

AMO MEU CORPO AMO MINHA VIDA

Livro para pré-adolescentes



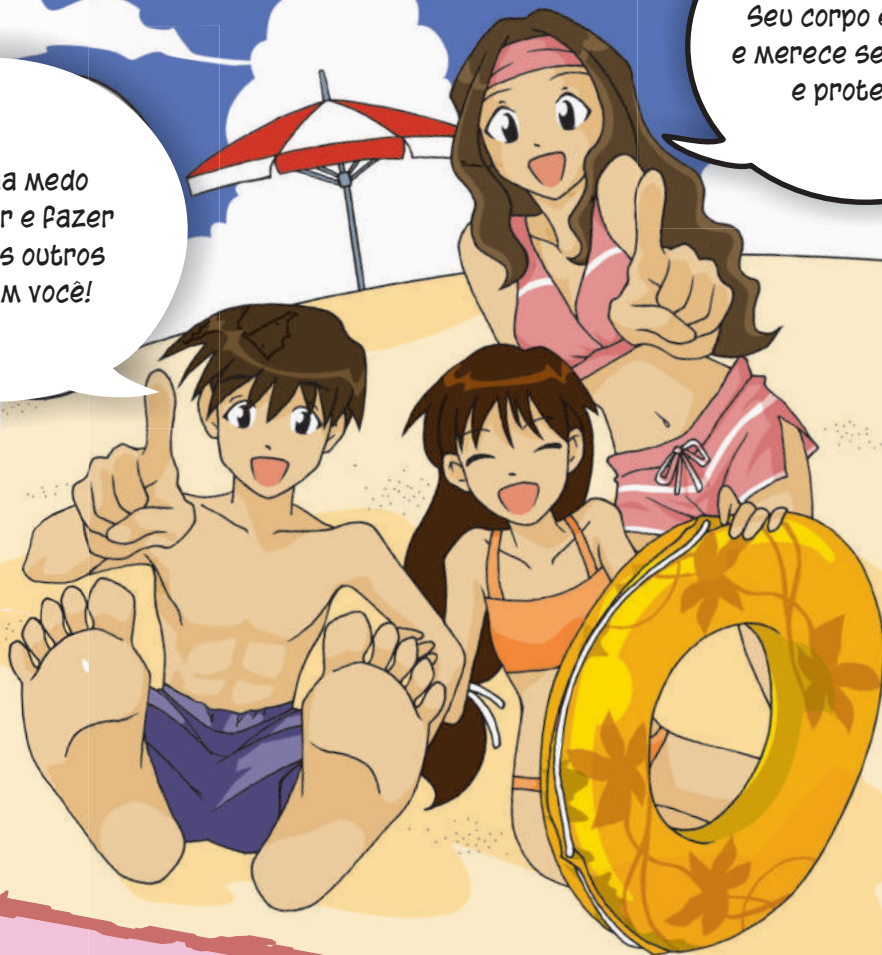
Sociedade Bíblica
do Brasil

Vamos aprender juntos a prevenir o abuso sexual

2

Não tenha medo
de se impor e fazer
com que os outros
respeitem você!

Seu corpo é valioso
e merece ser cuidado
e protegido!



O que é o abuso sexual?

É toda ação de natureza sexual imposta a alguém por uma pessoa mais velha ou mais forte. É uma forma grave de violência. Pode acontecer por meio de enganos, oferecimento de recompensas, chantagens ou pelo uso da força.



Quem pode ser o agressor ou a agressora?

Muitas vezes, é uma pessoa em quem confiamos, como um tio ou tia, padrasto ou madrasta, irmãos, professores, primos, amigos, vizinhos etc. Pode ser um homem ou uma mulher, e a pessoa não terá, necessariamente, uma aparência que a distinga das demais.

Você sabia que existem diferentes formas de abuso sexual?

1. Exposição/insinuação

QUANDO:

- Alguém espia você trocando de roupa ou tomando banho;
- Uma pessoa faz gestos ou propostas indecentes ou sexuais a você;
- Uma pessoa lhe diz palavras sexualmente insinuas ou obscenas ou expõe você a escutar (ou ler) coisas assim por telefone, celular, na internet, nas redes sociais, pelo Whatsapp etc.
- Uma pessoa lhe mostra ou envia pornografia (fotos, vídeos, sites etc.);
- Alguém pede fotos suas sem roupa ou em posições que expõem seu corpo;
- Uma pessoa lhe manda mensagens com conversas de teor sexual, com ou sem convites e propostas.



“O seu entendimento e a sua sabedoria o protegerão.”
(Provérbios 2.11, NTLH)



Lembre-se:
As pessoas podem aparentar ser uma coisa diferente do que são. Não se engane!

2. Diferentes formas de violência física

QUANDO:

- Alguém toca ou acaricia seus seios, nádegas ou órgãos sexuais;
- Alguém se aproxima de você e esfrega os genitais em você;
- Alguém o obriga a tocar ou acariciar os genitais dele;
- Alguém beija você ou obriga você a beijar na boca, de maneira muito íntima.



3. Estupro

Quando alguém *força* ou *constrange* você, por meio de violência, a ter relações sexuais. Pode ser dirigido a qualquer pessoa, seja do sexo feminino ou masculino.

O estupro é crime. Você tem o direito de exigir respeito em relação ao seu corpo e à sua intimidade!

Você também tem o direito de dizer NÃO a um adulto, mesmo que o conheça bem.

Não tenha medo e conte tudo a uma pessoa em quem você confie.

Você pode denunciar um agressor às autoridades.



Peça ajuda e grite

Avise uma pessoa de confiança

Recorde que você merece ser respeitado

Evite estar sozinho em lugares de risco

O que fazer se você sofre abuso sexual ou se um amigo ou amiga lhe conta que sofreu abuso sexual?



O Disque 100 pode lhe dar informações, orientações, aconselhamento e ajuda especializada para lidar com situações de violência sexual ou familiar. Esse serviço é gratuito, acessível de qualquer telefone, fixo ou celular, e funciona todos os dias, 24 horas por dia.

Para denunciar, você também pode entrar em contato com: a **Polícia Militar** (ligue 190); **Delegacias Especializadas de Proteção à Criança e ao Adolescente**; **Conselhos Tutelares**; por e-mail: disquedenuncia@sedh.gov.br.

Atividade

1.

Os agressores ou abusadores sexuais são pessoas... (pode marcar com um círculo)

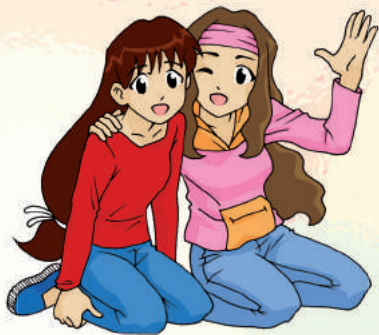
Conhecidas

Desconhecidas

Ambas

2.

Marque com um círculo as situações em que você considera haver abuso sexual:





Mencione algumas situações em que há abuso sexual
(de qualquer tipo).

Como evitá-las?

1.

2.

3.

