

OFICINA DE AUTOPROTEÇÃO · 3 A 6 ANOS

Oi! Eu sou o Tuca.

Na Rota do Afeto · Paula Lins



Eu sou um tatu-bola.

- Quando eu preciso me proteger, eu me enrolo assim.
- E fico seguro dentro da minha casquinha.

Você também sabe se proteger. Só precisa aprender umas combinações.



COMBINAÇÃO 1

O meu corpo é meu.

- Ele é a minha casa. Eu moro dentro dele.
- Ninguém entra na minha casa sem eu deixar.
- Eu decido quem me abraça, quem me pega no colo e quem me dá beijo.

COMBINAÇÃO 2

A regra do maiô e da sunga.

- Tem partes do meu corpo que são só minhas.
- São as que ficam escondidas embaixo do maiô ou da sunga.
- E a minha boca também.

Essas partes têm nome de verdade. Falar o nome certo não é feio.



MAS E NA HORA DO BANHO?

Tem hora que pode.

- Quando um adulto que cuida de mim me ajuda no banho.
- Quando o médico precisa me examinar — sempre com um adulto meu na sala.

Fora isso, ninguém mais pode ver, nem tocar, nem tirar foto. E ninguém pode me pedir para eu ver o corpo de um adulto.

COMBINAÇÃO 3

Carinho bom e carinho esquisito.

- Carinho bom deixa o coração quentinho.
- Carinho esquisito dá um aperto na barriga.
- Eu posso dizer NÃO. Até para gente que eu amo.

Cócega que não para quando eu peço para parar não é brincadeira.



O aviso da barriga.

- Às vezes acontece uma coisa e a barriga dá um aviso.
- Um frio. Um aperto. Um nó.
- Esse aviso é o meu corpo falando comigo.

Quando a barriga avisa, eu conto para o meu adulto. Mesmo sem saber explicar direito.



COMBINAÇÃO 5

Surpresa ou segredo?

- Surpresa é para alegrar. Todo mundo descobre depois e todo mundo ri.
- Segredo que pesa é o que alguém mandou eu guardar.
- Se alguém falar “não conta pra sua mãe” — eu conto sim.

ATIVIDADE

A minha mão da segurança.

- Eu tenho cinco dedos. Cada dedo é um adulto que eu posso procurar.
- Um deles precisa ser de fora de casa.
- Se um não puder me ouvir, eu vou no outro. Até alguém me ouvir.



A culpa nunca é minha.

- Mesmo que eu tenha ficado quieto.
- Mesmo que eu não tenha contado na hora.
- Mesmo que eu goste muito da pessoa.

Eu conto. E eu continuo sendo amado do mesmo jeito.