

Hello 1st Grade Parents!

Today your child participated in the PATH, Prevention & Awareness for Total Health curriculum Lesson 2: “Was That My Alarm?”. Your child learned about their internal alarm-warning signs and what may set it off. The students learned about the difference between safe and unsafe situations from people crossing boundaries and the action to take if someone tries to touch them in an unsafe way.

Did You Know?

Victims of abuse from adults or bullied students statistically engage in more at-risk behavior as they age. Ninety percent of children who are abuse victims are abused by someone they know. 1 in 6 boys and 1 in 4 girls experience some form of sexual abuse. Many young people who bully others have life events that build aggression. Talking with your children about how they treat people and how they allow others to treat them is critical to prevention of at-risk behaviors.



Tips:

According to erinslaw.org, parents should start talking with their children about personal body safety as early as the age of two. The school did not go into detail about this topic, but we encourage you to use your family’s language for body parts to explain this delicate topic. They share that an “an age appropriate concept for a young child to understand is that nobody including a parent or caregiver – should see or touch their private parts unless they’re keeping them clean, safe, or healthy.” A great way to explain this is the areas covered by your swimsuit. A great book to help in having this discussion is called *The Swimsuit Lesson* by Jon Holsten. (erinslaw.org)

We have included the “Important Things To Know” section from this lesson. We encouraged reviewing these points every 6 months.

- There are no safe secrets!
- Yell “NO” or immediately tell one of your Go-To People if someone is touching you in a way that makes you feel unsafe or uncomfortable..
- It is OK to tell and be wrong. It’s better to tell a trusted adult when you are worried.
- Our body tells us when it is feeling unsafe. Trust that internal alarm.
- Always respect other people by keeping your hands to yourself.
- Know your body boundaries or body rules and tell someone when they are invaded or ignored.
- Never give your personal information such as phone number, address, or family’s names to an unknown adult. They can ask your parents for it if they really need it.

Educate yourself on the topics of bullying, abuse, substance use, and mental health while your children are young. Most websites have parent communication tips.

More Information on this topic go to

- Erin’s Law. www.Erinslaw.org/for-parents
- Do Something. <https://www.dosomething.org/us/facts/11-facts-about-child-abuse>
- Stop Bullying <https://www.stopbullying.gov/>
- Kids Health from Nemours. <https://kidshealth.org/en/parents/talk-about-drugs.html>

¡Hola! ¡Padres de 1er Grado!

Hoy su hijo/a participó en la Lección 2 del plan de estudios PATH, Prevención y Concientización para la Salud Total: “¿Esa fue mi alarma?”. Su hijo/a aprendió acerca de las señales de advertencia de alarma internas y lo que puede activarlas. Los estudiantes aprendieron sobre la diferencia entre situaciones seguras e inseguras de personas que cruzan fronteras y la acción que deben tomar si alguien intenta tocarlas de una manera insegura.

¿Sabías?

Las víctimas de abuso por parte de adultos o estudiantes acosados estadísticamente se involucran en comportamientos de mayor riesgo a medida que envejecen. El noventa por ciento de los niños que son víctimas de abuso son abusados por alguien que conocen. 1 de cada 6 niños y 1 de cada 4 niñas sufren algún tipo de abuso sexual. Muchos jóvenes que intimidan a otros tienen eventos en la vida que generan agresión. Hablar con sus hijos sobre cómo tratan a las personas y cómo permiten que otros los traten es fundamental para la prevención de conductas de riesgo.



Consejos:

De acuerdo con erinslaw.org, los padres deben comenzar a hablar con sus hijos sobre la seguridad personal del cuerpo a partir de los dos años. La escuela no entró en detalles sobre este tema, pero lo alentamos a que use el lenguaje de su familia para las partes del cuerpo para explicar este delicado tema. Comparten que “un concepto apropiado para su edad para que un niño pequeño entienda es que nadie, incluidos los padres o el cuidador, debe ver o tocar sus partes privadas a menos que las mantenga limpias, seguras o saludables”. Una excelente manera de explicar esto son las áreas cubiertas por tu traje de baño. Un gran libro para ayudar a tener esta discusión se llama La lección de traje de baño de Jon Holsten. (erinslaw.org)

Hemos incluido la sección “Cosas importantes que debe saber” de esta lección. Recomendamos revisar estos puntos cada 6 meses.

- ¡No hay secretos seguros!
- Grite “NO” o dígame inmediatamente a una de sus personas a las que recurre si alguien lo está tocando de una manera que lo hace sentir inseguro o incómodo.
- Está bien decirlo y equivocarse. Es mejor decirle a un adulto de confianza cuando está preocupado.
- Nuestro cuerpo nos avisa cuando se siente inseguro. Confía en esa alarma interna.
- Respete siempre a otras personas manteniendo las manos quietas.
- Conozca los límites de su cuerpo o las reglas del cuerpo y dígame a alguien cuando sea invadido o ignorado.
- Nunca dé su información personal, como el número de teléfono, la dirección o los nombres de la familia a un adulto desconocido.

Pueden pedírselo a tus padres si realmente lo necesitan.

Infórmese sobre los temas del acoso, el abuso, el uso de sustancias y la salud mental mientras sus hijos son pequeños. La mayoría de los sitios web tienen consejos para comunicarse con los padres.

Para obtener más información sobre este tema, consulte

- Ley de Erin. www.Erinslaw.org/for-parents
- Haga algo. <https://www.dosomething.org/us/facts/11-facts-about-child-abuse> • Stop Bullying <https://www.stopbullying.gov/>
- Salud infantil de Nemours. <https://kidshealth.org/en/parents/talk-about-drugs.html>