FRENTE

1 / 12

O que é **comunicação assertiva**?

FRENTE

2 / 12

O que é uma **alimentação saudável**?

FRENTE

3 / 12

Porque é importante a **atividade física**?

FRENTE

4 / 12

O que é **privacidade**?

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

VERSO

1

Dizer o que queres e o que não queres com clareza — sem gritar e sem ceder.

VERSO

2

Variada e colorida, com fruta, legumes e refeições certas — água primeiro, doces de vez em quando.

VERSO

3

Brincar e correr dão sono melhor, energia e humor estável — o corpo ativo cresce bem.

VERSO

4

O que é só teu: partes cobertas pela roupa, senha, vida dentro de casa — não se dá a desconhecidos.

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

FRENTE

5 / 12

O que é **intimidade**?

FRENTE

6 / 12

O que é **autoproteção**?

FRENTE

7 / 12

O que é um **risco natural**?

FRENTE

8 / 12

O que é um **risco tecnológico**?

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

VERSO

5

O espaço mais pessoal do teu corpo e dos teus sentimentos — só tu decides quem lá entra.

VERSO

6

Proteger-te a ti primeiro numa emergência: calma, instruções, saídas conhecidas — gente primeiro.

VERSO

7

Vem da natureza, sem culpa de ninguém: sismo, temporal, cheia.

VERSO

8

Nasce da atividade das pessoas: avaria numa fábrica, acidente com produto perigoso.

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

FRENTE

9 / 12

O que é um risco misto?

FRENTE

10 / 12

O que faz a Proteção Civil?

FRENTE

11 / 12

O que avisam os sinais de trânsito?

FRENTE

12 / 12

O que é um pictograma de segurança?

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

VERSO

9

Quando se junta natureza e ação humana: inundação em rua sem drenagem, incêndio junto a casas.

VERSO

10

Avisa, organiza evacuações e coordena a resposta quando o evento já aconteceu.

VERSO

11

Triângulo avisa, círculo vermelho proíbe, círculo azul obriga — três famílias, três mensagens.

VERSO

12

O ícone que mostra o que fazer: saída de emergência, extintor, ponto de encontro.