

# CALENDÁRIO DOS AFETOS

Consiste num desafio, lançado a toda a comunidade, de uma atividade diária para ser realizada em casa, envolvendo as crianças e os seus familiares, permitindo, essencialmente, prevenir os maus-tratos na infância e juventude, fomentar e fortalecer os laços de afetividade entre todos os membros da família, bem como promover momentos de alegria, introspeção e criatividade.

A prevenção dos maus-tratos infantis começa desde cedo, em casa e com pequenos gestos. Deste modo, desafiamos os pais de toda a comunidade a dinamizarem com os seus filhos as atividades propostas, promovendo uma parentalidade positiva baseada na dedicação e no amor.

Múcleo Hospitalar de Apoio a Crianças e Jovens em Risco



SÁB	DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
<b>1</b> Dê um passeio em família 	<b>2</b> Sessão de cinema em casa e em família 	<b>3</b> Dia de fazer a Árvore Genealógica da família 	<b>4</b> Elogie positivamente uma tarefa realizada 	<b>5</b> Jogue ao jogo preferido da criança 	<b>6</b> Dê ao seu filho um abraço apertadinho 	<b>7</b> Incentive o seu filho a exprimir e lidar com sentimentos negativos 
<b>8</b> Faça um bolo ou umas bolachas com ajuda da criança 	<b>9</b> Faça uma atividade ao ar livre com o seu filho 	<b>10</b> Deixe um "adoro-te" na mesinha de cabeceira do seu filho 	<b>11</b> Ensine o seu filho a reciclar e a importância desse gesto 	<b>12</b> Dia de comer a comida preferida do seu filho 	<b>13</b> Ajude na escolha de um brinquedo ou roupa para doar 	<b>14</b> Escolham uma música e aprendam a coreografia juntos 
<b>15</b> Plante uma árvore em conj. com o seu filho e ensine-o a cuidar dela 	<b>16</b> Faça com o seu filho aquilo que ele mais gosta durante um dia 	<b>17</b> Incentive o seu filho a exprimir sentimentos positivos 	<b>18</b> Ensine o seu filho a ser generoso e solidário com os outros 	<b>19</b> Conte uma história ao seu filho antes de dormir 	<b>20</b> Contem piadas engraçadas e riem juntos 	<b>21</b> Conte histórias sobre a sua infância ao seu filho 
<b>22</b> Descubram figuras nas nuvens 	<b>23</b> Dia de fazer um piquenique em família 	<b>24</b> Façam trabalhos manuais juntos 	<b>25</b> Dia de ver as estrelas e aprender as constelações 	<b>26</b> Ajude a criança a fazer uma carta para um familiar próximo 	<b>27</b> Leiam um livro em conjunto 	<b>28</b> Diga ao seu filho que acredita e confia nas suas capacidades 
<b>29</b> Façam tarefas domésticas em conjunto 	<b>30</b> Diga e demonstre ao seu filho o quanto o ama! 	<p>ELABORADO POR SUSANA CRUZ, ESTAGIÁRIA DE SERVIÇO SOCIAL, IPCB-ESE</p>		<p><b>"O azul funciona para mim como um constante lembrete/alerta para lutar pela proteção das crianças."</b></p>		<p><b>Bonnie W. Finney</b></p> <p>PRODUZIDO POR </p>
<p>REPUBLICA PORTUGUESA</p> <p>SNS - SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE</p> <p>Múcleo Hospitalar de Apoio a Crianças e Jovens em Risco</p>						

