

ATIVIDADES PARA AS CRIANÇAS

1 Lista os momentos em que sentiste que não podias falar sobre os teus sentimentos e porquê.

2 Lista os momentos em que acabaste por os partilhar e o que sentiste depois

NOTAS PARA OS PAIS (APÓS A ATIVIDADE)

1. Verifique a lista de momentos em que os seus filhos sentiram que não podiam falar sobre os seus sentimentos. Reflita se poderia estar mais presente em algum deles.
2. Fale com os seus filhos sobre momentos em que partilhar sentimentos o ajudou a lidar com as situações, liderando pelo exemplo.
3. Marque uma reunião periódica, com a sua família, para falar abertamente sobre sentimentos.



BANDA DESENHADA 7 | junho 2023
Talking About it Makes Us Stronger

A Alegria de Ser Ouvido



Developed by Storytelme

tamusproject.eu



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License



Co-funded by the European Union

The European Commission's support of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission can not be held responsible for any use which may be made of the information therein.

Project Number: 2021-1-IE01-KA220-ADU-000035273

