

# ★ Conhecer as Minhas ★ ★ Regras de Segurança ★

- 1. PRIMEIRO DEVO PERGUNTAR** aos meus pais, tutores ou outros adultos em quem posso confiar, antes de ir a qualquer sítio, ajudar alguém, aceitar alguma coisa ou entrar num carro.
- 2. LEVO UM AMIGO** comigo quando vou a qualquer sítio ou quando brinco no exterior.
- 3. DIGO "NÃO"** a alguém que tente tocar-me ou fazer-me mal. Defender-me é O QUE DEVO FAZER.
- 4. CONTO** ao adulto em quem confio se alguma coisa faz com que me sinta triste, assustado ou confuso.

Às vezes há pessoas que enganam ou que fazem mal aos outros. Ninguém tem o direito de te fazer isso. Por isso, segue estas regras e não te esqueças de que és FORTE, és ESPERTO e tens o direito de viver em SEGURANÇA. Faz sempre o seguinte:

- PERGUNTA PRIMEIRO
- LEVA UM AMIGO CONTIGO
- DIZ "NÃO" ÀS PESSOAS QUE TENTAREM TOCAR-TE OU FAZER-TE MAL
- CONTA A UM ADULTO EM QUEM CONFIAS SE ACONTECER ALGUMA COISA



1-800-THE-LOST® (1-800-843-5678)  
www.missingkids.com

**OJJDP** Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention  
Office of Justice Programs • U.S. Department of Justice

Este projecto foi apoiado pela Subvenção no. 2010-MC-CX-K001 concedida pelo Gabinete de Justiça Juvenil e Prevenção da Delinquência (*Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention - OJJDP*), Gabinete de Programas de Justiça (*Office of Justice Programs - OJP*) do Departamento da Justiça dos Estados Unidos (*U.S. Department of Justice - DOJ*). Os pontos de vista ou as opiniões contidas neste documento pertencem ao seu autor e não reflectem necessariamente a posição oficial nem as políticas do Departamento da Justiça dos Estados Unidos (*U.S. Department of Justice - DOJ*). O Centro Nacional de Crianças Desaparecidas e Exploradas (*National Center for Missing & Exploited Children*® - NCMEC) e o número de telefone 1-800-THE-LOST® são marcas registadas do Centro Nacional de Crianças Desaparecidas e Exploradas (*National Center for Missing & Exploited Children - NCMEC*). Este documento foi publicado anteriormente sob o título "As Minhas 8 Regras de Segurança" (*My 8 Rules for Safety*) e "Conhecer as Minhas 8 Regras de Segurança" (*Knowing My 8 Rules for Safety*). Ordem no. 28PG do NCMEC.

Copyright © 1991, 1999, 2005 e 2011 Centro Nacional de Crianças Desaparecidas e Exploradas (*National Center for Missing & Exploited Children - NCMEC*). Todos os direitos reservados.

Desprenda e converse com os seus filhos sobre este marcador de livros que se encontra abaixo!

## Conhecer as Minhas Regras de Segurança

- 1. PRIMEIRO DEVO PERGUNTAR** aos meus pais, tutores ou outros adultos em quem posso confiar, antes de ir a qualquer sítio, ajudar alguém, aceitar alguma coisa ou entrar num carro.
- 2. LEVO UM AMIGO** comigo quando vou a qualquer sítio ou quando brinco no exterior.
- 3. DIGO "NÃO"** a alguém que tente tocar-me ou fazer-me mal. Defender-me é O QUE DEVO FAZER.
- 4. CONTO** ao adulto em quem confio se alguma coisa faz com que me sinta triste, assustado ou confuso. Às vezes há pessoas que enganam ou que fazem mal aos outros. Ninguém tem o direito de te fazer isso. Por isso, segue estas regras e não te esqueças de que és FORTE, és ESPERTO e tens o direito de viver em SEGURANÇA. Faz sempre o seguinte:
  - PERGUNTA PRIMEIRO
  - LEVA UM AMIGO CONTIGO
  - DIZ "NÃO" ÀS PESSOAS QUE TENTAREM TOCAR-TE OU FAZER-TE MAL
  - CONTA A UM ADULTO EM QUEM CONFIAS SE ACONTECER ALGUMA COISA

1-800-THE-LOST® (1-800-843-5678)  
[www.missingkids.com](http://www.missingkids.com)  
Este projecto foi apoiado pela Subvenção no. 2010-MC-CX-K001 concedida pelo Gabinete de Justiça Juvenil e Prevenção da Delinquência (*Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention - OJJDP*), Gabinete de Programas de Justiça (*Office of Justice Programs - OJP*) do Departamento da Justiça dos Estados Unidos (*U.S. Department of Justice - DOJ*). Os pontos de vista ou as opiniões contidas neste documento pertencem ao seu autor e não reflectem necessariamente a posição oficial nem as políticas do Departamento da Justiça dos Estados Unidos (*DOJ*). O Centro Nacional de Crianças Desaparecidas e Exploradas (*National Center for Missing & Exploited Children*® - NCMEC) e o número de telefone 1-800-THE-LOST® são marcas registadas do Centro Nacional de Crianças Desaparecidas e Exploradas (*NCMEC*). Este documento foi publicado anteriormente sob o título "As Minhas 8 Regras de Segurança" (*My 8 Rules for Safety*). Ordem no. 28PG do NCMEC.

Copyright © 1998, 2005 e 2011 Centro Nacional de Crianças Desaparecidas e Exploradas (*NCMEC*). Todos os direitos reservados.