

Безпека дітей. Особиста безпека.

Частина 1. Рука підтримки.

Разом з мамою та татом я обираю групу підтримки. Я називаю їх «Рука підтримки». Це 5 дорослих, яким я можу довіряти і розказати те, що мене непокоїть. Вони мені повірятъ. Їм я можу відкрити свої почуття, страхи, спитати про незрозумілі мені речі і вони мене підтримають.



Частина 2. Моє тіло.

Моє тіло належить тільки мені. Якщо я не бажаю з кимось обійматися чи цілуватися, чи мені неприємно, коли мене торкають за плечі або тиснуть руку, я можу сказати «Ні». Я господар свого тіла і моє рішення стосовно цього — закон!



Частина 3. Інтимні місця.

Частина тіла, яка знаходиться під купальником — це мої інтимні місця. Нікому не можна до них торкатися, не можна просити мене торкатися їхніх інтимних місць. Нікому не можна показувати мені фото інтимних місць або просити мене сфотографувати та показати мої. Якщо щось з цього відбудеться, я одразу повідомлю когось із своєї «Руки підтримки».



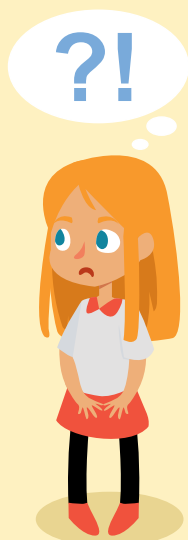
Частина 4. Тривожні ознаки.

Тривожні ознаки — це коли мені страшно, я сильно пітнію, мені погано чи заболів живіт, мене трясє, а серце б'ється дуже швидко. Якщо щось викличе у мене такі відчуття, я одразу повідомлю про це когось із своєї «Руки підтримки».



Частина 5. Неприємні таємниці.

Я ніколи не буду зберігати таємниці, від яких мені неприємно чи страшно. Якщо хтось буде просити мене зберегти таємницю, від якої мені неприємно чи страшно, виникають тривожні ознаки, я розкажу цю таємницю комусь із своєї «Руки підтримки».



Частина 6. Я можу сказати «Ні».

Дорослі не повинні просити допомоги у дітей. Дорослим повинні допомагати дорослі. Я можу категорично відмовити будь-якому дорослому у проханні донести, охороняти, знайти щось у машині. Я не буду сперечатися, буду ввічливим у своїй відмові. Якщо хтось із дорослих буде примушувати мене — я можу голосно закричати і кликати на допомогу.



Частина 7. Я вмію кричати.

Якщо станеться ситуація, яка мене злякає, чи викличе у мене тривожні ознаки, я можу голосно кричати, кликати на допомогу, вириватися і тікати. Це абсолютно нормально. Якщо мене хтось змушує робити те, що я не хочу, я можу голосно кричати: «Відпустіть мене, я вас не знаю», «Допоможіть, я не знаю цю людину», «Відійдіть від мене» та інші схожі слова.



СеребанTM
ШКОЛА УСЬОГО РАХУНКУ

законодавець
технологій
розвитку
інтелекту

www.soroban.ua

**БЕРЕЖІТЬ СЕБЕ
І СВОЇХ ДІТЕЙ!**