

## Feeling SAFE!

Your body is yours, and no one has the right to touch you in ways that make you feel uncomfortable. You have the right to say who touches your body, when, and how. Thinking about the word **SAFE** is how we can remember how to respond to people who are touching us in a way that we don't want to be touched.

**S** - Say STOP!  
**A** - get AWAY  
**F** - FIND an adult  
**E** - EXPLAIN what happened

**Directions:** Read the example below to learn how we can use the **SAFE** model in real life to keep ourselves safe. Then fill in the blank **SAFE** model to show how you would respond to the real life scenario in the second box.

**Example:**

Whenever Chase's grandma comes to visit, Chase is told he has to kiss her. Chase doesn't like to kiss or be kissed, and his grandma's strong perfume makes him feel sick to his stomach.

**S-Say**, "I don't feel like a kiss, Grandma."

**A-Move away** from Grandma, maybe into another room.

**F-Find** a parent and say you need to talk with them.

**E-Explain** how you don't like kissing and how Grandma's perfume makes you feel. Say you love Grandma, but you don't want to kiss her/her to kiss you anymore.

**Your Turn:**

At school, Jeremy always runs up to Jenny, wraps his arms around her tightly, and says, "You're my girlfriend!" Jenny doesn't like that. Using the SAFE model, how can she respond?

**S.** \_\_\_\_\_

**A.** \_\_\_\_\_

**F.** \_\_\_\_\_

**E.** \_\_\_\_\_

**REMEMBER – EVERYONE HAS THE RIGHT TO FEEL SAFE! IF YOU NEED HELP, ASK AN ADULT IN YOUR LIFE – THEY WANT YOU TO FEEL SAFE, TOO!**

## Sentirnos SEGUROS!

Tu cuerpo es tuyo, y nadie tiene derecho a tocarte de maneras que te hagan sentir incómodo. Tienes derecho a decir quién toca tu cuerpo, cuándo y cómo. Pensar en la palabra **PARE** es cómo podemos recordar cómo responder a las personas que nos están tocando de una manera que no queremos que nos toquen.

**P** - DI PARA!  
**A** - ALÉJATE  
**R** - RECURRE un adulto  
**E** - EXPLICA lo que ocurrió

**Instrucciones:** Lea el ejemplo siguiente para aprender cómo podemos usar el modelo **PARE** en la vida real para mantenernos seguros. A continuación, rellene el modelo **PARE** en blanco para mostrar cómo respondería al escenario de la vida real en el segundo cuadro.

**Ejemplo:**

Cuando la abuelita de Cristian viene de visita, le dicen a Cristian que tiene que darle un beso. A Cristian no le gusta besar o que lo besen y el perfume fuerte de su abuela le produce náuseas. Usando el modelo PARE, ¿qué debe hacer?

**P**-Decirle: “No quiero darle un beso ahora, abuelita.”

**A** -lejarse de su abuelita, tal vez yéndose a otro cuarto.

**R**-Recurrir a uno de sus padres y decirle que necesita hablar con él o ella.

**E**-Explicar que no le gustan los besos y cómo lo hace sentir el perfume de su abuelita. Decirle que la ama, pero no quiere darle besos o recibir besos de ella de ahora en adelante

**Tu Turno:**

En la escuela, Jeremy siempre se acerca a Jeni, la abraza muy fuerte, y dice: “¡Eres mi novia!”. A Jeni no le gusta eso. Usando el modelo PARE, ¿cómo puede ella responder?

**P**- \_\_\_\_\_

**A**- \_\_\_\_\_

**R**- \_\_\_\_\_

**E**- \_\_\_\_\_

**RECUERDA: ¡TODOS TENEMOS DERECHO A SENTIRNOS SEGUROS! SI NECESITAS AYUDA, PÍDESELA A UN ADULTO EN TU VIDA. ELLOS TAMBIÉN QUIEREN QUE TE SIENTAS SEGURO**

