



Cuidamos de Si!

Uma ação para cada dia do mês de Abril !

2023

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
					1 Receba com um sorriso no olhar !	2 Valorize um comportamento durante a consulta!
3 Escute com o coração!	4 Expresse um agradecimento!	5 Verbalize a sua disponibilidade!	6 Incentive a colocação de questões!	7 Converse sobre o Direito à Saúde!	8 Mostre carinho e cuidado!	9 Ofereça um desenho!
10 Dê um abraço com o pé!	11 Inicie uma brincadeira!	12 Deseje um Dia Feliz!	13 Valorize a presença na consulta!	14 Provoque muitos sorrisos!	15 Dê um elogio!	16 Despeça-se com gratidão!
17 Lance um desafio: Faça uma adivinha!	18 Sugira um passeio em Família!	19 Proponha um piquenique em Família!	20 Dê um beijinho com o cotovelo	21 Explique o significado de Bom Trato/Mau Trato	22 Questione o que o/a faz (in)feliz!	23 Peça a partilha de um sonho!
24 Fortaleça a auto-estima!	25 Encoraje a expressão de sentimentos!	26 Incentive o diálogo entre criança/jovem e @s progenitor@s!	27 Reforce a confiança!	28 Partilhe um afeto positivo!	29 Dê um folheto. Estimule a leitura em família!	30 Dialogue sobre a importância do CUIDAR!

