

NSPCC



**Conversas simples para ajudar a
manter seus filhos a salvo de abusos**

EVERY CHILDHOOD IS WORTH FIGHTING FOR

O SEU NOME

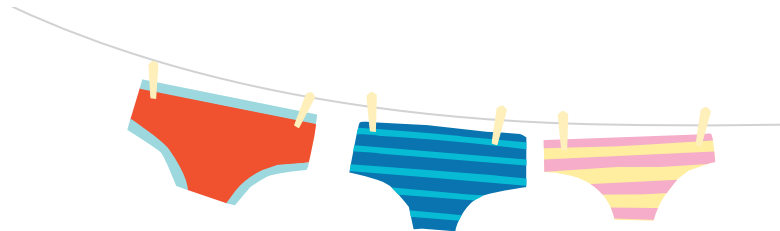
Este guia pertence a

.....

E a

.....

O NOME DO SEU FILHO



Todos queremos manter os nossos filhos seguros. Provavelmente já falou com os seus filhos sobre como atravessar a rua em segurança, mas será que já falou com eles sobre como se protegerem de abuso sexual? Nós sabemos que é uma conversa que nenhum pai quer ter, mas acreditamos que pode ser tão natural e tão fácil quanto uma conversa sobre segurança rodoviária.

Apelidamos esta conversa de **Conversa sobre cuecas “PANTS”**. Do P até ao S, cada letra transmite uma mensagem importante às crianças a partir dos quatro anos, para ajudá-los a manterem-se em segurança.

Por isso pretendemos que os pais tenham uma **Conversa sobre cuecas “PANTS”** Porque sabemos que conversar com as crianças acerca destas mensagens importantes pode realmente ajudar a mant-las seguras.



O PORQUÊ DA CONVERSA SOBRE CUECAS (PANTS)

Uma conversa importante a ter.

Nós sabemos o que pode estar a pensar isso não é para o meu filho. Claro, pai algum quer pensar que o seu filho será afetado por abuso sexual, mas é exatamente por isso que é vital ter esta conversa. para ajudar a mant-lo seguro.

Nós também entendemos que falar sobre este tópico pode parecer assustador. as não tem de o ser. PANTS foi criado especificamente com a ajuda de pais e profissionais para garantir que estas conversas sejam tão fáceis e adequadas quanto possível para crianças a partir dos quatro anos.

PANTS nunca menciona sexo

Sabemos que pode sentir que o seu filho é muito novo para falar sobre sexo. E é por isso que PANTS nunca menciona essa palavra. Não se trata de aprender sobre os pássaros e as abelhas, mas sim mensagens práticas e reconfortantes para que se mantenham em segurança.

Nunca usamos palavras assustadoras

A ltima coisa que queremos fazer é irritar ou assustar o seu filho. A conversa sobre cuecas "PANTS" é uma abordagem com linguagem simples e amigável, para dar ao seu filho confiança e conhecimento para que se mantenha em segurança.

"Sinceramente, acho que a conversa sobre cuecas "PANTS" deve acontecer com a mesma naturalidade que uma conversa sobre como atravessar a rua."

Pai de uma menina de seis anos

Encontrar o momento certo
Cada família é diferente. Quando e onde ter estas conversas pode depender da idade do seu filho ou do seu nível de maturidade tudo depende do que parecer natural para si e para ele.

procura de uma boa altura para iniciar a conversa? Eis alguns exemplos, que outros pais confirmam ter resultado com eles

QUANDO É
O MOMENTO
CERTO?

- * Enquanto prepara o banho do seu filho, ou o ajuda em pequenas coisas como vestir-se ou aplicar creme.
- * Se ele tiver aulas sobre relações pessoais na escola, pergunte-lhe o que aprendeu quando ele chegar a casa.
- * As viagens de carro são uma ótima oportunidade para conversar.
- * Cantar a nossa música com a ajuda do nosso amigável dinossauro Pantosaurus pode ajudar a criar o momento certo descubra mais na página .
- * Seja a caminho da escola, ou das compras no fim de semana, irá sentir-se mais relaxado ao conversar enquanto caminham.
- * Se o programa de televisão favorito do seu filho abordar um tema sensível, incentive-o a falar sobre qualquer coisa que o perturbe.
- * A ida à natação   um ótimo momento para identificar que tudo o que fica coberto pelas suas cuecas, fato de banho ou roupa interior   privado.



COMO ENCONTRO AS PALAVRAS CERTAS?

Como começar

Como e quando ter a Conversa sobre cuecas "PANTS" com o seu filho é sempre uma escolha sua. Afinal, voc conhece-o melhor que ninguém.

Uma vez que se sinta confortável com todas as mensagens páginas -, a nossa série de "desbloqueadores de conversa" facilita a Conversa sobre cuecas "PANTS", com a ajuda do nosso amigável dinossauro Pantosaurus. Através de jogos, msicas e atividades, ele apresenta as principais mensagens de maneira divertida e interessante. E pode começar hoje mesmo

Os nossos desbloqueadores de conversa!

Partilhe o nossDestacável infantil para uardar e Aprender, para recordarem as regras de forma divertida.

Os seus filhos podenCantar com o Pantosaurus a sua msica é uma introdução cativante às principais mensagens do PANTS.

á também rincadeiras com o Pantosauruson-line, num tablet ou telefone, este jogo gratuito permite que eles joguem basquetebol e mergulho enquanto aprendem as regras PANTS.

Encontre desbloqueadores de conversa divertidos em nspcc.org.uk/pants

uer uma maneira realmente divertida de lembrar as regras? Packpara crianças "Pantosaurus"está repleto de atividades divertidas, autocolantes, um sinal para pendurar numa porta e um marcador de livros. Peça o seu em nspcc.org.uk/shop



É hora de ter uma Conversa sobre cuecas "PANTS"

Agora voc já conhece os desbloqueadores de conversa e já estabeleceu o melhor momento para iniciar a conversa com seu filho.

Está agora pronto para ensinar ao seu filho as cinco regras PANTS. amos percorrer cada letra de PANTS para que saiba o que dizer sobre cada uma.

Pode começar com uma conversa simples com o seu filho sobre como manter-se seguro e entrar depois em mais detalhe quando ambos estiverem preparados.

PARTES ÍNTIMAS SÃO PRIVADAS

ALGUÉM TE AJUDARÁ, DESABAFA

NÃO É NÃO

TEU CORPO PERTENCE A TI

SE HÁ SEGREDOS QUE TE PERTURBAM, CONTA-OS



QUAIS SÃO AS REGRAS PANTS?

LEARN PANTOSAURUS'
FIVE EASY RULES
FOR STAYING SAFE

SAY HELLO
TO PANTOSAURUS!

KEEP AND
LEARN
KIDS' PULL-OUT

WHERE'S
PANTOSAURUS?

- P** RIVATES ARE PRIVATE
- A** LWAYS REMEMBER YOUR BODY BELONGS TO YOU
- N** O MEANS NO
- T** ALK ABOUT SECRETS THAT UPSET YOU
- S** PEAK UP, SOMEONE CAN HELP



