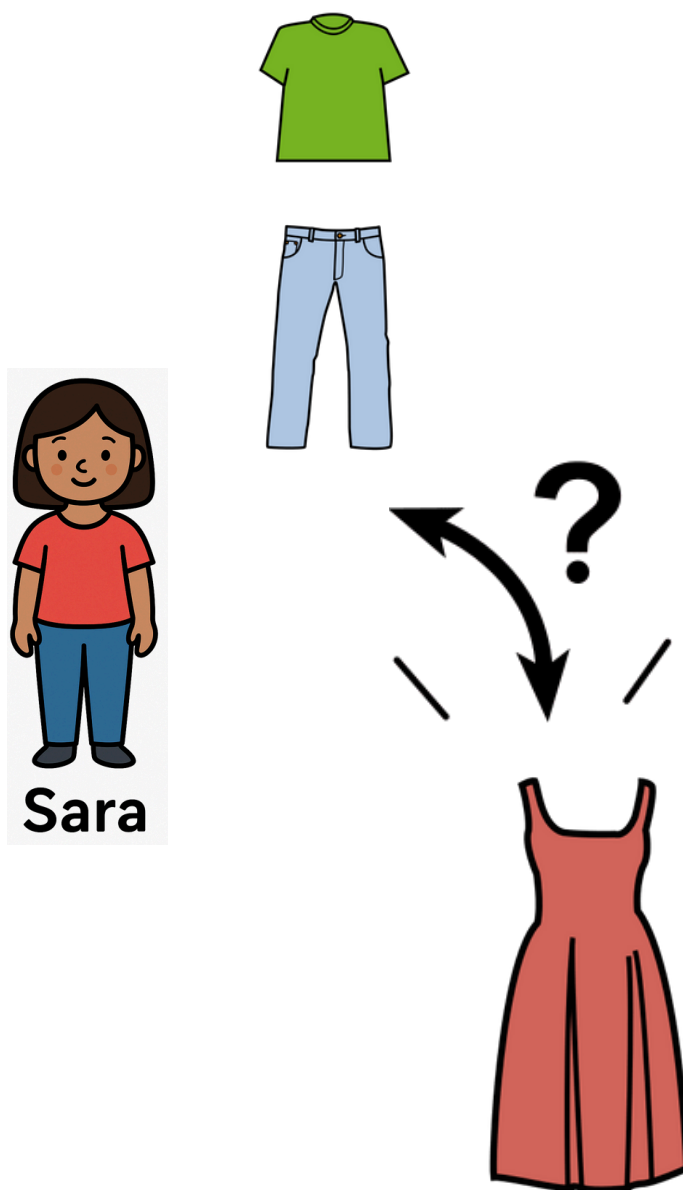
Pod
e



Decidir

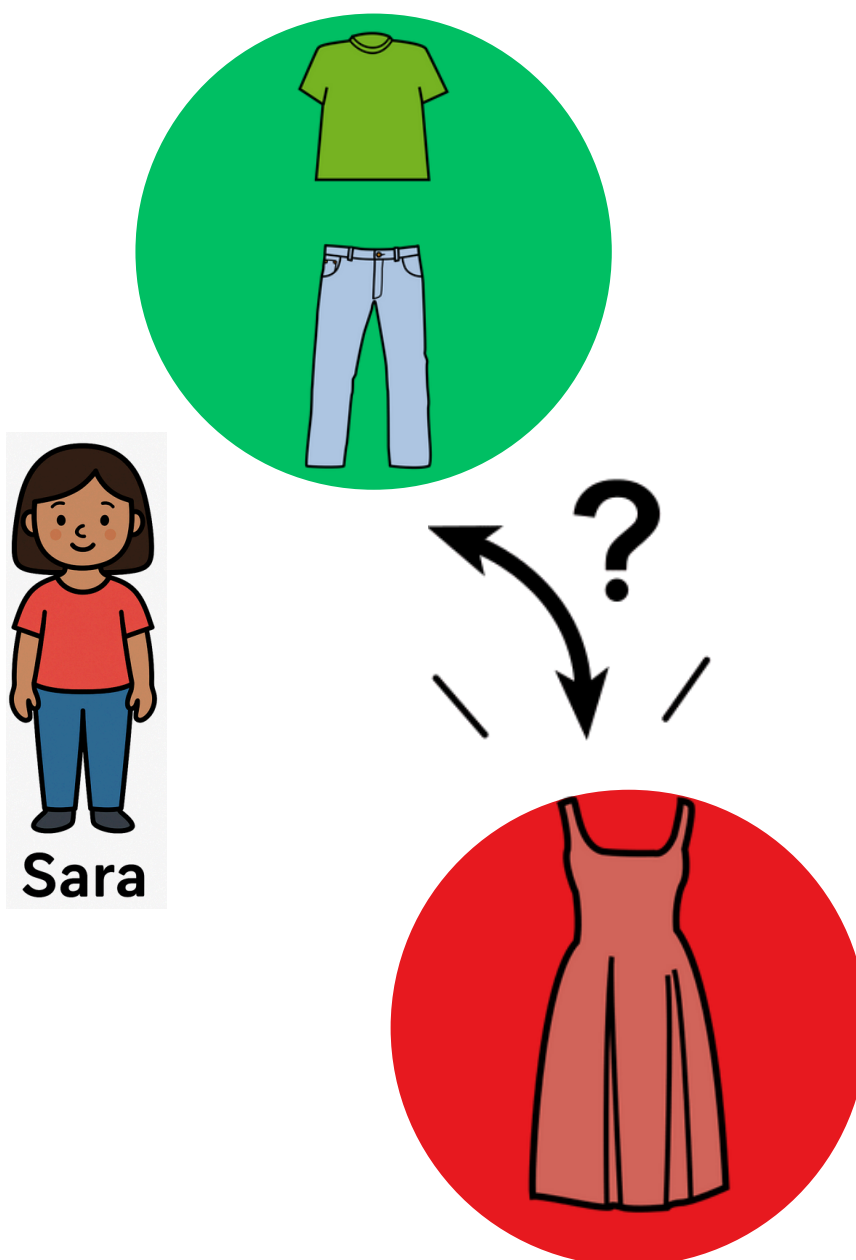
ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 2: “SARA ESCOLHE O QUE VESTE”



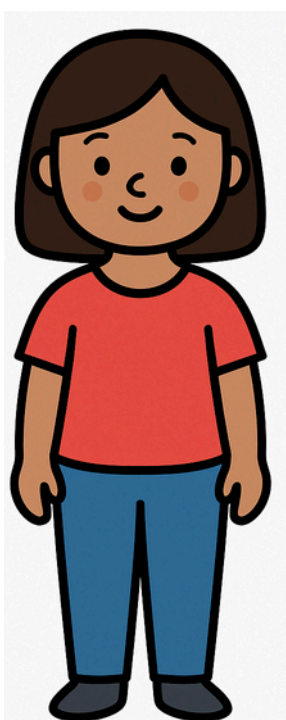
ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 2: “SARA ESCOLHE O QUE VESTE”



ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 2: "SARA ESCOLHE O QUE VESTE"



Sara



FELIZ

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 3: "DANIEL GOSTA DE DANÇAR"

Título do cenário: Ser mesmo é aceitável.

História:

Daniel gosta de dançar e usar cores brilhantes.

Alguns colegas riem e dizem: "Isso não é para ".

Daniel se sente um pouco triste.

Então ele diz: "Eu gosto do que eu gosto, e tudo bem."

Daniel continua dançando e sorrindo.

 Instruções do treinador:

- É aceitável gostar de coisas diferentes? (Sim )
- Como Daniel demonstrou que estava orgulhoso de quem ele é?
- O que pode dizer se alguém rir de algo que gosta?

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 3: "DANIEL GOSTA DE DANÇAR"



Dani
el



Como



Dança



Dani
el



Como



Roupas
Coloridas

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 3: "DANIEL GOSTA DE DANÇAR"



Cara de riso
com



(pressão dos
colegas)

ANEXO 2.1 B

CENÁRIO 3: "DANIEL GOSTA DE DANÇAR"



Coração (confiança, amor próprio)

Nome da atividade: O Meu Corpo, Os Meus Direitos

Conceito-chave da UNESCO abordado:

2.2 Direitos Humanos e Sexualidade

Objetivos:

- Ajudar os participantes a entender os direitos humanos básicos relacionados à sexualidade, especialmente o direito à autonomia corporal, à informação, à privacidade e ao consentimento.
- Ajudar os alunos a reconhecer o seu direito de dizer "sim" ou "não" em situações que envolvam o seu corpo, relacionamentos e intimidade.
- Ensinar estratégias para buscar ajuda e proteção quando os direitos não forem respeitados.
- Promover confiança e autodefesa na expressão de necessidades e limites.

Estes objetivos são baseados nas metas de aprendizagem do ITGSE da UNESCO, que enfatizam a capacidade dos jovens de reconhecer e afirmar os seus direitos relacionados à sexualidade, incluindo consentimento, acesso à informação, proteção contra violência e privacidade.

Materiais:

- Anexo 2.2A - Declarações de Direitos Humanos (Por exemplo, “Tenho o direito de dizer não a um abraço.” / “Tenho o direito de pedir ajuda se alguém me tocar sem permissão.”)
- Anexo 2.2B - Cartões de dramatização (Cenas simples representando direitos sendo respeitados ou violados)
- Cartões visuais SIM / NÃO / NÃO TENHO CERTEZA
- Cartas de emoção (opcional para reflexão)
- Um “Mapa de Ajuda” impresso ou ilustrado - serviços locais, adultos de confiança ou linhas diretas

Duração:

60 minutos, divididos em quatro sessões:

- Introdução aos Direitos Humanos: 15 minutos
- Reconhecimento de direitos: 15 minutos
- Prática de dramatização e reação: 20 minutos
- Compartilhamento de recursos e debriefing: 10 minutos

Número de participantes:

De 2 a 10 participantes, garantindo que todos tenham tempo e apoio para se expressar.

Instruções:

Esta atividade está dividida em quatro momentos-chave para garantir o alcance dos seus objetivos.

A primeira sessão, "O que é género?" (35 minutos), ajuda pessoas com deficiência intelectual a entender que género e normas de género são construções sociais, destacando as muitas maneiras de expressar a identidade de género e promovendo a aceitação e a empatia em relação a diferentes expressões de género.

A segunda sessão, "Do que eu gosto?" (35 minutos), concentra-se no reconhecimento de estereótipos e preconceitos de género comuns, fornecendo ferramentas para desafiá-los em situações cotidianas, promovendo assim igualdade, inclusão e um ambiente livre de discriminação.

A terceira e última sessão, "Tudo bem?" (35 minutos), ensina os participantes a identificar situações de violência de género e a explorar maneiras de se proteger e proteger os outros, promovendo um ambiente seguro e saudável.

1. Introdução - Quais são os meus direitos? (15 minutos)

O facilitador explica que os direitos humanos são promessas que todos no mundo têm, simplesmente por serem humanos.

Use linguagem e imagens simples:

- "Tem o direito de se sentir seguro."
- "Tem o direito de dizer NÃO às coisas que o deixam desconfortável."
- "Tem o direito de amar quem quiser e de fazer perguntas sobre o seu corpo ou sentimentos."

Focar em:

- Direito de dizer sim ou não
- Direito de ser informado
- Direito à privacidade
- Direito de buscar apoio

Referência da UNESCO: Esses direitos estão alinhados ao princípio do ITGSE de que "todos os jovens... têm direito a informações precisas e habilidades para fazer escolhas informadas".

2. Atividade de Reconhecimento de Direitos (15 minutos)

Distribua Cartões de Declaração de Direitos Humanos (Anexo 2.2A).

Exemplos:

- “Eu tenho o direito de dizer ‘não’ ao beijo.”
- “Tenho o direito de receber ajuda médica sobre o meu corpo.”
- “Tenho o direito de ser tratado com respeito, mesmo que eu diga não.”

Leia as afirmações uma por uma. Os alunos respondem com:

- ☒ SIM = Este é meu direito
- ☒ NÃO = Isso não é um direito
- ☒ NÃO TENHO CERTEZA = Não tenho certeza

Após cada cartão, explique claramente se é um direito e por quê. Use exemplos da vida real e linguagem afirmativa.

Dica do facilitador: Use recursos visuais e gestos para reforçar cada direito. A repetição é fundamental para a retenção.

3. Prática de dramatização - Respeito ou violação? (20 minutos)

Distribua Cartões de Dramatização (Anexo 2.2B), mostrando cenas curtas.

Exemplos:

- Uma enfermeira pergunta antes de tocar no corpo de alguém = ☒ Respeito
- Um colega compartilha informações privadas sem permissão = ☒ Violação
- Um amigo respeita o “não” quando alguém não quer um abraço = ☒ Respeito

Os participantes encenam (ou observam) as cenas e usam cartões para responder:

- ☒ “Este é um direito.”
- ☒ “Isso não está certo.”

O facilitador discute cada cena:

- “O que viu?”
- “O que a pessoa poderia fazer para proteger o seu direito?”

Incentive a prática de respostas como:

- “Por favor, pare.”
- “Eu não quero isso.”
- “Quero falar com alguém em quem confio.”

4. Compartilhamento de recursos e debriefing (10 minutos)

Mostre um “Mapa de Ajuda” com adultos de confiança, médicos, funcionários da escola ou linhas de ajuda.

Falar sobre:

“Para onde posso ir se me sentir inseguro?”

“Que palavras posso usar para pedir ajuda?”

O facilitador termina com perguntas de reflexão:

Qual é um direito que aprendeu hoje?

O que faria se alguém cruzasse uma fronteira?

Quem pode ajudar quando se sente inseguro?

Use cartões SIM/NÃO, ícones de emoção ou desenhos para apoiar as respostas.

Debriefing:

Todos têm direitos relacionados ao seu corpo e aos seus sentimentos.

Dizer “não” é um direito - e deve ser respeitado.

Há ajuda disponível - não há problema em pedir apoio.

Entender os direitos ajuda a manter a nós mesmos e aos outros seguros.

Esses princípios estão fundamentados na estrutura de Educação Sexual e Sexualidade (ESC) da UNESCO: “A educação sexual deve equipar os jovens com conhecimento, habilidades, atitudes e valores que os capacitem a alcançar sua saúde, bem-estar e dignidade”.

ANEXOS

ANEXO 2.2 A

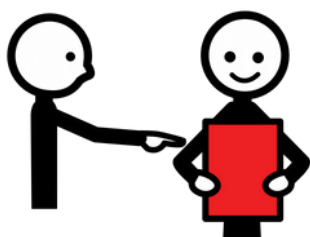
DECLARAÇÕES DE DIREITOS HUMANOS

1. Tem o direito de dizer o que acontece com o seu próprio corpo.
2. Tem o direito de dizer “não” se alguém tentar tocar e não quiser.
3. Todos têm direito ao acesso à saúde sexual e reprodutiva.
4. A violência sexual e o assédio são contra os direitos humanos.
5. Magoar alguém ou tocá-lo sem pedir não é aceitável.
6. Tem o direito de pedir ajuda se alguém o magoar ou o fizer sentir inseguro.

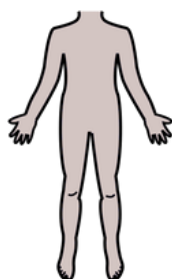
ANEXO 2.2 A

DECLARAÇÕES DE DIREITOS HUMANOS

Tem o direito de dizer o que acontece com o seu próprio corpo.



Seu



Corpo
o



Privacidade

Aponte para cada pictograma, um por um, enquanto lê a palavra correspondente em voz alta:

Aponte para a primeira imagem e diga:

“Seu - Isso significa que é responsável pelo seu corpo.” Aponte para o contorno do corpo:

“Corpo - Este é o seu corpo. O corpo de cada um é o seu.” Aponte para a imagem do cadeado:

“Privacidade - Isso significa privado. O seu corpo é privado. escolha quem pode tocá-lo.

ANEXO 2.2 A

DECLARAÇÕES DE DIREITOS HUMANOS

Tem o direito de dizer “não” se alguém tentar tocar e você não quiser.



Voc
ê



Livr
e



Dizer



Nã
o



Toque
Indesejado

Explique cada visual em ordem, apontando para ele:

Você - “Isso significa você. Você é importante.”

Livre - “É livre. Pode escolher o que acontece consigo.”

Diga - “Pode dizer algo em voz alta, como NÃO!”

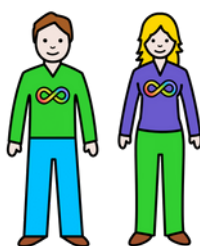
Não - “Este X vermelho significa Não. Pode dizer Não a qualquer momento.”

Toque Indesejado - “Isso significa alguém a tocar-lhe quando não quer. Isso não está certo.”

ANEXO 2.2 A

DECLARAÇÕES DE DIREITOS HUMANOS

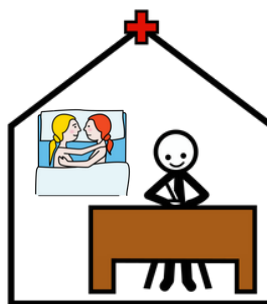
Todos têm direito ao acesso à saúde sexual e reprodutiva.



Todos



Direitos



Saúde reprodutiva

Todos -

"Isto significa todas as pessoas – crianças, adultos, meninos, meninas, pessoas com deficiência. Todos estão incluídos." Certo -

"Um direito significa algo que tem o direito de ter. Saúde é um direito."

Edifício de Saúde Reprodutiva -

"Este é um centro ou clínica de saúde. Pode vir aqui para aprender sobre seu corpo, obter medicamentos ou fazer perguntas a um médico."

ANEXO 2.2 A

DECLARAÇÕES DE DIREITOS HUMANOS

A violência sexual e o assédio são contra os direitos humanos.



Violência e assédio sexual



Contra



Direitos humanos

ANEXO 2.2 A

DECLARAÇÕES DE DIREITOS HUMANOS

A violência sexual e o assédio são contra os direitos humanos.

1. Mostre a imagem com calma e explique a frase lentamente:

“Magoar alguém, tocá-lo sem pedir ou fazê-lo sentir medo ou desconforto é errado.”

“Isto chama-se assédio ou violência – e nunca é aceitável.”

2. Explique cada parte do visual:

 Toque ou gritos indesejados -

“Isso mostra alguém tocando ou gritando com outra pessoa quando não quer. Isso é errado.”

“Devemos sempre perguntar antes de tocar. Se alguém disser ‘não’, devemos parar.”

 Cruz vermelha ou STOP -

“Isto significa: PAREM. Estas ações não devem acontecer.”

 Direitos Humanos (mãos levantadas) -

“Todas as pessoas têm direitos. Isso significa que devemos estar seguros, respeitados e tratados com gentileza.”

 Contra -

“Isto significa: vai contra as regras e os direitos. O assédio quebra essas regras.”

3. Faça perguntas para apoiar a compreensão:

“É aceitável tocar em alguém sem pedir?” (Não )

“O que deve fazer se alguém tocar em você e você não gostar?”

Deixe que a pessoa responda com: “Diga não” / “Conte a um adulto de confiança” / “Peça ajuda”.

4. Mensagem-chave a repetir:

“Seu corpo é seu.”

“Ninguém pode te Magoar ou te tocar sem pedir.”

“Se isso acontecer, conte para alguém de confiança.”

 Dicas para o instrutor:

Fale num tom calmo e sério para evitar medo, mas enfatize a segurança.

Evite explicações gráficas; concentre-se em regras claras de comportamento (por exemplo,

“Pergunte antes de tocar”. “Não significa Não”.)

Use cartões de emoção ou cartões SIM/NÃO para que os alunos expressem como se sentiriam em cada imagem.

Sempre termine com o que o aluno pode fazer:

“Diga ‘Não’. Afaste-se. Conte a alguém.”

ANEXO 2.2 B

CARTAS DE DRAMATIZAÇÃO

Use essas situações de dramatização para praticar como reivindicar direitos.

Cenário: Dizer Não

- Alguém toca no seu ombro sem pedir. Como reage?

Cenário: Pedindo Ajuda

- Sente-se desconfortável porque alguém fica fazendo perguntas pessoais sobre o seu corpo. Com quem pode conversar?

Cenário: Denunciar uma violação

- Um amigo lhe diz que está a ser pressionado a um relacionamento que não quer. O que pode fazer?

ANEXO 2.2 B

CENÁRIO 1: DIZER NÃO



Tocar sem
pedir



Dizer



Não

ANEXO 2.2 B

CENÁRIO 2: PEDINDO AJUDA

Sente-se desconfortável porque alguém fica fazendo perguntas pessoais sobre o seu corpo. Com quem pode conversar?



Pedindo Ajuda

ANEXO 2.2 B

CENÁRIO 2: DENUNCIAR VIOLAÇÃO

Um amigo lhe diz que está sendo pressionado a um relacionamento que não quer.
O que pode fazer?



Conversando com o
Professor/Pai

Nome da atividade: Culturas diferentes, visões diferentes

Conceito-chave da UNESCO abordado:

2.3 Cultura, Sociedade e Sexualidade

Objetivos:

- Ajude os participantes a reconhecer como as normas culturais e sociais moldam ideias sobre sexualidade, papéis de gênero, relacionamentos e identidade.
- Ajude os participantes a entender que normas e tradições podem mudar ao longo do tempo e das culturas.
- Incentive o respeito pelas diversas crenças, ao mesmo tempo que capacita os alunos a formarem suas próprias opiniões e valores.
- Promova habilidades para refletir sobre como as influências sociais afetam os seus pensamentos e sentimentos sobre sexualidade e relacionamentos.

Esses objetivos estão diretamente alinhados com os resultados de aprendizagem da CSE da UNESCO para alunos de 15 a 18 anos ou mais, enfatizando a reflexão crítica, a autoconsciência e o respeito à diversidade.

Materiais:

- Anexo 2.3A - Cartões Visuais
- Anexo 2.3 B - Cronograma de Mudanças
- Mapa-múndi grande impresso ou projetado
- Flipchart ou quadro
- Marcadores
- Opcional: cartas SIM / NÃO / NÃO CERTO, cartas com rostos emocionados

Duração:

60 minutos no total, divididos em quatro sessões:

- Introdução à Cultura e Sexualidade: 10 minutos
- Discussão sobre Perspectivas Culturais: 20 minutos
- Reflexão pessoal e atividade de mapeamento: 20 minutos
- Debriefing em grupo: 10 minutos

Número de participantes:

2 a 10 participantes para suporte personalizado e interação em grupo

Instruções:

- **Introdução (5 min):** Defina cultura com recursos visuais; pergunte "O que cultura significa para?"
- **Conversa em pares (7 min):** use cartões de emoção ou SIM/NÃO para discutir se as regras culturais parecem certas ou diferentes em casa.
- **Compartilhamento de Valores (5 min):** Cada um desenha/compartilha uma regra aprendida; o facilitador observa "Ensinado" vs. "Acreditar".
- **Discussão (3 min):** Perguntas em círculo: "O que aprendeu?" "É aceitável pensar diferente?" usando cartões para responder.

1. Introdução - O que é cultura? (10 minutos)

Comece perguntando aos participantes:

- "O que significa cultura para ti?"
- "Já ouviu regras diferentes noutras famílias, escolas ou países?"

O facilitador explica que cultura inclui tradições, crenças e comportamentos que as pessoas aprendem da família, religião, media e comunidade.

Algumas culturas têm visões específicas sobre:

- Namoro e amor
- Falar sobre sexo ou demonstrar afeto
- Identidades LGBTQ+

Certifique-se de usar exemplos e recursos visuais claros. Enfatize que:

"Culturas diferentes acreditam em coisas diferentes, e isso é normal. Podemos aprender com os outros e ainda assim decidir o que é certo para nós." Em pares ou pequenos grupos, os participantes respondem:

- "Como se sente em relação a essa situação?"
- "Isso seria o mesmo na sua família ou comunidade?"
- "Concorda ou discorda? Por quê?"

Use ferramentas visuais (cartões de emoção, SIM/NÃO/NÃO TENHO CERTEZA) para apoiar as respostas.

Incentive o pensamento crítico e a escuta respeitosa:

"Podemos ter respostas diferentes, e tudo bem. O que importa é ouvir e aprender juntos."

Em seguida, convida os alunos a partilhar ou desenhar um valor ou regra que aprenderam com:

- A família deles
- Escola
- Religião
- redes sociais

O facilitador escreve ou ilustra essas respostas num flipchart sob dois títulos:

- "O que me ensinaram"
- "O que eu acredito agora"

Este processo apoia o desenvolvimento de perspectivas pessoais ao mesmo tempo em que reconhece a influência externa, conforme incentivado pela orientação da UNESCO.

Debriefing:

O facilitador faz perguntas abertas para reforçar a aprendizagem:

- O que aprendeu sobre outras culturas hoje?
- É aceitável que pessoas de outros lugares pensem diferente de nós?
- Que ideias culturais gostaria de manter? O que mudaria?

Apoie as respostas com cartões SIM/NÃO ou imagens com emoções.

Reafirmamos que:

"Tem o direito de pensar por si mesmo, respeitando os outros. Entender nossa cultura nos ajuda a escolher nossos próprios valores."

Pontos de debriefing:

- Normas culturais e sociais influenciam a maneira como as pessoas pensam sobre sexualidade e relacionamentos.
- Essas normas não são as mesmas em todos os lugares e podem mudar ao longo do tempo.
- Podemos respeitar as opiniões dos outros enquanto formamos nossas próprias crenças saudáveis.
- Pensar criticamente nos ajuda a fazer escolhas que correspondem aos nossos próprios valores.

ANEXO 2.3 A

JOGO DE CLASSIFICAÇÃO “IDEIAS DIFERENTES”

Cartões Visuais



Casal Casando-
se

ANEXO 2.3 A

JOGO DE CLASSIFICAÇÃO “IDEIAS DIFERENTES”



Casal a morar juntos sem
casamento

ANEXO 2.3 A

JOGO DE CLASSIFICAÇÃO “IDEIAS DIFERENTES”



Pessoas vestindo roupas
tradicionais

ANEXO 2.3 A

JOGO DE CLASSIFICAÇÃO “IDEIAS DIFERENTES”



Pessoas vestindo-se de forma
diferente

ANEXO 2.3 A

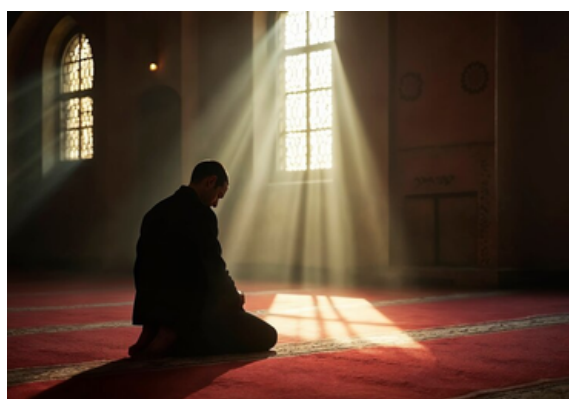
JOGO DE CLASSIFICAÇÃO “IDEIAS DIFERENTES”



Jovens a namorar

ANEXO 2.3 A

JOGO DE CLASSIFICAÇÃO “IDEIAS DIFERENTES”



Pessoa
Rezando

ANEXO 2.3 A

JOGO DE CLASSIFICAÇÃO “IDEIAS DIFERENTES”



Parada do
Orgulho

ANEXO 2.3 B

LINHA DO TEMPO DA MUDANÇA



Casamento
Antigo



Casamento
Atual



ANEXO 2.3 B

LINHA DO TEMPO DA MUDANÇA



Roupas
tradicionais



Roupas
modernas

ANEXO 2.3 B

TIMELINE OF CHANGE



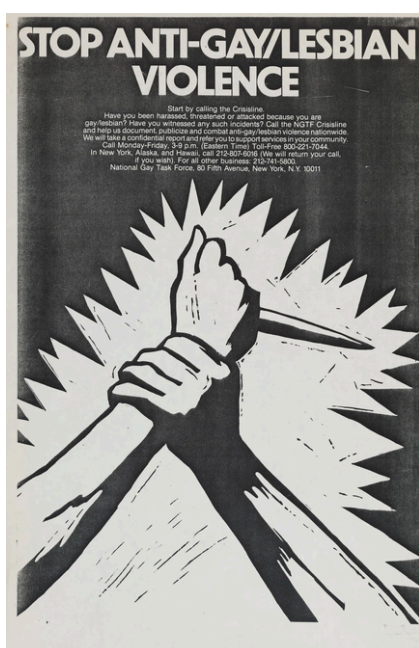
Old Classroom



Today's Classroom

ANEXO 2.3 B

LINHA DO TEMPO DA MUDANÇA



POSTER LGBTQ
PASSADO



POSTER LGBTQ
AGORA

Nome da atividade: Eu sou como me sinto

Conceito-chave da UNESCO abordado:

3. Compreendendo o género

Objetivos:

- **Objetivo 1:** Ajudar pessoas com deficiência intelectual a entender que género e normas de género são uma construção social e que há muitas maneiras de expressar a identidade de género, promovendo a aceitação e a empatia em relação a diferentes expressões de género.
- **Objetivo 2:** Orientar indivíduos no reconhecimento de estereótipos e preconceitos comuns de género, fornecendo ferramentas para desafiá-los em situações cotidianas, promovendo igualdade, inclusão e um ambiente livre de discriminação.
- **Objetivo 3:** Ensinar os indivíduos a identificar a violência de género e explorar maneiras de proteger a si mesmos e aos outros, promovendo um ambiente seguro e saudável para todos.

Materiais:

- Computador e projetor para exibir os pictogramas.
- Imprima e plastifique duas figuras dos pictogramas desenhados com corpos e órgãos sexuais.
- Imprima as diferentes peças de roupa projetadas para serem colocadas nos corpos das figuras.
- Velcro para prender as peças de roupa aos corpos das figuras.
- Imprima e plastifique as três silhuetas de cada participante com símbolos representando os diferentes géneros (♀, ♂, ♀).
- Objetos (com base no número de participantes), como: bolas de basquete e futebol, raquete de ténis, colher de cozinha, computador, vassoura, escova de cabelo, estetoscópio médico, ferramentas de brinquedo, etc.
- Imprima e plastifique figuras de duas mãos (verde com um polegar para cima e vermelha com um polegar para baixo) para cada participante.

Duração: Esta atividade tem duração de duas horas (2h) para garantir que todos os objetivos sejam plenamente abordados. Essas duas horas são divididas em diferentes sessões dentro da mesma atividade, permitindo que os participantes explorem progressivamente os conceitos-chave de forma estruturada e envolvente.

A primeira sessão, O que é género? (35 min), concentra-se em entender a diferença entre sexo biológico e género.

A segunda sessão, O que eu gosto? (35 min), explora papéis e estereótipos de género por meio de atividades e discussões.

A terceira sessão, Is That Okay? (35 min), aborda a violência de género por meio de vídeos e reflexão.

Por fim, a sessão de Debriefing (25 min) permite que os participantes reflitam sobre os conceitos abordados e avaliem sua aprendizagem. Essa divisão garante um ritmo equilibrado, proporcionando tempo suficiente para compreensão, interação e discussão, mantendo os participantes ativamente engajados durante toda a atividade.

Número de participantes: O grupo deve ser composto por 2 a 10 participantes para garantir que cada um receba a atenção adequada e possa concluir a sessão, alcançando os objetivos de acordo com suas habilidades. Um grupo menor incentiva a participação ativa e aprimora o aprendizado.

Instruções:

Esta atividade está dividida em quatro momentos-chave para garantir o alcance dos seus objetivos.

A primeira sessão, "O que é género?" (35 minutos), ajuda pessoas com deficiência intelectual a entender que género e normas de género são construções sociais, destacando as muitas maneiras de expressar a identidade de género e promovendo a aceitação e a empatia em relação a diferentes expressões de género.

A segunda sessão, "Do que eu gosto?" (35 minutos), concentra-se no reconhecimento de estereótipos e preconceitos de género comuns, fornecendo ferramentas para desafiá-los em situações cotidianas, promovendo assim igualdade, inclusão e um ambiente livre de discriminação.

A terceira e última sessão, "Tudo bem?" (35 minutos), ensina os participantes a identificar situações de violência de género e a explorar maneiras de se proteger e proteger os outros, promovendo um ambiente seguro e saudável.

1. O que é género?

Nesta primeira sessão, o facilitador começará mostrando um pictograma com duas figuras humanas: uma com genitália feminina (vulva) e a outra com genitália masculina (pênis). Será explicado que essas imagens representam diferenças biológicas, mas que os órgãos sexuais não determinam o género com o qual uma pessoa se identifica. Em outras palavras, género é uma construção social que não depende do corpo, mas de como cada pessoa se sente e se identifica.

O facilitador também destacará que existem diferentes tipos de género com os quais as pessoas se identificam. Além dos géneros tradicionais (feminino e masculino), existem aqueles que se definem como não binários, género fluido, agénero, entre outras identidades. Cada forma de expressão é válida e reflete a diversidade e a complexidade da experiência humana, promovendo a inclusão e o respeito a todas as identidades.

Para colocar essa explicação em prática e ajudar os participantes a compreender melhor o conceito de género, essas duas figuras serão mostradas impressas e plastificadas, juntamente com recortes de diferentes peças de roupa (calças, saias, T-Shirts, vestidos, sapatos, etc.). Tanto as figuras corporais quanto as peças de roupa terão velcro para que possam ser facilmente fixadas e removidas. O facilitador perguntará aos participantes quais roupas eles acham que devem ser colocadas em cada figura, orientando-os a compreender que roupas não têm género e que qualquer pessoa pode usar o que quiser, independentemente de estar rotulado como "para meninas" ou "para meninos" nas lojas.

Esta sessão terá duração de 35 minutos e ajudará os participantes a compreender a diferença entre os conceitos de género e sexo biológico, além de explorar as diferentes formas de expressão de género. Os participantes também aprenderão que todas as formas de expressão são igualmente válidas e que todos podem ser e se vestir como quiserem.

2. O que eu gosto?

Nesta segunda sessão, o facilitador começará mostrando imagens ou pictogramas que representam atividades cotidianas, jogos, esportes ou profissões. A escolha das imagens será adaptada ao nível de compreensão dos participantes para garantir que todos possam compreendê-las facilmente. Após mostrar cada imagem, o facilitador perguntará aos participantes se eles acham que a atividade pode ser feita por uma menina, um menino ou ambos.

Para responder, cada participante receberá três silhuetas com símbolos representando diferentes gêneros, que serão explicados antes de iniciar a atividade:

- O símbolo ♀ representa o gênero feminino.
- O símbolo ♂ representa o gênero masculino.
- O símbolo 🧑 representa ambos os gêneros ou qualquer identidade de gênero.

Com o apoio do facilitador, se necessário, os participantes levantarão ou apontarão para o símbolo que acreditam estar correto, indicando se acham que a atividade pode ser realizada por uma menina (♀), um menino (♂) ou qualquer pessoa (🧑), independentemente do gênero.

Após essa dinâmica, o facilitador mostrará diferentes objetos que representam algumas das atividades vistas nas imagens (por exemplo, uma bola para um esporte ou um pincel para pintar). Cada participante escolherá o objeto que mais gosta ou um que represente uma atividade que gostaria de fazer.

Por fim, se possível, o facilitador convidará os participantes a explicar por que escolheram aquele objeto. Eles podem dizer se é porque gostam da atividade ou se gostariam de fazê-la, mas não o fazem porque acham que não é possível/permitido para o seu gênero.

Esta sessão terá duração de 35 minutos e ajudará os participantes a identificar papéis e estereótipos de gênero presentes na sociedade. O objetivo é ajudá-los a compreender que esses papéis são construções sociais e não devem limitar os seus interesses, preferências ou atividades. Todas as opções são igualmente válidas para qualquer pessoa, independentemente do gênero.

3. Está tudo bem?

Na sessão final, o facilitador mostrará aos participantes três vídeos curtos representando diferentes situações de violência de gênero. Esses vídeos serão adaptados para facilitar a compreensão, de acordo com as habilidades do grupo, retratando claramente situações que refletem esse tipo de violência.

Após cada vídeo, o facilitador perguntará aos participantes se eles acham que a situação que acabaram de ver é boa ou ruim. Se necessário, o facilitador pode fazer a pergunta individualmente para garantir que todos possam participar. Para responder, os participantes receberão dois cartões:

- Uma mão verde com um polegar para cima (👍) para representar uma resposta positiva (algo bom).
- Uma mão vermelha com o polegar para baixo (👎) para representar uma resposta negativa (algo ruim).

Os participantes levantarão ou apontarão para o cartão que acharem que melhor representa sua opinião com base no que viram no vídeo.

Após essa dinâmica, o facilitador perguntará se os participantes acham que teriam agido de forma diferente se estivessem naquela situação. Para responder, eles usarão os cartões verde ou vermelho novamente e, se possível, serão convidados a explicar como teriam reagido ou o que teriam feito de forma diferente.

Por fim, o facilitador enfatizará a importância de pedir ajuda caso se encontrem em uma situação que os deixe desconfortáveis ou inseguros. Os participantes serão lembrados de que podem conversar com pessoas de confiança, como familiares, amigos próximos ou cuidadores, para compartilhar o que está acontecendo e buscar apoio.

Esta sessão durará 35 minutos e ajudará os participantes a identificar situações de violência de gênero, entender que essas situações não são aceitáveis e aprender que devem sempre se comunicar caso se sintam mal ou inseguros em qualquer situação.

Debriefing: Este momento final, com duração de 25 minutos, servirá para concluir a atividade. O facilitador apresentará imagens que representem situações relacionadas aos temas explorados nas três sessões: o conceito de gênero, os estereótipos de gênero e a violência de gênero.

Depois de mostrar cada imagem, o facilitador perguntará aos participantes se eles acham que a situação é correta/possível ou incorreta/não possível.

Para responder, cada participante, individualmente e com o apoio do facilitador, se necessário, levantará ou apontará para uma das duas cartas já utilizadas na última sessão:

- A mão verde com o polegar para cima indica que a situação está correta ou possível.
- A mão vermelha com o polegar para baixo indica que a situação está incorreta ou não é possível.

Essa dinâmica ajudará os participantes a responder às perguntas finais que o facilitador fará para avaliar o que aprenderam durante as sessões e incentivar a reflexão sobre os tópicos abordados nas sessões anteriores:

- O que acha que define o gênero com o qual uma pessoa se identifica?
- Que coisas acha que só meninos ou meninas podem fazer?
- O que acha que poderia fazer numa situação que faz se sentir mal ou desconfortável?

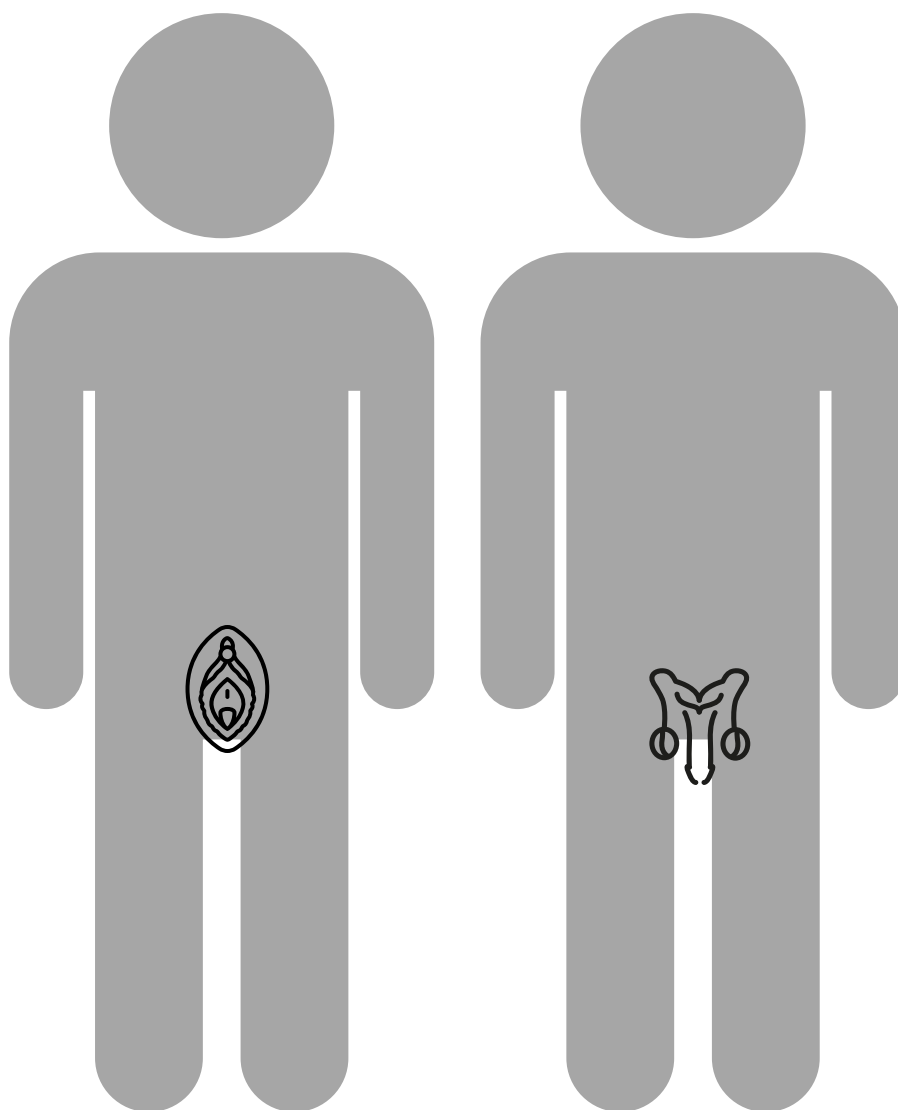
Esta atividade final ajudará a consolidar o conhecimento adquirido, permitindo que os participantes expressem suas ideias e reflitam sobre como aplicar o que aprenderam em suas vidas diárias.

Anexo:

- Materiais para as sessões:
https://drive.google.com/file/d/1KEeRkGkH8oEuYG5SMFW2C_4675kutOKG/view?usp=drive_link

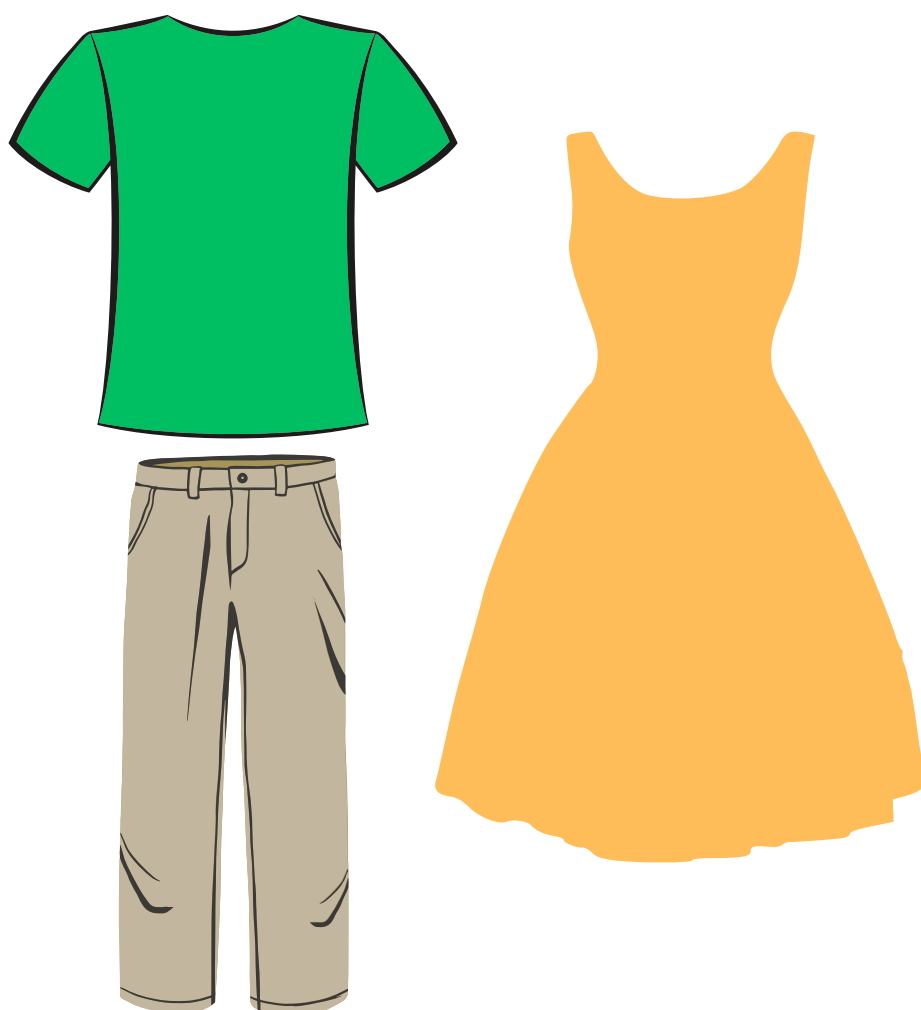
ANEXO 3

SESSÃO 1: GENITAIS



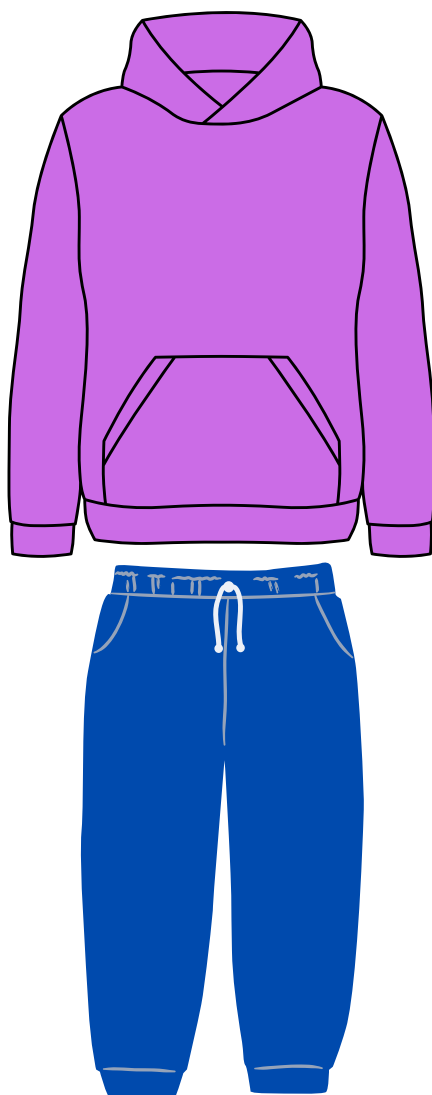
ANEXO 3

SESSÃO 1: ROUPAS



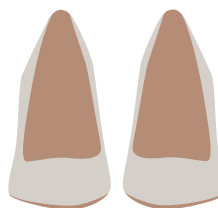
ANEXO 3

SESSÃO 1: ROUPAS



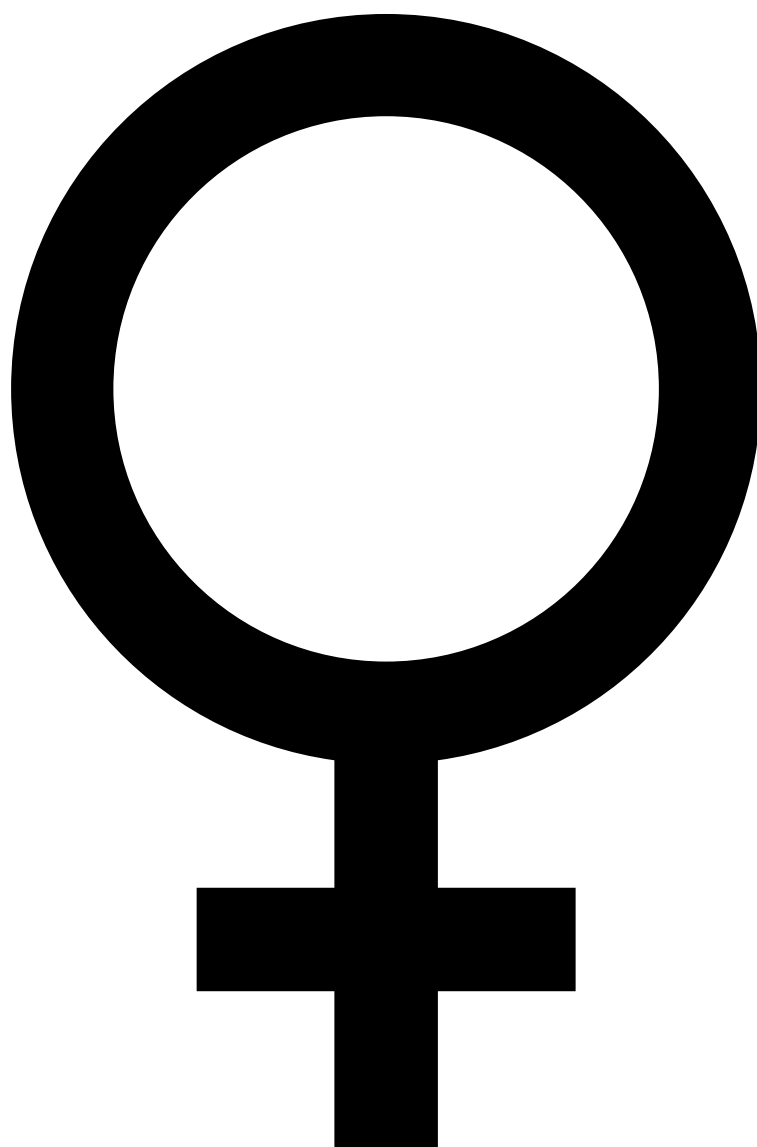
ANEXO 3

SESSÃO 1: ROUPAS



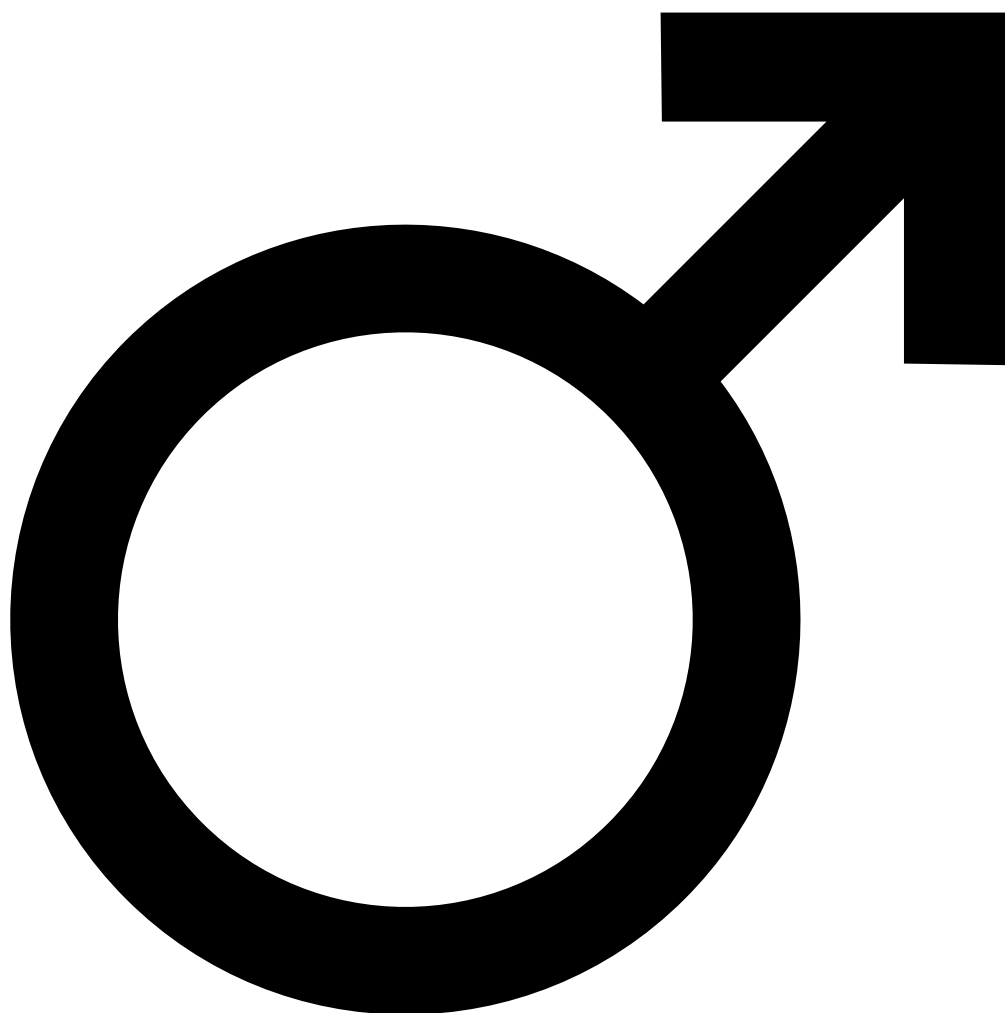
ANEXO 3

SESSÃO 2: GÊNERO (FEMININO)



ANEXO 3

SESSÃO 2: GÊNERO (MASCULINO)



ANEXO 3

SESSÃO 2: GÊNERO (AMBOS)



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL 1)

JOGADOR/A DE FUTEBOL



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL 1)

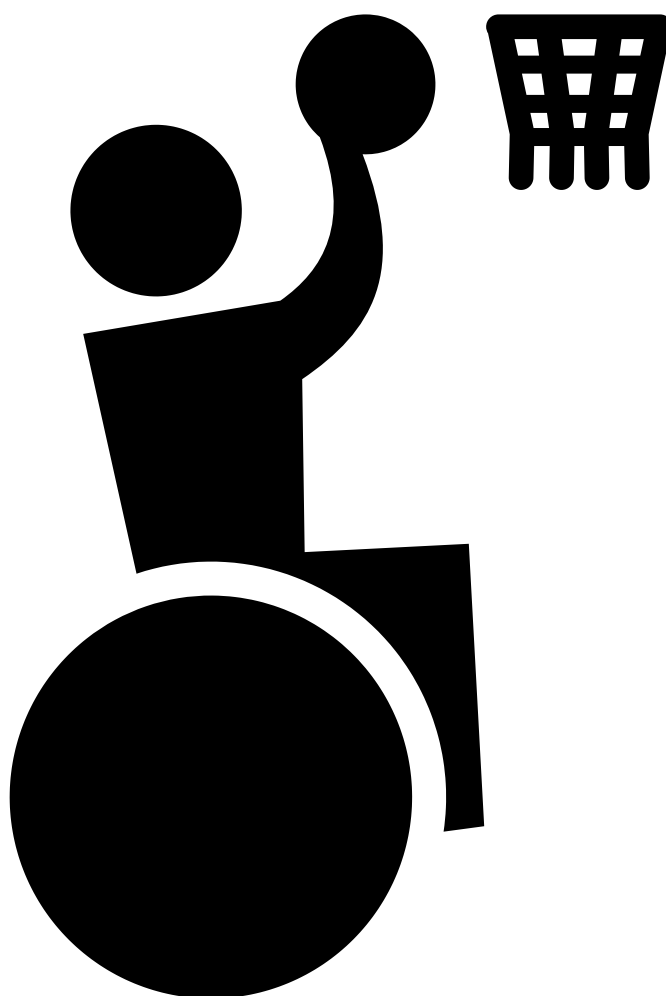
JOGADOR/A DE TÊNIS



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL 1)

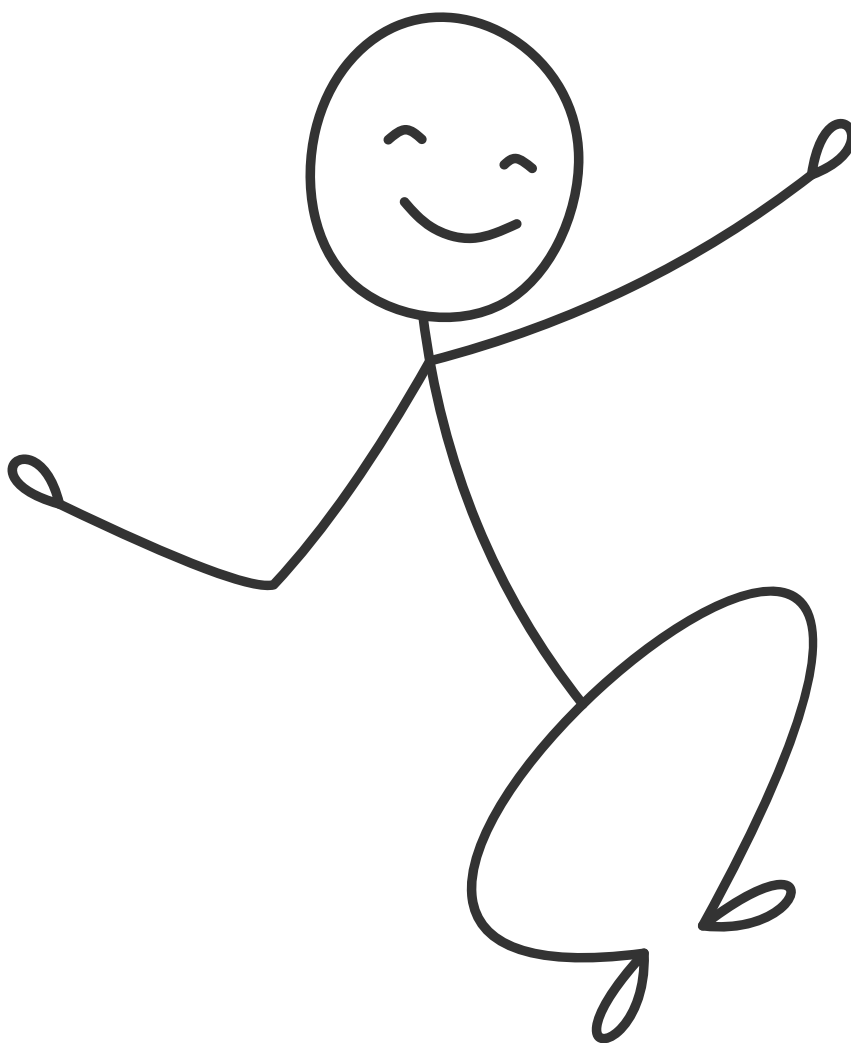
JOGADOR/A DE BASQUETE



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

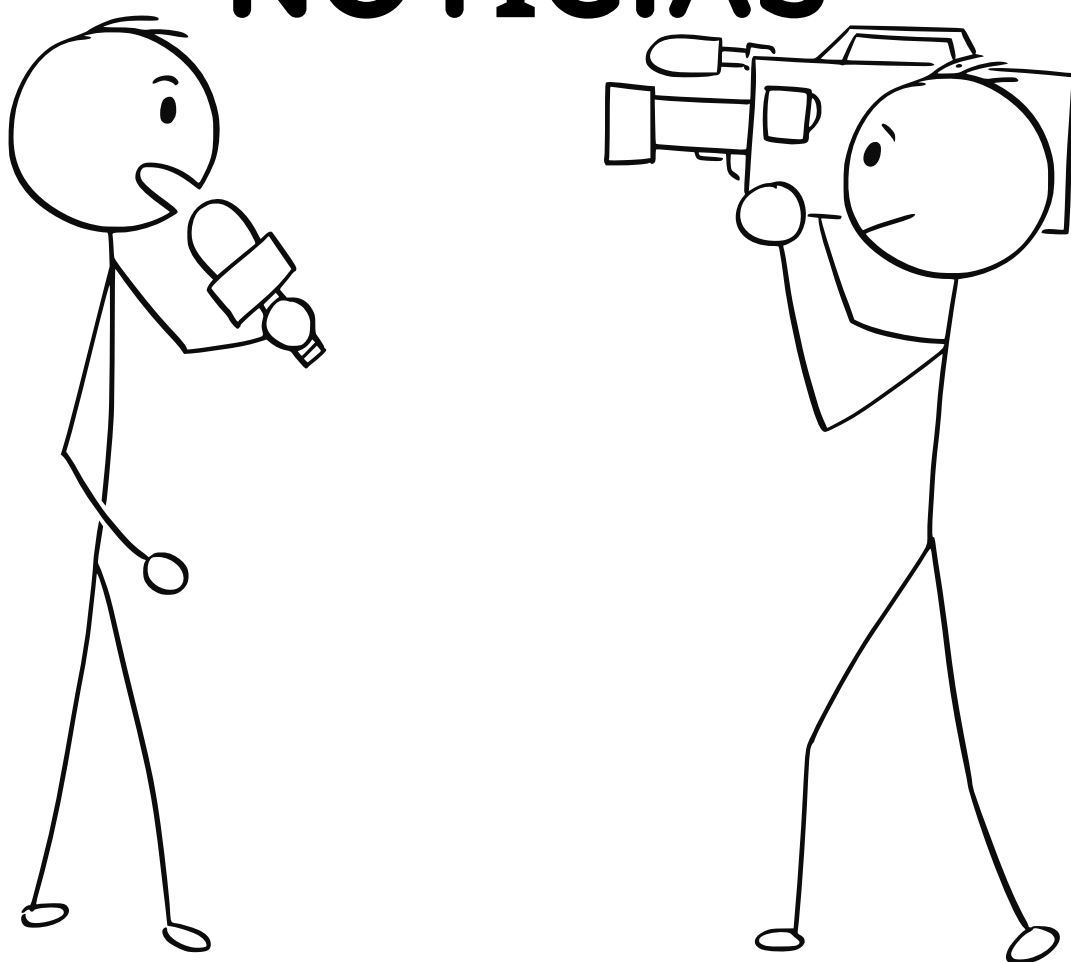
DANÇARINO/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

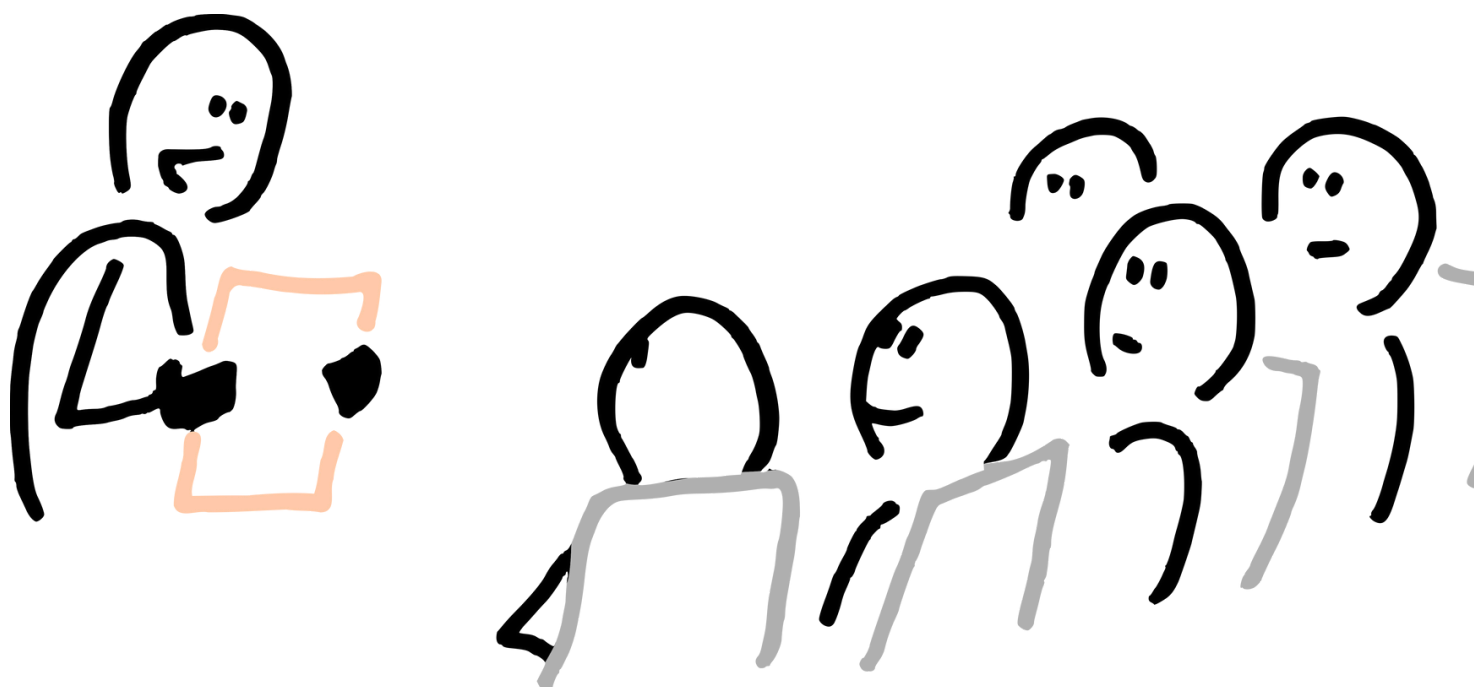
REPÓRTER DE NOTÍCIAS



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

PROFESSOR/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

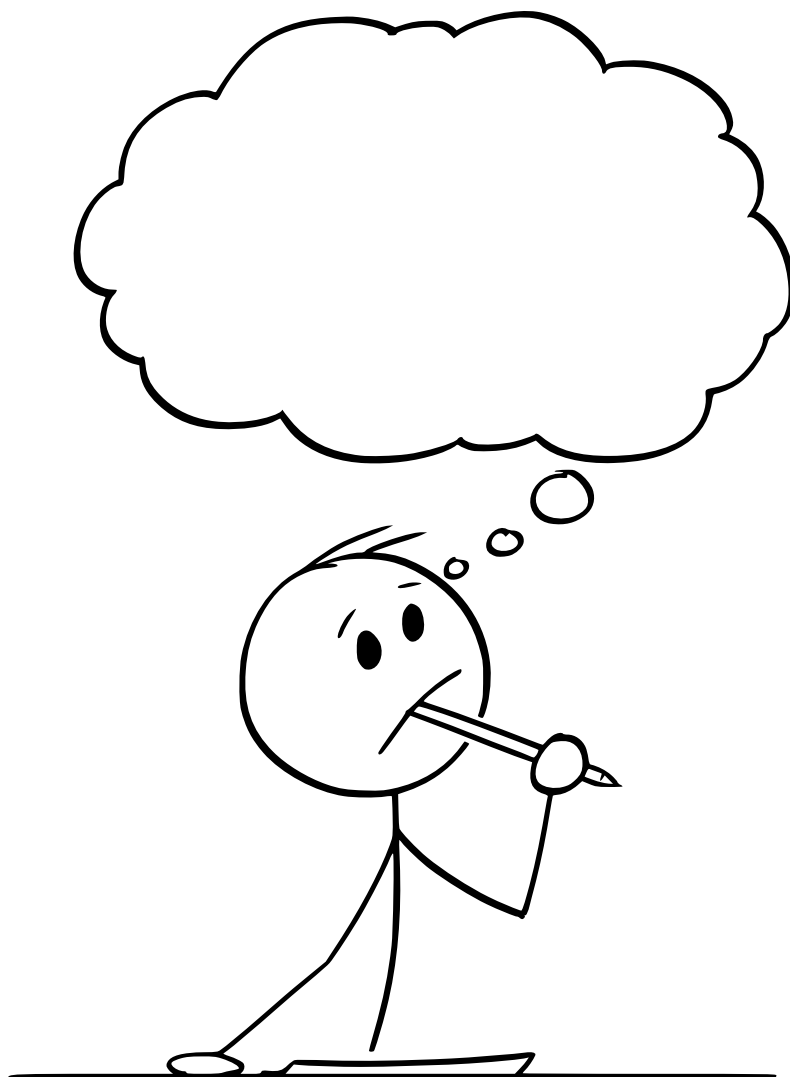
DOUTOR/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

ESCRITOR/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

MÚSICO/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

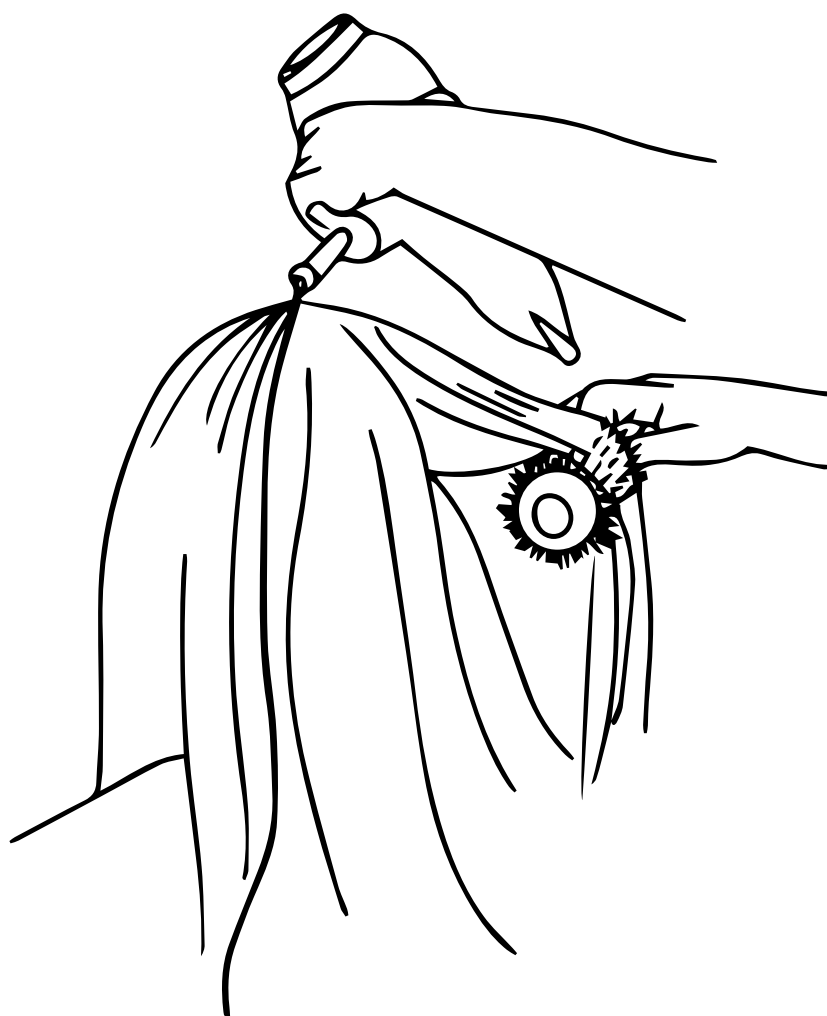
CHEFE



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

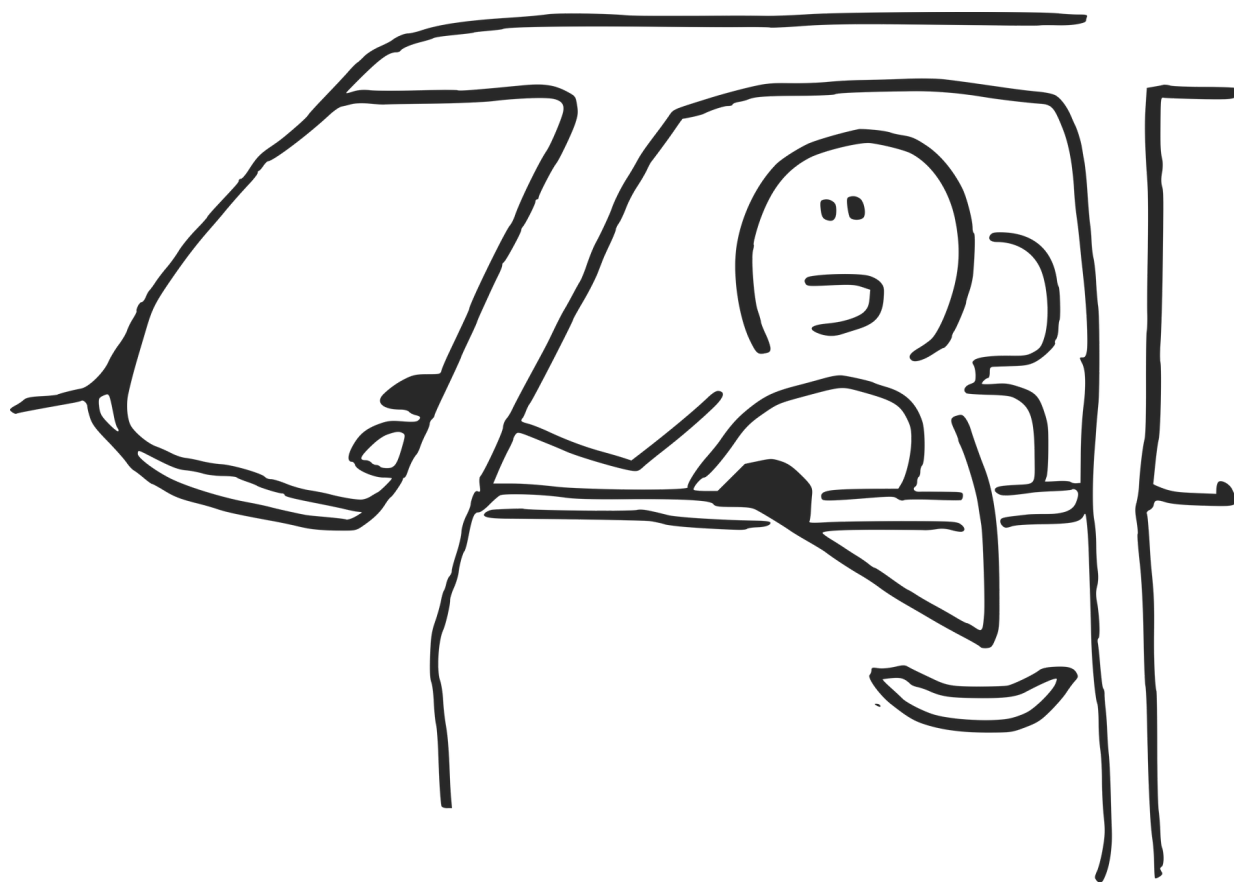
ESTILISTA



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

MOTORISTA



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL1)

IR AO GINÁSIO



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

JOGADOR DE FUTEBOL



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

JOGADOR DE TÊNIS



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

JOGADOR DE BASQUETE



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

DANÇARINO



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

REPÓRTER DE NOTÍCIAS



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

PROFESSOR/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

DOUTOR/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

ESCRITOR/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

MÚSICO/A



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

ESTILISTA



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

MOTORISTA



ANEXO 3

SESSÃO 2: SITUAÇÕES (NÍVEL2)

IR AO GINÁSIO



ANEXO 3

SESSÃO 2: OBJETOS A APRESENTAR (EXEMPLOS)



ANEXO 3

SESSÃO 3: EU GOSTO DISSO



ANEXO 3

SESSÃO 3: EU NÃO GOSTO DISSO



Nome da atividade: Fale pela segurança

Conceito-chave da UNESCO abordado:

4.1 Violência

Objetivos:

- Compreender e identificar diferentes formas de violência (física, emocional, sexual, intimidação, violência do companheiro)
- Aprenda e pratique como dizer não, fugir e procurar ajuda
- Promover respeito e segurança no seu ambiente diário (escola, casa, online, comunidade)

Materiais:

- Cartões visuais: mostrando tipos de violência, toque seguro vs. inseguro, adultos confiáveis e emoções
- Cartões SIM/NÃO
- Cartões de valor (por exemplo, respeito, dignidade, privacidade, segurança)
- Cartaz ou quadro grande dividido em 3 áreas: Violência, Ação Segura, Ajuda Confiável
- Adesivos ou velcro para correspondência interativa

Duração:

- 1. Apresente a ideia principal (10 minutos): Os participantes aprendem a identificar diferentes tipos de violência (bullying, física, emocional, sexual, violência do companheiro íntimo) com linguagem clara para estabelecer a base para a segurança.
- 2. Reconhecer e Agir - Classificação em Grupo (15 minutos): Para aprender o que é violência?, o que posso fazer?, quem pode me ajudar? – usando adesivos ou velcro. Esta etapa prática desenvolve a consciência sobre ações pessoais e redes de apoio.
- 3. Círculo de Valores - Construindo Respeito (10 minutos): Para promover um compromisso compartilhado com espaços respeitosos e seguros.
- 4. Prática de conversa confiável com adultos (10 minutos): para desenvolver habilidades de comunicação e se sentir confortável pedindo ajuda a adultos de confiança.
- Debriefing (15 minutos): Os facilitadores fazem perguntas abertas para reforçar a compreensão dos tipos de violência, direitos pessoais e estratégias de busca de ajuda.

Número de participantes:

Esta atividade é para 2 a 10 participantes. Um grupo pequeno permite mais interação, apoio pessoal e participação ativa, ajudando todos a atingir os objetivos ao seu próprio ritmo.

Instruções: Esta atividade foi projetada para atingir seus objetivos por meio de quatro momentos principais.

A primeira parte, “**Apresente a ideia principal**” (10 minutos), usa cartões de pictogramas e linguagem simples para ajudar os participantes a reconhecer diferentes tipos de violência e entender o que é seguro e inseguro.

A segunda parte, “**Atividade de classificação em grupo**” (15 minutos), convida os participantes a identificar comportamentos violentos, explorar maneiras de responder e reconhecer pessoas confiáveis que podem ajudar.

A terceira parte, “**Círculo de Valores**” (10 minutos), incentiva os participantes a refletir sobre valores importantes como respeito, segurança e gentileza, e a compartilhar onde eles querem sentir esses valores.

Por fim, “**Pratique ‘Conversa de Adulto Confiável’**” (10 minutos) dá aos participantes a oportunidade de praticar a comunicação clara e pedir ajuda a um adulto de confiança.

1. Apresente a ideia-chave (10 minutos)

- Use cartões de pictograma para apresentar diferentes tipos de violência:
 - Assédio moral
 - Violência física
 - Abuso emocional/psicológico
 - Abuso sexual
 - Violência por companheiro íntimo

Exemplo: Mostre um cartão com alguém sendo empurrado → pergunte “Isso é seguro ou não?” Os alunos usam cartões SIM/NÃO.

Dica de linguagem: Use sempre uma linguagem clara e literal: “Nunca é aceitável bater em alguém. Nunca é aceitável que alguém toque no seu corpo se disser não.”

2. Atividade de classificação em grupo - Reconhecer e Agir (10 minutos)

Use um quadro/poster grande com 3 categorias:

- O que é violência?
- O que posso fazer?
- Quem pode me ajudar?

Instruções:

- Os alunos vêm um por um (ou em pares) e combinam os cartões de pictograma com a seção correta usando adesivos ou velcro.
- Por exemplo:
 - “Bater” → Violência
 - “Diga NÃO” → O que posso fazer?
 - “Professor” → Quem pode me ajudar?

3. Círculo de Valor - Construir Espaços Respeitosos (10 minutos)

- Sentem-se em círculo.
- Distribua cartões de valor (respeito, gentileza, segurança, dignidade).
- Peça para cada aluno segurar um cartão e compartilhar onde ele quer sentir esse valor (casa, escola, online).

Sugestão do instrutor: "Onde é o seu lugar seguro?"

4. Pratique "Conversas de Adultos Confiáveis" (10 minutos)

- Use uma dramatização com imagens (sem cenário completo).
- Os alunos escolhem uma foto de um adulto de confiança (pai, professor, enfermeiro).
- Pratique dizer:
 - "Estou com medo."
 - "Alguém me machucou."
 - "Pode me ajudar?"

Debriefing:

Encerre a sessão sentando-se em círculo e incentivando todos a refletirem sobre a atividade juntos.

Duas questões para reflexão:

1. "O que aprendeu hoje sobre se sentir seguro e pedir ajuda?"
2. "Por que é importante conversar com alguém em quem confiamos quando algo não está certo?"

Use cartões SIM/NÃO ou de emoção para ajudar todos a participar e expressar os seus pensamentos.

Reafirme que eles merecem se sentir seguros e que adultos de confiança podem ajudá-los.

ANEXO 4.1

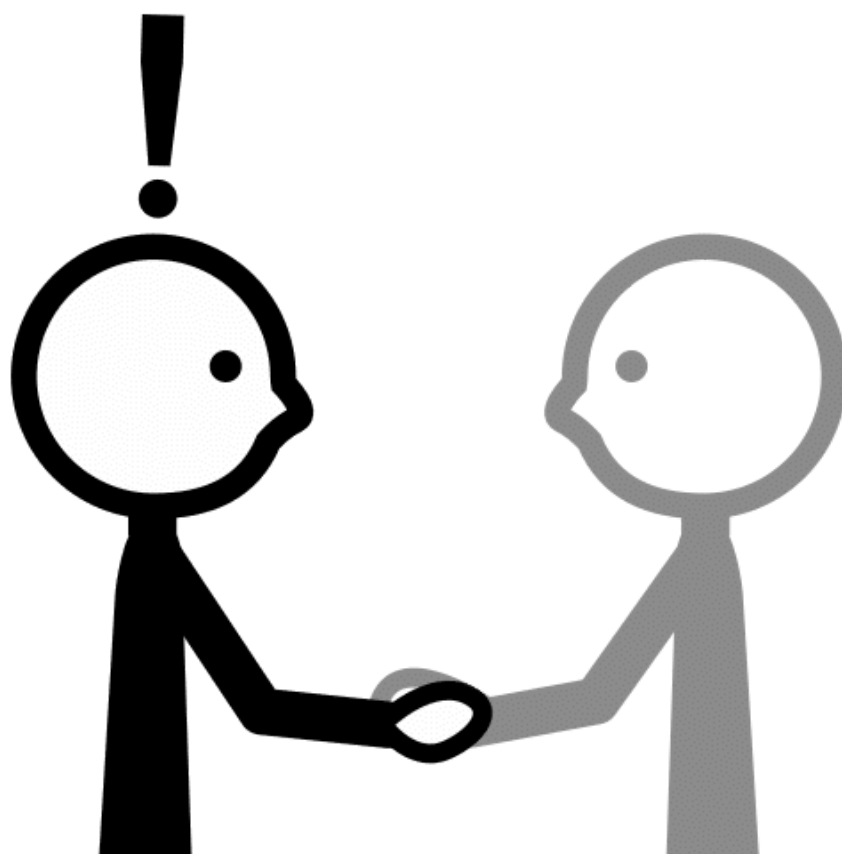
CARTÕES SIM NÃO

SIM

NÃO

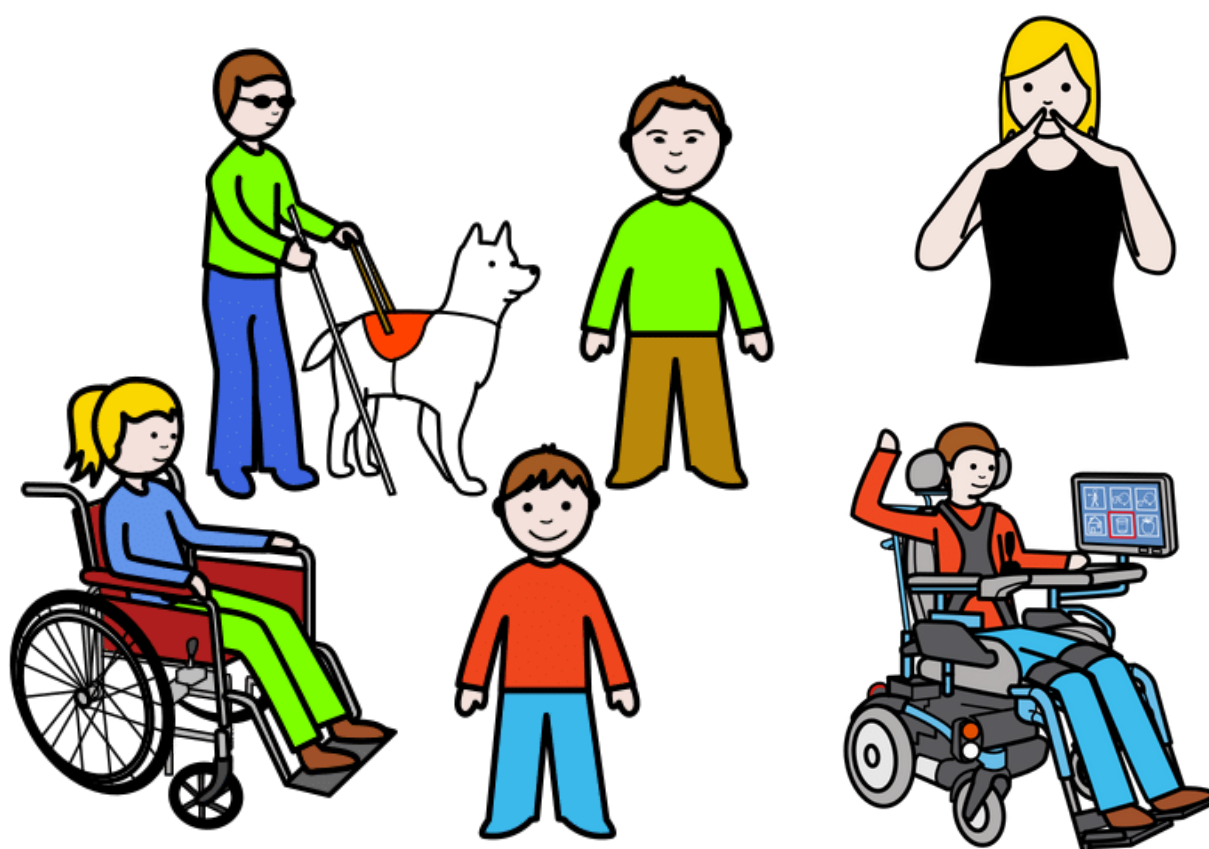
ANEXO 4.1

CARTÕES DE VALOR



RESPEITO

ANEXO4.1



DIGNIDADE

ANEXO 4.1



PRIVACIDADE

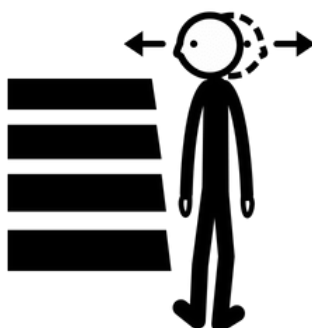
ANEXO 4.1

GRANDE POSTER OU QUADRO

VIOLÊNCIA

AÇÃO SEGURA

AJUDA CONFIÁVEL



ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



BULLYING

ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



VIOLÊNCIA FÍSICA

ANEXO 4.1

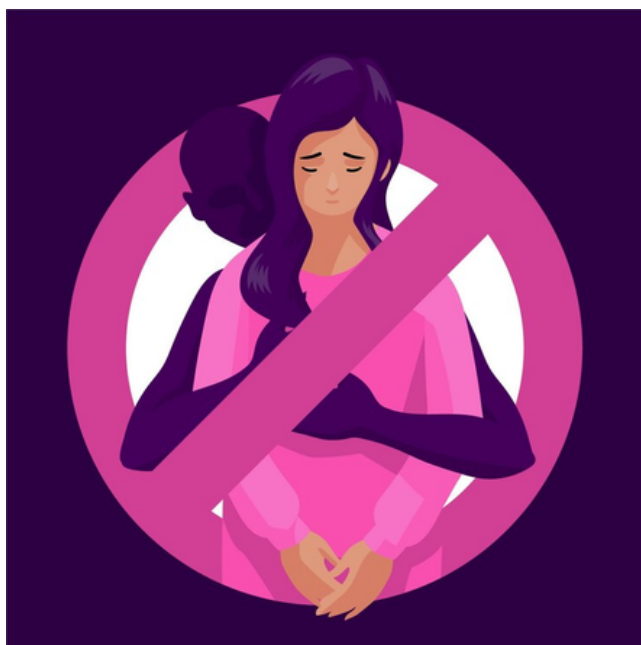
CARTÕES VISUAIS



ABUSO EMOCIONAL/PSICOLÓGICO

ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



ABUSO SEXUAL

ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



ABUSO SEXUAL

ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



ABUSO SEXUAL

ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



ABUSO SEXUAL

ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



ABUSO SEXUAL

ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



VIOLÊNCIA ENTRE COMPANHEIROS ÍNTIMOS

ANEXO 4.1

CARTÕES VISUAIS



ADULTO DE CONFIANÇA

Nome da atividade: **Meu Corpo, Minha Escolha - Compreendendo o Consentimento**

Conceito-chave da UNESCO abordado:

4.2 Consentimento, privacidade e integridade física

Objetivos:

Ajudar os alunos a entender o conceito de consentimento sexual, reconhecer os fatores que afetam o consentimento e praticar como dar, recusar e respeitar o consentimento de forma clara e segura.

- Entenda o significado de consentimento e não consentimento
- Reconhecer quando o consentimento está presente ou ausente
- Pratique como dar e dizer não ao consentimento
- Reflita sobre coisas que podem afetar a capacidade de uma pessoa consentir (como álcool, medo, pressão)

Materiais:

- Cartões visuais SIM/NÃO
- Pictogramas de limites corporais (abraço, beijo, mãos dadas, espaço pessoal)
- Cartões de bandeira vermelha/bandeira verde (para consentimento ou não)
- Cartões de sugestão de dramatização (sem cenários baseados em texto, apenas imagens ou ações)
- Rostos de emoção (feliz, nervoso, assustado, inseguro)
- Cartões simples com imagens de "fatores de pressão" (por exemplo, álcool, alguém mais velho, dar presentes, alguém chorando)

Duração: Esta atividade de 1 hora é estruturada em cinco etapas focadas para abordar completamente o conceito de consentimento e desenvolver habilidades práticas.

O primeiro passo, **"O que é consentimento?"** (10 minutos), apresenta aos participantes o significado do consentimento. A segunda etapa, **"Bandeira verde ou bandeira vermelha?"** (10 minutos), ajuda os alunos a reconhecer quando o consentimento é claro ou ausente.

A segunda etapa, **"Bandeira verde ou bandeira vermelha?"** (10 minutos), ajuda os alunos a reconhecer quando o consentimento é claro (bandeira verde) ou ausente (bandeira vermelha), usando cartões visuais e estímulos emocionais para explicar suas escolhas.

O terceiro passo, **"Pratique dizer sim/não"** (10 minutos), envolve os participantes em dramatizações simples com imagens para que eles possam ensaiar pedir e dar consentimento verbalmente e por meio da linguagem corporal.

A quarta etapa, **"O que torna o consentimento difícil?"** (10 minutos), explora situações desafiadoras, como desequilíbrios de poder ou pressão dos colegas para distinguir cenários seguros de inseguros.

O quinto passo, **"Consentimento para Todos"** (10 minutos), reforça que todos os indivíduos, independentemente do gênero, têm direitos iguais de dizer "sim" ou "não", apoiados por discussões sobre respeito e igualdade.

Por fim, o Debriefing (10 minutos) utiliza duas perguntas abertas e recursos visuais para avaliar a compreensão, esclarecer dúvidas e reforçar a mensagem central: **"Não significa parar. Só 'sim' significa sim."**

Número de participantes:

Projetado para 2 a 10 participantes para garantir suporte interativo, orientação personalizada e envolvimento ativo no ritmo de cada aluno.

Instruções:

- **O que é Consentimento? (10 minutos):** Para definir "Consentimento significa dizer SIM. Se alguém disser NÃO, devemos parar."
- **Bandeira verde ou bandeira vermelha? (10 minutos)** Exiba cartões visuais para aprender o que é consentimento relacionado às emoções que uma pessoa pode demonstrar.
- **Pratique dizer sim/não (10 minutos)** Uma dramatização com imagens para praticar a comunicação.
- **O que torna o consentimento difícil? (10 minutos):** Para aprender o que é desejo e quando eles podem se sentir numa situação desconfortável.
- **Consentimento para Todos (10 minutos)** Para reforçar o respeito e a igualdade com cartões de valor.

1. O que é consentimento? (10 minutos)

- Mostre fotos de pessoas pedindo um abraço, de mãos dadas, etc.
- Pergunte aos alunos: "Tudo bem se ambas as pessoas disserem sim?"
- Use cartões SIM/NÃO ou polegares para cima/baixo.
- Use uma definição muito simples:
- "Consentimento significa dizer SIM. Se alguém disser NÃO, temos que parar."

2. Bandeira verde ou bandeira vermelha? (10 minutos)

- Mostre cartões visuais (por exemplo, alguém sorrindo e dizendo sim vs. alguém parecendo assustado ou inseguro).
- Os alunos levantam a bandeira verde se o consentimento for claro e a bandeira vermelha se não for.

Discuta: "Por que isso é um sinal de alerta?" Use cartões com imagens de emoções para ajudar a explicar os sentimentos.

3: Pratique dizer Sim/Não (10 minutos)

Interpretação de papéis usando imagens:

- "Posso segurar sua mão?" (Use um prompt visual)
- "Posso te beijar?"
- Os alunos praticam:
- Dizer: "Sim, estou bem" ou "Não, não quero"
- Observando a linguagem corporal (feliz, nervoso)

Dê suporte aos alunos não verbais com cartões de símbolos ou quadros de comunicação.

4. O que torna o consentimento difícil? (10 minutos)

Mostre pictogramas simples: álcool, alguém maior, estar com medo, ganhar presentes.

Pergunte: “consegue dizer não nessa situação?” - Ajude-os a entender que essas não são situações aceitáveis para consentimento real.

Use um gráfico visual:

-  É seguro dizer que sim
-  Não é seguro - peça ajuda

5. Consentimento para todos (10 minutos)

Mostre 2 cartas com figuras: uma de um menino e uma de uma menina.

Pergunte: “Ambos precisam dizer SIM?” Fale sobre respeito e igualdade. Use cartões de valor: respeito, segurança, gentileza.

Enfatize: “Meninos e meninas, todas as pessoas, têm o mesmo direito de dizer SIM ou NÃO.”

Notas do instrutor:

- Repita a mensagem principal: “Não significa parar. Só sim significa sim.”
- Reforce os sentimentos e a linguagem corporal como chave para reconhecer o consentimento.
- Mantenha todos os exemplos não sexuais em ação, mas relacionados aos limites para garantir conforto e acessibilidade.
- Nunca pressione os alunos a participar de uma dramatização se eles se sentirem desconfortáveis.

Debriefing (10 minutos)

Sentem-se em círculo e façam duas perguntas de reflexão:

1. “O que aprendeu sobre pedir permissão hoje?”
2. “Por que é importante parar se alguém disser não?”

Use cartões SIM/NÃO ou de emoção para apoiar as respostas.

Reitere: “Não significa parar. Só sim significa sim.”

ANEXO 4.2

CARTÕES SIM/NÃO

SIM

NÃO

ANEXO 4.2

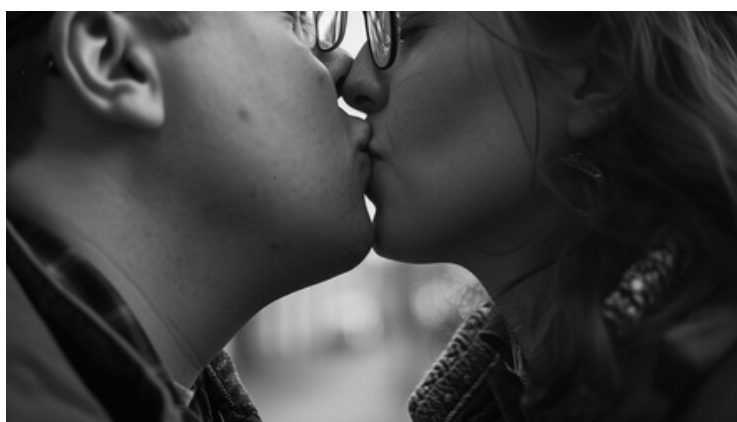
VISUAIS DE LIMITES CORPORAIS



ABRAÇO

ANEXO 4.2

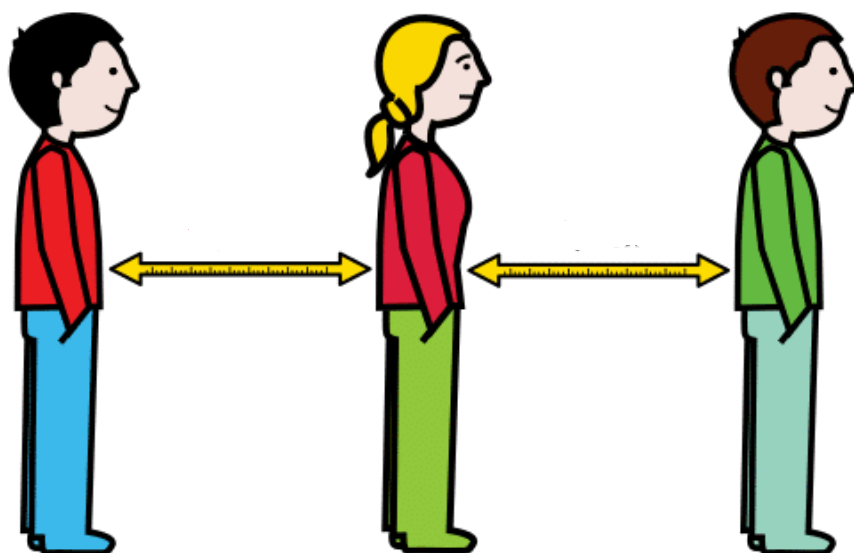
VISUAIS DE LIMITES CORPORAIS



BEIJO

ANEXO 4.2

VISUAIS DE LIMITES CORPORAIS



ESPAÇO PESSOAL

ANEXO 4.2

CARTÕES DE SUGESTÃO DE DRAMATIZAÇÃO



**UM ADOLESCENTE E UMA ADOLESCENTE
CONVERSANDO CARA A CARA, PRATICANDO
LIMITES PESSOAIS**

ANEXO 4.2

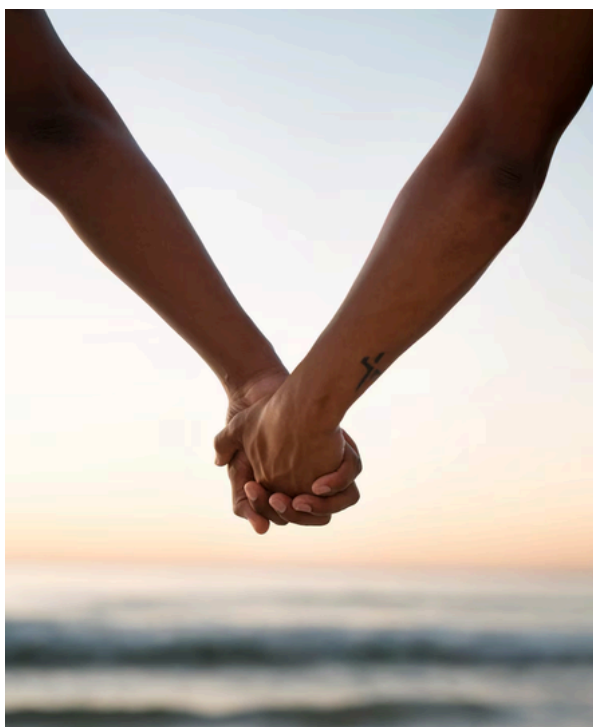
CARTÕES DE SUGESTÃO DE DRAMATIZAÇÃO



DOIS ADOLESCENTES PEDINDO UM BEIJO

ANEXO 4.2

CARTÕES DE SUGESTÃO DE DRAMATIZAÇÃO



DUAS MÃOS QUE SE AGARRAM UMA À OUTRA

ANEXO 4.2

CARTÕES DE SUGESTÃO DE DRAMATIZAÇÃO



**MENINA LEVANTANDO A MÃO PARA DIZER
NÃO**

ANEXO 4.2

CARTÕES ILUSTRADOS DE FATORES DE PRESSÃO



ÁLCOOL

ANEXO 4.2

CARTÕES ILUSTRADOS DE FATORES DE PRESSÃO



**UM ADULTO MAIS VELHO INCLINANDO-SE
SOBRE UM ADOLESCENTE MAIS NOVO**

MOSTRANDO PRESSÃO OU DESCONFORTO

ANEXO 4.2

CARTÕES ILUSTRADOS DE FATORES DE PRESSÃO

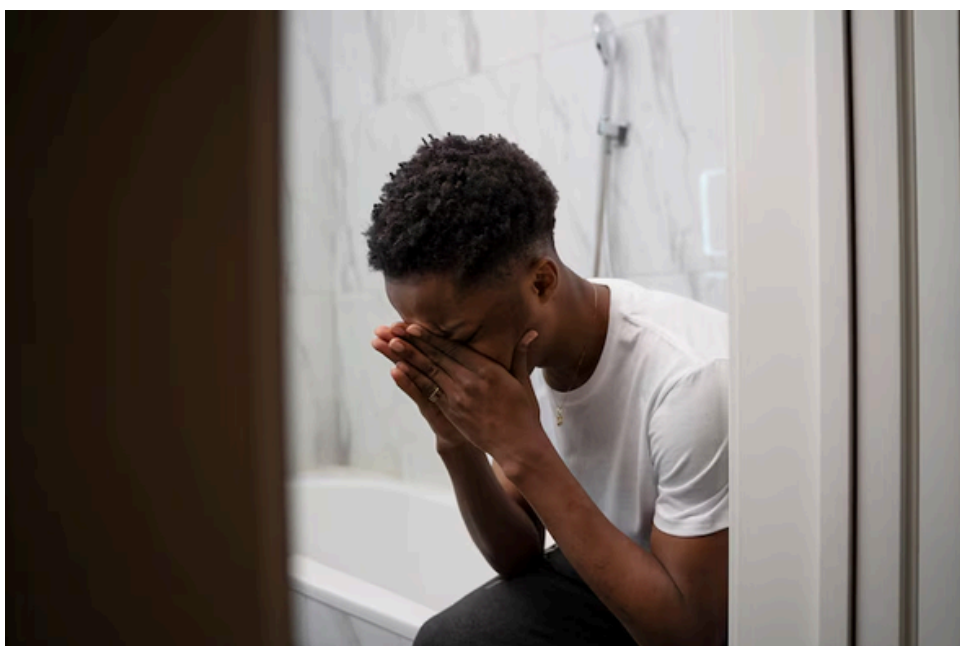


**UMA MÃO ENTREGANDO UM PRESENTE
EMBRULHADO PARA A OUTRA MÃO**

PARA REPRESENTAR A PRESSÃO SOCIAL

ANEXO 4.2

CARTÕES ILUSTRADOS DE FATORES DE PRESSÃO



UM ADOLESCENTE TRISTE A CHORAR

MOSTRANDO PRESSÃO EMOCIONAL OU
ANGUSTIA

Nome da atividade: **Vamos falar de tecnologia: como se manter seguro, inteligente e forte online**

Conceito-chave da UNESCO abordado:

4.3 Uso Seguro das Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC)

Objetivos:

1. Segurança e responsabilidade nas redes sociais:

- Entenda o que é comportamento seguro e arriscado online
- Identificar exemplos positivos e negativos de uso de media social
- Desenvolva um plano pessoal para um comportamento seguro online

2. Impacto da media sexualmente explícita

- Explore como a media molda visões irrealistas sobre corpos e relacionamentos
- Reconhecer estereótipos e mensagens prejudiciais
- Reflita sobre como a media nos faz sentir em relação a nós mesmos e aos outros

Materiais:

- Cartões de indicação visual (verde = bom, vermelho = arriscado)
- Modelos de histórias em banda desenhada ou storyboards ilustrados
- Cartas de cenário de RPG
- Planilha “Meu Plano de redes sociais”
- Notas adesivas, marcadores, papel para poster grande
- Acesso a exemplos simples de media social (capturas de tela ou aplicativos simulados)

Duração:

1. **Vermelho ou verde? (20 minutos):** Os alunos identificam e discutem comportamentos online seguros e arriscados usando dicas visuais.
2. **Meu plano de media social (15 minutos):** Cada participante cria um guia personalizado sobre o que compartilhar, evitar e como se manter seguro online.
3. **História em banda desenhada - Online vs. Vida real (15 minutos):** Pequenos grupos ilustram a lacuna entre as representações da media e as expectativas da vida real.
4. **Mural de reflexão - “Eu sou real” (10 minutos):** os indivíduos expressam e celebram suas principais conclusões e sentimentos em post-its para compartilhamento em grupo.

Número de participantes:

Esta atividade foi projetada para 3 a 12 participantes, que serão divididos em pequenos grupos de três.

Instruções:

- 1. Vermelho ou verde? (20 min):** Os participantes veem cenários ilustrados de media social e votam com cartões verdes/vermelhos para rotular cada um como seguro ou arriscado, seguido de uma discussão em grupo em linguagem simples e de apoio.
- 2. Meu plano de media social (15 min):** Individualmente, os alunos preenchem uma planilha visual para decidir o que compartilhar, o que evitar, como reagir se se sentirem desconfortáveis e um novo hábito de segurança para começar.
- 3. História em banda desenhada - Online vs. Vida real (15 min):** Em pequenos grupos, os alunos usam modelos ou desenhos para contrastar as expectativas mostradas na media (corpos perfeitos, romance) com as necessidades da vida real (corpos diversos, consentimento).
- 4. Mural de Reflexão - "Eu Sou Real" (10 min):** Cada aluno escreve ou desenha uma lição importante num post-it e a adiciona ao poster "Eu Sou Real"; o grupo então comemora e discute essas ideias.

1. Vermelho ou verde? (Compreendendo o uso seguro das redes sociais): 20 min

Método: Criação de pequenos grupos.

Apresente situações reais de media social ilustradas ou simplificadas no quadro ou por meio de cartões.

Os alunos votam usando cartões verdes ou vermelhos (ou imagens de rostos felizes/tristes) para dizer se a situação é segura ou arriscada.

Discuta cada um deles em conjunto, usando linguagem simples e exemplos de apoio.

✓ Exemplos:

Compartilhar a localização da sua escola (vermelho) Postar um comentário gentil (verde) Aceitar uma mensagem de um estranho (vermelho) Pedir ajuda quando alguém é maldoso online (verde)

2: Meu Plano de Redes Sociais: 15 min

Método: Atividade individual com apoio do instrutor

Os alunos preenchem uma planilha visual:

"O que devo compartilhar" vs. "O que não devo compartilhar"

"O que fazer se algo me deixa desconfortável online"

"Uma coisa que começarei a fazer online para me manter seguro"

Dica: inclua pictogramas, respostas de múltipla escolha e espaços para desenhos ou escrita simples.

3. História em Banda Desenhada - Expectativas Online e da Vida Real: 15 min

Método: Criação de pequenos grupos

Introduza a ideia de que alguns vídeos ou fotos on-line (especialmente os sexuais) não mostram a vida real.

Em grupos, os alunos desenharam ou usam imagens para completar uma história em banda desenhada de 2 painéis:

Painel 1: O que a media mostra (por exemplo, corpo perfeito, cena romântica)

Painel 2: Como é a vida real (por exemplo, corpos diferentes, necessidade de consentimento)

Use modelos pré-desenhados, se necessário, e apoie com cartões de exemplo.

Debriefing: Muro de Reflexão - "Eu Sou Real" (15 min)

Método: Reflexão pessoal e partilha em grupo

Os alunos escrevem ou desenharam uma mensagem num post-it sobre o que aprenderam ou sentiram.

Cole-os num poster de parede "Eu Sou Real".
Os instrutores leram algumas em voz alta, celebrando as ideias.

Dicas do instrutor para acessibilidade: use recursos visuais e fontes fáceis de ler (por exemplo, Arial ou Comic Sans)

- Leia todas as instruções em voz alta e verifique a compreensão
- Repita os termos-chave com frequência (seguro, respeito, real, sentimentos)
- Use um tom calmo e elogios frequentes
- Incentivar a participação através do movimento (votação, desenho), não apenas da escrita

Extensão opcional

- Convide os alunos a criar um poster de segurança digital para sua sala de aula
- Pratique uma dramatização: "O que eu faria se...?" (por exemplo, "alguém pede uma foto")

ANEXO 4.3. A

VERMELHO OU VERDE

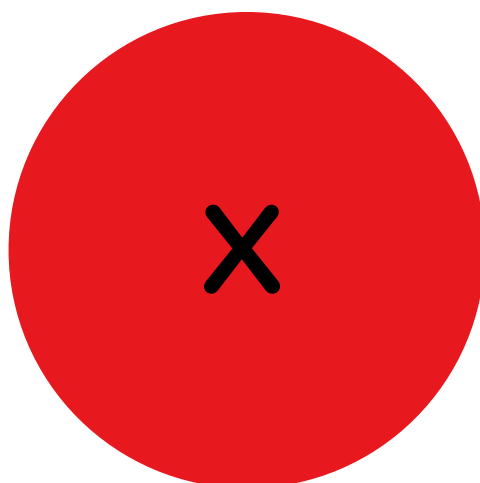
1. Compartilhando a localização da sua escola (vermelho)
2. Postando um comentário gentil (verde)
3. Aceitando uma mensagem de um estranho (vermelho)
4. Pedir ajuda quando alguém é maldoso online (verde)

ANEXO 4.3. A

VERMELHO OU VERDE

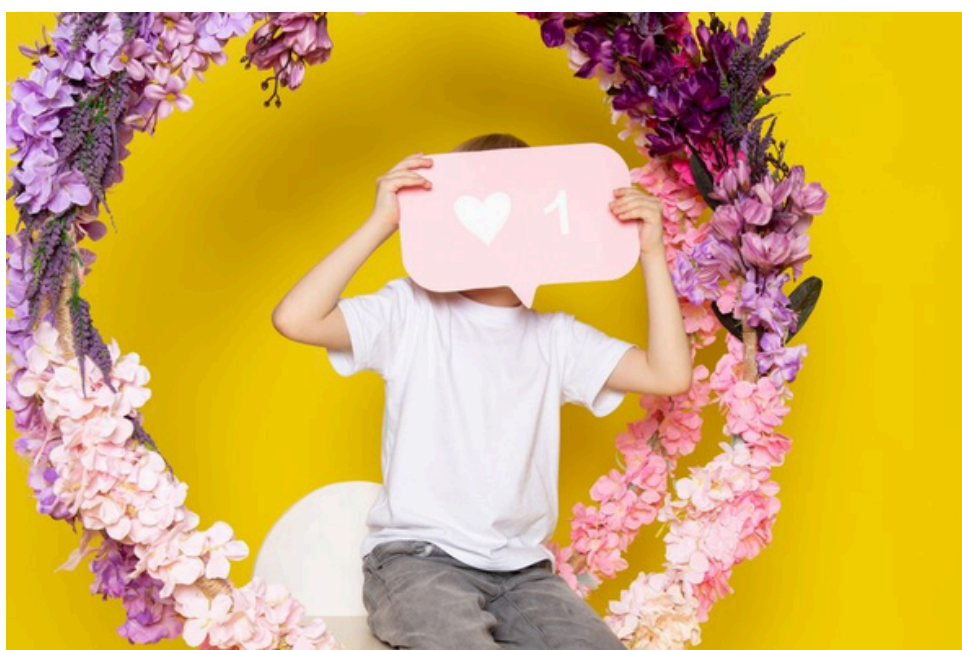


Compartilhando localização
(vermelho)

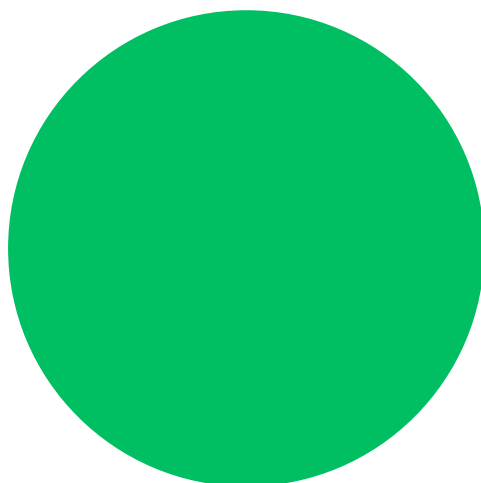


ANEXO 4.3. A

VERMELHO OU VERDE



Postando um comentário
gentil

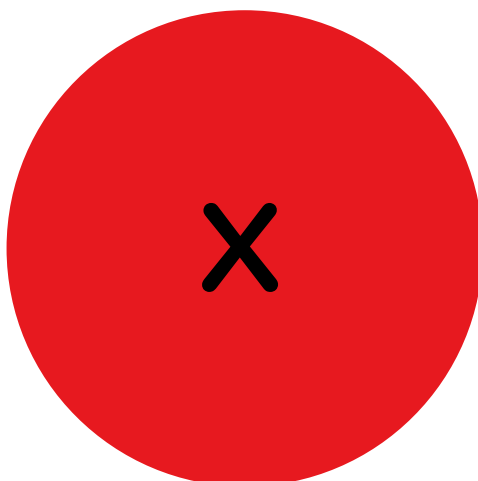


ANEXO 4.3. A

VERMELHO OU VERDE



Aceitando uma mensagem de um
estranho



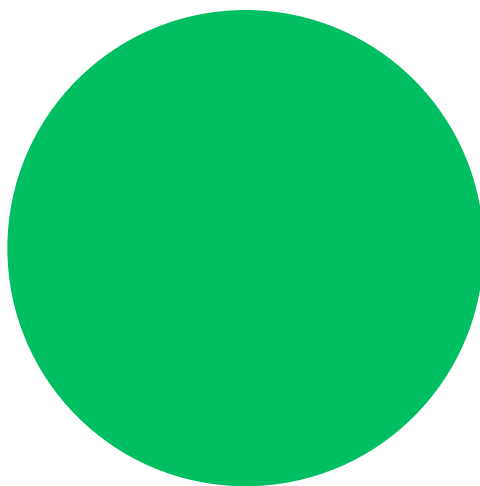
ANEXO 4.3. A

VERMELHO OU VERDE



Pedindo ajuda

Pedir ajuda quando alguém é maldoso online



ANEXO 4.3. A

O QUE DEVO COMPARTILHAR

SIM



Só o meu primeiro nome
Um comentário gentil na publicação de um amigo (por exemplo, "Ótimo trabalho!" ou " parece feliz!")
Um hobby ou interesse (por exemplo, "Eu adoro desenhar", "Eu jogo futebol")
Uma foto do meu animal de estimação ou da natureza (flores, árvores, etc.)
Pensamentos ou citações positivas (por exemplo, "Seja mesmo" ou "Mantenha-se forte")

NÃO



Meu nome completo, endereço ou número de telefone
Nome da escola, localização ou foto da sala de aula
Senhas ou informações de login
Fotos corporais privadas ou qualquer coisa sexual
Mensagens de estranhos, especialmente se eles pedirem para se encontrar ou quiserem fotos
Comentários maldosos ou intimidadores sobre outras pessoas

ANEXO 4.3. A

O QUE DEVO COMPARTILHAR

✓ O que DEVO compartilhar online (seguro e positivo)

Somente meu primeiro nome

Um comentário gentil na publicação de um amigo (por exemplo, "Ótimo trabalho!" ou " parece feliz!")

Um hobby ou interesse (por exemplo, "Eu adoro desenhar", "Eu jogo futebol")

Uma foto do meu animal de estimação ou da natureza (flores, árvores, etc.)

Pensamentos ou citações positivas (por exemplo, "Seja mesmo" ou "Mantenha-se forte")

✗ O que NÃO DEVO compartilhar on-line (inseguro ou privado)

Meu nome completo, endereço ou número de telefone

Nome da escola, localização ou foto da sala de aula

Senhas ou informações de login

Fotos corporais privadas ou qualquer coisa sexual

Mensagens de estranhos, especialmente se eles pedem para se encontrar ou querem fotos

Comentários maldosos ou intimidadores sobre outras pessoas

ANEXO 4.3. A

O QUE DEVO COMPARTILHAR

SIM



NÃO



ANEXO 4.3. A

HISTÓRIAS EM BANDA DESENHADA

Painel 1: “O que a media mostra”

- Uma garota com pele perfeita e corpo esbelto no Instagram
- Um casal romântico se beijando sem falar primeiro
- Um homem sem camisa e com músculos num videoclipe
- Uma cena de festa onde todos parecem “legais” e sedutores

Painel 2: “Como é a vida real”

- Pessoas com todos os tipos de corpos: altos, baixos, grandes, com acne, estrias
- Pessoas dizendo: “Posso te abraçar?” → Destacar consentimento
- Um casal de verdade rindo de pijama
- Uma pessoa falando com outra sobre se sentir nervosa ou insegura

“O Efeito Photoshop” - Projeto Dove de Autoestima

<https://www.youtube.com/watch?v=iYhCn0jf46U>

(Use com discussão: “Isso é vida real?”)

ANEXO 4.3. A

HISTÓRIAS EM BANDA DESENHADA



Nome da atividade: **"Pense - Fale - Decida: Fazendo Escolhas Seguras e Inteligentes"**

Conceito-chave da UNESCO abordado:

5. Habilidades para saúde e bem-estar

Objetivos:

- Tome decisões responsáveis apesar da pressão dos colegas ou da influência da mídia.
- Entenda as consequências das decisões sexuais (sociais, legais, emocionais).
- Pratique dizer o que eles querem ou não querem (consentimento).
- Identifique mensagens prejudiciais da mídia e desafie estereótipos.
- Identifique onde e como obter ajuda, com segurança e confiança

Materiais:

- Cartões SIM/NÃO/NÃO TENHO CERTEZA
- Cartas de rosto com emoções (feliz, triste, preocupado, bravo)
- Cartões de imagem de media (estereotipados vs. realistas)
- Cartões de símbolos de comunicação (falar, parar, perguntar, ajudar)
- Cartões de cenário ilustrado (mostrando pressão dos colegas, recusa, busca de ajuda)
- Um “Mapa de Ajuda” impresso (gráfico visual de pessoas/serviços confiáveis)

Duração:

- Discussão de aquecimento (10 min): exploramos as influências – amigos, media, autoridade – que tornam mais fácil ou mais difícil dizer não.
- Cenários de dramatização (15 min): Praticamos a escolha de respostas seguras (falar, parar, perguntar, ajudar) ao enfrentar a pressão dos colegas.
- Verificação da media (10 min): Comparamos o comportamento respeitoso da vida real com mensagens da media baseadas em estereótipos.
- Círculo de Prática de Comunicação (15 min): Ensaíamos frases claras de “Sim/Não” e de busca de ajuda com linguagem corporal confiante.
- Criação do Mapa de Ajuda (10 min): Identificamos e visualizamos adultos confiáveis e locais seguros onde os alunos podem buscar apoio.

Número de participantes:

Projetado para 2 a 10 participantes para garantir suporte personalizado, envolvimento ativo e aprendizagem eficaz num ambiente de grupo pequeno.

Instruções:

- **Discussão de aquecimento (10 min):** identifica quais influências tornam difícil ou fácil dizer não.
- **Cenários de dramatização (15 min):** Pratica respostas seguras à pressão dos colegas usando “conversar”, “parar”, “perguntar” ou “ajudar”.
- **Verificação de media (10 min):** Compara comportamento respeitoso da vida real com imagens de media baseadas em estereótipos.
- **Círculo de Prática de Comunicação (15 min):** Ensaia frases claras de recusa e de busca de ajuda com linguagem corporal confiante.
- **Criação do Mapa de Ajuda (10 min):** Visualiza adultos confiáveis e lugares seguros onde os alunos podem recorrer para obter apoio.

1. Discussão de aquecimento - O que afeta nossas escolhas? (10 minutos)

Use pictogramas: amigos, telefone, media, pessoas mais velhas, sentimentos

Pergunte: “O que torna difícil dizer não?”

Os alunos levantam cartões SIM/NÃO para mostrar o que torna as escolhas mais fáceis ou mais difíceis.

2. Dramatização com Cenários Ilustrados – Pressão dos Colegas vs. Escolha Segura (15 minutos)

Use cartas com cenas como:

- Ser pressionado a ter um relacionamento
- Dizer não e ir embora
- Conversando com um amigo que respeita o consentimento

Os alunos escolhem um cartão de resposta:

● Falar / ● Parar / ● Perguntar / ● Ajudar

O treinador conduz a discussão usando cartões de sentimentos e fala sobre cada decisão.

3. Verificação da media – O que é real? (10 minutos)

Mostrar 2 cartões de imagens de media contrastantes:

- Um mostrando estereótipos de género (por exemplo, “meninos sempre querem sexo”)
- Um que demonstra comportamento respeitoso e diversidade

Perguntar:

- “Isso é respeitoso?”
- “Isso acontece na vida real?”
- Os alunos colocam adesivos no lado “Positivo” ou “Inútil” de um gráfico.

4. Círculo de Prática de Comunicação – (15 minutos)

Os alunos sentam-se em círculo com cartões de comunicação.

Cada um pratica:

- Dizendo o que querem (“Não quero beijar”)
- Dizer não (“Por favor, pare”)
- Pedindo ajuda (“Posso falar com?”)

Incentive todos a usar um tom claro e uma linguagem corporal confiante.

Dê suporte aos alunos não verbais com cartões de gestos ou símbolos.

Debriefing: Criação de Mapa de Ajuda - Onde posso obter ajuda? (10 minutos)

- Crie um poster de grupo com:
Fotos de adultos seguros (médico, professor, pai, linha de apoio)
Locais para ir (clínica, secretaria da escola, serviços online)

- Os alunos colocam adesivos ao lado de pessoas em quem confiam.

O instrutor modela frases como:

- 👉 “Preciso de ajuda.”
- 👉 “Podemos conversar em particular?”

✓ Dicas do treinador:

- Tranquilize: “Não há problema em fazer perguntas e dizer não.”
- Repita os termos-chave visualmente e verbalmente
- Permitir escolhas na participação para respeitar os níveis de conforto
- Faça um acompanhamento individual caso um aluno pareça preocupado

ANEXO 5

**CARTÕES SIM / NÃO / NÃO
TENHO CERTEZA**

SIM

NÃO

?

NÃO TENHO A CERTEZA

ANEXO 5

CARTAS DE EMOÇÃO COM ROSTO



FELIZ

ANEXO 5

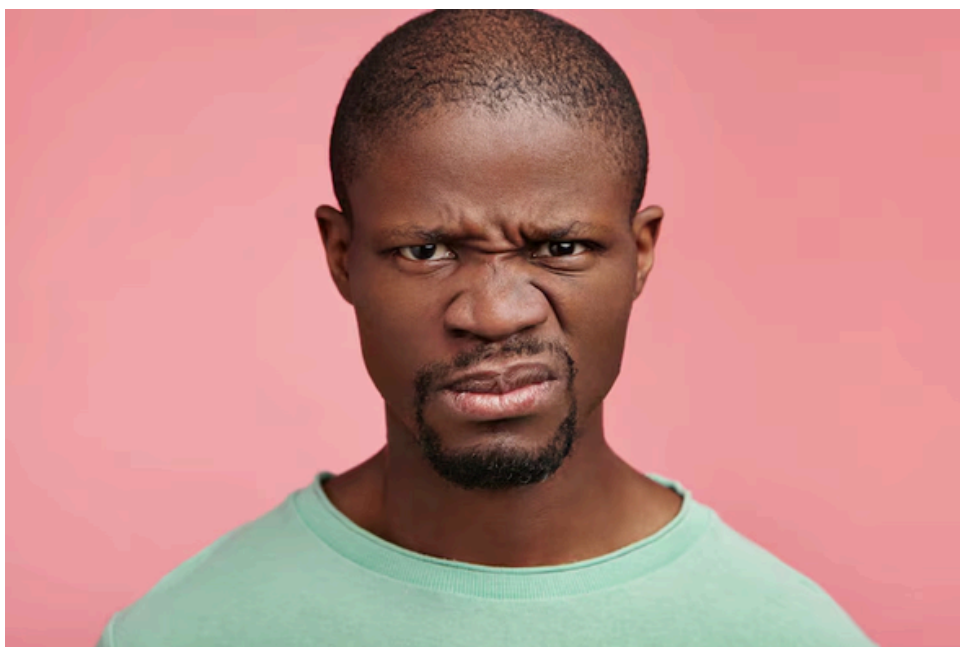
CARTAS DE EMOÇÃO COM ROSTO



TRISTE

ANEXO 5

CARTAS DE EMOÇÃO COM ROSTO



IRRITADO

ANEXO 5

CARTAS DE EMOÇÃO COM ROSTO



PREOCUPADO

ANEXO 5

CARTÕES DE IMAGEM DE MEDIA (ESTEREOTIPADOS VS. REALISTAS)



CASAL ROMÂNTICO IRREALISTA NA MEDIA: MENINO SEGURANDO PRESENTES, MENINA PARECENDO SURPRESA

ANEXO 5

CARTÕES DE IMAGEM DE MEDIA (ESTEREOTIPADOS VS. REALISTAS)



**CASAI DA VIDA REAL
CONVERSANDO E SORRINDO,
LINGUAGEM CORPORAL IGUAL,
RESPEITO**

ANEXO 5

CARTÕES DE IMAGEM DE MEDIA (ESTEREOTIPADOS VS. REALISTAS)



O LADO ESQUERDO MOSTRA O ESTEREÓTIPO DE GÊNERO DE UM MENINO AGINDO DE FORMA DOMINANTE E UMA MENINA AGINDO DE FORMA PASSIVA, O LADO DIREITO MOSTRA UM COMPORTAMENTO IGUALMENTE RESPEITOSO,

ANEXO 5

CARTÕES DE SÍMBOLOS DE COMUNICAÇÃO



ANEXO 5

CARTÕES DE SÍMBOLOS DE COMUNICAÇÃO



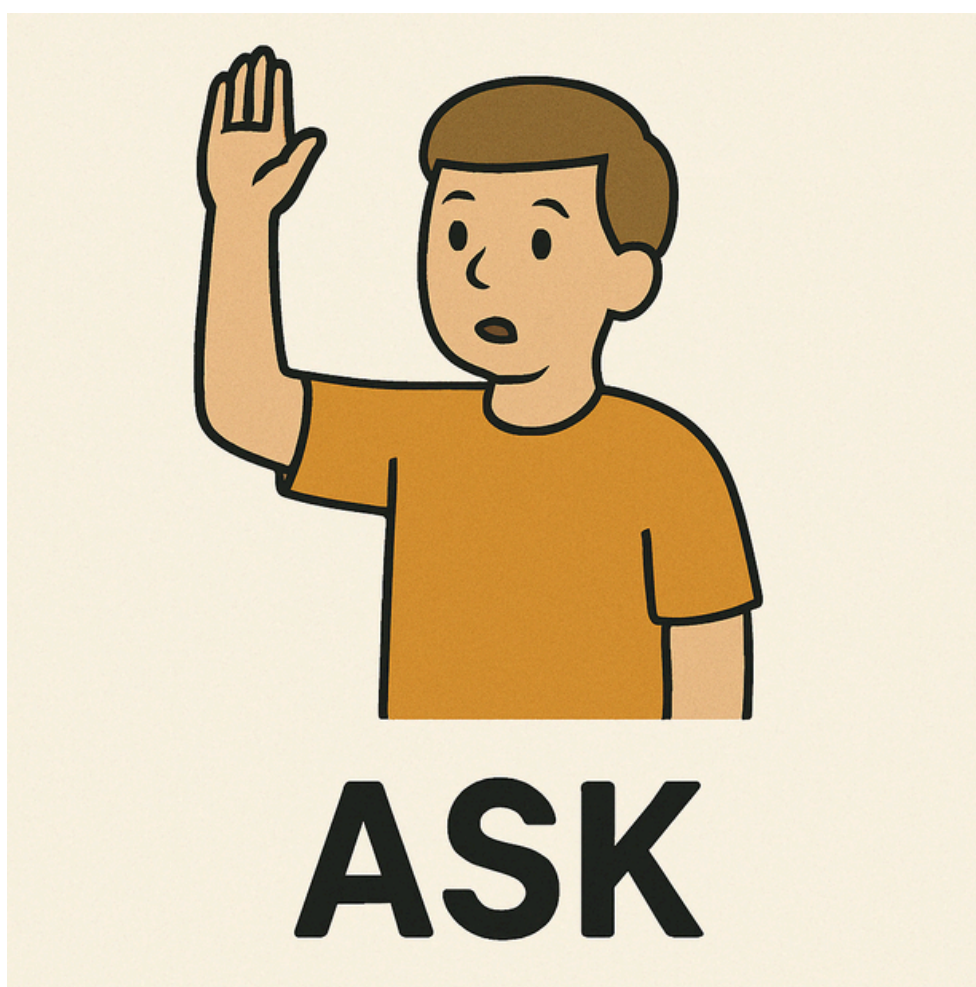
ANEXO 5

CARTÕES DE SÍMBOLOS DE COMUNICAÇÃO



ANEXO 5

CARTÕES DE SÍMBOLOS DE COMUNICAÇÃO



ANEXO 5

CARTÕES DE CENÁRIO DE IMAGEM



PRESSÃO DOS COLEGAS

ANEXO 5

CARTÕES DE CENÁRIO DE IMAGEM



**ADOLESCENTE DIZENDO NÃO E AFASTANDO-SE DE UM
COLEGA - SITUAÇÃO DE RECUSA**

ANEXO 5

CARTÕES DE CENÁRIO DE IMAGEM



**ADOLESCENTE CONVERSANDO COM UM ADULTO DE
CONFIANÇA (PROFESSOR, ENFERMEIRO, PAI) - SITUAÇÃO
DE PROCURA DE AJUDA, AMBIENTE SEGURO**

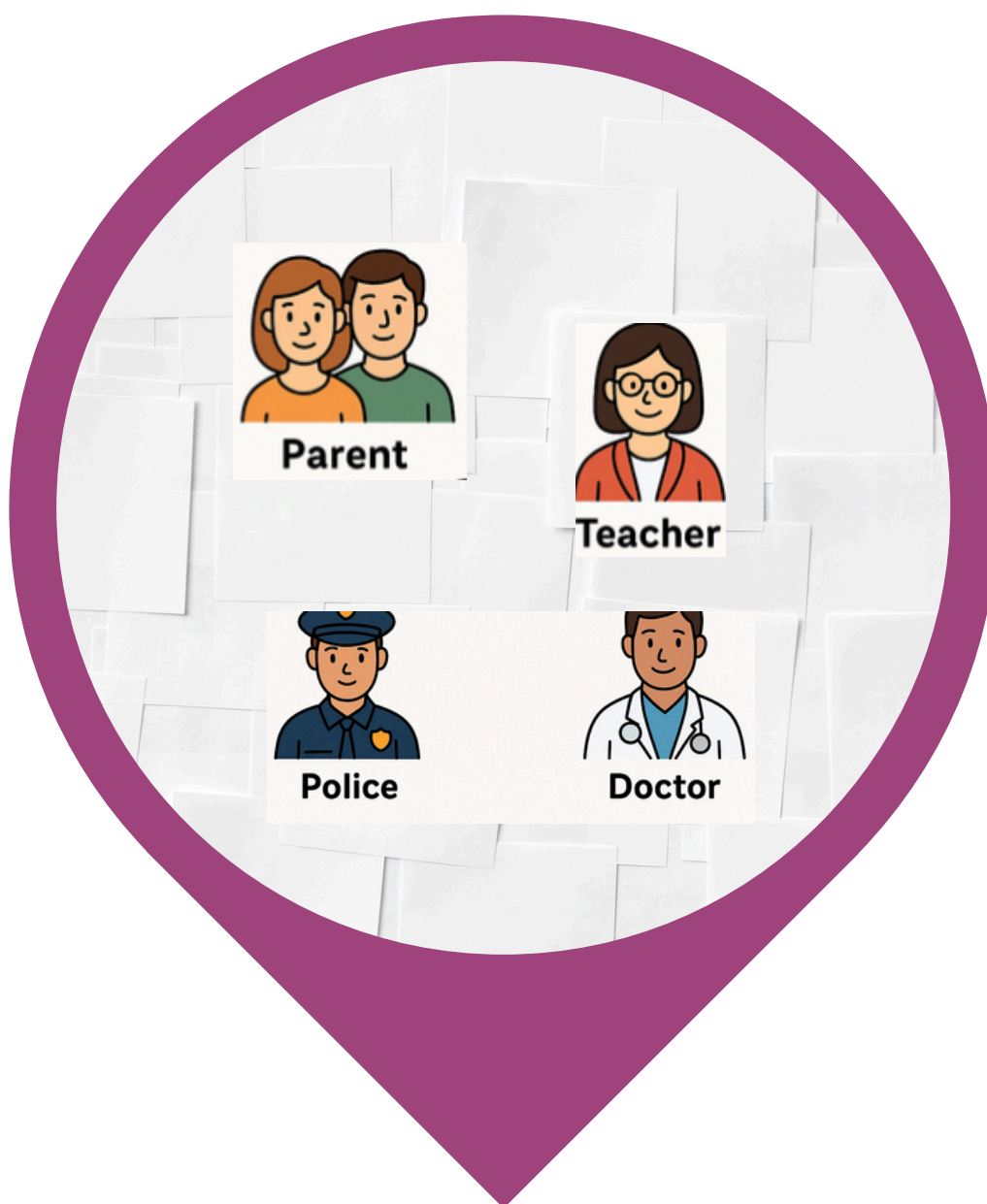
ANEXO 5

MAPA DE AJUDA



ANEXO 5

EXEMPLO DE MAPA DE AJUDA



Nome da atividade: Meu Corpo Fala

Conceito-chave da UNESCO abordado:

7. Sexualidade e Comportamento Sexual

Objetivos:

- **Objetivo 1:** Apoiar pessoas com deficiência intelectual na compreensão do conceito de sexo, do ciclo de vida sexual e de diferentes aspetos da sexualidade, tanto pessoalmente quanto em relação aos outros.
- **Objetivo 2:** Ajudar os indivíduos a reconhecer o seu próprio comportamento e respostas sexuais e os dos outros, bem como a importância da comunicação e do consentimento nos relacionamentos sexuais, garantindo que eles entendam a necessidade de respeitar os limites pessoais e se sintam confortáveis para expressar os seus desejos.
- **Objetivo 3:** Promover a aceitação da diversidade sexual e das diferentes formas de expressão sexual, garantindo a igualdade e o respeito nas relações afetivas e sexuais.

Materiais:

- Computador e projetor para exibir os pictogramas.
- Ícones impressos e plastificados das emoções básicas (alegria, tristeza, raiva e medo): conjuntos dos quatro para cada participante. Usados na primeira atividade.

Duração: Esta atividade de 1 hora está estruturada em duas sessões para atingir eficazmente os objetivos propostos.

A primeira sessão, "O Mundo da Sexualidade" (20 minutos), se concentra em ajudar os participantes a entender o ciclo de vida sexual e vários aspectos da sexualidade, tanto pessoalmente quanto em relação aos outros.

A segunda sessão, "Meu Corpo Reage" (25 minutos), orienta os indivíduos a reconhecer os seus próprios comportamentos e respostas sexuais e os dos outros, enfatizando a importância da comunicação e do consentimento nos relacionamentos sexuais, bem como a necessidade de respeitar os limites pessoais e expressar confortavelmente os seus desejos.

Juntas, essas sessões promovem a aceitação da diversidade sexual e das diferentes formas de expressão sexual, fomentando a igualdade e o respeito nas relações afetivas e sexuais.

Por fim, o Debriefing (15 minutos) é um debate aberto com perguntas para avaliar a compreensão dos participantes sobre os conceitos abordados, permitindo o esclarecimento de dúvidas e o reforço de aprendizados-chave relacionados à diversidade sexual, expressão emocional e respeito aos limites pessoais e dos outros.

Número de participantes:

A atividade foi projetada para grupos de 2 a 10 participantes, permitindo um suporte personalizado e garantindo que cada indivíduo possa se envolver plenamente e atingir os objetivos de acordo com suas habilidades. Trabalhar com um grupo menor promove maior interação, facilita a participação significativa e promove um ambiente de aprendizagem mais eficaz.

Instruções: Esta atividade foi elaborada para garantir a concretização dos seus objetivos através de três momentos-chave.

A primeira sessão, "O Mundo da Sexualidade" (20 minutos), apresenta aos participantes o conceito de sexo, o ciclo de vida sexual e as mudanças que ocorrem no corpo ao longo do tempo, usando pictogramas e explicações simples.

A segunda sessão, "Meu Corpo Reage" (25 minutos), concentra-se na identificação de comportamentos e respostas sexuais, explorando como o corpo e as emoções reagem em diferentes situações, bem como a importância da comunicação e do consentimento.

1. O Mundo da Sexualidade

Nesta primeira sessão, o facilitador projetará dois pictogramas representando a silhueta de um corpo humano, cada um acompanhado por um órgão sexual reprodutor (um feminino e um masculino), idênticos aos utilizados na atividade anterior. Os participantes serão lembrados, juntamente com os outros pictogramas, como explicado anteriormente, de que esses órgãos sexuais não determinam a identidade de género de uma pessoa, mas sim o seu sexo, visto que sua função e estrutura são determinadas principalmente por fatores biológicos, como genética e evolução.

O facilitador também destacará que existem diferentes tipos de sexualidade e que cada pessoa pode sentir atração de maneiras diferentes. Algumas pessoas se sentem atraídas apenas pelo sexo oposto (heterossexualidade), outras apenas pelo mesmo sexo (homossexualidade), enquanto algumas se sentem atraídas por pessoas do mesmo sexo e do sexo oposto (bissexualidade) ou por pessoas independentemente do género (pansexualidade). Além disso, há aqueles que não sentem atração sexual (assexualidade). Todas essas orientações fazem parte da diversidade humana e cada uma é válida, merecendo respeito e inclusão.

O facilitador também esclarecerá que eles são chamados de "órgãos sexuais reprodutores" porque sua principal função é a reprodução, tópico que será abordado na próxima atividade. Além disso, o facilitador, para explicar que o corpo se desenvolve ao longo da vida, causando mudanças no corpo e nos sentimentos, mencionará o "ciclo de vida sexual": o processo no qual um organismo passa da incapacidade de se reproduzir para a capacidade plena de fazê-lo e, em seguida, para o declínio dessa capacidade com a idade. Esse ciclo inclui fases como puberdade, idade adulta e velhice. Durante essa explicação, o facilitador mostrará imagens ou pictogramas das fases da vida.

Esta sessão terá duração de 20 minutos e ajudará os participantes a entender o conceito de sexo, que é determinado pelos órgãos sexuais reprodutivos, bem como o ciclo de vida sexual e as mudanças que esses órgãos produzem.

2. O meu corpo reage

Como uma ligação para a sessão anterior, o facilitador explicará aos participantes que o sistema reprodutivo não tem apenas uma função biológica, mas também está relacionado a diferentes ações e reações que podem desencadear várias emoções, tanto positivas quanto negativas.

Para ilustrar isso, serão apresentados pictogramas ou imagens adaptados ao nível de compreensão dos participantes, representando situações envolvendo diferentes casais. Nessas imagens, podem ser observadas diversas ações e reações, que podem ocorrer tanto com pessoas conhecidas quanto com estranhos, no contexto de relacionamentos românticos ou afetivos. O facilitador explicará que essas emoções podem surgir quando eles veem ou estão perto de alguém de quem gostam e por quem se sentem fisicamente atraídos, ou quando alguém os toca sem permissão, causando sentimentos agradáveis ou desagradáveis.

Serão apresentados pictogramas ou imagens representando ações e reações positivas e negativas, e o facilitador os explicará claramente. Será enfatizado que, nesses momentos, as pessoas podem sentir vontade de tocar diferentes partes do corpo, como mãos, rosto, peito ou áreas íntimas.

Após cada imagem, o facilitador perguntará aos participantes o que eles acham que as pessoas na imagem estão sentindo. Para fundamentar suas respostas, cada participante receberá um conjunto de quatro emoções básicas (usadas anteriormente na última sessão da primeira atividade). Com a ajuda do facilitador, e individualmente, se necessário, os participantes levantarão ou apontarão para o ícone de emoção que acreditam ser mais adequado.

Em seguida, o facilitador apresentará de forma interativa o "Carrossel do Prazer", explicando que, quando as pessoas estão sozinhas ou com alguém de quem gostam e desejam compartilhar momentos íntimos, podem experimentar sensações de prazer e bem-estar. Isso pode ocorrer ao beijar, tocar os genitais ou ter relações sexuais, lembrando que esta última é comumente chamada de "sexo". O facilitador descreverá as diferentes etapas desse processo: desejo, excitação, orgasmo, ejaculação e relaxamento, explicando cada etapa de forma simples e clara. Indicando especificamente que os sintomas são especialmente perceptíveis nos órgãos sexuais, como a ereção peniana ou a ejaculação vaginal, que serão mostrados com dois pictogramas.

Para concluir, o facilitador enfatizará a importância do consentimento. Ele explicará que qualquer pessoa que queira tocá-los deve sempre pedir permissão primeiro, e que é essencial que se sintam confortáveis em dizer "sim" ou "não" em qualquer situação. Também será destacado que, caso se sintam desconfortáveis ou inseguros, devem comunicar isso à pessoa envolvida ou a alguém em quem confiam no ambiente.

Esta sessão durará 25 minutos e ajudará os participantes a identificar respostas e comportamentos sexuais, entender a diversidade da sexualidade, a importância da comunicação para o consentimento e como estabelecer limites em situações que os deixam desconfortáveis.

Debriefing: Para concluir a atividade e avaliar se os participantes compreenderam os conceitos abordados, num período de 15 minutos, o facilitador fará uma série de perguntas abertas. Caso os participantes precisem de apoio para responder, o facilitador poderá orientá-los usando os ícones de emoção como recursos visuais. Além disso, caso o facilitador perceba sinais de confusão, ele esclarecerá as informações de forma simples para garantir uma melhor compreensão.

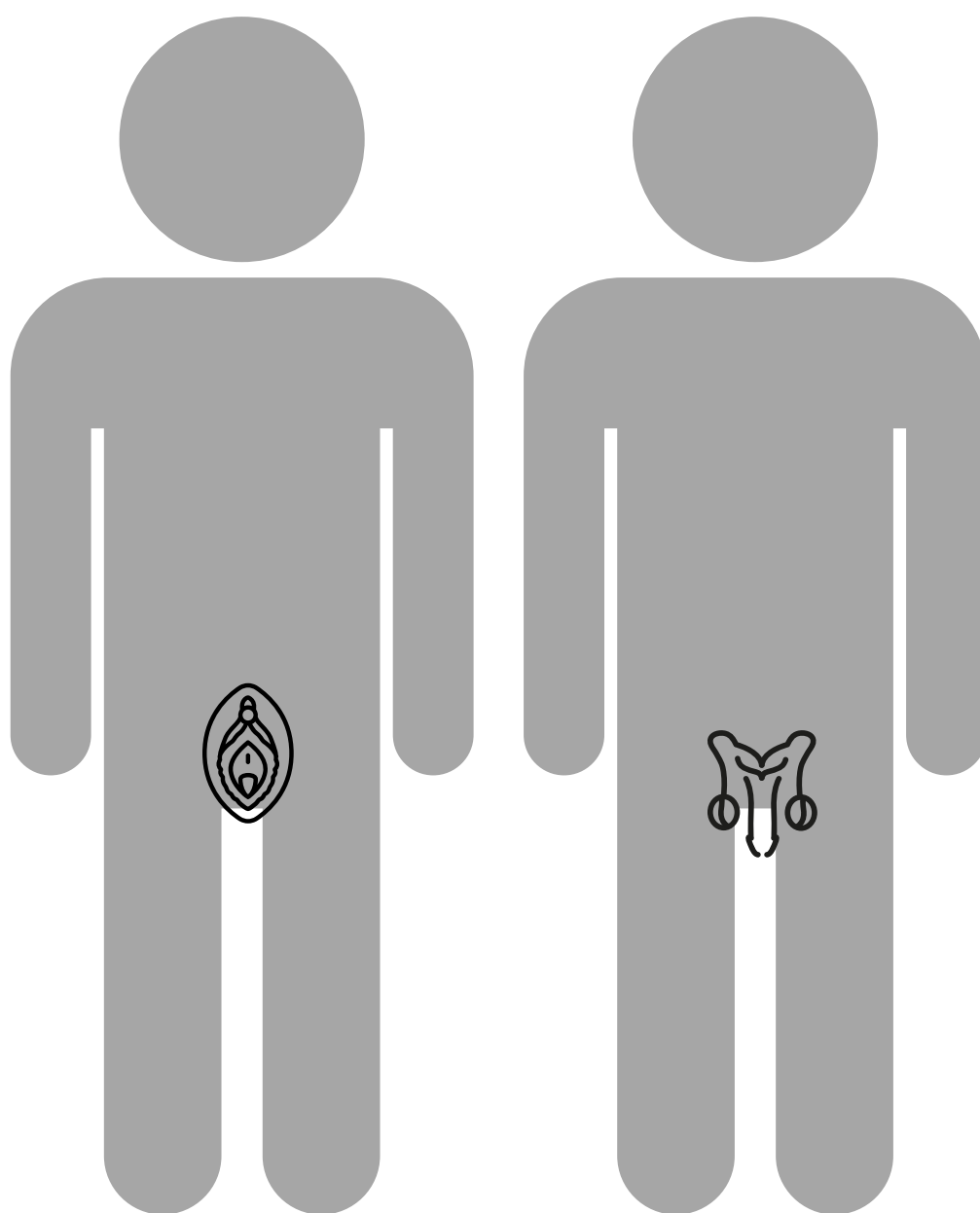
- O que é sexo?
- Você se lembra de alguma mudança no corpo que acontece à medida que crescemos?
- Como você se sente quando alguém de quem você gosta toca em você com sua permissão?
- Como você se sente quando alguém toca em você sem pedir permissão?
- O que você pode fazer se alguém tocar em você e você não gostar ou não quiser?

Anexo:

- Materiais para as sessões:
https://drive.google.com/file/d/1En9PJCYvt4CWUxAAAbEnRc1EXmkwpP3XO/view?usp=drive_link

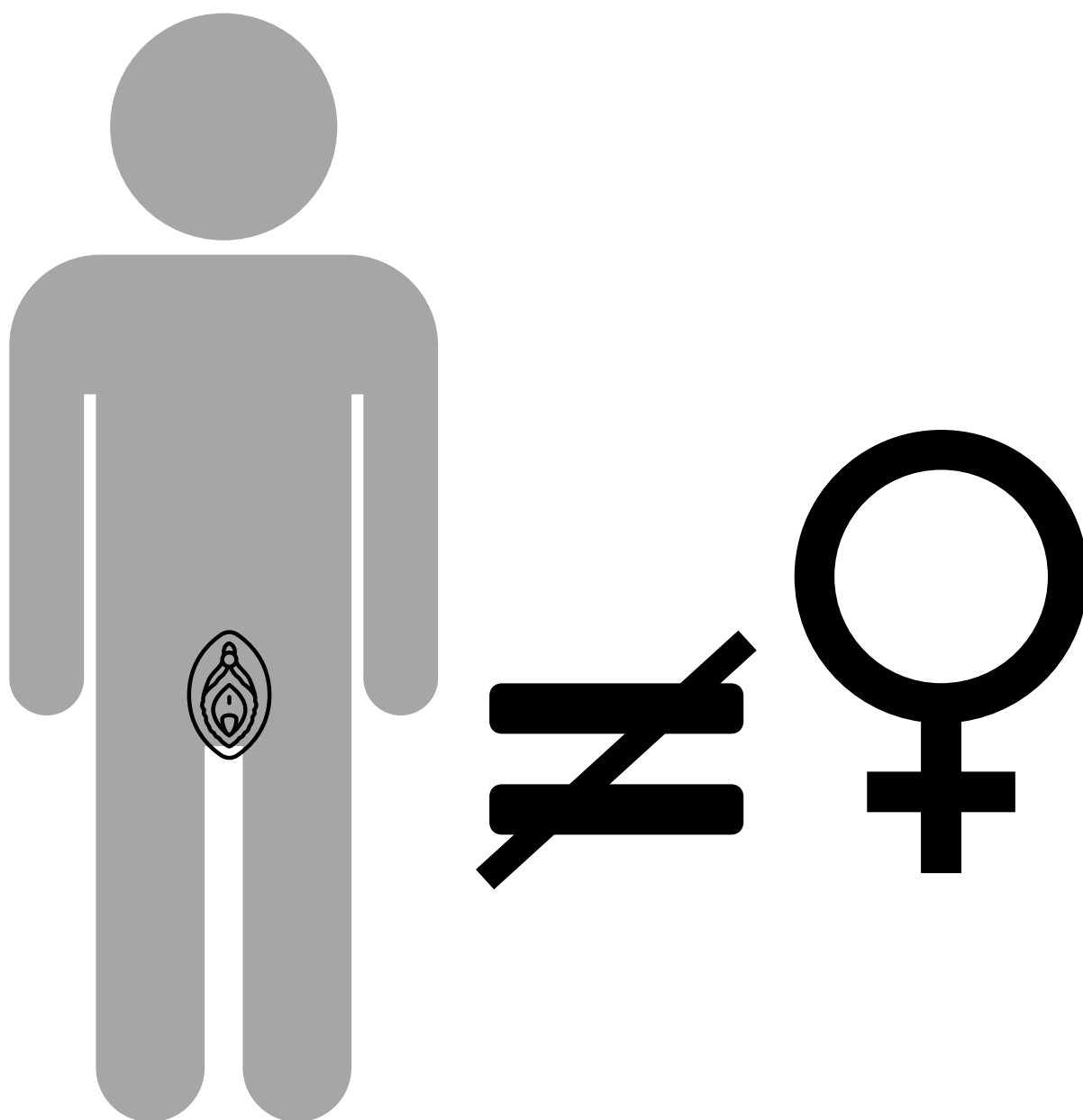
ANEXO 7

SESSÃO 1: SEXO VS GÊNERO



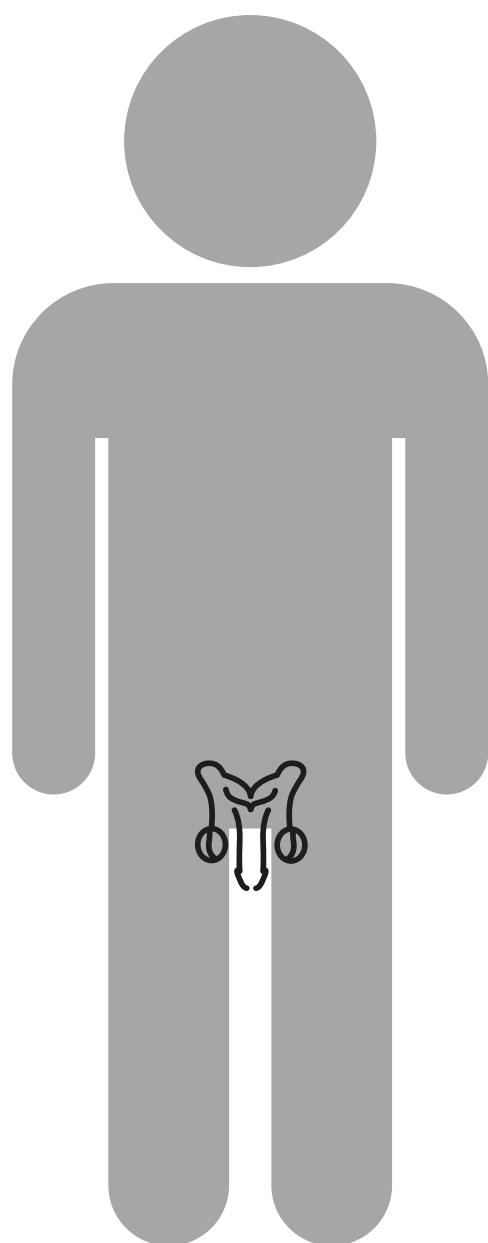
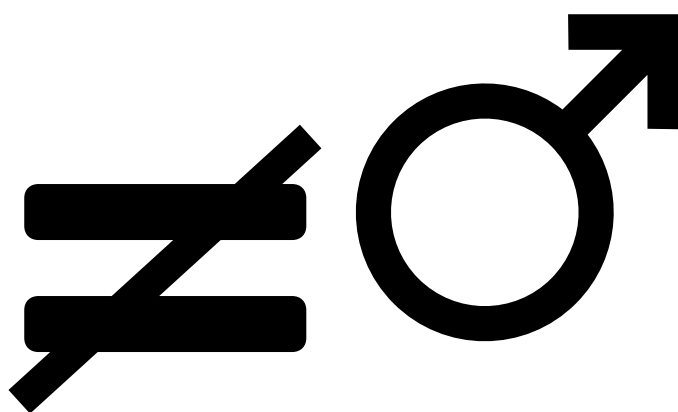
ANEXO 7

SESSÃO 1: SEXO VS GÊNERO



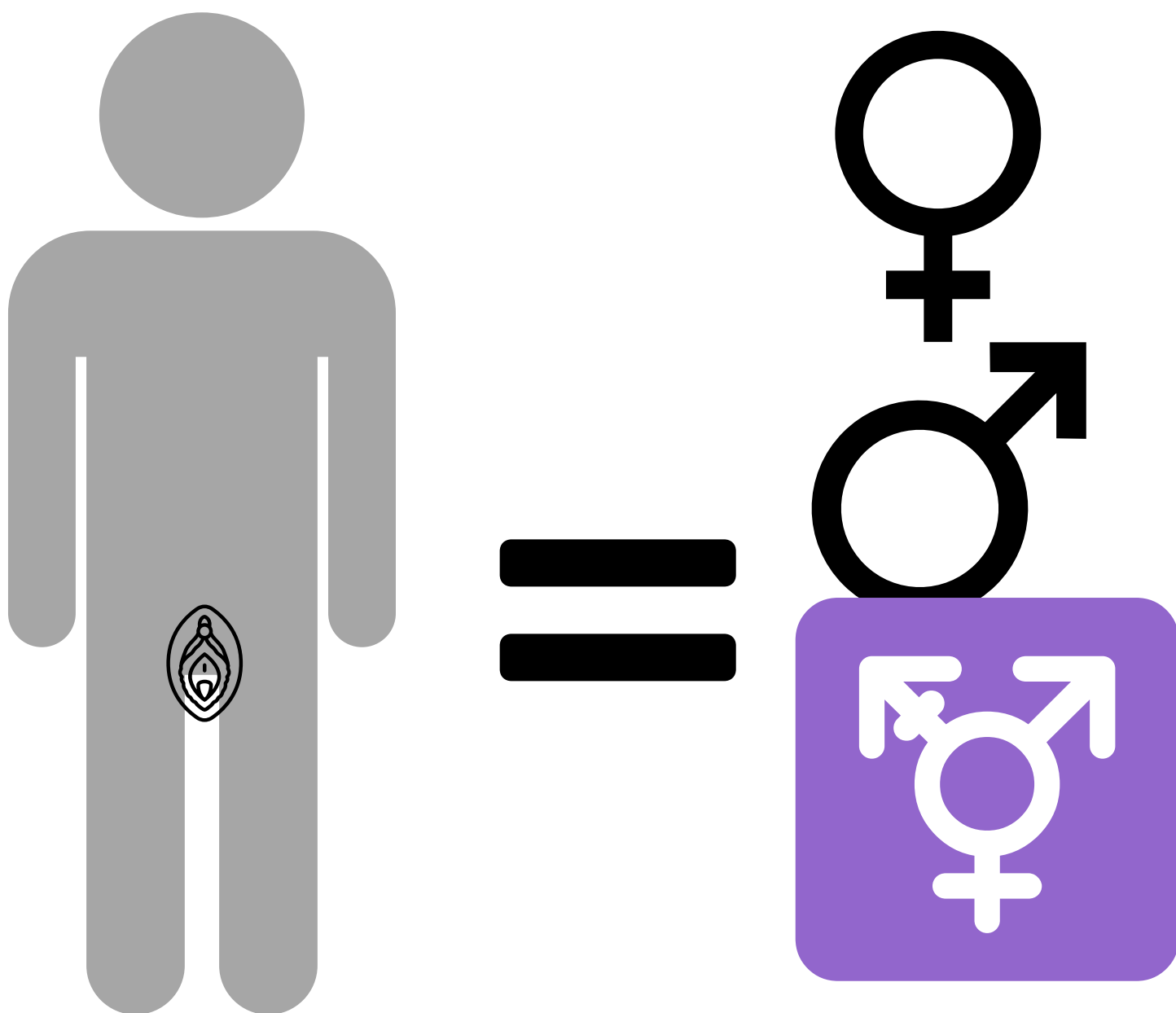
ANEXO 7

SESSÃO 1: SEXO VS GÊNERO



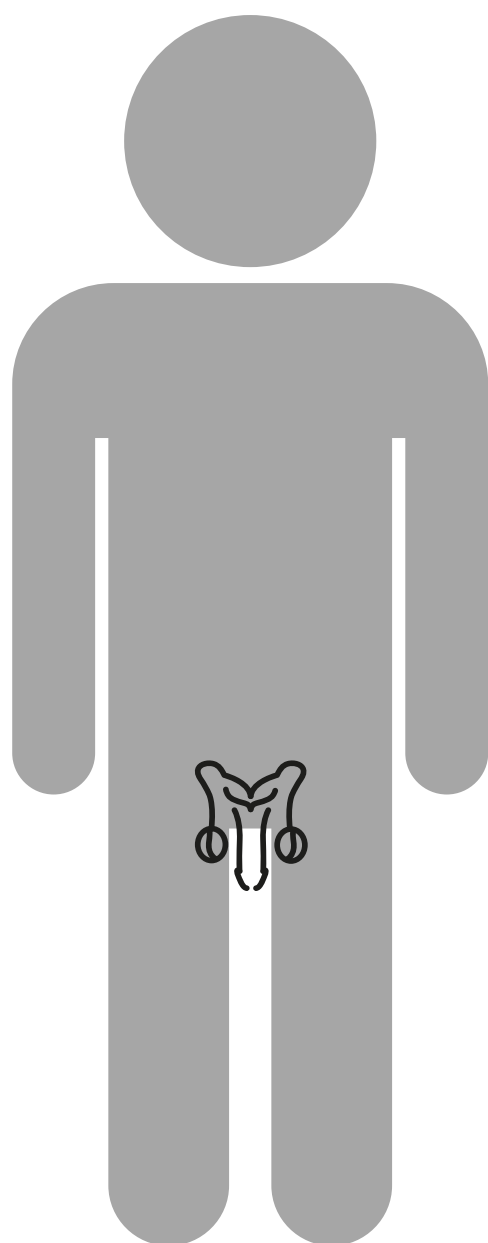
ANEXO 7

SESSÃO 1: SEXO VS GÊNERO

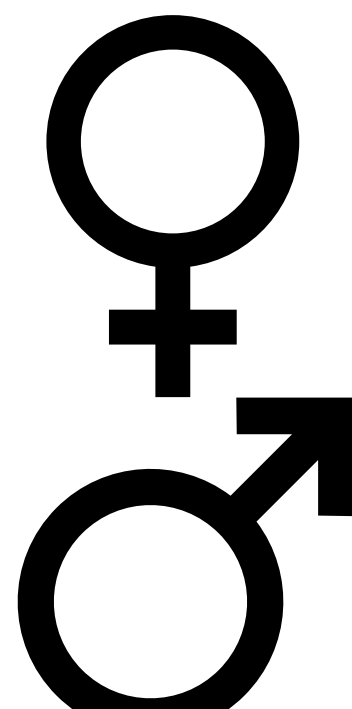


ANEXO 7

SESSÃO 1: SEXO VS GÊNERO



=



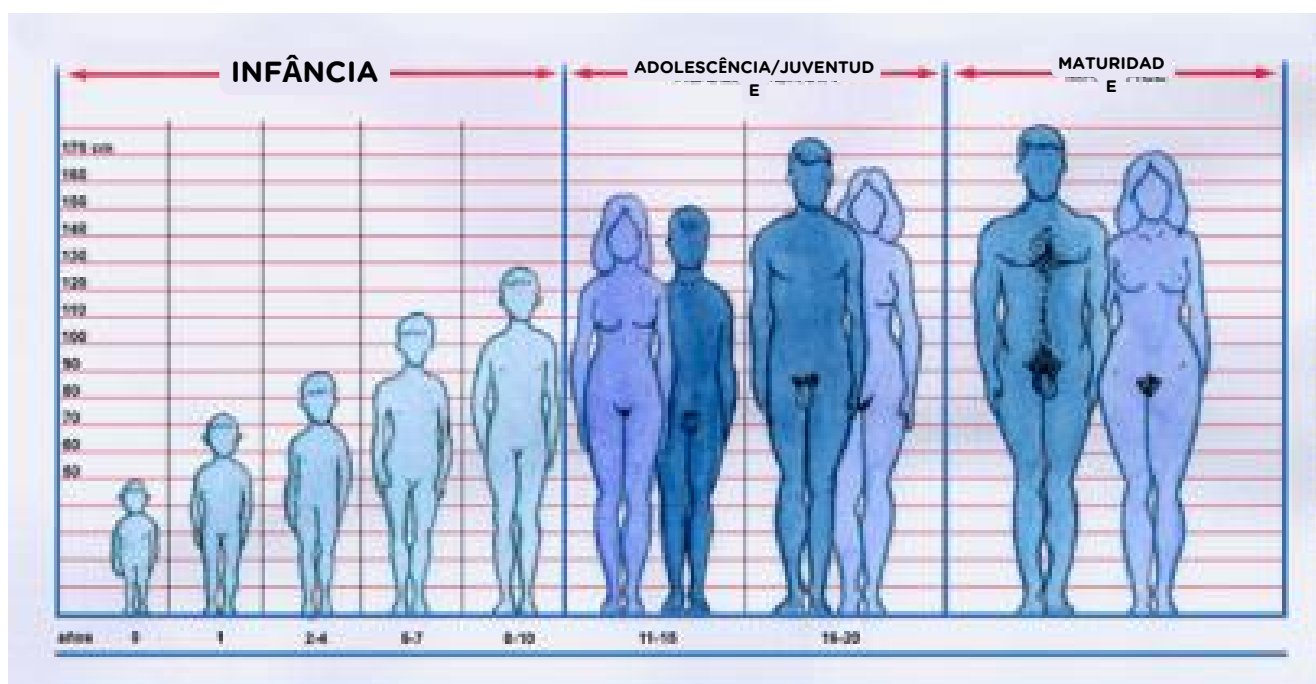
ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL



Genital Masculino

Genital Feminino



Ciclo de vida sexual

ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL (NÍVEL 1)



INFÂNCIA

ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL (NÍVEL 1)



ADOLESCÊNCIA/JUVENTUDE

ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL (NÍVEL 1)



IDADE ADULTA

ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL (NÍVEL 1)



IDOSO

ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL (NÍVEL 2)



INFÂNCIA

ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL (NÍVEL 2)



ADOLESCÊNCIA/JUVENTUDE

ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL (NÍVEL 2)



IDADE ADULTA

ANEXO 7

SESSÃO 1: CICLO DE VIDA SEXUAL (NÍVEL 2)



IDOSO

ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 1)



PESSOA DESCONHECIDA



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO (NÍVEL 1)



CONHECIDO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 1)



PARCEIRO ROMÂNTICO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 1)



PARCEIRO ROMÂNTICO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 1)



PARCEIRO ROMÂNTICO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)



PESSOA DESCONHECIDA



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)



PESSOA DESCONHECIDA



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)



CONHECIDO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)



PARCEIRO ROMÂNTICO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)



PARCEIRO ROMÂNTICO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)



PARCEIRO ROMÂNTICO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)



PARCEIRO ROMÂNTICO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)



CONHECIDO



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO
(NÍVEL 2)

PESSOA DESCONHECIDA



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO (EMOÇÕES)



ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO (EMOÇÕES)



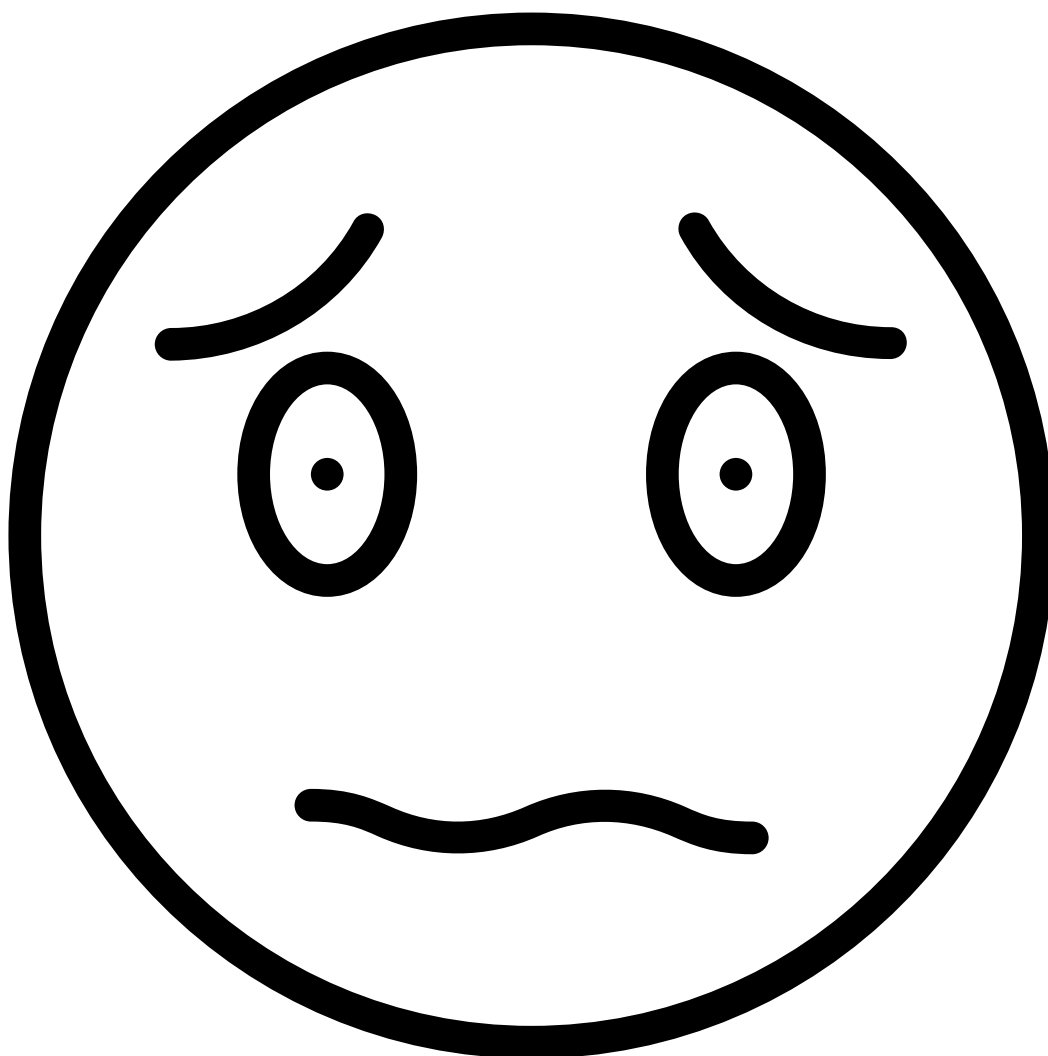
ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO (EMOÇÕES)



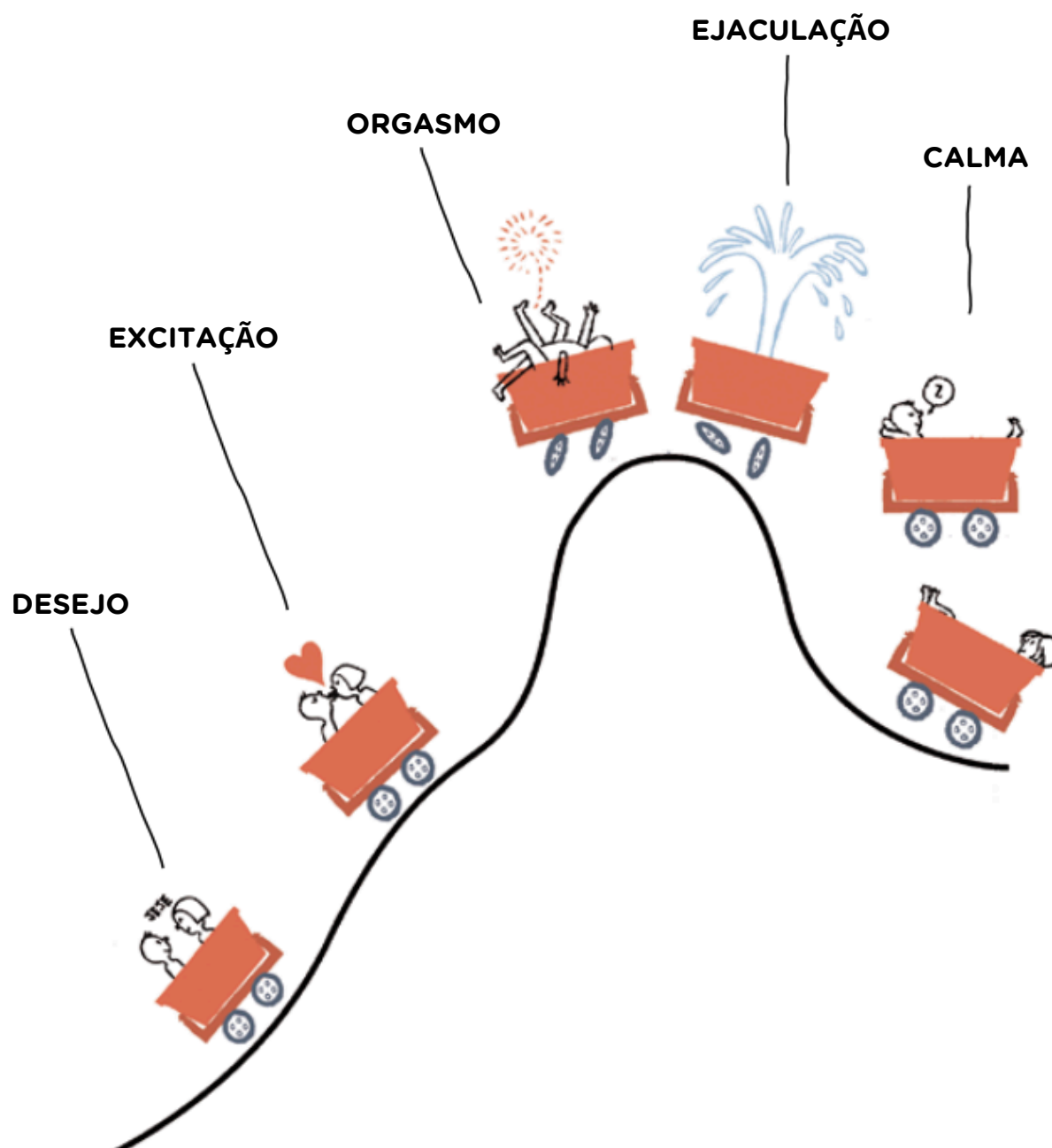
ANEXO 7

SESSÃO 2: AÇÃO/REAÇÃO (EMOÇÕES)



ANEXO 7

SESSÃO 2: CARROSSEL DO PRAZER



ANEXO 7

SESSÃO 2: CARROSSEL DO PRAZER

EXCITAÇÃO



ANEXO 7

SESSÃO 2: CARROSSEL DO PRAZER

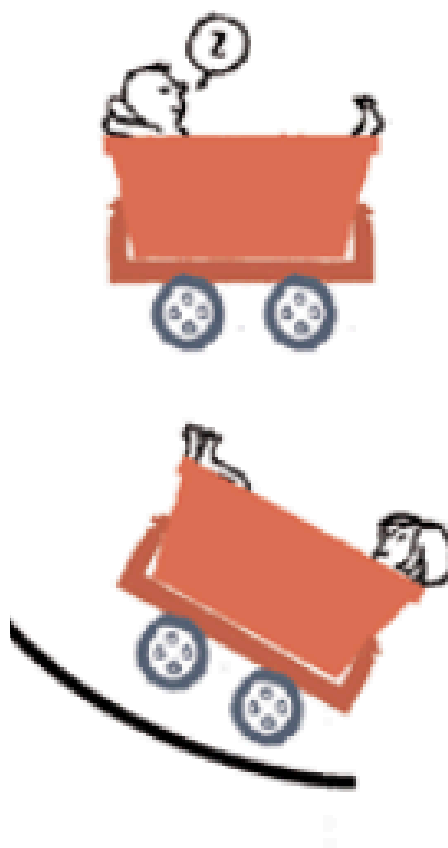
ORGASMO E EJACULAÇÃO



ANEXO 7

SESSÃO 2: CARROSSEL DO PRAZER

RELAXE E ACALME-SE



Nome da atividade: Entre Mudanças e Escolhas

Conceito-chave da UNESCO abordado:

- 6. Anatomia e Desenvolvimento do Corpo Humano
- 8. Saúde Sexual e Reprodutiva

Objetivos:

- **Objetivo 1:** Ensinar pessoas com deficiência intelectual sobre anatomia básica e funções corporais, com foco no desenvolvimento, em como cada parte desempenha um papel importante na saúde e no bem-estar geral, ao mesmo tempo em que promove o autocuidado e uma imagem corporal positiva.
- **Objetivo 2:** Educar os indivíduos sobre a anatomia e a fisiologia dos sistemas sexual e reprodutivo, apoiar sua compreensão das mudanças relacionadas à puberdade, à reprodução e às transformações físicas e emocionais que ocorrem durante o desenvolvimento, ajudando-os a se sentirem mais confortáveis com essas mudanças e fornecendo um espaço seguro para perguntas.
- **Objetivo 3:** Aumentar a conscientização sobre a importância da saúde sexual e reprodutiva, fornecendo informações claras e simples sobre gravidez e os métodos de prevenção, bem como sobre infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), como HIV e AÍDS, garantindo compreensão e reconhecimento para que possam tomar decisões informadas sobre saúde.
- **Objetivo 4:** Incentivar o reconhecimento da importância da privacidade e da tomada de decisões informadas sobre o corpo e a saúde sexual, bem como o acesso a tratamento médico adequado e serviços de apoio quando necessário.

Materiais:

- Computador e projetor para apresentar pictogramas, imagens e vídeos.
- Duas figuras de corpos humanos impressas e laminadas em tamanho A3. Figuras de corpos humanos em tamanho A4 para cada participante.
- Figuras do cérebro, coração e símbolos de género, um conjunto para cada participante e um conjunto com figuras maiores para o facilitador.
- Um conjunto de palavras impressas para cada participante: género, identidade de género, expressão de género e sexo biológico.
- Um conjunto de imagens impressas e laminadas ou figuras recortadas em espuma EVA (um material macio e agradável ao toque) de diferentes partes dos órgãos reprodutores.
- Modelos dos órgãos reprodutores (feminino e masculino).
- Absorventes internos, externos e coletores menstruais para explicar a menstruação.
- preservativos masculinos e femininos, pílulas anticoncepcionais/injeções/implantes, anéis e adesivos anticoncepcionais e DIUs.
- Um conjunto de figuras de corpos humanos impressas e laminadas (mostrando órgãos sexuais, cérebro e coração) e alguns elementos (fechadura, chave, sinal de parada), para cada participante.
- Velcro para fixar os diferentes elementos.
- Folhetos impressos.

Duração: Esta sessão dura 2 horas e é dividida em três partes interligadas para atingir efetivamente os objetivos de aprendizagem.

A primeira parte, "Como é meu corpo?" (30 minutos), ensina aos participantes com deficiência intelectual sobre anatomia básica e funções corporais, com foco no papel que cada parte desempenha na saúde geral, no bem-estar e no autocuidado, ao mesmo tempo em que promove uma imagem corporal positiva por meio de atividades interativas.

A segunda parte, "O que acontece com meu corpo?" (45 minutos), educa os participantes sobre os sistemas sexual e reprodutivo, mudanças relacionadas à puberdade, reprodução, gravidez e sua prevenção, além de conscientizar sobre infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), como HIV e AIDS, com explicações claras e simples e ferramentas de aprendizagem práticas.

A parte final, "Como devo agir?" (30 minutos), enfatiza a importância da privacidade, da tomada de decisões informadas sobre o corpo e do reconhecimento da necessidade de procurar ajuda médica quando necessário.

A atividade termina com um debriefing de 15 minutos, onde perguntas abertas são usadas para avaliar a compreensão, esclarecer dúvidas e reforçar conceitos-chave.

Número de participantes: Esta atividade é destinada a grupos de 2 a 10 participantes, proporcionando a oportunidade de apoio individualizado e garantindo que todos possam participar ativamente e atingir os objetivos de acordo com suas capacidades. Grupos menores incentivam mais interação, promovem o engajamento significativo e criam uma atmosfera de aprendizagem mais eficaz.

Instruções: Esta atividade tem duração de 2 horas para garantir que todos os objetivos de aprendizagem sejam plenamente alcançados. O tempo é dividido em três sessões dentro da mesma atividade:

"Como é meu corpo?" (30 minutos), onde os participantes aprenderão sobre anatomia corporal básica, identidade de gênero, expressão de gênero e sexo biológico por meio de materiais interativos.

"O que acontece com meu corpo?" (45 minutos), focado em entender as mudanças físicas e emocionais durante a puberdade, o processo reprodutivo, a gravidez, as ISTs e a importância da higiene, usando vídeos, materiais da vida real e discussões.

"Como devo agir?" (30 minutos), que aborda privacidade corporal, consentimento, limites pessoais e busca de ajuda quando necessário por meio de recursos visuais e contação de histórias.

1. Como é o Meu Corpo?

Para iniciar esta sessão, o facilitador apresentará um pictograma do corpo humano, desta vez sem nenhum elemento. Serão exibidas algumas figuras do corpo humano, incluindo: órgãos sexuais, cérebro, coração e símbolos de gênero. O facilitador explicará o significado e a função de cada um:

- O cérebro () representa a identidade de gênero, relacionada aos pensamentos, ideias e decisões de uma pessoa sobre quem ela é.
- O coração () simboliza a expressão de gênero, refletindo os sentimentos e emoções que uma pessoa expressa externamente.
- Os órgãos sexuais reprodutivos representam o sexo biológico (feminino e masculino), determinado por características físicas.
- Os símbolos de gênero (♀, ♂, ) representam diferentes identidades de gênero.

Para tornar a atividade mais dinâmica e facilitar a compreensão, cada participante receberá uma figura de corpo humano em branco (sem nenhum elemento) juntamente com um conjunto contendo os elementos mencionados. Com o apoio do facilitador, se necessário, eles colocarão esses elementos na figura usando velcro fixado tanto na figura quanto nos elementos. Em seguida, receberão outro conjunto com palavras associadas a cada conceito (identidade de gênero, expressão de gênero e sexo biológico) para colocar ao lado do elemento correspondente.

O facilitador explicará que há diversas combinações possíveis desses elementos, todas igualmente válidas e merecedoras de inclusão.

Em seguida, os pictogramas de figuras humanas com órgãos reprodutivos serão revisitados para explicar que, uma vez desenvolvidos, esses órgãos têm uma função fundamental: a reprodução. Para tornar isso mais interativo e realista, o facilitador pode escolher uma das seguintes opções:

- **Modelos de Órgãos Reprodutivos:** Se disponíveis, as partes principais de cada modelo serão explicadas, mostrando-as uma a uma. Os participantes poderão então tocá-las e examiná-las de perto.
- **Materiais táteis (caso não haja modelos disponíveis):** Será utilizada uma figura humana impressa e laminada. O facilitador mostrará imagens impressas e laminadas ou figuras recortadas em espuma EVA (um material macio e agradável ao toque) de diferentes partes do órgão reprodutor, fixando-as à figura com velcro, enquanto explica cada uma delas. Os participantes serão então convidados a posicionar os elementos eles mesmos.

Adesivos serão incluídos em ambas as opções para indicar o nome de cada parte dos órgãos genitais.

Se dois facilitadores estiverem disponíveis, o grupo poderá ser dividido para melhorar a experiência de aprendizagem.

Esta sessão terá duração de 30 minutos, permitindo que os participantes aprendam sobre anatomia e funções básicas do corpo, especialmente aquelas relacionadas aos órgãos sexuais reprodutivos.

2. O que acontece com o meu corpo?

O facilitador começará lembrando que o corpo passa por mudanças à medida que se desenvolve, e que essas mudanças são particularmente perceptíveis durante a adolescência e a juventude, quando se inicia a fase da puberdade. O facilitador continuará explicando que um dos principais fatores que causam essas mudanças é o início da puberdade, que permite a reprodução; para indivíduos com órgãos sexuais masculinos, as mudanças são principalmente externas (como aumento de altura, crescimento capilar e desenvolvimento muscular), enquanto para aqueles com órgãos sexuais femininos, as mudanças também são internas, como evidenciado pela menstruação.

O facilitador explicará que a menstruação é um processo natural no qual o órgão sexual feminino libera o revestimento do útero na forma de sangue através da vagina. Geralmente ocorre uma vez por mês e é um sinal de saúde reprodutiva.

Para ilustrar isso, serão mostradas imagens ou pictogramas (adaptados ao nível de compreensão do grupo), retratando várias dessas mudanças físicas, como desenvolvimento físico dos órgãos sexuais, acne, desenvolvimento dos seios, aumento de altura, crescimento de pelos no corpo e desenvolvimento muscular, tudo devido ao desenvolvimento dos órgãos sexuais.

Para explicar a menstruação, será exibido um vídeo detalhando esse processo e o que fazer quando ele ocorre. Itens como absorventes, tampões, coletores menstruais e calcinhas menstruais serão exibidos, com breves explicações sobre sua finalidade e uso, permitindo que as participantes os toquem e examinem atentamente.

Em seguida, o facilitador explicará que, com o início da puberdade e da menstruação, surge a possibilidade de reprodução e, consequentemente, de gravidez. Será explicado que, durante a relação sexual, quando o pênis é inserido na vagina e atinge a excitação, o espermatozoide é liberado e pode se unir ao óvulo; se essa união ocorrer, ocorre a gravidez. Alguns vídeos complementarão esta explicação.

Em seguida, será explicado que a gravidez pode ser prevenida com o uso de métodos contraceptivos, como preservativos masculinos e femininos, pílulas/injeções/implantes anticoncepcionais, anéis e adesivos anticoncepcionais e DIUs. Esses métodos serão apresentados por meio de pictogramas ou imagens, ou fisicamente, permitindo que os participantes os vejam e, se possível, os coloquem no modelo com a ajuda do facilitador.

Por fim, o facilitador enfatizará que as atividades sexuais, incluindo penetração e "preliminares" (toques com as mãos, boca e genitais), podem transmitir infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). Será explicado que essas infecções variam e apresentam sintomas diferentes, e que a prevenção é alcançada por meio do uso de preservativo e da manutenção de uma higiene corporal adequada. Vídeos educativos serão exibidos para ilustrar as ISTs e as práticas de higiene.

Esta sessão terá duração de 45 minutos, permitindo que os participantes compreendam conceitos relacionados ao desenvolvimento dos órgãos sexuais, puberdade, reprodução, ISTs e a importância da prevenção e higiene pessoal.

3. Como devo Agir?

Nesta sessão final de 30 minutos, o facilitador explicará a importância de manter a privacidade corporal e buscar ajuda caso os participantes tenham dúvidas ou problemas relacionados a seus corpos ou à tomada de decisões sobre eles, enfatizando a necessidade de estar bem informado. Para ilustrar isso, serão utilizadas as figuras corporais com os órgãos sexuais, cérebro e coração, feitas para cada participante na primeira sessão, onde serão anexados novos elementos:

- Um cadeado (🔒) sobre os genitais, representando privacidade.
- Uma chave (🔑) numa mão, simbolizando poder de decisão e consentimento.
- Um sinal de PARE (🛑) na outra mão, indicando limites pessoais.

Em seguida, o facilitador apresentará uma história ilustrada explicando que "uma pessoa visita o médico devido a dúvidas ou problemas de saúde, e o médico pede permissão para examiná-la e prestar-lhe ajuda". Isso reforça a importância do consentimento e da busca por ajuda quando necessário, lembrando aos participantes que a assistência médica está sempre disponível.

Para concluir, e para ajudar os participantes a reter todas as informações sobre os conceitos discutidos, eles receberão um folheto resumindo detalhes sobre gênero e sexualidade, mudanças corporais durante a puberdade, menstruação, gravidez, ISTs, métodos contraceptivos e de proteção e serviços de apoio disponíveis para buscar ajuda e informações.

Debriefing: Ao final da atividade, durante os últimos 15 minutos, o facilitador fará perguntas abertas para verificar a compreensão dos participantes sobre os tópicos abordados. Caso alguém demonstre dificuldade para responder ou sinais de confusão, o facilitador fornecerá explicações claras e simples para auxiliar a compreensão:

- Que mudanças você notou no seu corpo?
- Que métodos você pode usar para prevenir a gravidez?
- O que você precisa fazer para evitar uma IST?
- Aonde você pode recorrer se tiver dúvidas ou problemas com o seu corpo?
- Como você deve agir quando alguém quer tocar uma parte do seu corpo?

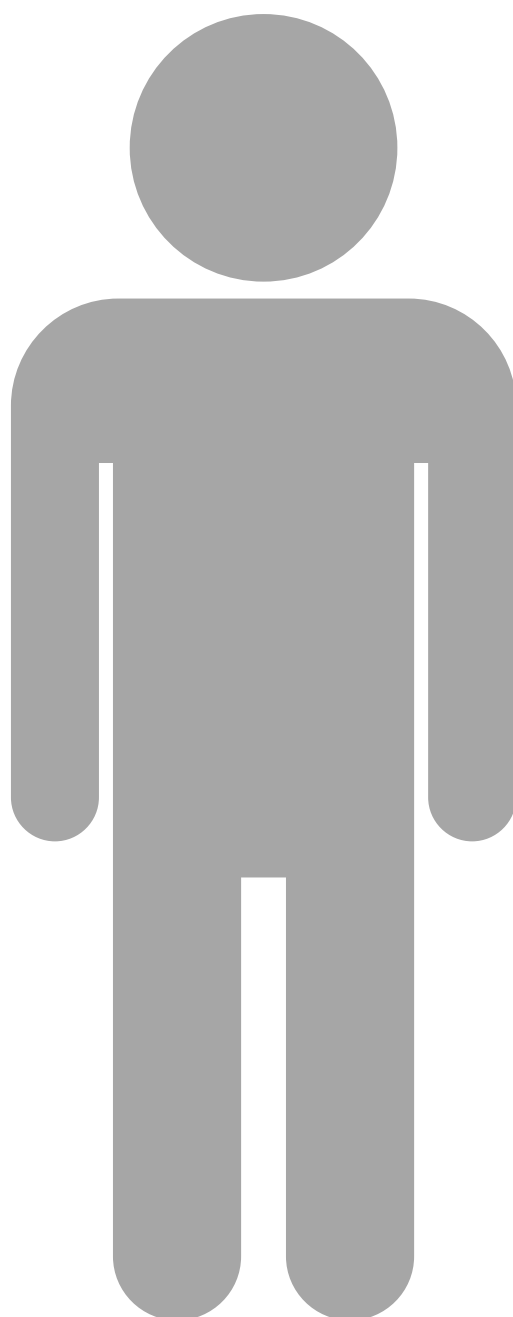
Anexos:

- **Materiais para as sessões:**
https://drive.google.com/file/d/1X0bBv1OEV4qR4jAMShLLh9EfKmeeVNNJ/view?usp=drive_link
- **Vídeos sobre Menstruação (exemplos):**
 - **Espanhol:** <https://youtu.be/-Ug9dXQdkeg>
<https://www.youtube.com/watch?v=EhKx4ljC3Q8>
 - **Português:** <https://www.youtube.com/watch?v=Qc15V6tvIA8>
 - **Turco:** do min 2:07
<https://www.youtube.com/watch?v=MhQUyW7udoM>
- **Videos sobre Reprodução (examples):**
 - **Espanhol:** from min 0:44
<https://www.youtube.com/watch?v=t2kO6PkzFoc>
 - **Português:** https://www.youtube.com/watch?v=mhmcTP_rz2M
 - **Turco:** <https://www.youtube.com/watch?v=5WevTcGyRMc>

- **Vídeos sobre Gravidez (exemplos):**
 - **Spanish:** <https://www.youtube.com/watch?v=lwfzhhuSa1o>
 - **Portuguese:** <https://www.youtube.com/watch?v=1htrgGWfjK4>
 - **Turkish:** <https://www.youtube.com/watch?v=1UN63UplfxM>
- **Vídeos sobre ISTs (exemplos):**
 - **Espanhol:** https://www.youtube.com/watch?v=LLCBe_uLbdc
<https://www.youtube.com/watch?v=UW46KEGP6v8>
 - **Português:** <https://www.youtube.com/watch?v=UW46KEGP6v8>
 - **Turco:** <https://www.youtube.com/watch?v=KUymbWzvA7k>

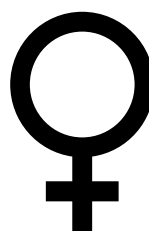
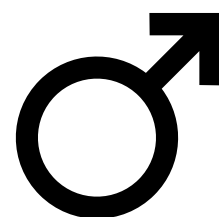
ANEXOS 6-8

SESSÃO 1: FIGURAS CORPORAIS



ANEXOS 6-8

SESSÃO 1: FIGURAS CORPORAIS (CONJUNTO PARA CADA PARTICIPANTE)



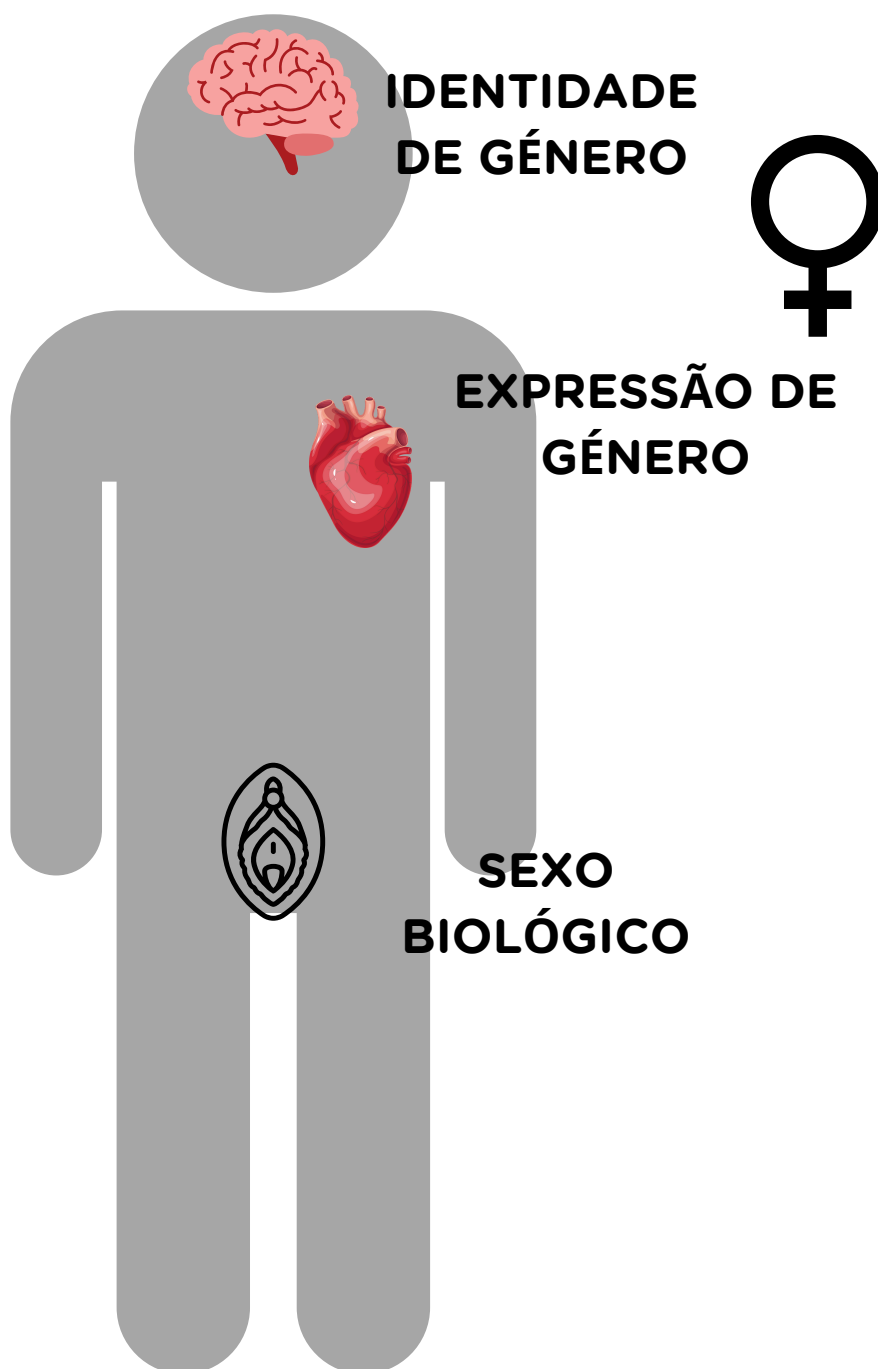
SEXO BIOLÓGICO

**IDENTIDADE
DE GÊNERO**

**EXPRESSÃO DE
GÊNERO**

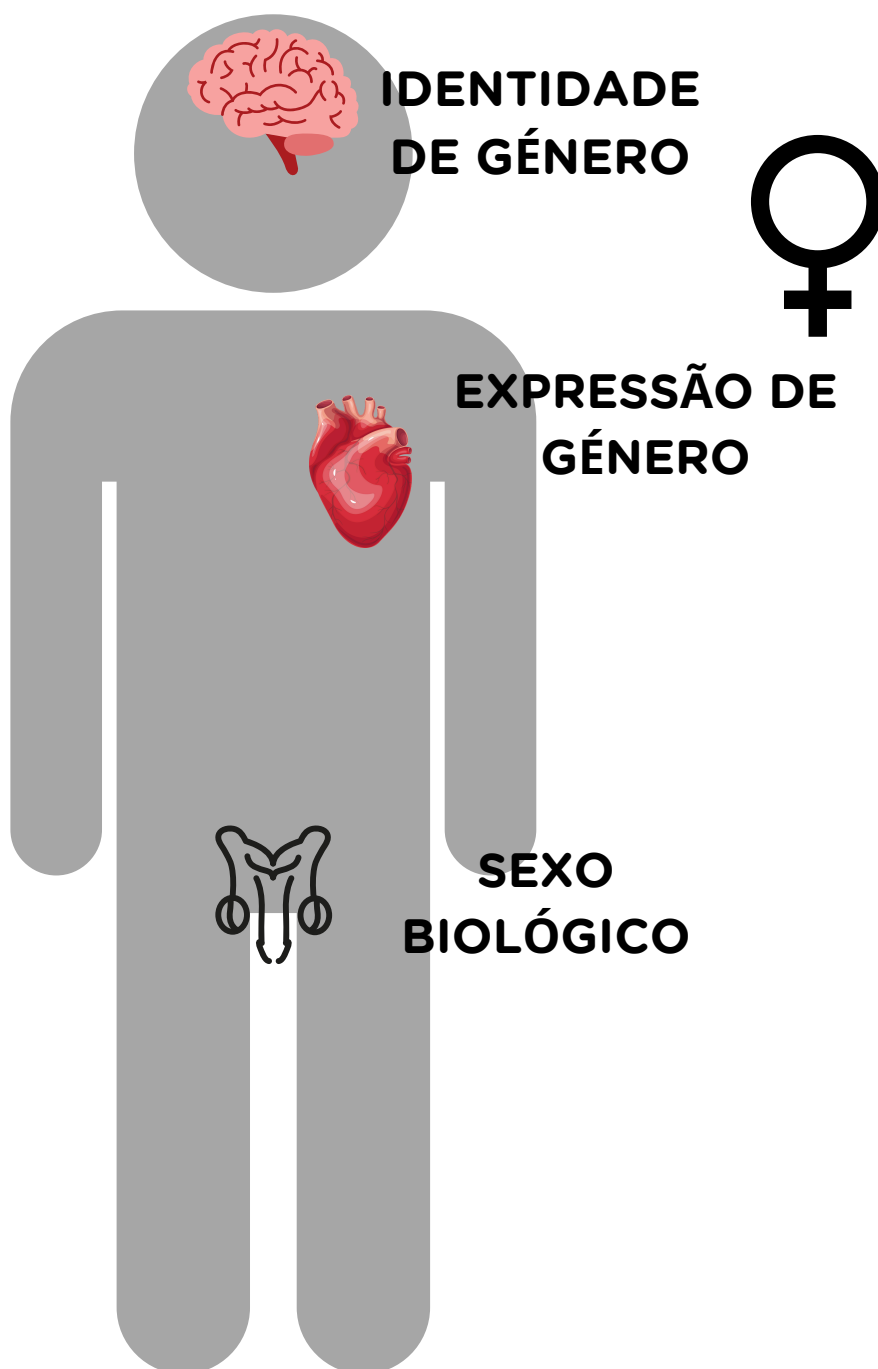
ANEXOS 6-8

SESSÃO 1: FIGURAS CORPORAIS (EXEMPLO)



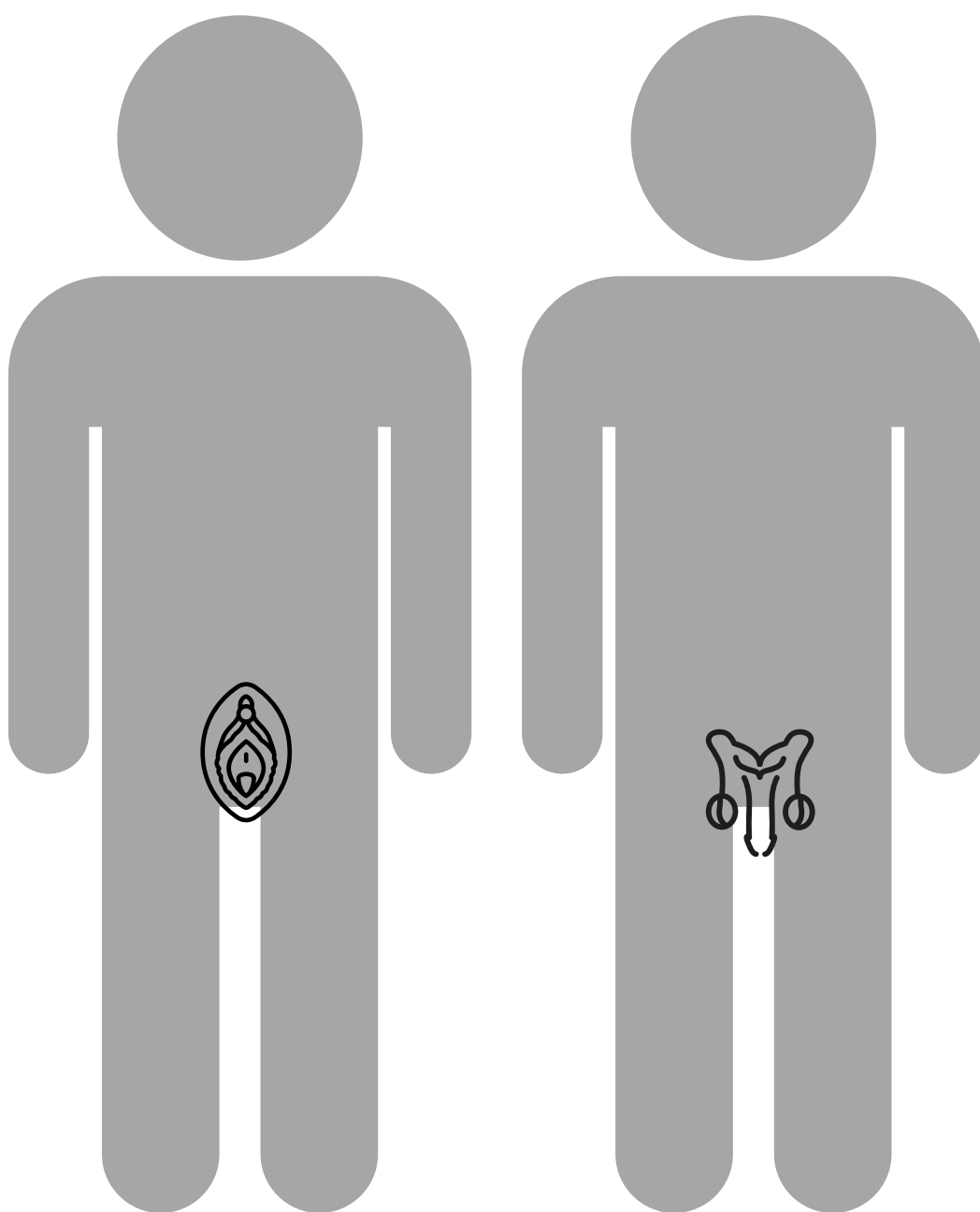
ANEXOS 6-8

SESSÃO 1: FIGURAS CORPORAIS (EXEMPLO)



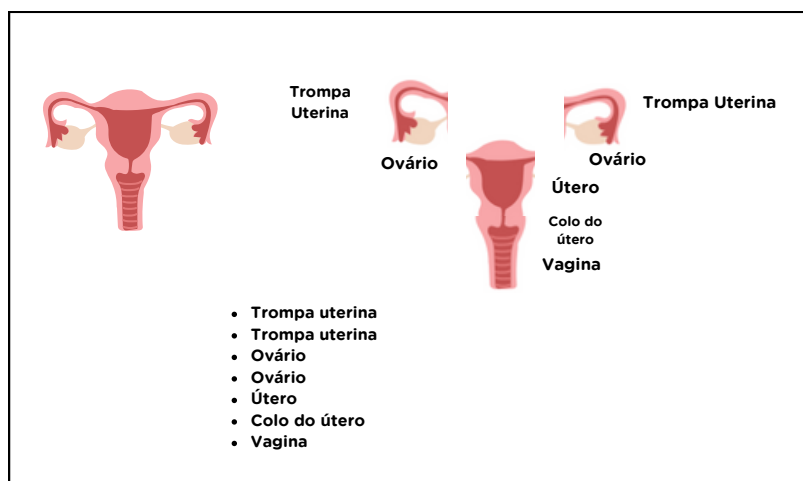
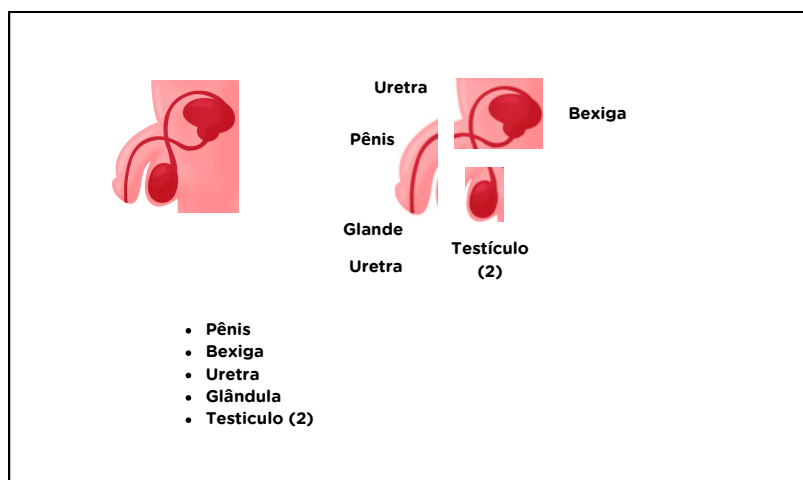
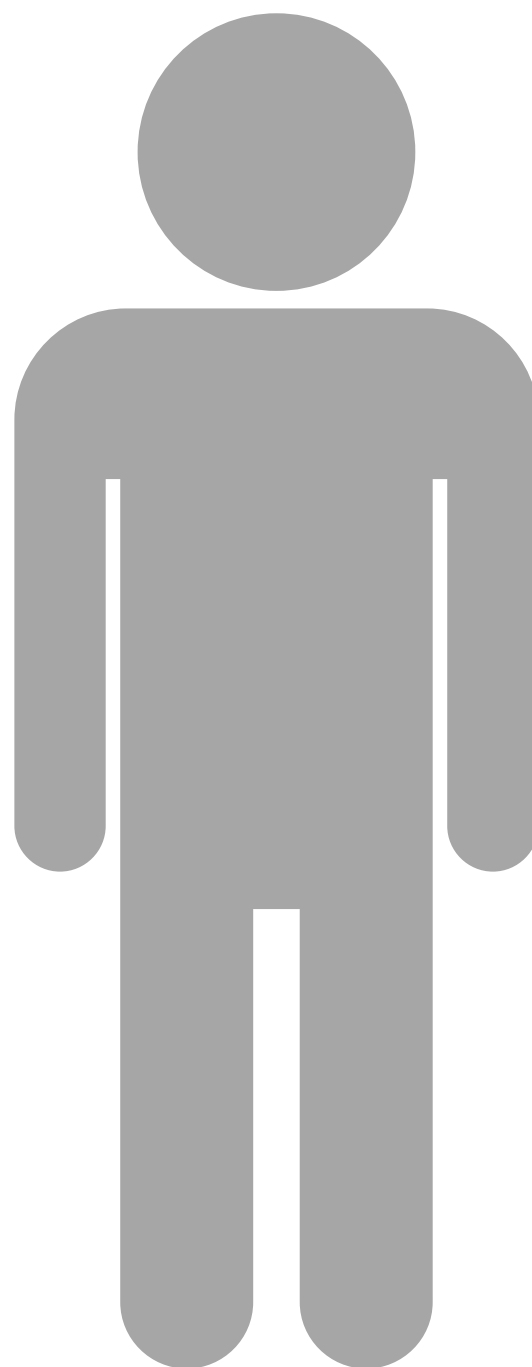
ANEXOS 6-8

SESSÃO 1: CORPO (ÓRGÃOS SEXUAIS)



ANEXOS 6-8

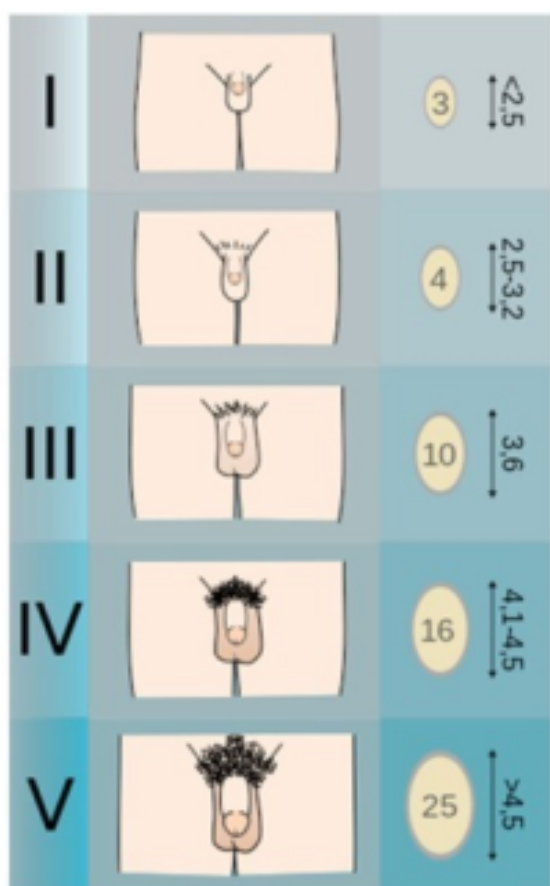
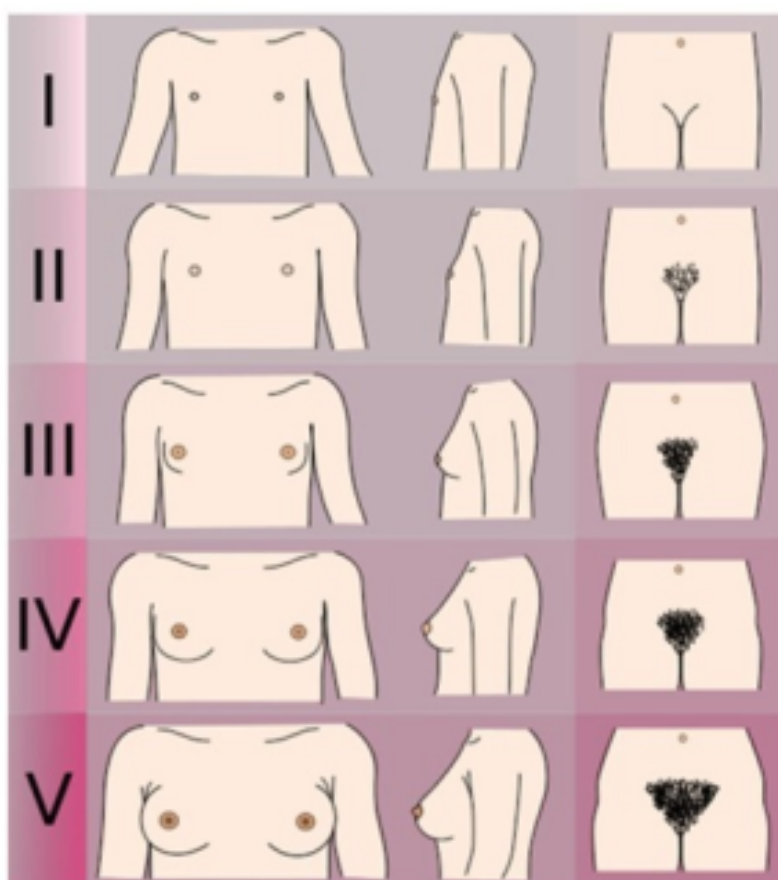
SESSÃO 1: ÓRGÃOS SEXUAIS (OPÇÃO 2)



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE

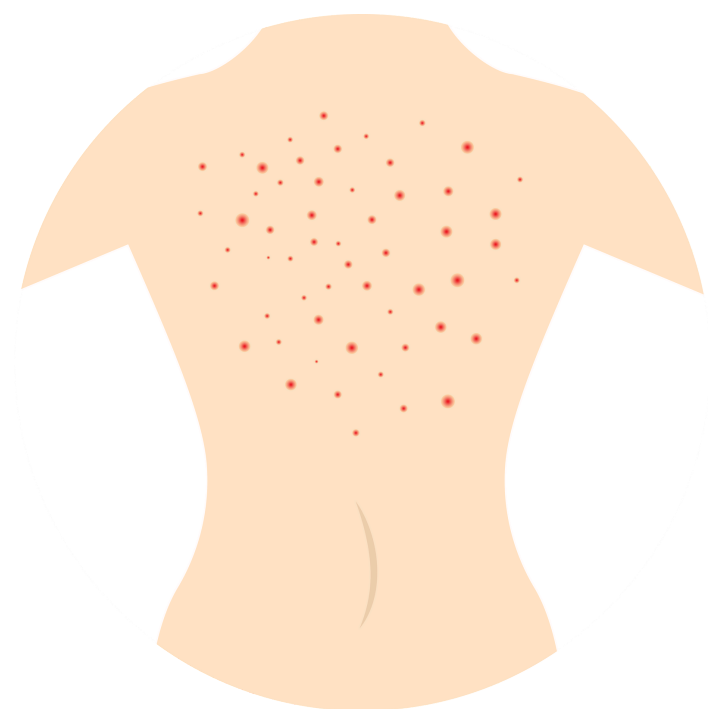
Desenvolvimento dos Órgãos Sexuais



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL
1)

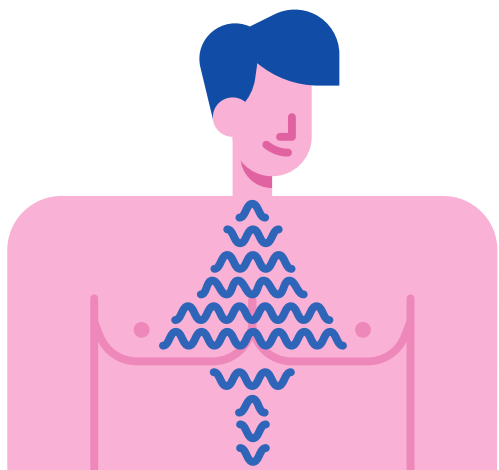
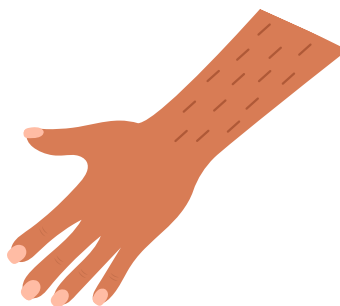
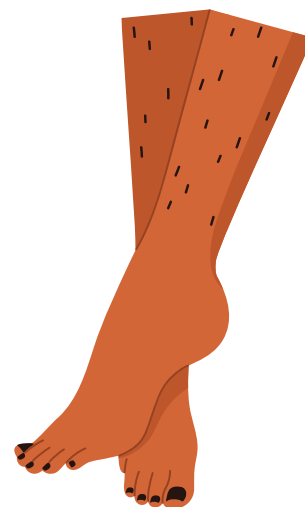
Acne



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL
1)

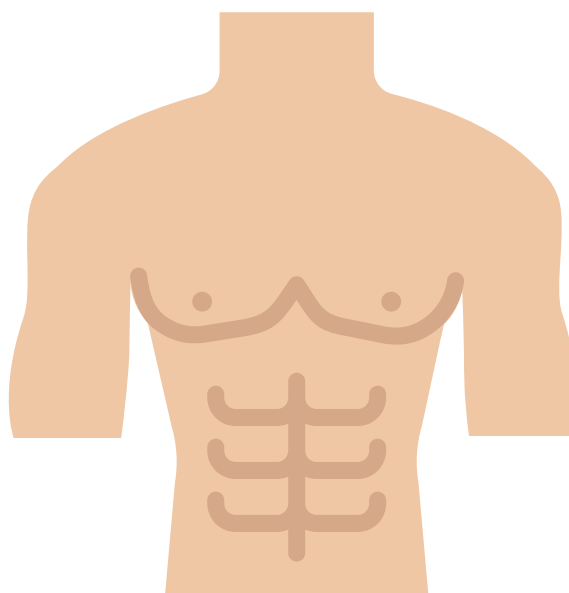
Pelos do corpo



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL
1)

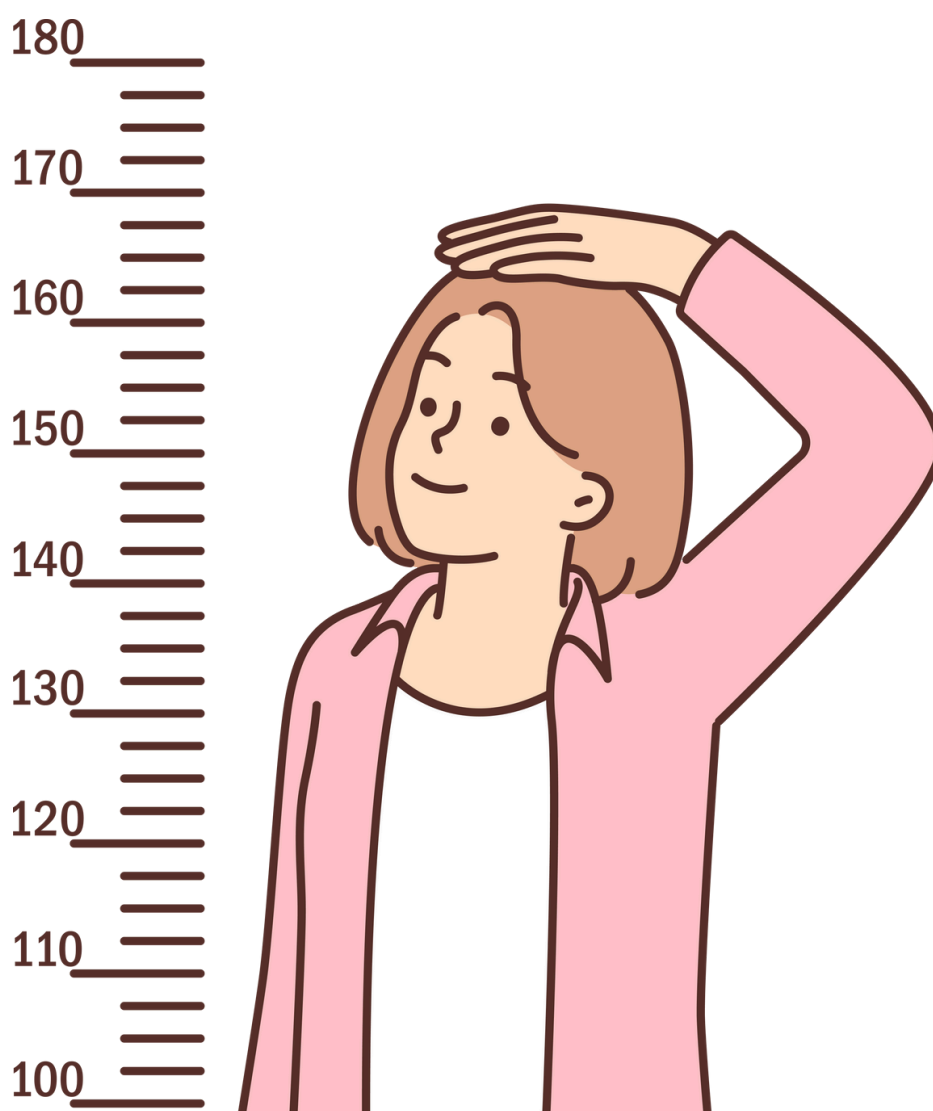
Músculos



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL
1)

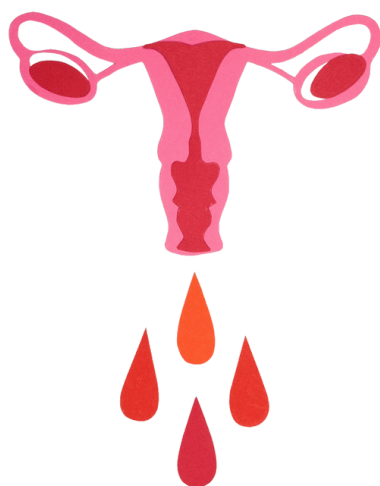
Crescer



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL
1)

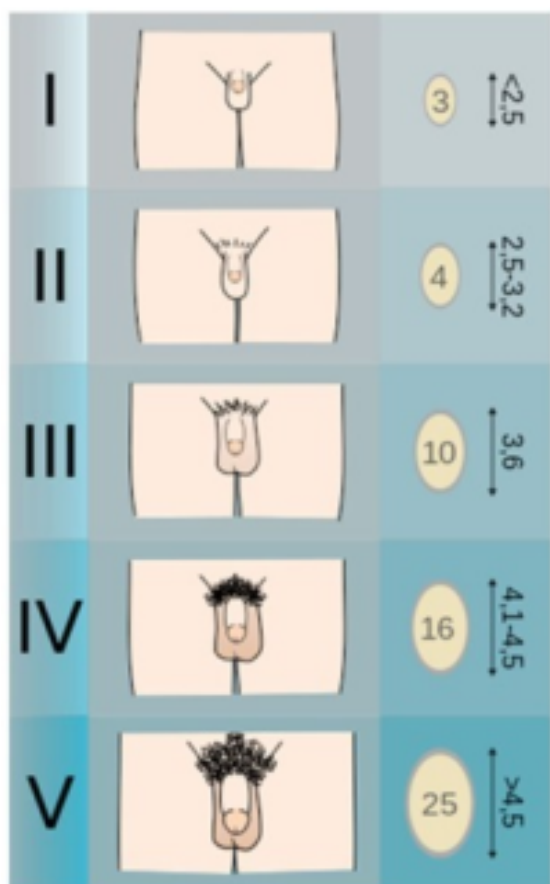
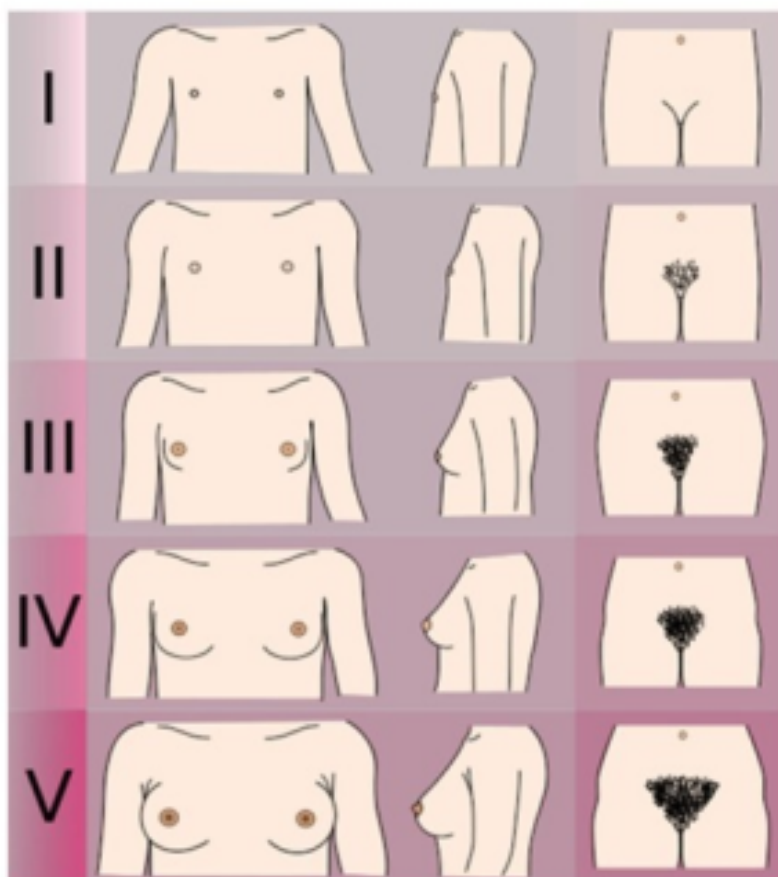
Menstruação



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE

Desenvolvimento dos Órgãos Sexuais



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL 2)

Acne



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL 2)

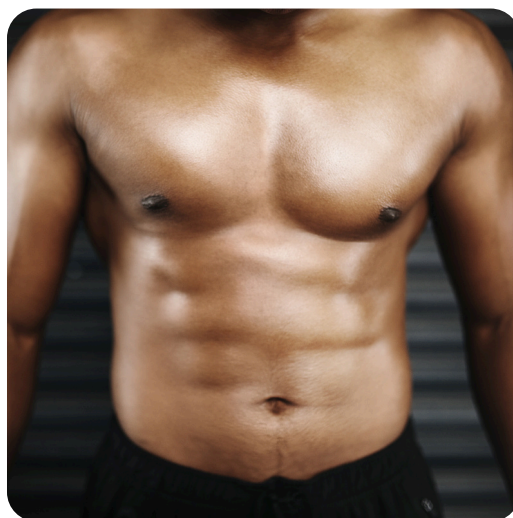
Pelos do corpo



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL 2)

Músculos



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL 2)

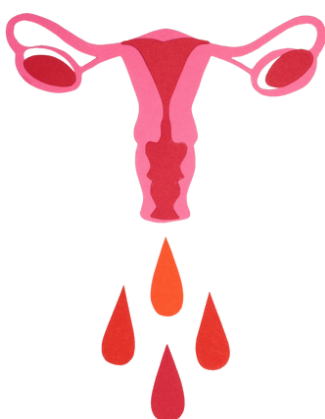
Crescer



ANEXOS 6-8

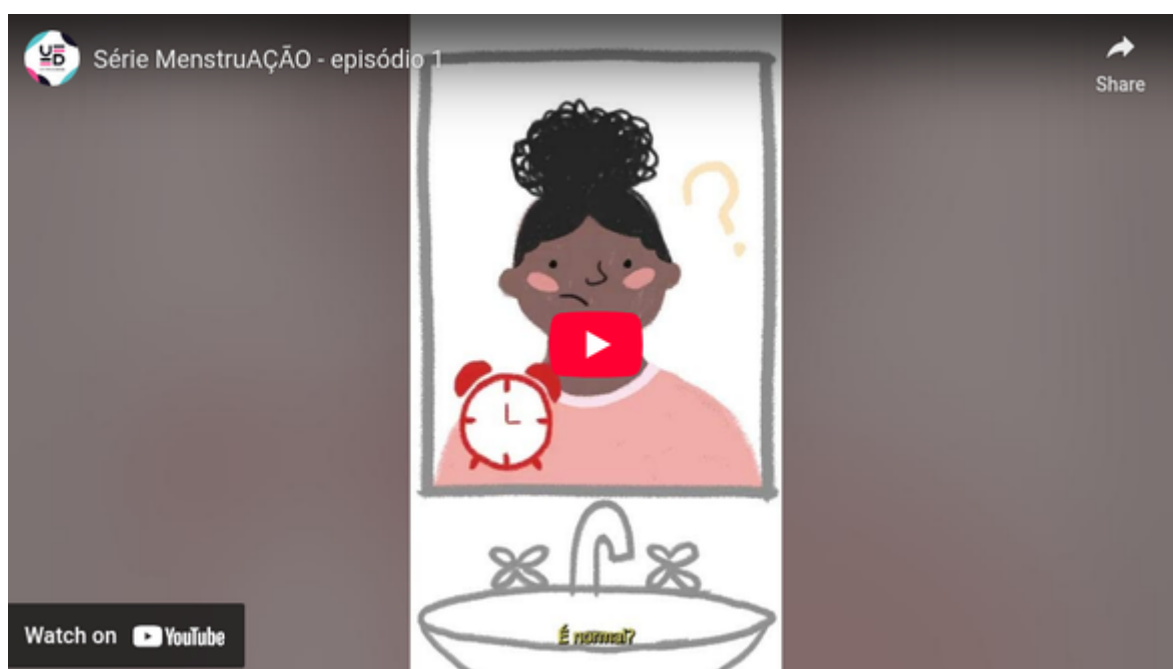
SESSÃO 2: PUBERDADE (NÍVEL
2)

Menstruação



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: MENSTRUÇÃO



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: MENSTRUÇÃO

Menstruação



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: REPRODUÇÃO



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: GRAVIDEZ



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: GRAVIDEZ

Métodos contraceptivos



ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: ISTS



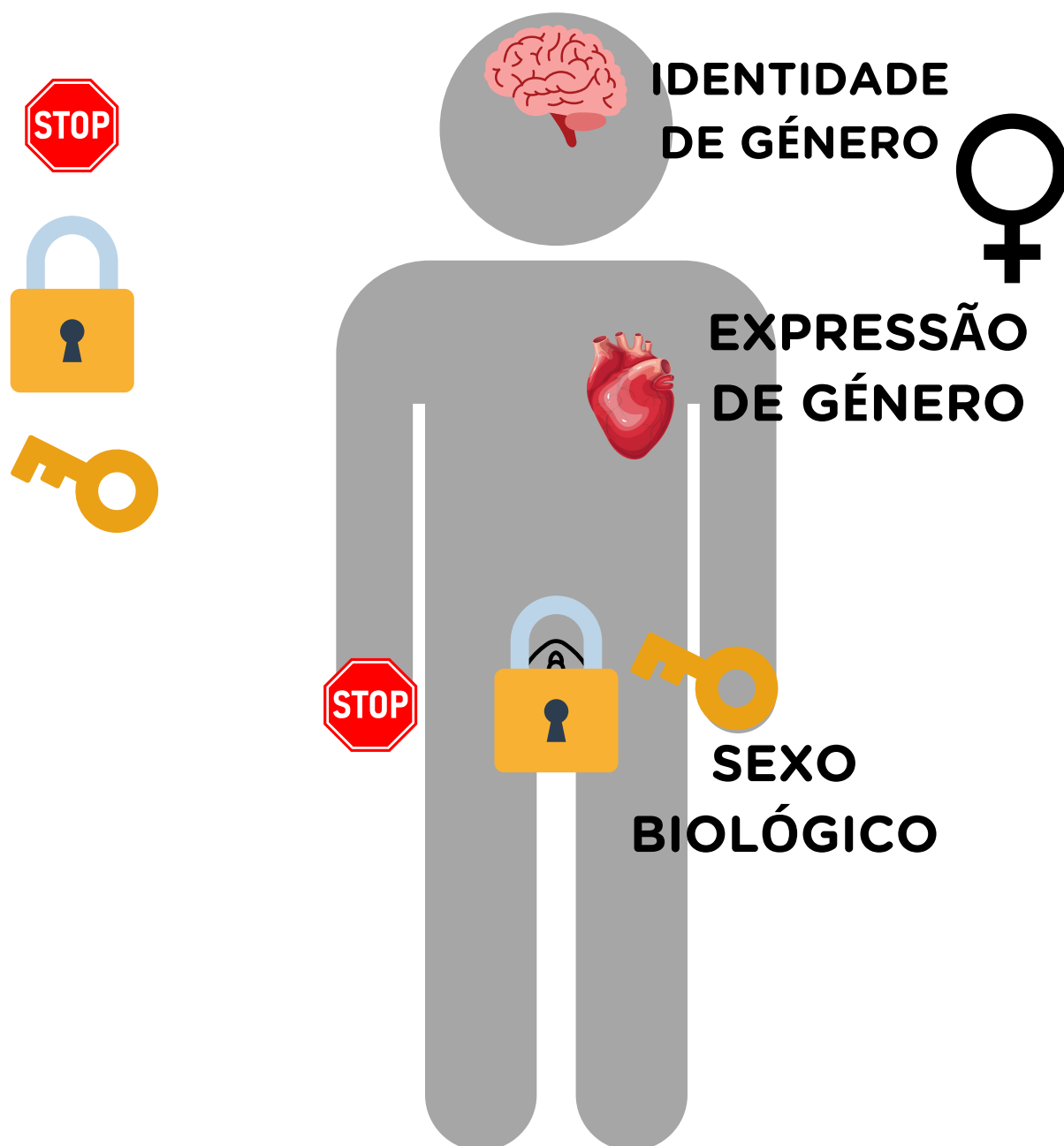
ANEXOS 6-8

SESSÃO 2: PRÁTICAS DE HIGIENE



ANEXOS 6-8

SESSÃO 3: PRIVACIDADE CORPORAL (EXEMPLO)

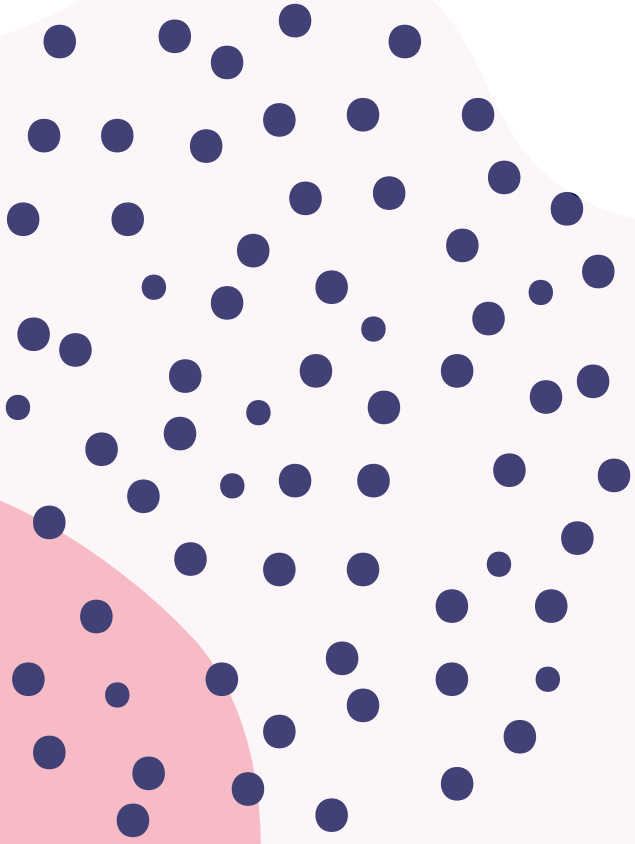


ANEXOS 6-8

SESSÃO 3: DOUTOR



**PROBLEMA
RESOLVIDO,
CORPO
PROTEGIDO!!**



Co-funded by
the European Union