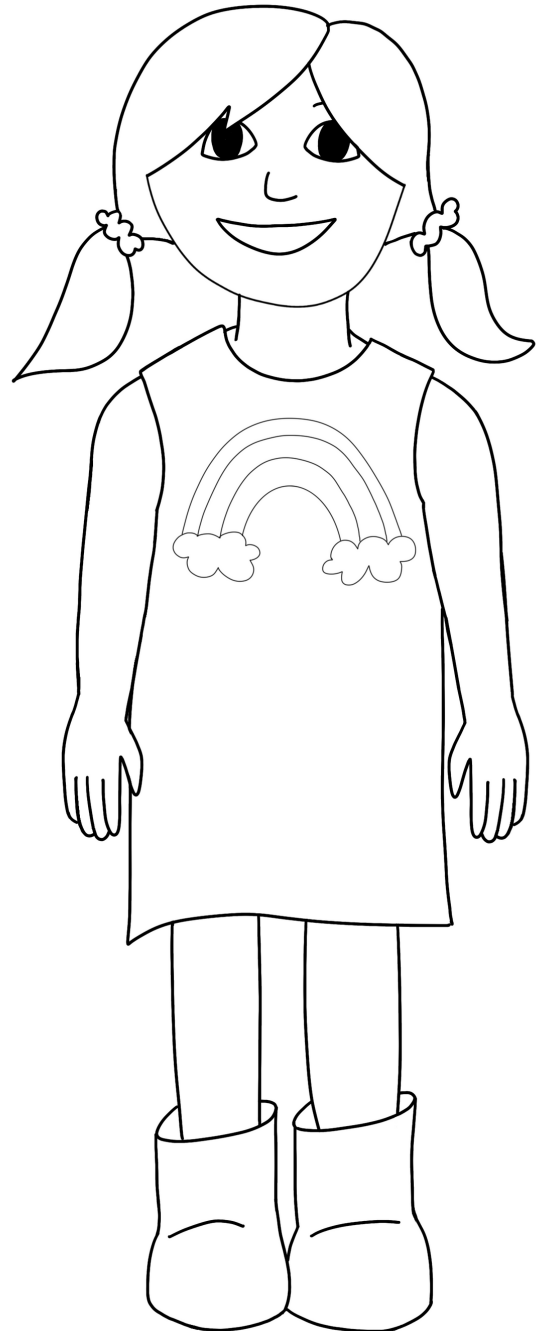
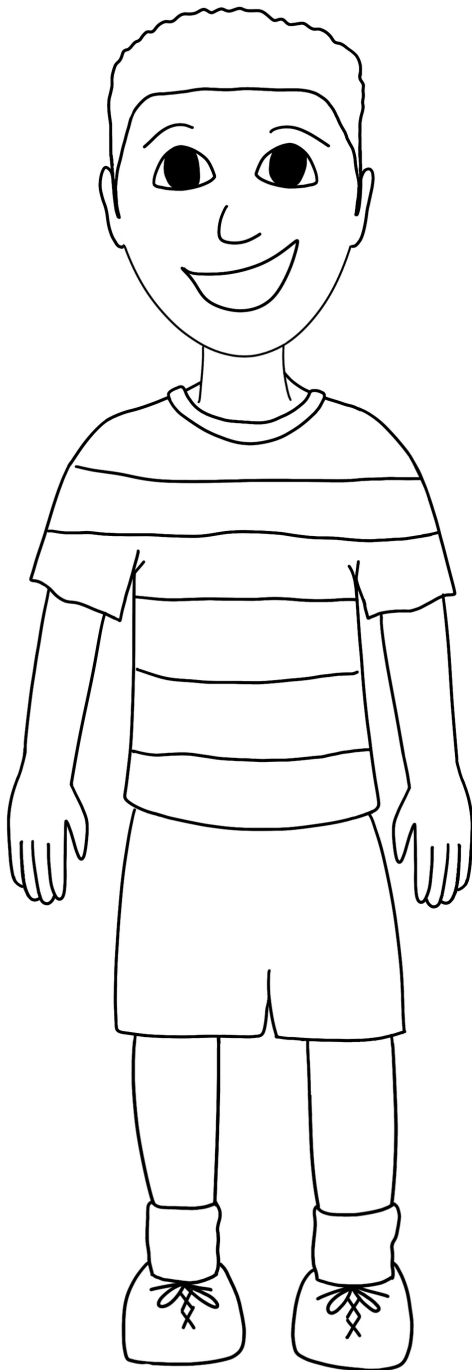


¡Tú Eres una Persona Especial!

Nombre: _____



Una Nota a Los Padres

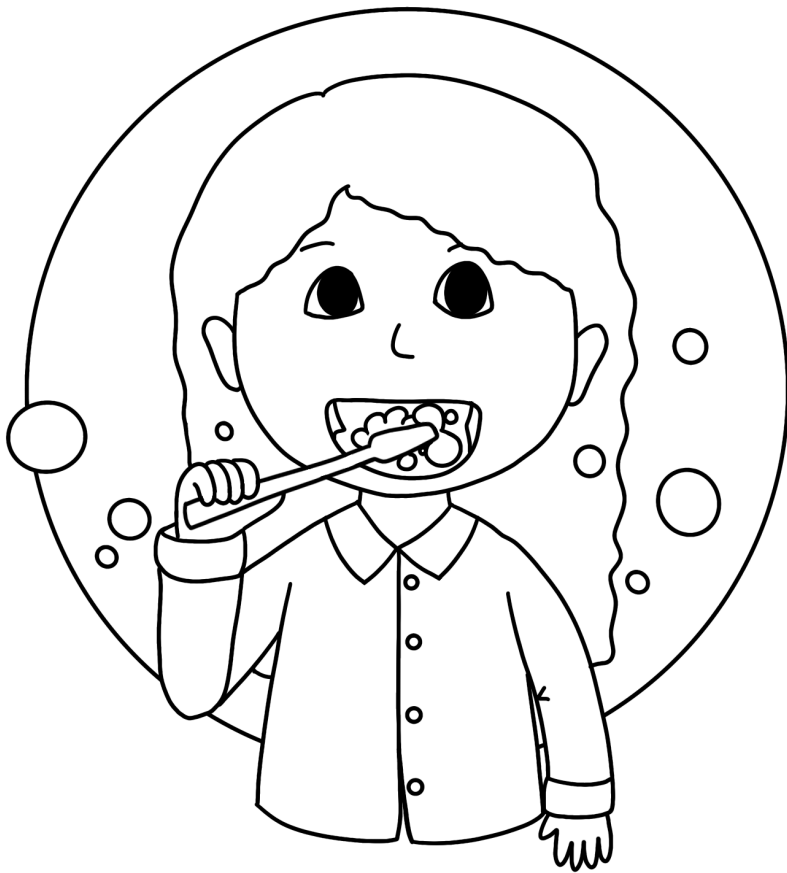
Este libro está diseñado como una revisión de nuestro programa “Toques Seguros”. Le recomendamos que lo lea con su hijo y conversen lo que aprendieron acerca de la seguridad.

Los programas “Toques Seguros” son presentados en escuelas por el personal y voluntarios. Si tiene disponibilidad durante el día y está interesado en ser voluntario para presentar los programas escolares, por favor llámenos al 919-968-4647. Otras oportunidades de voluntariado también están disponibles, tales como voluntarios de oficina, acompañantes de crisis, promotores latinos y facilitadores de grupos de apoyo.



**Tú eres una persona especial.
Por esa razón, te cuidas.**

**Te pones tu casco
cuando manejas tu
bicicleta.**



**Te cepillas los dientes
para no tener caries.**

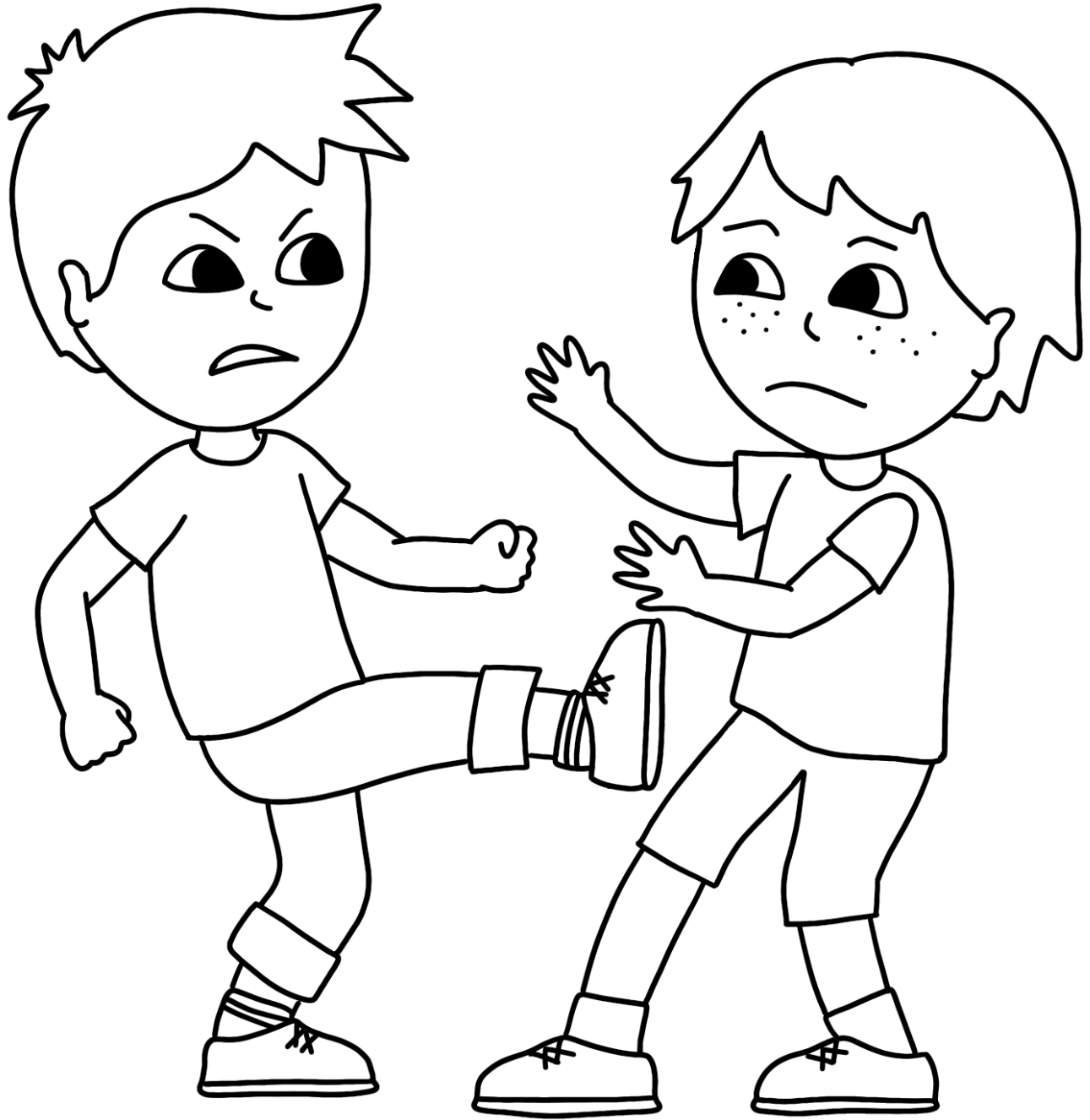
¿De qué otras maneras te cuidas?

Cuidamos nuestro cuerpo porque nuestro cuerpo es especial. Una forma de cuidar tu cuerpo es prestar atención a diferentes tipos de toques y cómo te hacen sentir. Los toques seguros son los toques que te hacen sentir bien y contento. ¡Un abrazo, un beso, o dame cinco pueden ser toques seguros!



¿Cuáles son algunos ejemplos de toques seguros que te gustaría recibir?

Algunos toques no te hacen sentir bien. Los toques que lastiman tu cuerpo o que no te gustan se llaman toques no seguros. Cuando alguien te pega o te da una patada, te duele y eso no se siente bien.

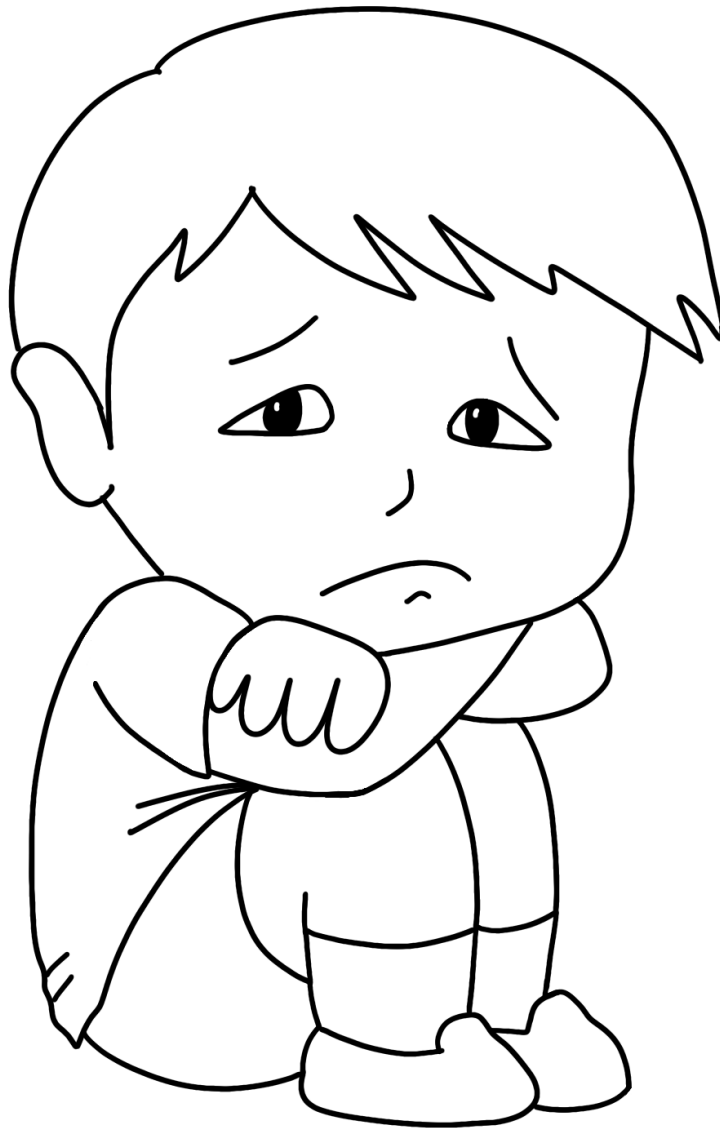


¿Cuáles son otros ejemplos de toques que te hacen sentir mal o triste?

A veces los toques seguros también te pueden hacer sentir mal, como un abrazo demasiado apretado o un abrazo de alguien que no quieres que te abrace. A diferentes personas, les agradan diferentes tipos de toques. Las cosquillas pueden ser divertidas, pero si duran demasiado tiempo, a veces quieres que paren de hacerte las cosquillas.



A veces, los toques te pueden confundir. Estás seguro de que no te gustan, pero no sabes exactamente por qué. ¿Te ha pasado alguna vez? A lo mejor esta sensación fue una alarma indicándote que algo no está bien.



¡Tú cuerpo es sólo tuyo! Tú eres la única persona que puede decidir que tipos de toques te gustan y que no te gustan.

Tu cuerpo tiene partes privadas. Las partes privadas son las partes del cuerpo que te cubres con el traje de baño.



Nadie debe tocar a tus partes privadas o pedirte que toques las suyas. A veces, los adultos tienen que ayudarte o cuidarte para mantenerte seguro y sano, pero si te tocan nunca tienen que ser un secreto.

Si alguien te da un toque que te hace sentir inseguro o incómodo, **NUNCA** es tu culpa.
Si eso pasa, hay tres cosas que puedes hacer:

1. Decir "¡NO!"
2. Escápate
3. ¡Cuéntalo!



DECIR ¡NO!

Es importante decir "¡No, no hagas eso!" en voz alta y clara. No importa quién sea la persona, haz que pare si te está tocando de una manera que no te gusta.

¡ESCÁPATE!

Trata de irte lo más rápido que puedas. Vete a un lugar seguro, donde esté un adulto de confianza que pueda ayudarte.



¡CUÉNTALO!

Cuéntale a un adulto de confianza lo que pasó. Siempre puedes contarle a alguien, aun si hayas prometido no contar. Los adultos no deben pedir a los niños que guarden secretos sobre toques. ¡Y nunca tienes que guardar un secreto que te asuste o dañe tu cuerpo!

¿Quiénes son los adultos a los que puedes contar?



¡Recuerda!

Decir “¡NO!” Escápate Cuéntale a alguien

**Si alguien te toca de una manera que no te gusta,
NUNCA es tu culpa. Aprender la regla “No-Escápate-
Cuéntalo” es una buena manera de cuidarte porque...**



¡Tú Eres una Persona Especial!



[OCRCC.org/SafeTouch](https://ocrcc.org/SafeTouch)

© 2020 OCRCC