Corpul meu Regulile mele

Fișă de lucru pentru copii între 3 și 7 ani

Colorează împreună cu un adult de încredere

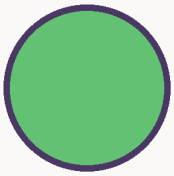
VERDE
Îmbrățișări sau pupici doar când vreau și eu.

ROȘU
Zone intime. Doar pentru îngrijire sau medic, cu un adult de încredere.

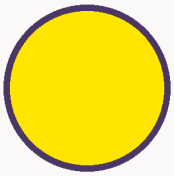
GALBEN
Poate fi în regulă, dar spun dacă mă simt ciudat sau nu-mi place.

ȚINE MINTE

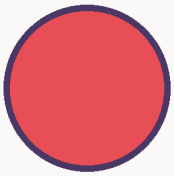
Corpul tău îți aparține. Ai voie să spui NU, chiar și unei persoane cunoscute.
Dacă o atingere nu îți place, îndepărtează-te și spune unui adult de încredere.



ÎMI PLACE ȘI VREAU



NU SUNT SIGURĂ SAU SIGUR



STOP NU-MI PLACE

Spune Cere ajutor Fii în siguranță

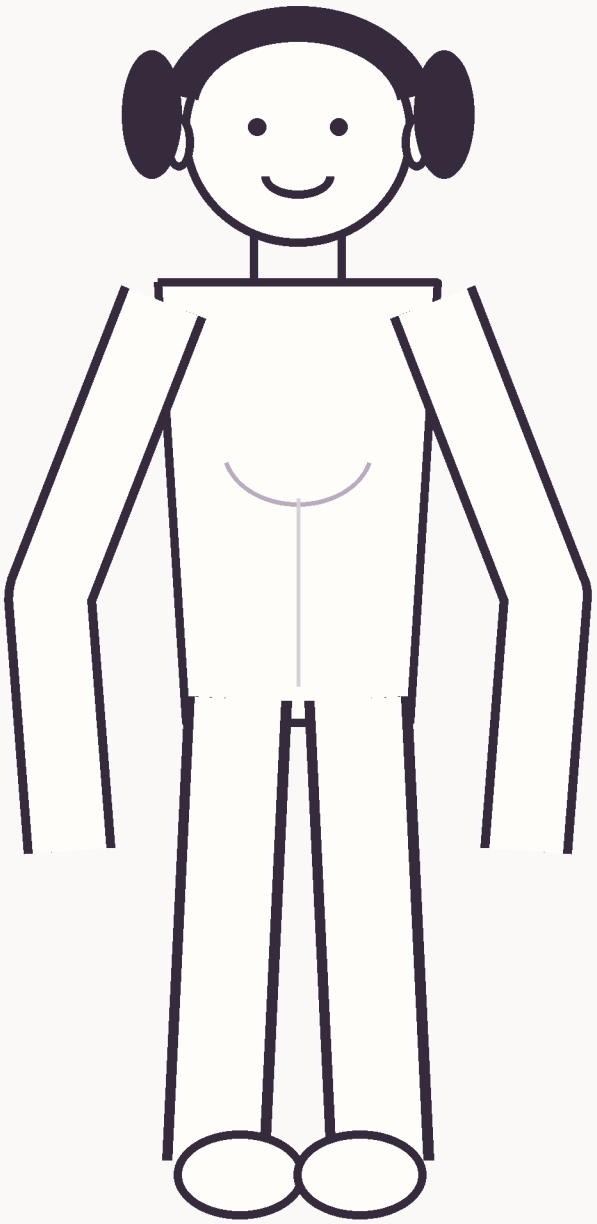
Nu păstra un secret care te sperie sau te face să te simți rău.

Harta corpului meu

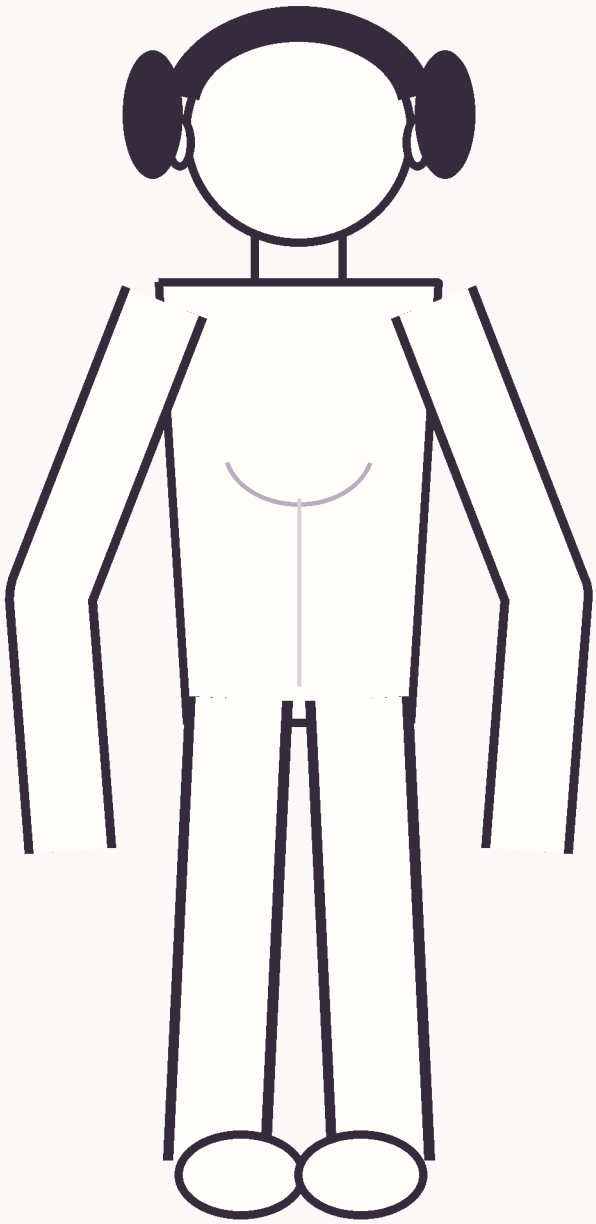
Fetiță vedere din față și din spate

Colorează zonele cu verde, galben sau roșu. Adultul citește explicațiile.

FAȚĂ



SPATE



VERDE
Îmbrățișări sau pupici doar când vreau și eu.

ROȘU
Zone intime. Doar pentru îngrijire sau medic, cu un adult de încredere.

GALBEN
Poate fi în regulă, dar spun dacă mă simt ciudat sau nu-mi place.

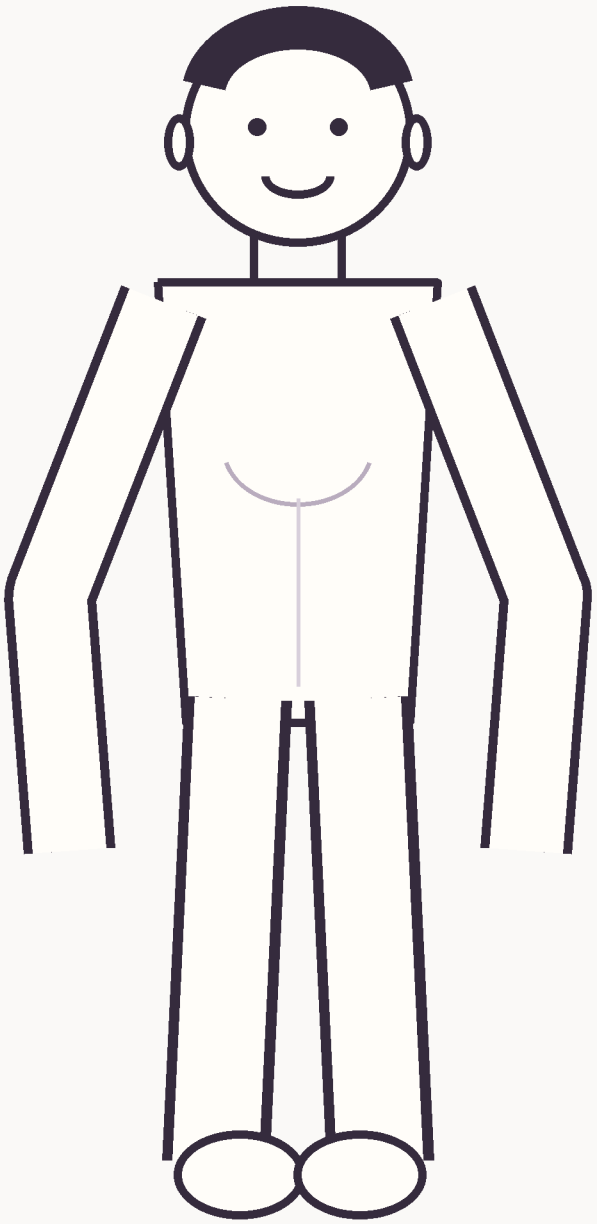
Pot să mă răzgândesc oricând. Un DA poate deveni NU.

Harta corpului meu

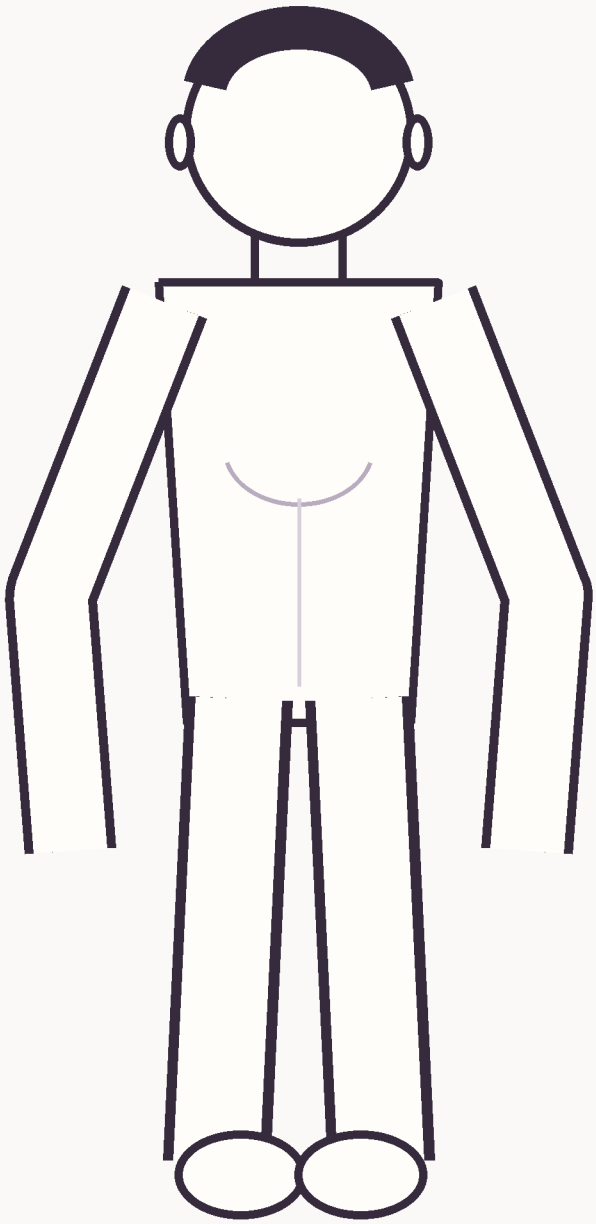
Băiat vedere din față și din spate

Colorează zonele cu verde, galben sau roșu. Adultul citește explicațiile.

FAȚĂ



SPATE



VERDE
Îmbrățișări sau pupici doar când vreau și eu.

ROȘU
Zone intime. Doar pentru îngrijire sau medic, cu un adult de încredere.

GALBEN
Poate fi în regulă, dar spun dacă mă simt ciudat sau nu-mi place.

Pot să mă răzgândesc oricând. Un DA poate deveni NU.