

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE PONTA GROSSA
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO INCLUSIVA
MESTRADO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO INCLUSIVA - PROFEI

ANDRIENI CALDAS DE PAULA

EU VEJO COM MEUS OLHINHOS: LINA ENTRE O VER E O SENTIR

Livro paradidático infantil e Guia de Mediação de Leitura para
Educadores



PONTA GROSSA
2026



ANDRIENI CALDAS DE PAULA



EU VEJO COM MEUS OLHINHOS: LINA ENTRE O VER E O SENTIR

Livro paradidático infantil e Guia de Mediação de Leitura para Educadores

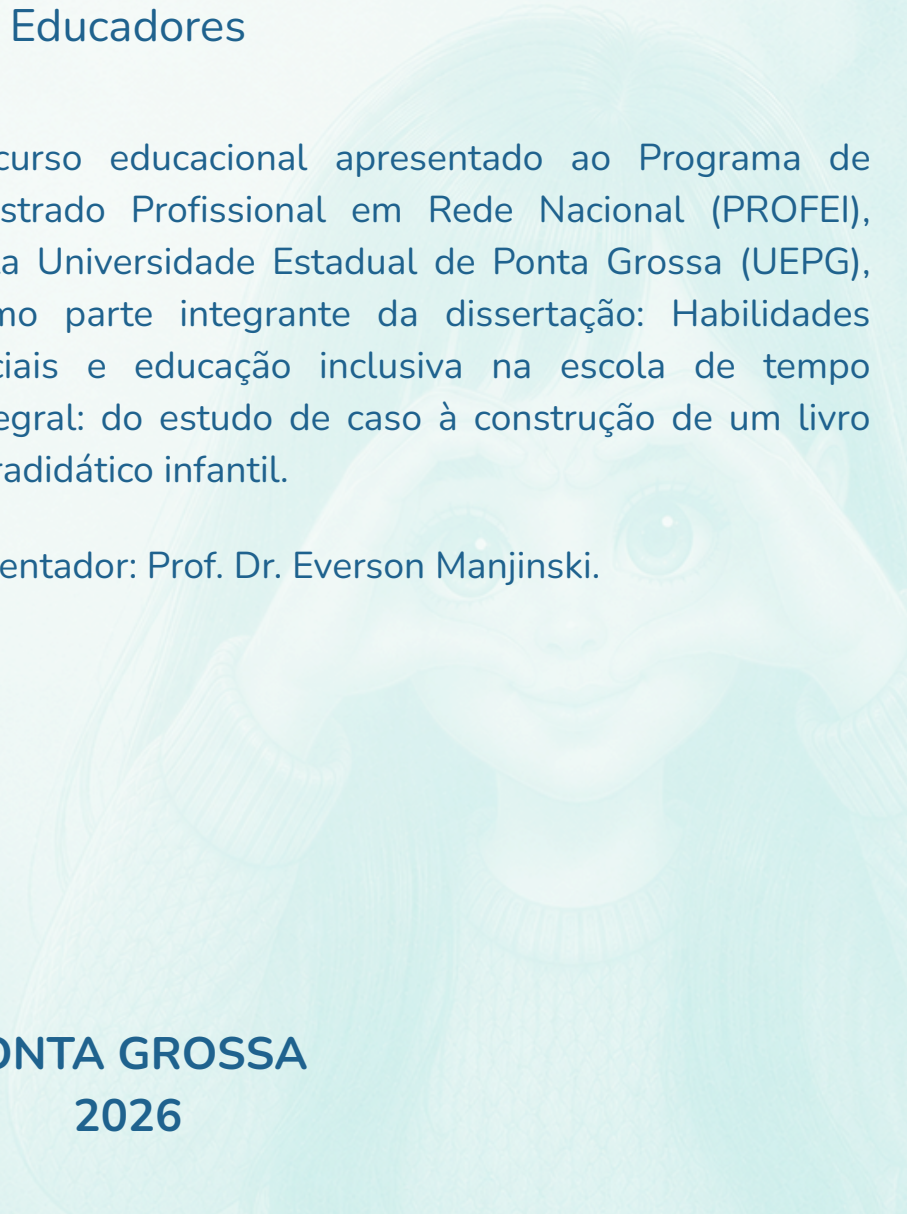


Recurso educacional apresentado ao Programa de Mestrado Profissional em Rede Nacional (PROFEI), pela Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), como parte integrante da dissertação: Habilidades sociais e educação inclusiva na escola de tempo integral: do estudo de caso à construção de um livro paradidático infantil.

Orientador: Prof. Dr. Everson Manjinski.



PONTA GROSSA
2026



P324 Paula, Andrieni Caldas de
Eu vejo com meus olhinhos - Lina entre o ver e o sentir: livro paradidático infantil e guia de mediação de leitura para educadores / Andrieni Caldas de Paula. Ponta Grossa, 2026.
35 f.

Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Inclusiva em Rede Nacional - Área de Concentração: Educação Inclusiva), Universidade Estadual de Ponta Grossa.

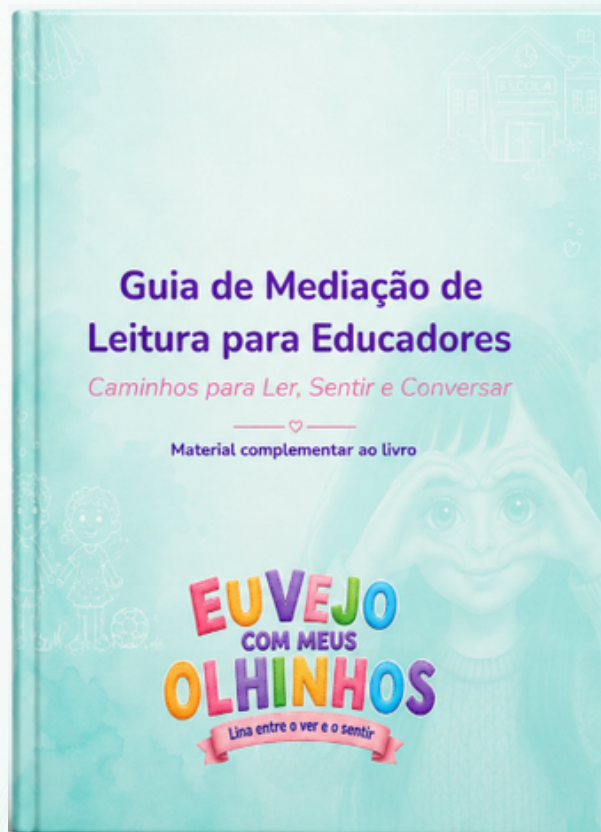
Orientador: Prof. Dr. Everson Manjinski.

1. Educação inclusiva. 2. Escola - tempo integral. 3. Educação integral. 4. Habilidades sociais. 5. Recurso educacional. I. Manjinski, Everson. II. Universidade Estadual de Ponta Grossa. Educação Inclusiva. III.T.

CDD: 370.115



RECURSO EDUCACIONAL



COMUNICAÇÃO ♥ EMPATIA ♥ AUTOCONTROLE ♥ ASSERTIVIDADE ♥ COOPERAÇÃO

Andrieni Caldas de Paula
Everson Manjinski



SUMÁRIO



APRESENTAÇÃO DO RECURSO EDUCACIONAL6

LIVRO PARADIDÁTICO INFANTIL

Eu vejo com meus olhinhos: Lina entre o ver e o sentir.....8

GUIA DE MEDIAÇÃO DE LEITURA PARA EDUCADORES

Caminhos para Ler, Sentir e Conversar.....29



Recurso Educacional

Livro paradidático e Guia de Mediação de Leitura

Eu vejo com os meus olhinhos

Lina entre o ver e o sentir



O recurso educacional *Eu vejo com meus olhinhos: Lina entre o ver e o sentir* é composto pelo livro paradidático infantil e pelo Guia de Mediação de Leitura para Educadores. Fundamentado na literatura infantil, favorece experiências de diálogo, convivência e desenvolvimento das habilidades sociais na perspectiva da educação inclusiva.

APRESENTAÇÃO

Este recurso educacional foi desenvolvido no âmbito da dissertação Habilidades Sociais e Educação Inclusiva na Escola de Tempo Integral: do estudo de caso à construção de um livro paradidático infantil, vinculada ao Programa de Mestrado Profissional em Educação Inclusiva (PROFEI/UEPG). A pesquisa fundamentou a elaboração deste recurso, composto pelo livro paradidático infantil e pelo Guia de Mediação de Leitura para Educadores.

OBJETIVO

Favorecer experiências de diálogo, convivência e promoção das habilidades sociais, em consonância com os princípios da educação inclusiva e da formação integral.

DA PESQUISA AO RECURSO EDUCACIONAL

As evidências produzidas pela pesquisa destacaram a importância das experiências de convivência, do diálogo, da participação e da mediação pedagógica para a formação integral dos estudantes. Com base nesses achados, foi elaborado o recurso educacional, composto pelo livro paradidático infantil e pelo Guia de Mediação de Leitura para Educadores, com o propósito de favorecer a promoção das habilidades sociais: comunicação, empatia, autocontrole, assertividade e cooperação, na perspectiva da educação inclusiva.

O QUE COMPÕE O RECURSO EDUCACIONAL

Livro paradidático infantil

Organizado em cinco capítulos, construídos em diferentes gêneros textuais, aborda situações do cotidiano escolar relacionadas às habilidades sociais.

Audiolivro com musicalização

Produção sonora que integra interpretação, canções e trilha musical, ampliando as formas de acesso e interação.

Guia de Mediação de Leitura para Educadores

Material destinado aos educadores, contendo possibilidades de mediação, propostas de diálogo e sugestões para ampliar as experiências de leitura.



Plataforma digital:

Reúne livro digital interativo, audiolivro com musicalização, guia de mediação pedagógica e capítulos individuais para acesso independente.

HABILIDADES SOCIAIS PRESENTES NA OBRA

COMUNICAÇÃO



EMPATIA



AUTOCONTROLE



ASSERTIVIDADE



COOPERAÇÃO



EDUCAÇÃO INCLUSIVA PARA TODOS

Pensado e elaborado para todas as crianças, este recurso educacional não se destina a um diagnóstico específico, reconhecendo a diversidade como parte constitutiva da vida escolar. Ao abordar situações do cotidiano relacionadas aos sentimentos, às relações interpessoais e à convivência, convida crianças, professores e famílias a refletirem sobre diferentes formas de comunicar, acolher, participar e aprender juntos, contribuindo para a construção de ambientes mais sensíveis, respeitosos e inclusivos.

PÚBLICO-ALVO

Crianças dos Anos Iniciais do Ensino Fundamental, professores, famílias e profissionais da educação.

ACESSO



<http://euvejocommeusolhinhos.com.br>

AUTORIA

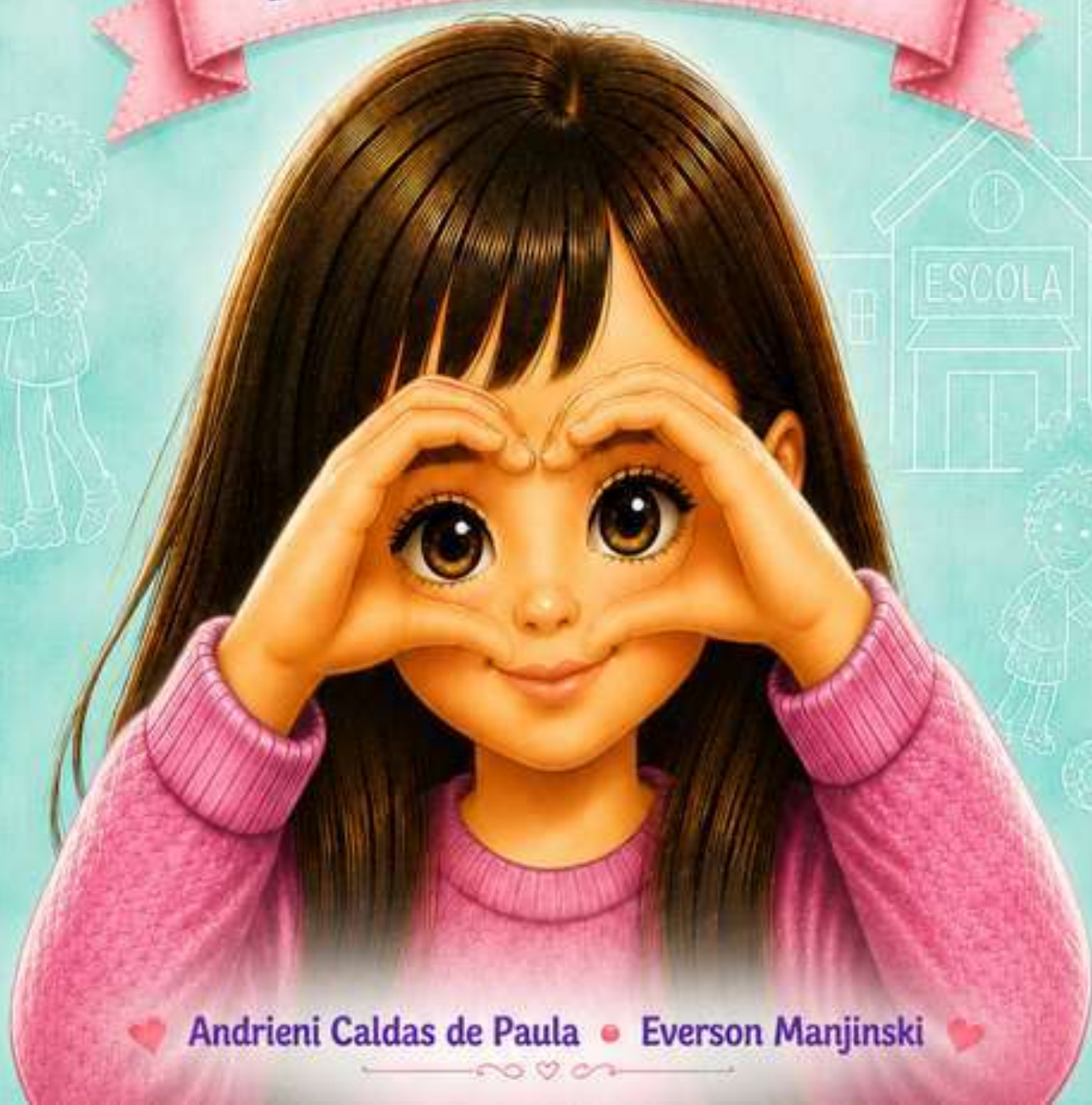
Andrieni Caldas de Paula e Everson Manjinski

ORIENTAÇÃO

Prof. Dr. Everson Manjinski

EU VEJO COM MEUS OLHINHOS

Lina entre o ver e o sentir



♥ Andrieni Caldas de Paula • Everson Manjinski ♥

Eu vejo com meus olhinhos
Lina entre o ver e o sentir

Andrieni Caldas de Paula
Everson Manjinski

PROFEI / UEPG

Palmeira - PR
2026

© 2026 Andrieni Caldas de Paula e Everson Manjinski

Todos os direitos reservados.

Este livro não pode ser reproduzido, no todo ou em parte,
sem autorização dos autores.

1ª edição – 2026

Autores: Andrieni Caldas de Paula e Everson Manjinski

Título: Eu vejo com meus olhinhos

Subtítulo: Lina entre o ver e o sentir

Ilustração: Produção própria, com uso de ferramentas de
inteligência artificial generativa (ChatGPT e Gemini), sob
direção, curadoria e edição da autora.

Diagramação: Produção própria da autora

Este livro foi desenvolvido como recurso educacional no
âmbito do Mestrado Profissional em Educação Inclusiva
(PROFEI/UEPG), sob orientação do Prof. Dr. Everson
Manjinski.

ISBN: 978-65-02-13000-1

Este livro paradidático infantil foi desenvolvido como recurso educacional para apoiar a promoção de habilidades sociais no contexto escolar.

Ao longo da narrativa, são abordadas situações do cotidiano relacionadas à comunicação, à empatia, ao autocontrole, à assertividade e à cooperação.

Destina-se às crianças dos Anos Iniciais do Ensino Fundamental e pode ser utilizado por professores e famílias como apoio ao trabalho pedagógico voltado ao desenvolvimento das habilidades sociais e à educação inclusiva.

Neste livro, você vai encontrar:

Capítulo 1 - Quando minha voz tentou sair
Comunicação

Capítulo 2 - Quando meus olhinhos sentiram o outro
Empatia

Capítulo 3 - Por dentro virou bagunça
Autocontrole

Capítulo 4 - Entre o sim e o não, todo mundo pode aprender a escolher a melhor opção
Assertividade

Capítulo 5 - Quando aprender junto fica mais leve
Cooperação

Lina chegava para
seu primeiro dia de aula.

A escola nova era tão
enorme que Lina
precisava jogar a cabeça
para trás, esticando o
pescoço feito girafa
curiosa, só para tentar
enxergar o teto.

Seus olhos arregalados
pareciam dois ovos
cozidos tentando
escapar do rosto!

Seu coração pulava
tão forte...

Tum-tum-tum!

Parecia pipoca
estourando dentro do
peito.



Ela segurava as alças da
mochila com tanta força que
seus dedinhos ficaram
branquinhos, parecendo doces
marshmallows amassados.

Mas, de doce...
só o marshmallow mesmo!

Na barriguinha de Lina os
gostos estavam todos
misturados.

Azedo, amargo e salgado
todos bagunçados,
fazendo uma festa sem serem
convidados!

O sinal tocou!

TRIMMM!

As pernas de Lina travaram.

Não iam nem pra frente,
nem pra trás.

Tudo o que ela queria, naquele momento,
era sentir um pouquinho de paz.

Lina respirou fundo:

-Uffffff!

E, devagar, criou coragem para encarar
aquele novo mundo.



♡ CAPÍTULO 1 ♡

Quando minha voz tentou sair

♡ Comunicação ♡



Hoje vi e ouvi tanta coisa que fiquei

“zonzinha da Silva”.

O pátio estava cheio.

Crianças corriam
para todos os lados.

Pensei até que
alguém tinha soltado
um pum invisível,
daqueles que
fazem todo mundo

sair correndo!

Quando entrei na sala,
vi bocas falando rápido

e mãos levantadas bem alto.



Ahhhhhhh!

Vi também

quem ficou quietinho,
igual a mim.

Sentei devagar
e discreta...

Mas a danada da
cadeira não ajudou
e fez um barulhinho
estranho:

— **Nhééééc.**

Fiquei
vermelha, roxa, laranja.

A professora Gica sorriu
e perguntou meu nome.



Mas minha voz...

ah, ela se escondeu.

Não ia nem vinha.

A professora esperou.

Sem pressa.

Então tive uma ideia brilhante:
se a boca não fala, as mãos
podem contar segredos!

Abri a mochila:

— **VRUUUUUUP!**

Aquele foi o meu primeiro
“olá” silencioso.

E entreguei o meu estojo
de gatinho.

A professora entendeu
o código na hora e lançou
um sorriso doce:

— Que gatinho lindo, Lina!

— Ele veio ajudar você a estudar hoje?

Eu não falei.

Só balancei a cabeça com um **SIM!**



Aquele sorriso foi como jogar um balde de calda de chocolate em cima de toda aquela insegurança que eu sentia.

É sério...
se cada um fala de um jeito, a sala fica ainda
melhor quando todo mundo aprende a escutar.



♥ CAPÍTULO 2 ♥

Quando meus olhinhos sentiram o outro (empatia)



- 
- Será um terremoto?
— Será uma panela de pressão?
— Não, é apenas o recreio em ação!

Tem corrida, risada e bola rolando.
Eu ainda não contei,
mas confesso: estou gostando.

Avistei um menino sentado sozinho,
com olhar triste, não corre, nem grita,
se retrai e não se agita.

Um grupo passa, ri e fala sem pensar.
Mal sabiam eles que, com seus óculos coloridos,
ele enxerga o mundo de um jeito bem divertido.



Meu coração ficou miudinho
quando o vi ali, solitário e isolado,
o que eu só queria é lhe oferecer um carinho.

Não tinha palavras prontas.
Cheguei perto sem falar,
só pra junto ficar.

Ficamos ali, olhando o pátio.
Dividi meu lanche, contei uma piada.
O que era silencio, virou palhaçada.



Às vezes, cuidar é só chegar,
sentir a presença é como abraçar,
sem precisar explicar.

Meu coração ficou mais leve.
Olhei com os olhinhos do bem
Senti o que sentia alguém!

♥ CAPÍTULO 3 ♥

POR DENTRO VIROU BAGUNÇA (autocontrole)

♥.....♥



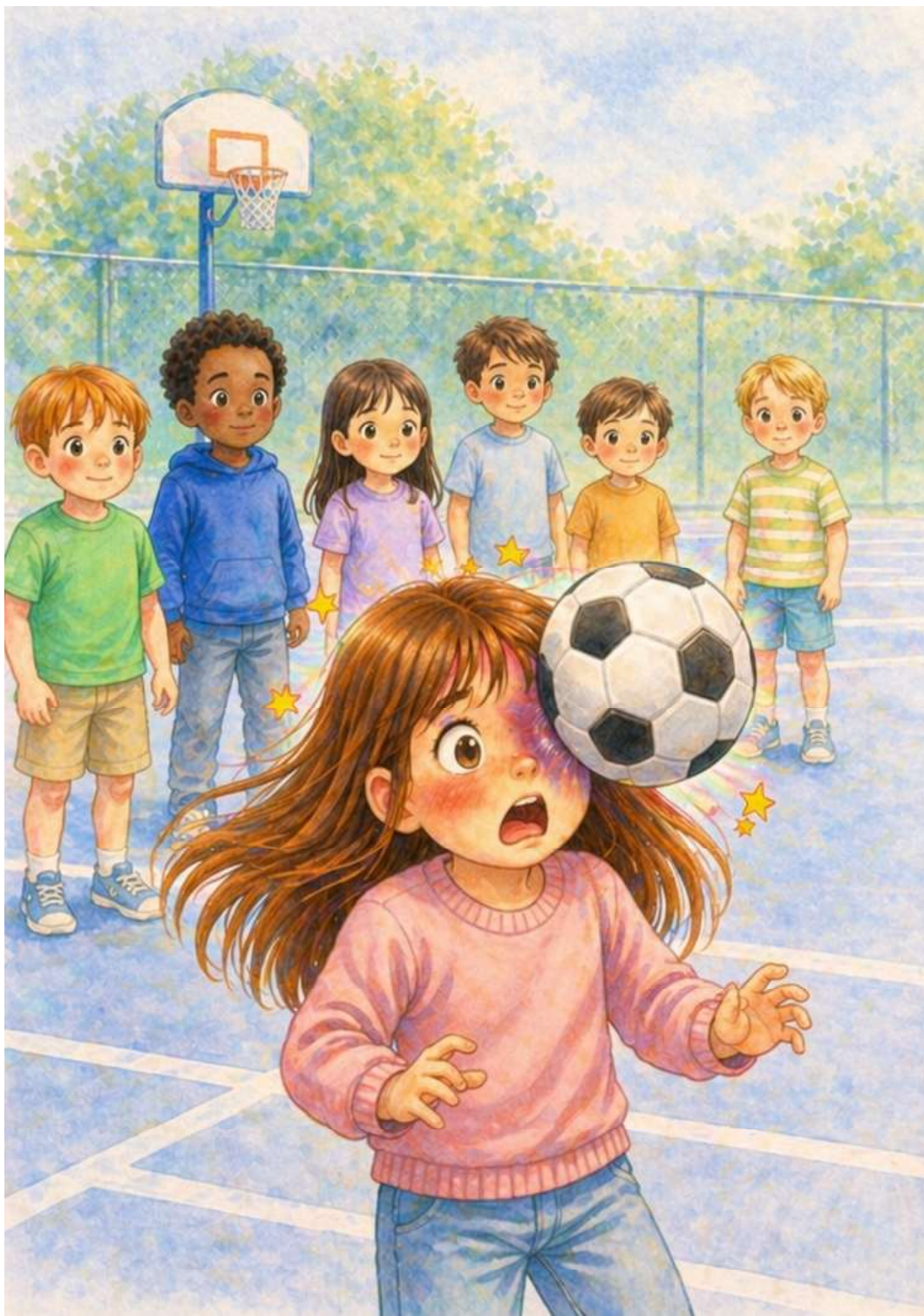
Lina, uma princesa-estudante, linda, tímida e delicada.

Estava encantada com seu novo castelo... quer dizer, sua nova escola.

Ela observava tudo com atenção e criava mil e uma situações em sua deslumbrante cabecinha.

Gostava do jeito que a vida acontecia ali.





Até que, em um dia de sol, algo saiu do lugar
No meio do pátio, com o “reino” inteiro assistindo,
sua melhor amiga, Nai, acertou uma baita bolada
bem no rosto de Lina.

— Isso não é possível...

— Não acredito que está acontecendo comigo!

Foi rápido, rápido demais. Lina ficou

vermelha,
roxa,
rosa.

Os olhos se abriram grandes,
como ovos cozidos prestes a
escapar do rosto.

O coração batia como uma
batedeira, e o corpo inteiro
tremia feito gelatina.





Mas não era uma gelatina doce.

Era gelatina de limão,
porque o sentimento estava muito, muito azedo.

— Não é justo! Todo mundo está olhando!

A boca de Lina queria gritar.

Ela sentiu que, se abrisse os lábios, sairia fogo de dragão.
O corpo esquentou. O pensamento se embaralhou.

— **Vai explodirrrrr...**



Foi então que ela avistou uma
“rainha-professora” se aproximando.

A rainha era delicada, tinha voz de
mel e mãos gentis.

Ela encostou a mão em seu ombro
e disse com calma:

— Calma, princesa Lina.

Foi apenas um susto.

Isso também acontece
no reino dos jogos.

Sua amiga não fez por mal,
foi apenas um descuido.

Lina respirou fundo:

uma...

duas...

três vezes.



Nai se aproximou.

Trouxe um copo d'água, que parecia uma poção mágica e pediu desculpas.

Lina entendeu que sentir raiva, vontade de gritar ou de explodir feito vulcão acontece com todo mundo, até com princesas.

O segredo é aprender o que fazer quando ela aparece.



Nai estendeu a mão. Lina segurou firme.

As cores voltaram ao normal. O coração foi desacelerando e a barriga ficou menos azeda.

O castelo continuou sendo escola.

A princesa continuou sendo Lina.

E a bagunça que estava dentro dela, devagarinho, começou a encontrar lugar.

♥ CAPÍTULO 4 ♥

Entre o sim e o não,
todo mundo pode aprender
a escolher a
melhor opção

♥ (assertividade) ♥



Como dizer o que você sente sem machucar
ninguém?

Descobri que, para ser ouvida, não precisava
gritar como um trovão, nem sumir como um
sussurro de vento.

Bastava seguir os ingredientes certos.



RECEITA DA VOZ NO VOLUME 5

Ingredientes

- **2 pés bem firmes no chão;**
como se fossem raízes de uma árvore.
- **1 olhar direto e atento;**
olhando nos olhos, sem baixar a cabeça.
- **1 pitada de coragem;**
daquela que dá um friozinho na barriga.
- **3 xícaras de palavras claras;**
dizer exatamente o que você sente ou quer.
- **Volume 5 na garganta;**
*nem sussurro de vento
passando pela fresta
da janela, nem grito
de dragão.*



Modo de preparo

1. Aqueça o peito

*Se alguém fizer algo
que você não gostou,*

Respire fundo.

Três vezes.

Até o peito encher de calma

2. Misture a postura

*Coloque os dois pés bem
firmes no chão.*

*Sinta que você é forte e que
seu espaço é importante.*

3. Adicione o olhar

*Mire seus olhinhos de
ovo cozido diretamente
nos olhos da outra pessoa.*

*Não precisa fazer
cara de brava, apenas
uma cara de “estou aqui”.*



4. Despeje as palavras

Com a voz no Volume 5, diga o que sente e o que precisa usando palavrinhas mágicas:

💖 — Eu não gostei disso.

💜 — Com licença, este espaço é meu.

💚 — Desculpa, isso não vai se repetir.

💙 — Obrigada pelo apoio.

💛 — Por favor, peça antes de usar as minhas coisas

5. Deixe descansar

Espere a outra pessoa ouvir.
Você não precisa brigar, apenas mostrar onde termina o seu espaço e onde começa o do outro.



Dicas da Chef Lina

- **Cuidado com o excesso de pimenta:**

Se você gritar, a receita desanda e vira briga.

- **Não esqueça o tempero:**

Se você não disser nada, o sentimento azeda dentro da barriga e vira aquela gelatina de limão que a gente já conhece.

- **Se errar, dá para tentar de novo:**

A gente também aprende praticando.



RENDIMENTO

- 💜 Uma dose generosa de respeito;
- 💚 Uma conversa mais tranquila
- 💛 E um coração mais leve!

Bom proveito!

♥ CAPÍTULO 5 ♥

Quando aprender junto fica mais leve

♥ (cooperação) ♥



Querida diário

Hoje eu quero contar uma coisa importante
que aconteceu comigo.
Descobri que às vezes, o peso da mochila
não vem dos livros.

Vem das dúvidas!

Eu gosto da minha escola. Gosto muito
mesmo!

Mas tem dias em que as letras parecem
dançar rápido demais na minha frente...
e eu fico com aquele azedinho preso no peito.

Eu queria pedir ajuda...
mas minha voz se esconde.

Hoje cheguei em casa diferente.
(Quieta, pensativa e muuuuittos
preocupada...)

O Vítis, meu irmão mais velho, percebeu.

Ele não fez muitas perguntas.

Não deu sermão.

Não disse "é fácil".

Ele só sentou do meu lado.

E ficou!

Não fez a tarefa por mim.

Não apressou o meu tempo.

Ficou ali, como quem diz sem falar:

"Eu estou aqui."

Ele trouxe brinquedos para formar palavras.

Cantou musiquinhas.

Apontou as letras devagar.

Foi tão divertida...

que eu aprendi brincando.

Eu errava.

Tentava de novo.

Errava outra vez.

Ciiii, como eu errei!

Mas ele continuava ali.

As primeiras palavrinhas que consegui
ler sozinha foram:

VIVI: o apelido que eu dei pra ele.

OVO: redondinho como meus olhinhos atentos.

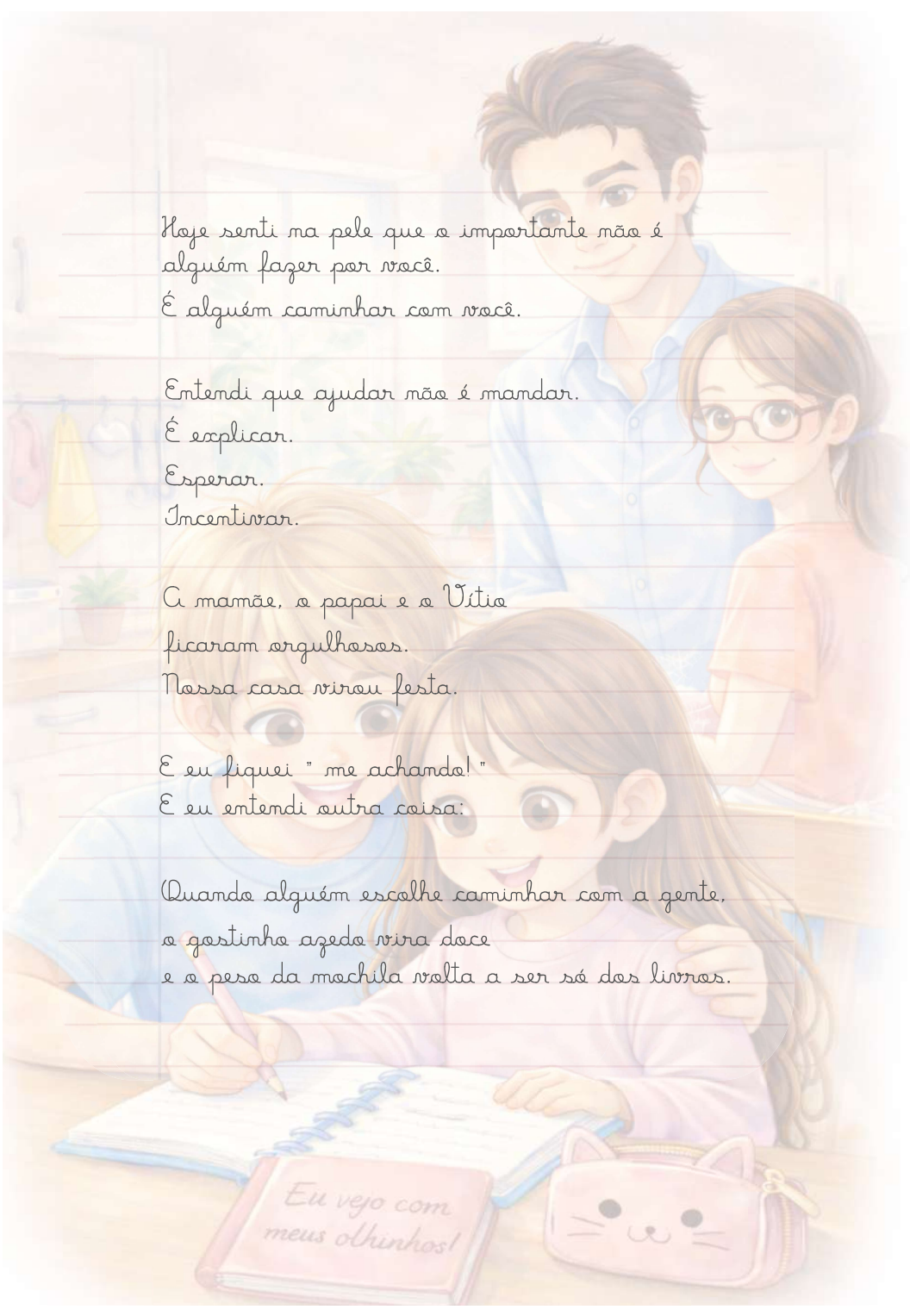
UVA: doce como a sensação de conseguir.

SOS: que parecia dizer: "Me ajuda, fica comigo."

Com cada palavra lida...

o azedinho diminuía.





Hoje senti na pele que o importante não é
alguém fazer por você.

É alguém caminhar com você.

Entendi que ajudar não é mandar.

É explicar.

Esperar.

Incentivar.

A mamãe, o papai e a Vítia
ficaram orgulhosos.

Nessa casa virou festa.

E eu fiquei "me achando!"

E eu entendi outra coisa:

Quando alguém escolhe caminhar com a gente,

o gestinho azedo vira doce

e o peso da mochila volta a ser só dos livros.

Querido diário,

Eu descobri que a gente não precisa saber tudo!

A gente só precisa de um lugar
onde todo mundo cabe.

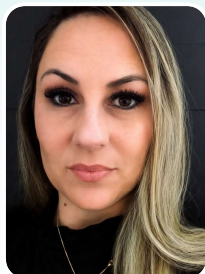
E hoje eu ri tantas coisas com meus olhinhos
que acho que, agora,
até meu coração tem olhos também.

Com carinho,

Lima 🧡



Sobre os autores



Andrieni Caldas de Paula é professora dos Anos Iniciais do Ensino Fundamental na rede municipal de Palmeira (PR) e mestranda em Educação Inclusiva (PROFEI/UEPG).

Acredita na escola como um espaço de construção de vínculos, convivência, respeito às diferenças e desenvolvimento humano, onde cada criança pode aprender, expressar sentimentos e crescer em um ambiente acolhedor.



Prof. Dr. Everson Manjinski é docente da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), coordenador do PROFEI/UEPG e orientador desta pesquisa.

Com trajetória acadêmica voltada à Educação Inclusiva, aos direitos humanos e às políticas educacionais, contribuiu para a construção teórica e metodológica que fundamenta esta pesquisa e este recurso educacional.

Este livro foi desenvolvido como recurso educacional no âmbito do PROFEI/UEPG, buscando contribuir para reflexões sobre sentimentos, convivência e desenvolvimento das habilidades sociais na infância.



Lina está aprendendo que sentir faz parte de crescer e que nem sempre é fácil entender o que acontece dentro do coração.

Entre descobertas, desafios e novas amizades, Lina percebe que suas emoções têm muito a ensinar.

Aos poucos, aprende a reconhecer sentimentos, compreender o outro e encontrar sua própria voz.

Uma história sensível e acolhedora sobre emoções, convivência e a beleza de crescer junto.



9786502130001



Guia de Mediação de Leitura para Educadores

Caminhos para Ler, Sentir e Conversar

Material complementar ao livro



Guia de Mediação de Leitura para Educadores

Este guia foi elaborado com o objetivo de oferecer sugestões de mediação para a utilização do livro *Eu Vejo Com Meus Olhinhos: Lina entre o ver e o sentir*, favorecendo experiências de diálogo, escuta, participação, convivência e o desenvolvimento de habilidades sociais no contexto escolar.

A história convida crianças e adultos a refletirem sobre sentimentos, relações e diferentes formas de viver, expressar e compartilhar emoções e experiências.

ANTES DA LEITURA

- Convide as crianças a observarem a capa e as ilustrações.
- Incentive hipóteses sobre a história.
- Converse sobre sentimentos e emoções presentes no cotidiano.
- Valorize diferentes formas de participação e expressão.

DURANTE A LEITURA

- Faça pausas para conversar.
- Incentive as crianças a expressarem suas ideias e sentimentos.
- Relacione a história às experiências vividas pelos estudantes.
- Priorize o diálogo e a escuta, sem buscar respostas certas.

APÓS A LEITURA

- Promova diálogos e discussões.
- Utilize as Cartas de Mediação e Diálogo.
- Incentive a expressão verbal, corporal, escrita ou artística.
- Convide as crianças a registrarem seus sentimentos por meio do "Meu Diário dos Sentimentos".

POSSIBILIDADES DE AMPLIAÇÃO DE LEITURA

CARTAS DE MEDIAÇÃO E DIÁLOGO (Anexo I)

As Cartas de Mediação e Diálogo foram elaboradas com a finalidade de favorecer experiências de escuta, reflexão e diálogo relacionadas às habilidades sociais.

Não há respostas certas ou erradas.

As perguntas propostas procuram valorizar diferentes formas de participação e expressão, respeitando os diversos modos de sentir, comunicar-se e participar, em uma perspectiva de convivência respeitosa e inclusiva.



MEU DIÁRIO DOS SENTIMENTOS (Anexo II)

Inspirado no diário da Lina (Capítulo 5), este espaço convida as crianças a registrarem emoções, pensamentos e experiências por meio da escrita, dos desenhos e de outras formas de expressão. Cada registro é único, assim como as diferentes maneiras de sentir, imaginar e compartilhar o que vivemos.



RECURSOS COMPLEMENTARES



Plataforma digital: <http://euejocommeusolhinhos.com.br/>



Audiolivro com musicalização



Formato PDF

Mais do que indicar caminhos, este guia convida à escuta, ao diálogo e à construção compartilhada de experiências, reconhecendo que aprender também é sentir, conviver e crescer junto.



Anexo I

Cartas de Mediação e Diálogo

Carta 1

Quando minha voz
tentou sair

Comunicação

Vamos conversar?

- Você acha que é importante expressar o que sentimos? Como podemos fazer isso?
- Você já ficou com vergonha ou medo de falar? Como foi essa experiência?
- Você acha que podemos pedir ajuda quando nos sentimos como Lina?
- Como podemos ajudar alguém que esteja com vergonha ou medo de falar?

Carta 2

Quando meus
olhinhos sentiram o
outro

Empatia

Vamos conversar?

- Como você acha que o menino do recreio estava se sentindo?
- Se estivesse no lugar dele, como gostaria de ser tratado(a)?
- Você já passou por uma situação parecida? Como foi e como reagiu?
- O que podemos fazer para que o outro não se sinta sozinho ou excluído?



Carta 3



Por dentro virou
bagunça



Autocontrole



Vamos conversar?



- Você consegue perceber que precisa parar um pouco e se acalmar? Como você faz isso?
- Você já sentiu vontade de gritar, chorar ou explodir? Como foi esse momento?
- O que costuma ajudar você a se acalmar quando está triste, bravo ou preocupado?
- O que ou quem pode nos ajudar quando estamos com sentimentos muito intensos?



Carta 4



Entre o sim e o não,
todo mundo pode
aprender a escolher a
melhor opção



Assertividade



Vamos conversar?



- Você acha que é possível dizer o que sentimos sem brigar?
- Você já precisou dizer "não" para alguma situação? Como foi?
- Como podemos defender nossas ideias sem desrespeitar os outros?
- Quais palavras ajudam a tornar a convivência mais respeitosa?



Carta 5



Quando aprender
junto fica mais leve



Cooperação



Vamos conversar?



- Você se lembra de alguma situação em que ajudou ou foi ajudado por outra pessoa? Como foi essa experiência?
- Como se sente quando alguém ajuda você em um momento difícil?
- O que você pode fazer para ajudar alguém que esteja precisando?
- O que podemos fazer para que a escola seja um lugar onde todos possam aprender e crescer juntos?



Anexo II

Meu Diário dos Sentimentos

Meu Diário dos Sentimentos

Assim como Lina,
você também pode
guardar aqui seus
pensamentos, emoções
e acontecimentos
importantes.



Meu nome é: _____

Hoje é: ____ / ____ / ____



Algo que deixou meu
coração mais doce hoje:





Algo que deixou meu
coração um pouco azedo:





O que me ajudou ou poderia me ajudar?



Espaço livre para desenhar ou escrever o que quiser:

Respire, sinta, escreva, desene... você está se conhecendo!