FRENTE

1 / 12

O que é **consentimento?**

FRENTE

2 / 12

O que é **saúde mental?**

FRENTE

3 / 12

O que são **desafios globais de saúde pública?**

FRENTE

4 / 12

Sobre que bases se constroem **relações saudáveis?**

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

VERSO

1

Um sim livre, informado e específico — que se pode retirar a qualquer momento; o silêncio sob pressão não conta.

VERSO

2

Não é só ausência de doença: inclui sono, humor, energia e a capacidade de lidar com o que acontece — cuida-se com hábitos e com apoio.

VERSO

3

Problemas que não cabem num doente nem num país — espalham-se, cronificam populações ou tornam os cuidados desiguais.

VERSO

4

Respeito, confiança e comunicação — com autonomia preservada e sem controlo, chantagem ou humilhação.



© 2026 Estudantices estudantices.com 

FRENTE

5 / 12

Quais são os **primeiros passos** ao chegar a um acidente?

FRENTE

6 / 12

O que é uma **mobilidade sustentável**?

FRENTE

7 / 12

O que decide o **urbanismo** na segurança?

FRENTE

8 / 12

O que é um **risco coletivo**?

VERSO

5

Proteger-se, sinalizar a zona e chamar o 112 com local, vítimas e riscos — só depois socorrer, e sem agravar lesões.

VERSO

6

Menos dependência do automóvel: transporte público, bicicleta e peão — reduz acidentes, emissões e ruído ao mesmo tempo.

VERSO

7

O projeto da rua: onde ficam escolas, passadeiras, ilhas e carga — o desenho previne o acidente antes de qualquer sinal.

VERSO

8

Um evento que concentra danos — vítimas múltiplas, infraestruturas paradas e comunidades bloqueadas durante semanas.

FRENTE

9 / 12

Que diferença faz pensar em **catástrofes** antes?

FRENTE

10 / 12

O que é **cultura de segurança**?

FRENTE

11 / 12

Como se **compara o risco** entre áreas?

FRENTE

12 / 12

Que informação dá ao **112** e porque é que ela decide?

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices

VERSO

9

Prepara a resposta antes: planos escritos, evacuação ensaiada, alerta — sem preparação, o estrago multiplica-se.

VERSO

10

Hábito coletivo: planos ensaiados, rotinas de manutenção e liberdade para qualquer pessoa levantar um problema sem punição.

VERSO

11

Com a mesma unidade e a mesma fonte — população exposta, eventos por ano, danos registados — nunca por sensação.

VERSO

12

O que aconteceu, onde (ponto de referência), quantas vítimas e que risco existe — disso depende a rapidez com que a ajuda chega.

© 2026 Estudantices

© 2026 Estudantices