

Το σώμα μου είναι δικό μου



Γράψε το όνομά σου εδώ.



ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ



ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ



ΙΔΡΥΤΙΚΟΣ ΔΩΡΗΤΗΣ



ΧΟΡΗΓΟΣ



ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ



Ας
αρχίσουμε!



© ΕΛΙΖΑ – Εταιρία κατά της Κακοποίησης του Παιδιού

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του ελληνικού νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του εκδότη κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ιλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

Γεια σας, Γονείσ!



Αγαπητοί γονείς γεια σας!

Μια συζήτηση με τα παιδιά για την προστασία του σώματός τους δεν είναι εύκολη - είναι όμως αναγκαία και θέλει προσοχή.

Το βιβλιαράκι αυτό βοηθάει τα παιδιά σας να καταλάβουν τη διαφορά ανάμεσα στο «ασφαλές» και στο «όχι-ασφαλές» άγγιγμα.

Συμπληρώνοντας αυτές τις ασκήσεις μαζί με τα παιδιά σας, τα βοηθάτε να καταλάβουν ακόμα καλύτερα αυτή τη διαφορά.

Σας ευχαριστούμε εκ των προτέρων για την πολύτιμη συμβολή σας στην προσπάθεια αυτή.

Μερικά σημαντικά μνημάτα που καλείστε να δώσετε στο παιδί σας:

1. Ποιά μέρη του σώματός του πρέπει να παραμένουν ιδιωτικά.
2. Πώς να αναγνωρίζει ένα «όχι-ασφαλές» άγγιγμα.
3. Πρέπει να μιλάει σε έναν μεγάλο που εμπιστεύεται για ένα άγγιγμα που το κάνει να νιώθει άβολα και άσχημα.



ΠΕΣ μου για σένα

Ζωγράφισε τον εαυτό σου
και μετά ζωγράφισε ή γράψε
μερικά πράγματα που σου αρέσουν.





Φροντίζω τον εαυτό μου

Το σώμα σου είναι δικό σου. Είναι σημαντικό να το φροντίζεις.

Βρες και κύκλωσε στη ζωγραφιά τα κρυμμένα αντικείμενα που μας προσφέρουν φροντίδα και προστασία.

Οδοντόβουρτσα Χτένα Μήλο
Καρότο Κράνος Σαπούνι
Χαρτομάντηλα Πετσέτα



Υπάρχουν πολλοί έροποι να φροντίσουμε το σώμα μας.
Αυτοί είναι μερικοί έροποι.



Ποιά σημεία του σώματος είναι ιδιωτικά



Να θυμάσαι πως:

- ✓ Το σώμα σου είναι δικό σου.
Ένα άγγιγμα στα ιδιωτικά μέρη του σώματός τους μπορεί να κάνει αγόρια και κορίτσια να νιώσουν άβολα ή μπερδεμένα.
- ✓ Τα ιδιωτικά μέρη του σώματος είναι αυτά που καλύπτει το μαγιό μας.

**Κύκλωσε τα ιδιωτικά μέρη του σώματος του αγοριού
και του κοριτσιού στην παρακάτω εικόνα.**



Σειρά σου τώρα!

Φαντάσου ότι πηγαίνεις στην παραλία για μπάνιο.

**Ζωγράφισε ένα μαγιό πάνω στην εικόνα
για να καλύψεις τα ιδιωτικά σου μέρη
που δεν πρέπει να αγγίζουν οι άλλοι.**



Συναίσθημα Και άγγιγμα



Υπάρχουν πολλά αγγίγματα που κάνουν ένα παιδί να νιώθει όμορφα, αλλά υπάρχουν ορισμένα που το κάνουν να νιώθει άβολα και στενοχωρημένο.

Γράψε τρία αγγίγματα για κάθε συναίσθημα που σε κάνουν να νιώθεις:

Χαρά

1. _____
2. _____
3. _____

Στενοχώρια

1. _____
2. _____
3. _____

Άβολα

1. _____
2. _____
3. _____



Ασφαλές Και όχι-ασφαλές άγγιγμα

Ένα **ασφαλές άγγιγμα** μπορεί να σε κάνει να νιώσεις χαρά και ασφάλεια.

Ένα **όχι-ασφαλές άγγιγμα** μπορεί να σε κάνει να νιώσεις στενοχώρια και φόβο.

Αν ένας μεγάλος σε αγγίζει στα ιδιωτικά σημεία του σώματός σου
ή σου ζητήσει να αγγίζεις τα δικά του ιδιωτικά σημεία, πρόκειται
για ένα **όχι-ασφαλές άγγιγμα** και είναι κακό.

Πάντα να εμπιστεύεσαι τι σου λένε τα συναισθήματά σου.

Ταιριάξε τη Ρένη με την έκφραση στης φανσούμες

Στενοχωρημένο

Μπερδεμένο

Χαρούμενο

Φοβισμένο

Ασφαλή

Θυμωμένο

Άβολα



Πώς νιώθεις τώρα;

Κύκλωσε το πρόσωπο που ταιριάζει
με τώς αισθάνεσαι αυτή τη στιγμή.

Τρόποι προστασίας

Τι μπορείς να κάνεις αν κάποιος προσπαθήσει να σου κάνει ένα όχι-ασφαλές άγγιγμα;



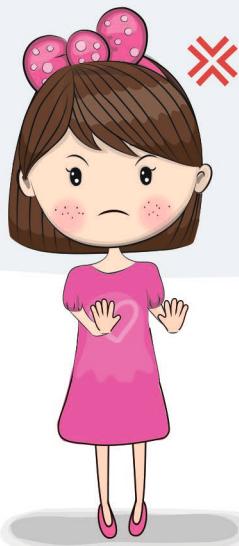
Ταίριαξε τη φράση με τη σωστή εικόνα.

Εμπιστεύσου τα συναισθήματά σου.

Πες OXI!

Φύγε μακριά.

Πες το σε έναν μεγάλο που εμπιστεύεσαι.



Να θυμάσαι πως ΠΟΤΕ δεν φταις εσύ αν δεχτείς ένα όχι-ασφαλές άγγιγμα.

Ακόμα κι αν δεν μπορείς να πεις OXI ή να φύγεις, γιατί θα πρέπεις να γιατί φοβάσαι,
ΠΑΝΤΑ μπορείς να το πεις σε έναν μεγάλο που εμπιστεύεσαι.

Ας τα δούμε πάρι από την αρχή

Συμπλήρωσε τα κενά με τις λέξεις
που είναι δίπλα στην κουκουβάγια.



Ορισμένα αγγίγματα κάνουν τα παιδιά να νιώθουν φοβισμένα, _____ και άσχημα μέσα τους.

Αν ένα παιδί δεχτεί ένα αγγίγμα στα _____ σημεία του σώματός του, θα πρέπει να προσπαθήσει να πει _____ και να το _____ σε έναν μεγάλο. Ένα παιδί ποτέ δεν χρειάζεται να κρατά ένα _____ που το κάνει να νιώθει άσχημα, άβολα ή περίεργα. Αν ο μεγάλος δεν πιστέψει το παιδί, τότε το παιδί θα πρέπει να _____ να το λέει και να το ξαναλέει μέχρι ένας μεγάλος της _____ του να το πιστέψει.

Ιδιωτικά συνεχίσει
μπερδεμένα πει εμπιστοσύνης
μυστικό όχι!



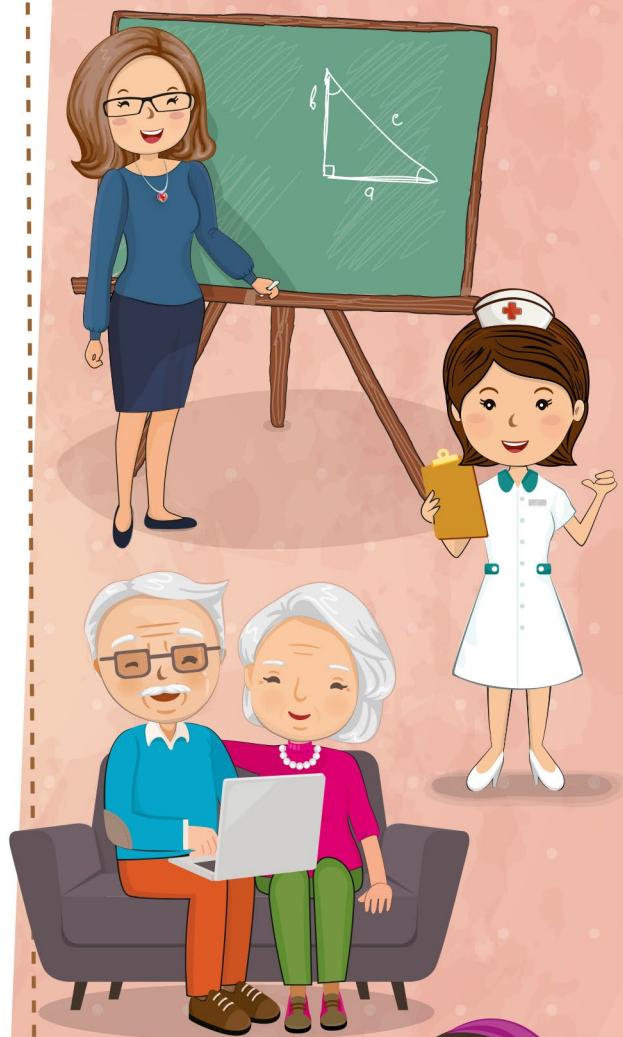
Σε ποιούς μπορείς να μιλήσεις

Γράψε τα ονόματα κάποιων ανθρώπων στους οποίους μπορείς να μιλήσεις αν δεχθείς ένα όχι-ασφαλές άγγιγμα.

Στο σπίτι μπορώ να το πω:

Στο σχολείο μπορώ να το πω:

Εμπιστεύομαι τον/την:



Αν το πεις σε έναν μεγάριο
Και αυτός δεν σε πιστέψει,
Τότε πεις το σε έναν άλλιο μεγάριο!
Πρέπει να συνεχίσεις να το θες
μέχρι ένας από τους μεγάριους
που εμπιστεύεσαι να σε πιστέψει.
Δεν φταις εσύ
και μη φοβάσαι!



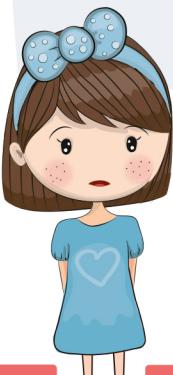


Τα μυστικά

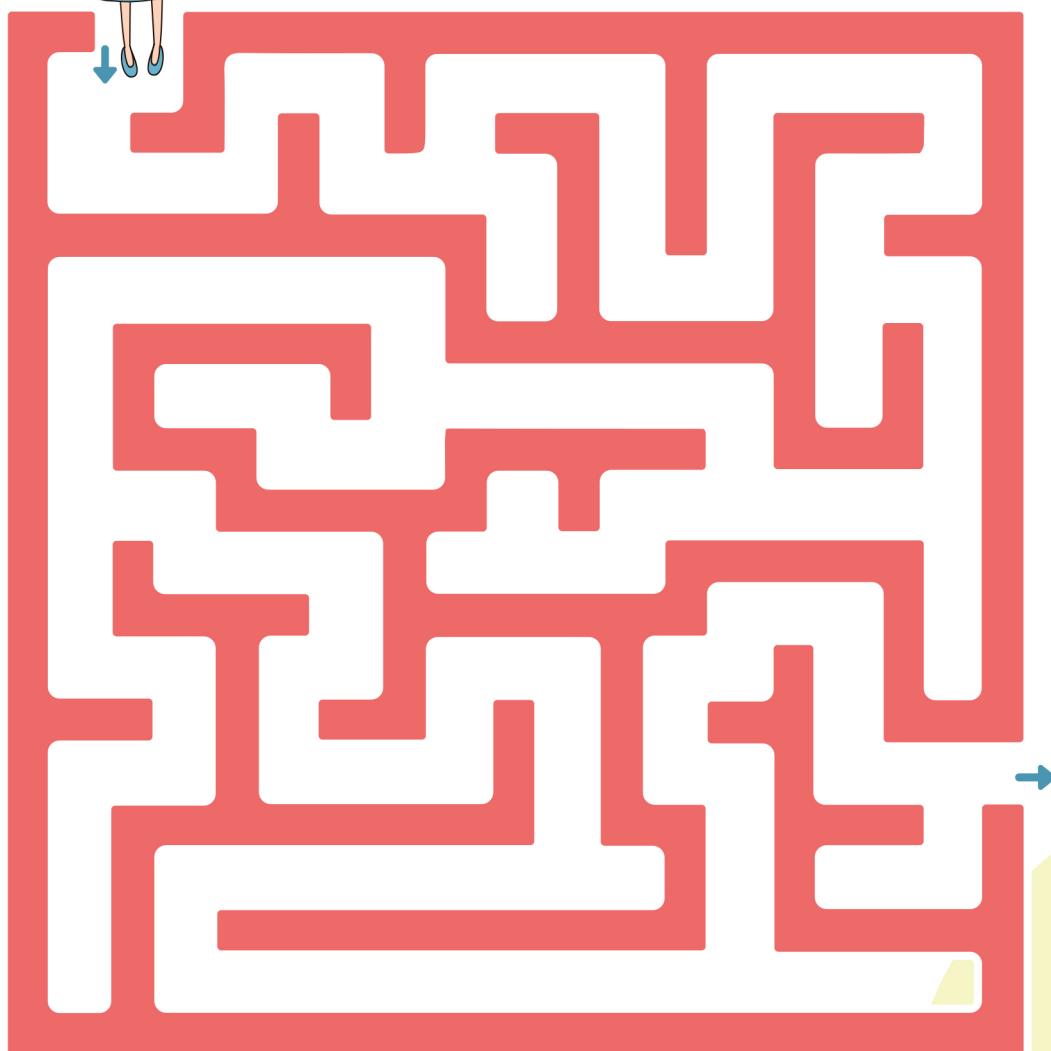
Υπάρχουν δύο ειδών μυστικά: το ένα είναι το ασφαλές μυστικό και το άλλο είναι το όχι-ασφαλές μυστικό. Αν ένας μεγάλος σου ζητήσει να κρατήσεις ένα μυστικό για ένα όχι-ασφαλές άγγιγμα, δεν πρέπει να το κρατήσεις και πρέπει να μιλήσεις αμέσως σε έναν μεγάλο που εμπιστεύεσαι.

Δεν κρατάς μυστικά που σε κάνουν να νιώθεις στενοχώρια και φόβο.

Φυσικά, αν σε εμπιστευτεί η φίλη σου με ένα δικό της μυστικό, αυτό είναι ένα ασφαλές μυστικό και πρέπει να το κρατήσεις.



Σε αυτό το παιχνίδι, το παιδί θέλει να διασχίσει τον λαβύρινθο για να πει το μυστικό του σε έναν μεγάλο που εμπιστεύεται. Βοήθησέ το!



Αγαπητοί γονείς,

*σας ευχαριστούμε για τη βοήθειά σας
και ελπίζουμε πως αυτή η συνεργασία μεταξύ μας,
σας άνοιξε το δρόμο για άλλες συζητήσεις με τα παιδιά σας
γύρω από θέματα που μπορεί να τα απασχολούν
και να τα προβληματίζουν.*

*Ποτέ δεν είναι αργά για να προλάβουμε
μια επικίνδυνη κατάσταση.*



ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ



ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΣ
ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ



ΙΔΡΥΤΙΚΟΣ
ΔΩΡΗΤΗΣ



ΧΟΡΗΓΟΣ



ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ



Δεν ξεχνάμε πως:



ΠΟΤΕ δεν φταις εσύ και μη φοβάσαι να μιλήσεις!

**Ένα όχι-ασφαλές άγγιγμα μπορεί να συμβεί
και σε αγόρια και σε κορίτσια.**

**Αν αισθανθείς άσχημα για κάτι
που σου κάνει ένας μεγάλος, πίστεψε το
συναίσθημά σου. Σου λέει την αλήθεια.**

**Ποτέ δεν είναι αργά να μιλήσεις σε έναν
μεγάλο που εμπιστεύεσαι για ένα άγγιγμα
που σε έκανε να αισθανθείς άσχημα.**

Μην κρατάς μυστικά επειδή φοβάσαι να τα πεις.



ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ



πρόληψη + αναγνώριση
παιδικής κακοποίησης

Ερμού & Χριστοπούλου 2, 105 63 Αθήνα
Τ: 210 323 1704, Fax: 210 325 4144, E: info@eliza.org.gr
www.eliza.org.gr

ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ



The New York Society
for the Prevention of Cruelty to Children
www.nyspcc.org

ΙΔΡΥΤΙΚΟΣ ΔΩΡΗΤΗΣ



ΙΔΡΥΜΑ ΣΤΑΥΡΟΣ ΝΙΑΡΧΟΣ
STAVROS NIARCHOS
FOUNDATION
www.snf.org

ΧΟΡΗΓΟΣ



ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΕΣ



© ΕΛΙΖΑ – Εταιρία κατά της Κακοποίησης του Παιδιού

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του ελληνικού νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχεί σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής άδειας του εκδότη κατά οποιοδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοαντίτυπων και εν γένει αναπαραγωγή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διάσκεψη, αναμετάδοση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (πλεκτρονική, μπχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.