



Dear Parents & Caregivers,

Your child’s class will be participating in a very important program called Childhelp Speak Up Be Safe that teaches children about personal safety. During two 45-minute sessions, a trained facilitator will present research-based, age-appropriate lessons to help children and teenagers learn the skills to prevent or interrupt cycles of neglect, bullying and child abuse - physical, emotional and sexual. The Childhelp Speak Up Be Safe curriculum includes information for children, parents, teachers, and communities to reinforce important safety rules.

Because adults are responsible for keeping children safe, the lessons focus on helping children identify a safe adult and learn five safety rules the children can use to help their safe adults keep them safe:

1. It’s MY body!
2. Ask an adult if I am safe
3. I have choices
4. Tell someone
5. It’s NEVER my fault!

There is important information attached to this letter about child abuse and tips on how you can keep your child safe. Your child will also bring information home after the Childhelp Speak Up Be Safe lesson so you can learn together.

The program is voluntary, which means that you do not have to allow your child to participate, or you may take your child out of the program at any time. Please sign and return the bottom of this letter only if you DO NOT want your child to participate. If we do not receive the form, we will assume your child has permission to be included in the lessons. If you have questions about the program or this form, please contact your child’s teacher.

Visit [www.childhelp.org/SpeakUpBeSafe](http://www.childhelp.org/SpeakUpBeSafe) or call 1-800-4-A-CHILD for more information. Thank you for helping to build a strong safety net for our children!

Sincerely,

Cut here and return slip to school if you do not want your child to participate.

\*\*\*\*\*

No, I do not want my child to participate in the Childhelp Speak Up Be Safe program.

Child’s Name \_\_\_\_\_

Child’s Teacher \_\_\_\_\_

Parent Name (please print) \_\_\_\_\_

Parent Signature \_\_\_\_\_ Date \_\_\_\_\_

## Top Five Things to Know about Child Abuse

1. There are four main types of child abuse - physical, emotional, sexual, and neglect. Childhelp Speak Up Be Safe covers these topics, as well as bullying and cyberbullying, in age-appropriate and interactive lessons with trained facilitators.
2. 90% of child sexual abuse victims know the person who has abused them; 68% are abused by family members.
3. Child abuse can happen to children of any race, background, income level, culture, or religion. Child abuse happens to boys and girls of all ages.
4. Child abuse hurts children in many ways.
  - a. TODAY - children who are abused can have a hard time succeeding in school and with their friends, and they are at higher risk of being abused again.
  - b. TOMORROW - when abused children grow up, they are at higher risk for drug and alcohol abuse, risky sexual behavior, unhealthy relationships, and mental health problems.
5. It can be hard to detect abuse just by looking at a child or observing his or her behavior. Some children will not show any signs of abuse. Signs of abuse are not always visible on a child's body.

Many cases of child abuse are never reported. Adults can help to change this fact and prevent child abuse.

## Five Things You Can Do to Keep Children Safe

1. **Talk to your child** - Let your child know that you want him or her to talk to you, and that you will listen and believe what your child tells you. To get the conversation started, ask your child what he or she has learned in the Childhelp Speak Up Be Safe lessons.
2. **Pay attention and ask questions** - Adults have a right to ask about what is going on with their children when they are with other people. Learn more about who is around and what is going on when your child is at friends' houses, at a club or afterschool program, or with any other adult. If something doesn't seem right, trust yourself and investigate!
3. **Follow up** - If your child tells you something that concerns you, or if his or her behavior changes, ask questions to learn more. Your questions will show that you care and will help your child talk to you in the future.
4. **Take action** - If your child tells you about abuse that has happened to him or her or another child, praise the child for telling. Taking action right away is very important. If you are not sure if abuse has happened, call a professional whose job it is to figure this out. The Childhelp National Child Abuse Hotline at 1-800-4-A-CHILD is available 24 hours a day, 7 days a week and is a confidential, anonymous hotline that can help you figure out your next steps to keep your child safe. It is better to get help than to wait until something happens again.
5. **Build your own safety network** - Talk to teachers, other parents, and people in your community about how you can support each other and work to make sure that all children are safe.

Estimados Padres y Guardianes,

La clase de su hijo(a) participará en un importante programa llamado Childhelp Speak Up Be Safe (No Guardes Silencio Siéntete Seguro) que le enseña a los niños acerca de seguridad personal. Durante dos sesiones de 45 minutos, un(a) facilitador(a) entrenado presentará material basado en estudios y apropiado para la edad que le enseñará a los niños las herramientas para prevenir o interrumpir ciclos de negligencia, acoso, y abuso infantil - físico, emocional, y sexual. El material pedagógico de Childhelp Speak Up Be Safe incluye información para niños, padres, profesores, y la comunidad para reforzar importantes reglas de seguridad.

Debido a que los adultos son responsables por mantener a los niños seguros, las lecciones se enfocan en ayudar a que los niños identifiquen a un(a) adulto(a) de confianza y en que aprendan cinco reglas de seguridad que ayuden a que sus adultos de confianza los mantengan seguros:

1. ¡Es MI Cuerpo!
2. Preguntar A Un(a) Adulto(a) SI Estoy Seguro(a)
3. Tengo Opciones
4. Cuéntale A Alguien
5. ¡NUNCA Es Mi Culpa!

Hay información importante adjunta a esta carta que contiene información sobre abuso infantil así como consejos para mantener a su hijo(a) seguro(a). Su hijo(a) también recibirá información acerca Childhelp Speak Up Be Safe después de cada sesión para que puedan aprender juntos.

El programa es voluntario, lo que significa que usted no está obligado a permitir que su hijo(a) participe, y en caso de que permita la participación de su hijo(a), puede retirarlo(a) del programa en cualquier momento. Por favor firme y devuelva la parte de abajo de esta carta **SÓLO SI NO** desea que su hijo(a) participe. Si no recibimos esta forma, asumiremos que su hijo(a) tiene permiso para ser incluido(a) en las sesiones informativas. Si tiene preguntas sobre el programa o sobre esta forma, por favor contacte al profesor(a) de su hijo(a).

Visite [www.childhelp.org/SpeakUpBeSafe](http://www.childhelp.org/SpeakUpBeSafe) o llame al 1-800-4-A-CHILD para más información. ¡Gracias por ayudar a establecer una fuerte red de seguridad para sus hijos!

Sinceramente,

Corte aquí y devuelva la forma a la escuela si NO desea que su hijo(a) participe.

\*\*\*\*\*

No, no deseo que mi hijo(a) participe en el programa Childhelp Speak Up Be Safe Program.

Nombre del Niño(a) \_\_\_\_\_

Nombre del Profesor(a) \_\_\_\_\_

Nombre del Padre/Madre/Guardián \_\_\_\_\_

Firma del Padre/Madre/Guardián \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

### Cinco Cosas Que Debe Saber Acerca de Abuso Infantil

1. Existen cuatro tipos principales de abuso infantil - físico, emocional, sexual, y negligencia. El programa de Childhelp Speak Up Be Safe presenta estos temas, así como el acoso y el acoso cibernético, en lecciones interactivas y apropiadas para la edad del niño(a), y con facilitadores entrenados.
2. El 90% de las víctimas de abuso sexual conoce a la persona que las abusa; 68% de las víctimas de abuso sexual son abusadas por familiares.
3. El abuso infantil ocurre sin discriminar raza, grupo étnico, nivel económico, cultura, o religión. El abuso infantil puede ocurrirle a todo niño(a) de todas las edades.
4. El abuso infantil lastima a los niños de muchas maneras.
  - a. HOY - los niños que son abusados pueden tener dificultades sobresaliendo en la escuela y con sus amigos, y están bajo mayor riesgo de ser abusados repetidamente.
  - b. MAÑANA - Los niños que han sido abusados, corren mayor riesgo de convertirse en adultos con problemas como abuso de drogas y alcohol, comportamiento sexual riesgoso, relaciones destructivas, y problemas mentales.
5. Puede ser difícil detectar el abuso solamente observando a su hijo(a) o su comportamiento. Algunos niños no presentan signos de abuso. Los signos de abuso no siempre son visibles en el cuerpo de un(a) niño(a).

Muchos casos de abuso infantil nunca son reportados. Los adultos pueden cambiar esto y prevenir el abuso infantil.

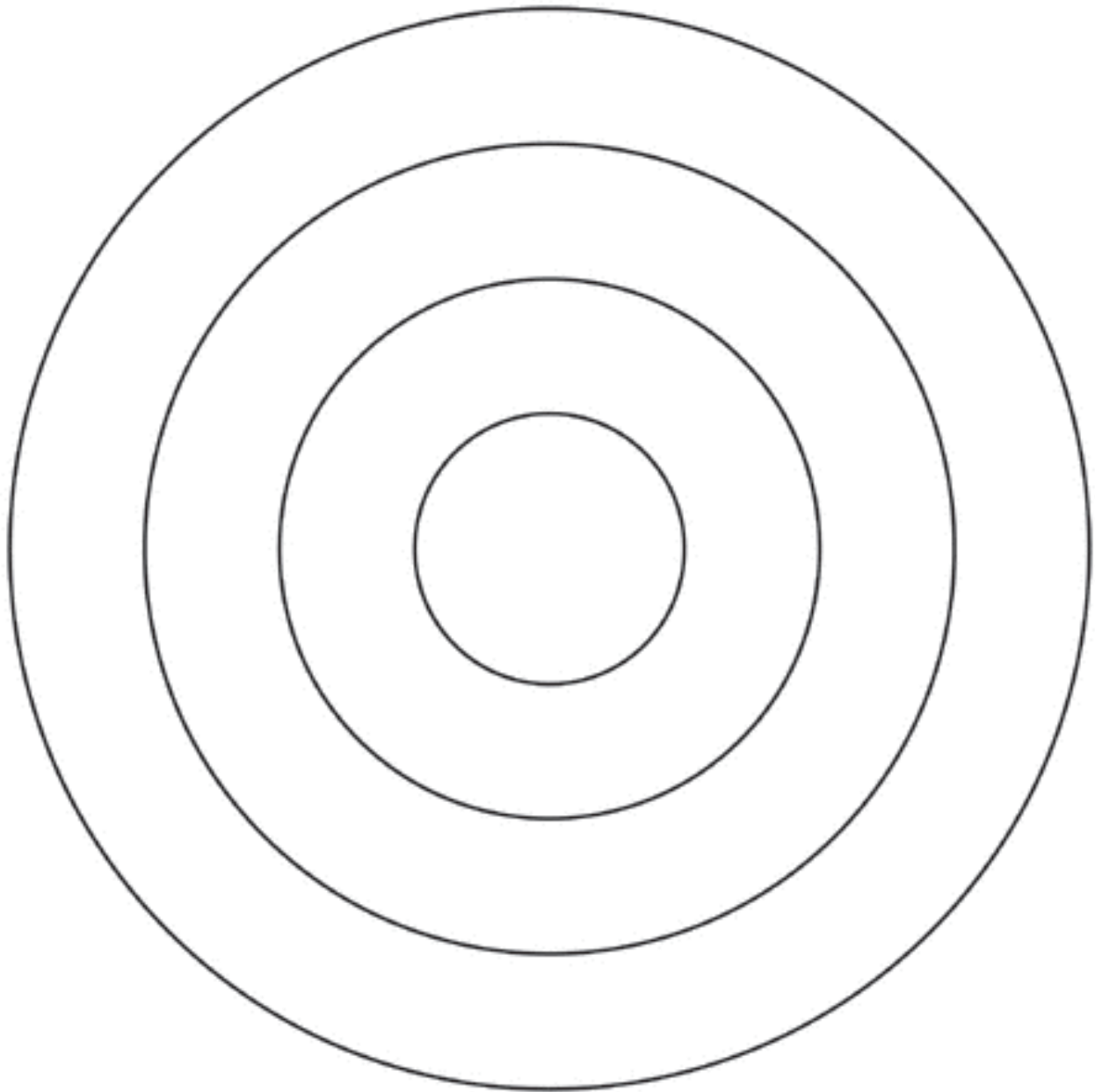
### Cinco Cosas Que Puede Hacer Para Mantener A Los Niños Seguros

1. **Hable con su hijo(a)** - Déjele saber a su hijo(a) que quiere que él/ella hable con usted, y que escuchará y creará lo que su hijo(a) le cuente. Para iniciar una conversación, pregúntele a su hijo(a) qué ha aprendido en las lecciones de Childhelp Speak Up Be Safe.
2. **Ponga atención y haga preguntas** - Los adultos tienen el derecho a preguntar lo que sucede con sus hijos cuando estos se encuentran con otras personas. Infórmese acerca de quienes rodean a sus niños y que actividades se realizan cuando ellos están en las casas de sus amigos, en clubes, y programas extracurriculares, o tiempo que compartan con cualquier adulto(a). ¡Si algo no le parece del todo claro, confíe en su instinto e investigue!
3. **Haga seguimiento** - Si su hijo(a) le dice algo que le preocupa, o si nota un cambio en su comportamiento, haga preguntas para saber más. Sus preguntas mostrarán su interés lo que ayudará a que su hijo(a) se anime a hablar con usted en el futuro.
4. **Tome acción** - Si su hijo(a) le cuenta que él/ella o un(a) amigo(a) ha sufrido abuso, felicítelo(a) por decirle. Tomar acción inmediatamente es muy importante. Si no está convencido(a) de que el abuso ha ocurrido, llame a un profesional cuyo trabajo es investigar estas acusaciones. La línea de ayuda de Childhelp National Child Abuse 1-800-4-A-CHILD está disponible las 24 horas, los 7 días de la semana. Esta línea es confidencial y anónima, y puede ayudarle a descifrar los siguientes pasos a tomar para mantener a su hijo(a) seguro(a). Lo mejor es buscar ayuda y no esperar a que algo suceda otra vez.
5. **Establezca su propia red de seguridad** - Hable con profesores, padres de familia, y otras personas en su comunidad sobre cómo apoyarse mutuamente y crear un plan para asegurarse de que todos los niños se encuentren seguros.

Name: \_\_\_\_\_

# Circle of Relationships

Think about the people in your life and whom you allow to be close to you, both physically and emotionally. Write your name in the middle circle, then place other people in the appropriate circle - parents, siblings, best friends, other relatives, other friends, teammates, strangers, etc.



Name: \_\_\_\_\_

# Safety Check Activity

## 7<sup>th</sup> Grade Lesson 1

Using complete sentences, answer the safety questions below. Don't worry too much if you don't know the answers. These will be covered in the Childhelp Speak Up Be Safe lesson.

1. Knowing safety rules can save your life. True or False (circle one)
2. When I am unsafe, I feel
3. List a few people with whom you are very close.
4. I willingly share my personal space with
5. Generally, I'm in a \_\_\_\_\_ mood.

Name: \_\_\_\_\_

# Safety Acrostic Poem

7<sup>th</sup> Grade Lesson 1

Complete the acrostic poem below with words and ideas related to safety.

S

A

F

E

T

Y

## Your Child Participated in Childhelp Speak Up Be Safe Today!

### Key messages in Lesson 1:

- Adults are responsible for keeping children safe. Children can help adults keep them safe by learning and following the safety rules. All children deserve to be safe and to have their emotions and bodies respected by others.
- Children learned that abuse is when someone intentionally hurts or harms another person repeatedly. They learned about four types of abuse - physical abuse, neglect, emotional abuse, and sexual abuse.
- Children learned that as they grow and have more responsibilities and privileges, the risks for child abuse change. For example, having more unsupervised time on cell phones and the Internet may increase the risk of being bullied, but having a cell phone to call for help if needed may also decrease risk.
- Safety Rule #1: "It's MY body!" - Children learned that they have a right to be safe and that includes their bodies. They learned about personal boundaries and how people in their lives may be allowed different physical and emotional closeness to the child. They learned how to listen to their instincts to determine if boundaries are being crossed.
- Safety Rule #2: "Ask an adult if I am safe." - Children are encouraged to use this rule in situations that might put them at risk for injury or abuse. If a child is wondering about her/his safety, it means he/she needs to talk to a safe adult who can help.
- Children learned that there are safe adults in their lives who can help them when they are feeling unsafe or if they are in an uncertain situation.

It is important to talk with your child about safety.

Being a parent or caregiver is challenging, especially when talking about difficult subjects like safety and child abuse. Below are some tips and talking points to get the conversation started:

- Discuss the safety rules your child learned through Childhelp Speak Up Be Safe.
- Tell your child things that are special about him/her and give praise regularly. Talk about why your child deserves respect and how they show respect to others.
- Use the language from the program when you are talking with your child. For example, if your child goes out with friends and doesn't tell you where he/she is, or doesn't come home on time, talk calmly with him/her about how it is your job to keep her/him safe and that is why you have a safety rule about knowing where he/she is.
- Encourage your child to talk with you whenever he or she feels unsafe. Share ways they can communicate with you without talking - write a note, leave a message, draw a picture - if they feel unsafe.
- Ask your child to share any concerns or questions with you about what he/she learned. Learning about child abuse can raise questions. Set yourself up to be the person your child comes to for answers. If you do not know the answer, tell your child you will find out the information together.

For more information on Childhelp Speak Up Be Safe and how to prevent child abuse, visit [www.childhelp.org/SpeakUpBeSafe](http://www.childhelp.org/SpeakUpBeSafe) or call 1-800-4-A-CHILD.



## ¡Su Niño(a) Participó en Childhelp Speak Up Be Safe (No Guardes Silencio, Siéntete Seguro) Hoy!

### Lección 1: Puntos Claves

- Los adultos son responsables de mantener a los niños seguros. Los niños pueden ayudar a que los adultos los mantengan seguros aprendiendo y siguiendo las reglas de seguridad. Todos los niños merecen estar seguros y que sus emociones y cuerpos sean respetados por otros.
- Los niños aprendieron que abuso es cuando alguien intencionalmente lastima o hiere a otra persona de manera repetitiva. Aprendieron acerca de cuatro tipos de abuso - abuso físico, negligencia, abuso emocional, y abuso sexual.
- Los niños aprendieron que a medida que van creciendo tienen más responsabilidades y privilegios, y que los riesgos de abuso infantil cambian. Por ejemplo, tienen más tiempo sin supervisión con sus celulares o el internet y el riesgo a que sean acosados aumentan. Pero el tener un celular disponible también puede reducir riesgos ya que podrían llamar para pedir ayuda si la necesitaran.
- Regla de Seguridad #1: “Es MI cuerpo” – Los niños aprendieron que tienen el derecho a sentirse seguros y esto incluye la seguridad de su cuerpo. Los niños aprendieron acerca de límites personales y el que diferentes personas en sus vidas tienen diferentes niveles de cercanía para con ellos. Ellos aprendieron a seguir su intuición para determinar si estos límites o barreras personales están siendo traspasadas.
- Regla de Seguridad #2: “Preguntar a Un(a) Adulto(a) Si Estoy Seguro(a)” – Los niños fueron entrenados para usar esta regla en situaciones en que pudieran estar en riesgo de ser lastimados o abusados. Si un(a) niño(a) duda de sentirse seguro(a), entonces necesita hablar con un(a) adulto(a) que pueda ayudar.
- Los niños aprendieron que existen adultos de confianza en sus vidas que pueden ayudarles si se sienten inseguros o si están en duda acerca de la situación en la que se encuentran.

Es importante hablar con su niño(a) acerca de su seguridad.

Ser papá/mamá es un reto, especialmente cuando se trata de discutir con su hijo(a) temas difíciles como la seguridad y el abuso infantil. A continuación le ofrecemos algunos consejos y puntos para iniciar esta conversación:

- Platiquen sobre las reglas que su hijo(a) ha aprendido a través de Childhelp Speak Up Be Safe.
- Dígale a su hijo(a) lo especial que es y háblele de sus cualidades a menudo. Háblele del por qué merece respeto y de cómo mostrar respeto hacia otros.
- Use palabras o frases del programa cuando se dirija a su hijo(a). Por ejemplo, si su hijo(a) sale con sus amigos y no le dice dónde está o no regresa a casa a tiempo, mantenga la calma y explíquele que su deber es mantenerlo(a) seguro(a) y es por esto que han establecido la regla de saber dónde se encuentra.
- Motive a su niño(a) a hablar con usted cuando no se sienta seguro(a). Comparta maneras en las que podrían comunicarse sin necesidad de hablar, como escribir una nota, dejar un mensaje, dibujar una imagen, en caso de que no se sintiera seguro(a).

- Pregúntele a su hijo(a) si tiene inquietudes o preguntas acerca de lo que ha aprendido. Hablar sobre abuso infantil puede suscitar preguntas. Asegúrese de que sea usted la persona a la que su hijo(a) acude por respuestas. Si no sabe la respuesta, dígame a su hijo(a) que buscarán la información juntos.

**Para más información acerca de Childhelp Speak Up Be Safe y cómo prevenir abuso infantil, visite [www.childhelp.org/SpeakUpBeSafe](http://www.childhelp.org/SpeakUpBeSafe) o llame al 1-800-4-A-CHILD**