



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA



Save the Children

¡JUEGO, APRENDO Y CUIDO MI CUERPO!

¡LA COVID-19 NO
PUEDE DETENERNOS!
DIGAMOS "NO" AL
ABUJO DE
NIÑAS Y NIÑOS.




¡Hola! Soy Tania y este
mi amigo Pablo. Juntos,
vamos a enseñarte cómo
cuidar nuestro cuerpo y qué
debemos hacer si alguien
intenta hacernos daño.


Nuestro cuerpo, mente y
corazón son muy valiosos y
debemos cuidarlos, no sólo
de enfermedades como el
coronavirus, sino de todo
tipo de daño.





Dibújate dentro del cuadro y escribe tu nombre en la línea. ¡Colorea el  y tu dibujo como más te guste!

¡Yo me llamo

y mi vida, mi cuerpo, mi mente
y mi  tienen mucho VALOR!



PROTEGE TU CUERPO:



Tu cuerpo tiene partes públicas que todos pueden ver. Son aquellas que **NO** cubre tu ropa: brazos, manos, cuello, rodillas, cabeza, cara.



Encierra con un círculo cada parte del cuerpo de Luis que sea pública.



Pero hay partes de tu cuerpo que nadie debe de ver ni de tocar. A esas partes las llamamos **PARTES ÍNTIMAS.**



TUS PARTES ÍNTIMAS SON AQUELLAS QUE TU ROPA DE BAÑO O TU ROPA INTERIOR CUBREN.



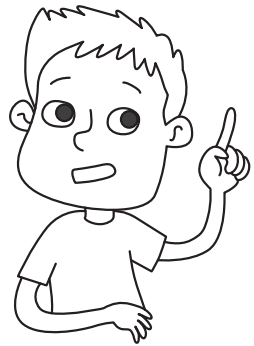
RECUERDA:

Tú tampoco debes ver ni tocar las partes íntimas de otras personas.



RECONOCIENDO A LOS ABUSADORES :

En el mundo existen personas buenas que nos cuidan y respetan, pero también existen personas que quieren lastimarnos, acercarse a nuestro cuerpo de formas que nos incomodan, acariciarnos y hasta tocar nuestras partes íntimas.



➤ A ESAS PERSONAS SE LES LLAMA ABUSADORES

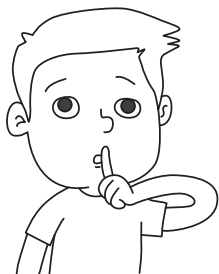
¿Los abusadores también pueden ser personas que conocemos?

Sí, Tania. Debemos prestar atención y reconocer a las personas que quieren hacernos daño. No importa si es un familiar, un amigo o un desconocido.



LAS PERSONAS QUE TE AMAN Y TE RESPETAN NO TE HACEN DAÑO. SI ALGUIEN TE DICE QUE TE AMA Y QUIERE TOCAR TUS PARTES ÍNTIMAS TE ESTÁ MINTIENDO Y ¡DEBES PEDIR AYUDA!

▶ ¡APRENDAMOS CÓMO ACTÚAN LOS ABUSADORES!



◀ Algunos abusadores nos pedirán que no le contemos a nadie que quieren besarnos, acariciarnos o tocar nuestras partes íntimas. Que guardemos el SECRETO. Este es un secreto malo.

Algunos nos dirán que si dejamos que nos abracen, acaricien o toquen nuestras partes íntimas nos darán regalos, dulces y hasta dinero.



◀ Otros abusadores nos gritarán y nos querrán obligar a besarlos, tocar sus partes íntimas y tocarnos usando la fuerza.

¿QUÉ DEBO HACER SI ALGUIEN ME INCOMODA O QUIERE TOCAR MIS PARTES PRIVADAS?

▶ Debo ir corriendo a contárselo a mis personas de confianza





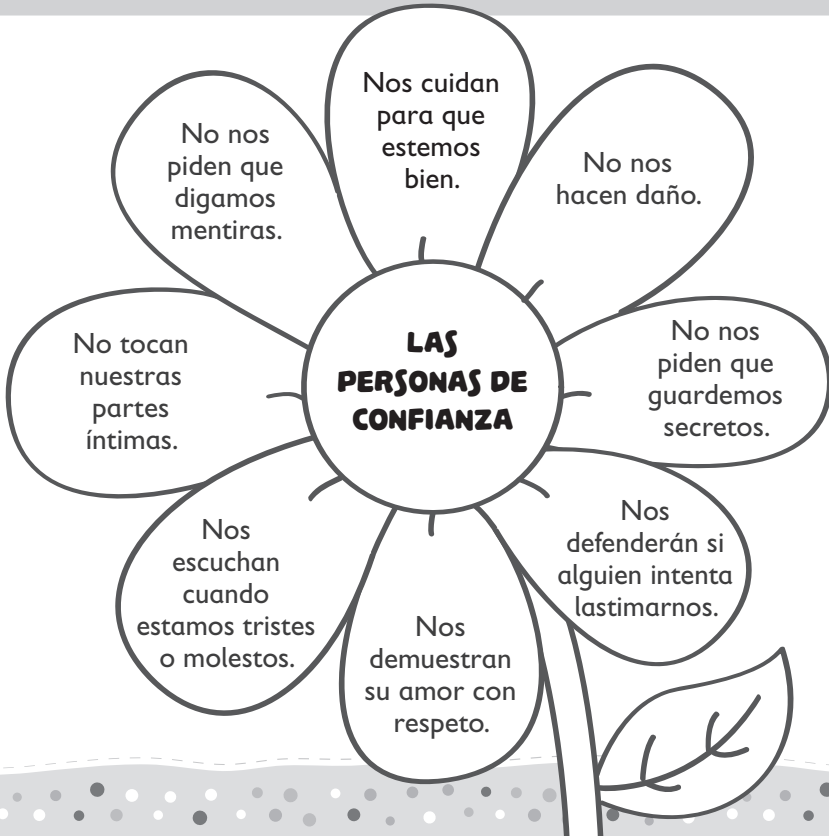
MIS PERSONAS DE CONFIANZA:

¿Tania, quiénes son nuestras personas de confianza?

Son aquellas personas que nos cuidan, nos protegen y nos demuestran su amor sin hacernos daño.

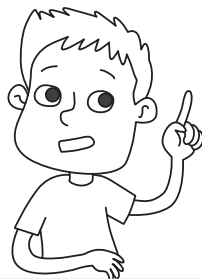


Pinta cada pétalo de un color diferente y piensa: ¿quiénes hacen todo esto por ti?



➤ ¿QUIÉNES SON TUS PERSONAS DE CONFIANZA?

¡Cuéntanos quiénes son tus personas de confianza! Recuerda: tus amigos y tú deben confiar en personas adultas que los respeten y cuiden.



Dentro del recuadro dibuja tu mano y en cada dedo escribe el nombre de 1 persona que consideras tu persona de confianza:

A large, empty rectangular box with a decorative border featuring scrollwork at the corners. This box is intended for the student to draw a hand and write names on the fingers.

**MI CUERPO ES TAN INCREÍBLE QUE
TIENE PARTES QUE TE AVISAN CUANDO
EL PELIGRO ESTÁ CERCA.**

¡VAMOS A DESCUBRIRLAS!

➤ CUANDO TU CUERPO SIENTE QUE ESTÁS EN PELIGRO:



¡No!

**OLVIDES
NUNCA:**

Cuando sientas que tu cuerpo te avisa del peligro, debes buscar a tus personas de confianza y pedir ayuda.

Nuestras personas de confianza son aquellas que nos hacen sentir bien y nunca nos pondrían en peligro, ¿verdad?



Sí. Cuando estás cerca de personas que te aman y respetan, tu corazón se siente feliz y tranquilo.



Escribe las palabras correctas en las líneas y completa la oración:



DEBO RECORDAR SIEMPRE QUE:

MI CUERPO ES SOLO MIO Y NADIE DEBE DE _____.

MI CORAZÓN ES UN _____ QUE DEBO DE CUIDAR.

LAS PERSONAS QUE ME AMAN ME CUIDAN Y ME _____.

RESPETAN

TOCARLO

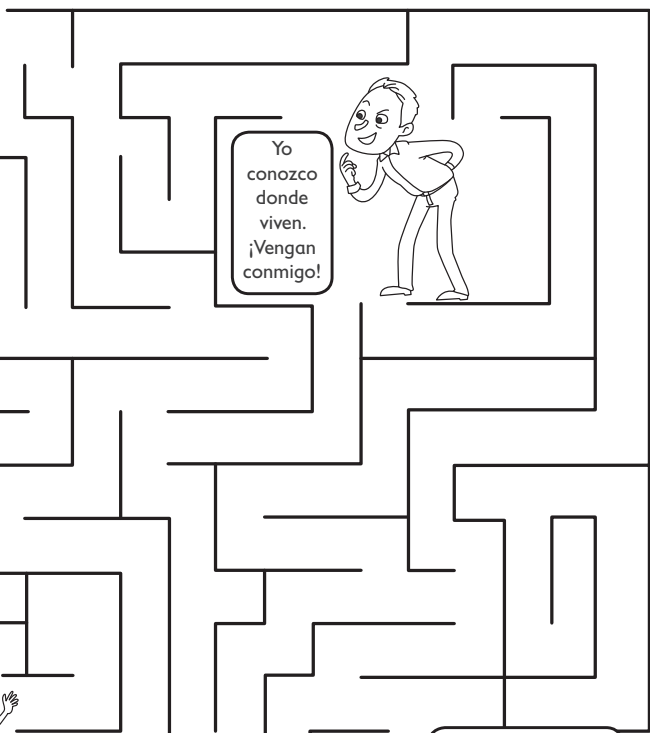
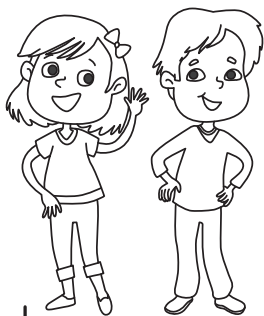
TESORO



¡ATENAS Y ATENTOS A LOS PELIGROS



Ayuda a Lucy y Felipe a no perderse y llegar a casa sanos y salvo. ¡No los dejes irse con extraños!



Yo conozco donde viven. ¡Vengan conmigo!



Yo los puedo llevar para que no caminen. ¡Suban!

NUESTRA CASA!!!





SITUACIONES DE PELIGRO

¡Aprendamos cómo protegernos y evitar el peligro siguiendo estos importantes consejos!



Lee cada consejo, ve a a la página 29, busca el sticker que mejor lo representa y pégalo en el cuadro que corresponda.

Cuando vas de paseo, mantente cerca de mamá y papá. Si quieres ir al baño, pídeles a ellos que te acompañen.



Aprende tu dirección y el número de teléfono de tus papás. Si llegas a perderte, se los podrás dar a un policía.



No debes hablar ni dar tus datos a desconocidos, ¡ni por teléfono! Si es algo importante, tu familia los dará por ti.



No debes abrir la puerta de tu casa ni a conocidos ni a desconocidos sin el permiso o compañía de tus padres.



Si alguien te pide que guardes un secreto que te hace sentir mal, no lo hagas. Cuéntaselo a tu persona de confianza. Ese es un secreto malo.



Si hay algo que quieres decir pero te da mucho miedo hacerlo, puedes escribirlo y entregarle ese papel a alguien de confianza para que lo lea.



Cuando uses la computadora o el celular, debes pedirle a tus papás que te acompañen. También puede haber abusadores en internet.



Si alguien intenta llevarte lejos o hacerte daño, grita con todas tus fuerzas.



Si alguien intenta tocarte o toca tus partes íntimas, debes contárselo a tus personas de confianza y pedir ayuda.



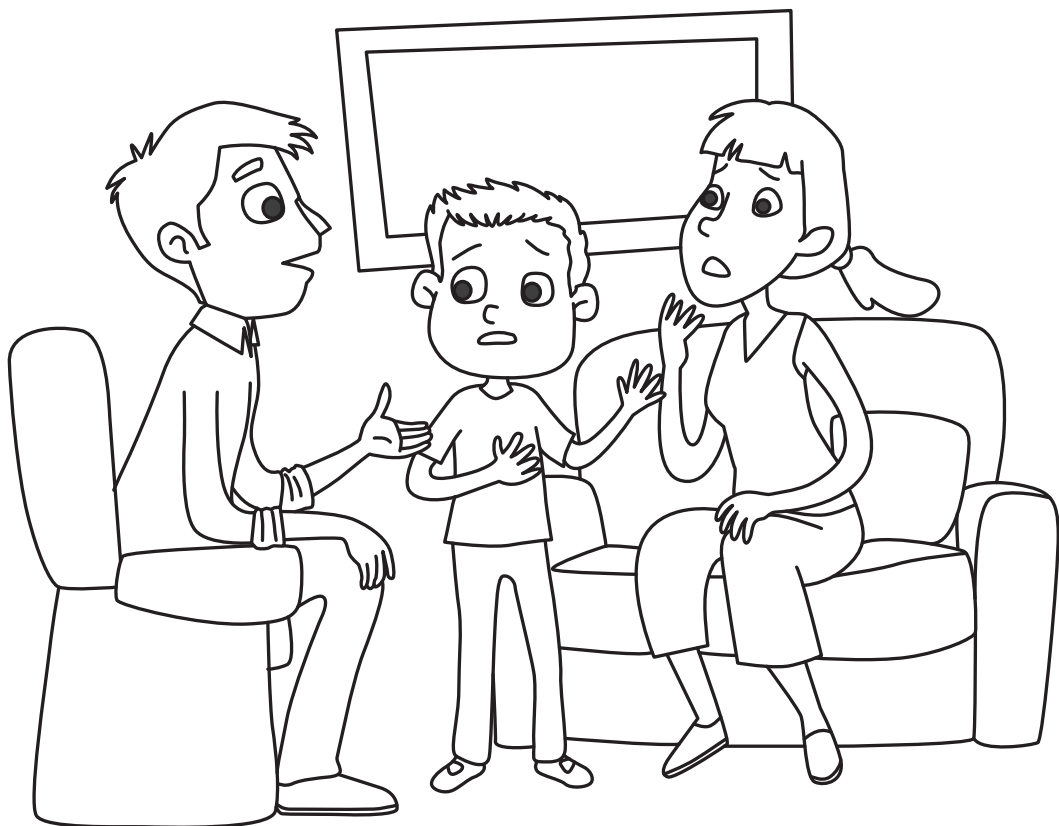


**Y, SOBRE TODO, DEBES CONTARLE
TODO LO QUE TE SUCEDE A TU PAPÁ,
MAMÁ O PERSONA DE CONFIANZA.**



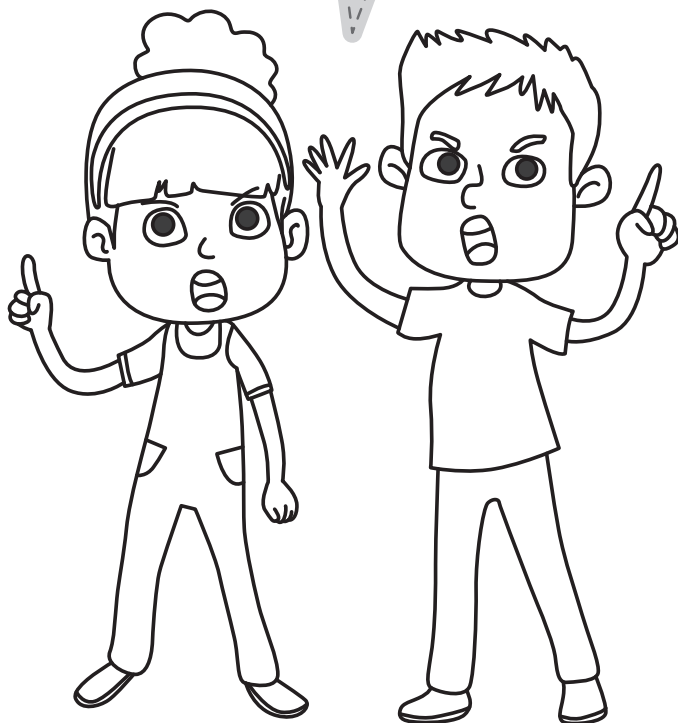
RECUERDA:

Tú puedes decir “¡no me toques!” si alguien te hace sentir incómodo.



¡TU VOZ ES IMPORTANTE! SI ALGUIEN QUIERE DARTE BESOS EN LA BOCA, TOCAR TU CUERPO DE MANERA QUE TE HACE SENTIR INCÓMODO O QUIERE QUE TOQUES SUS PARTES ÍNTIMAS, GRITA FUERTE "NO" Y CORRE A BUSCAR AYUDA!

GRITA FUERTE ¡No!





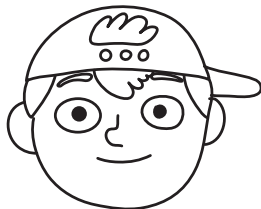
UNE CON UN LÍNEA Y CUÉNTANOS, ¿QUÉ ESTÁN SINTIENDO?



MIEDO



TRISTEZA



ENOJO



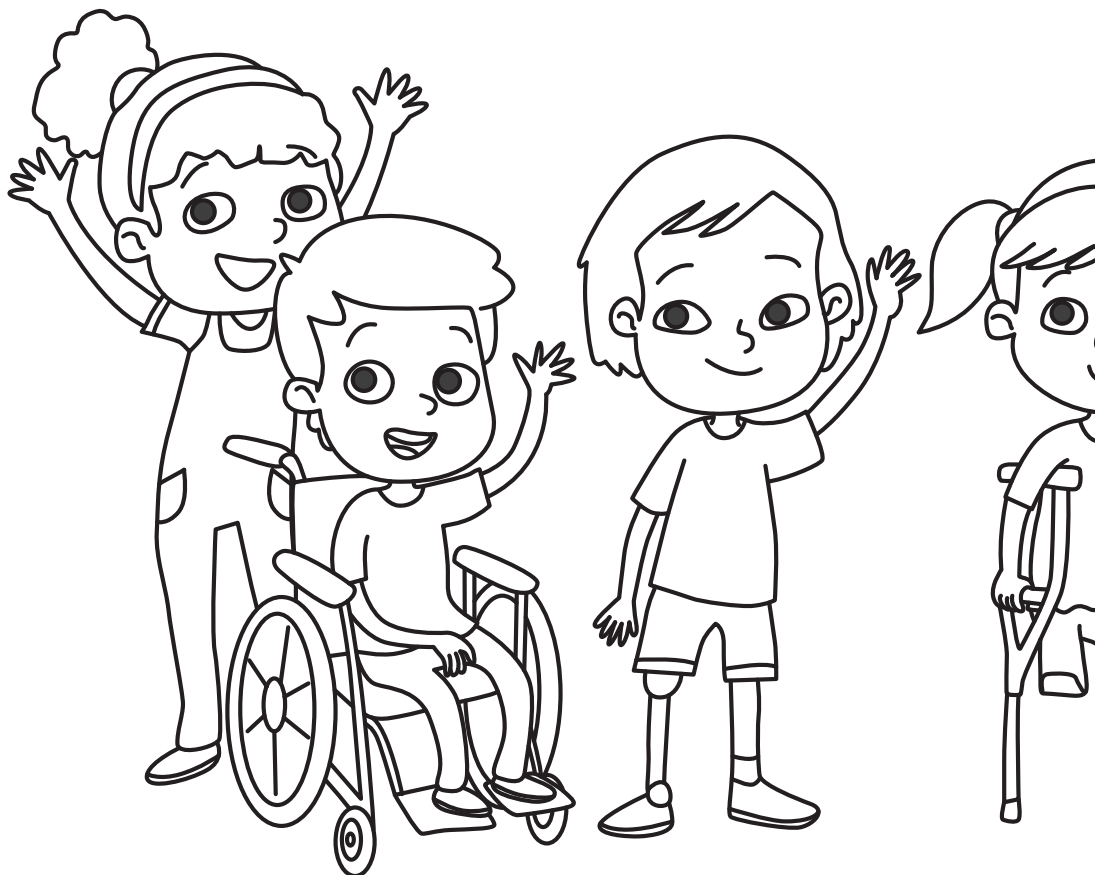
FELICIDAD

**TÚ PUEDES
DECIR**
¡No!

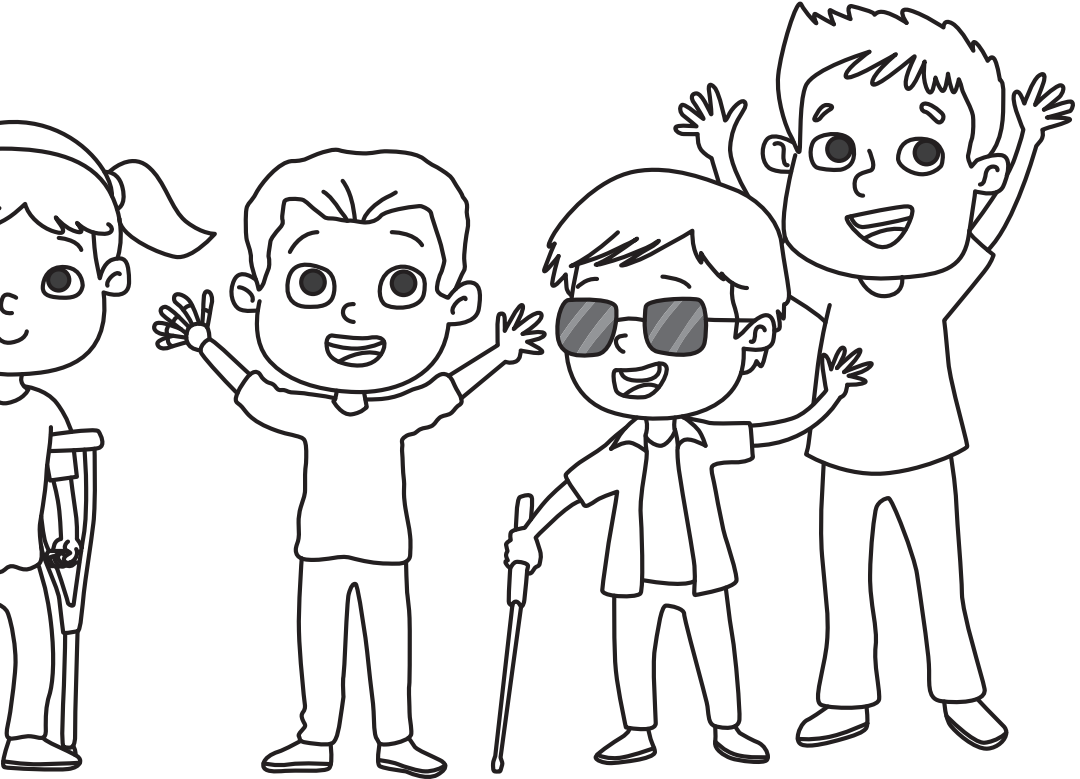


Enséñales este libro a tus herman@s,
prim@s y amig@s para que tod@s
puedan cuidarse y gritar fuerte:

¡NO A LOS ABUSADO



RES DE NIÑOS Y NIÑAS!



➤ **SANITOS Y PROTEGIDOS ANTE LA COVID.**
¿TÚ TAMBIÉN HACES ESTAS COSAS?



COLOREA

Cuando me encuentro con mis amigos en el parque, jugamos sin acercarnos mucho.



— 2 m —



COLOREA

¡Lavándonos las
manos somos más
fuertes!

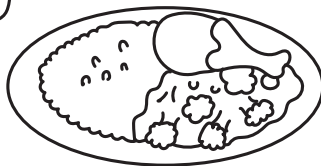
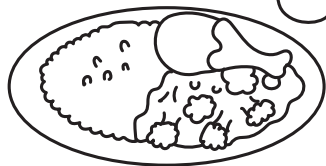
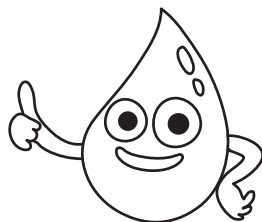




COLOREA



¡Siempre me lavo
las manos antes de
comer!



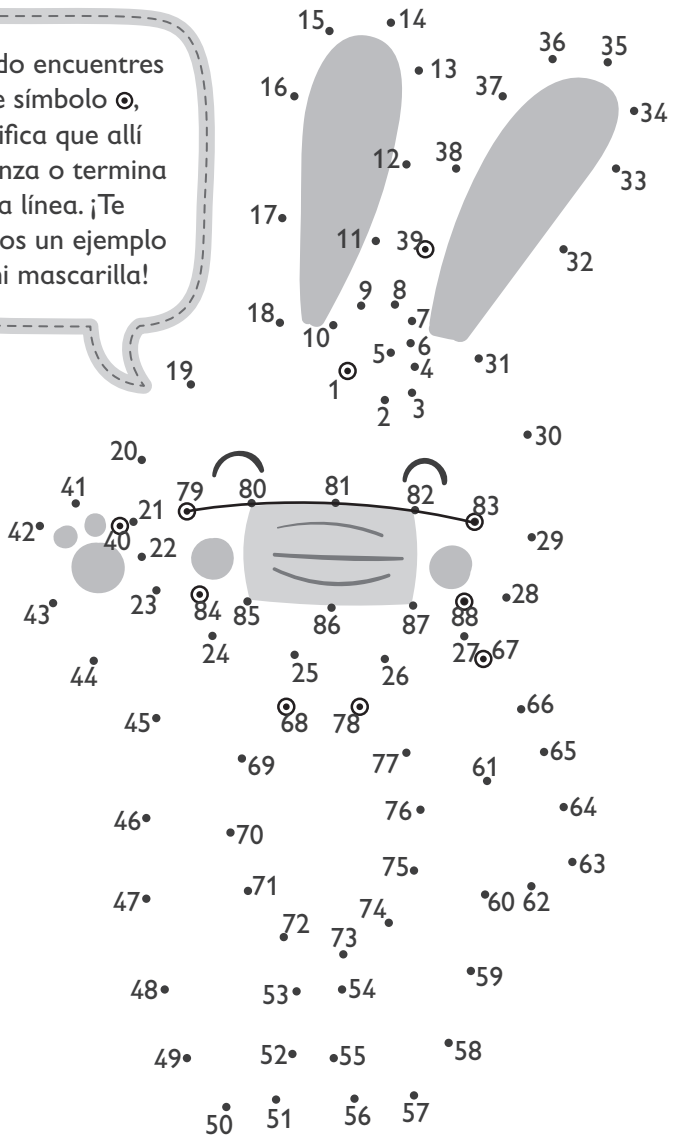


ACTIVIDADES



Une los puntos desde 0 hasta el 88

Quando encuentres este símbolo ⊙, significa que allí comienza o termina una línea. ¡Te dejamos un ejemplo en mi mascarilla!





COMPLETA LOS ESPACIOS EN BLANCO SEGÚN LOS NÚMEROS DE LAS LETRAS.

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	LL	M
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

N	Ñ	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28



LOS $\frac{N}{17}$ $\frac{I}{9}$ $\frac{Ñ}{16}$ $\frac{OS}{17}$ Y NI $\frac{\quad}{16}$ $\frac{\quad}{1}$ $\frac{\quad}{21}$ T $\frac{\quad}{5}$ $\frac{\quad}{15}$ E $\frac{\quad}{14}$ $\frac{\quad}{17}$ S

$\frac{\quad}{4}$ $\frac{\quad}{5}$ R $\frac{\quad}{5}$ $\frac{\quad}{3}$ $\frac{\quad}{8}$ O A S $\frac{\quad}{5}$ $\frac{\quad}{20}$ F $\frac{\quad}{5}$ $\frac{\quad}{12}$ $\frac{\quad}{9}$ $\frac{\quad}{3}$ ES Y A

$\frac{\quad}{21}$ $\frac{\quad}{5}$ R T $\frac{\quad}{20}$ $\frac{\quad}{1}$ T A $\frac{\quad}{4}$ $\frac{\quad}{17}$ $\frac{\quad}{21}$ C $\frac{\quad}{17}$ N $\frac{\quad}{1}$ MO $\frac{\quad}{20}$,

C $\frac{\quad}{23}$ $\frac{\quad}{9}$ $\frac{\quad}{4}$ A D $\frac{\quad}{17}$ $\frac{\quad}{21}$ Y P $\frac{\quad}{20}$ $\frac{\quad}{17}$ T $\frac{\quad}{5}$ G $\frac{\quad}{9}$ $\frac{\quad}{4}$ $\frac{\quad}{17}$ S.

PAPÁ, MAMÁ, ¡TÚ TAMBIÉN PUEDES DENUNCIAR Y PONER FIN A LA VIOLENCIA! PARA ELLO, DEBES CONOCER LA RUTA DE ATENCIÓN:



¿QUIÉN PUEDE DENUNCIAR UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA?

Cualquier persona:

- ▶ Padres y madres
- ▶ Niños y niñas
- ▶ Otros familiares
- ▶ Autoridades locales
- ▶ Profesionales de la Salud
- ▶ Profesionales de la Educación
- ▶ Defensoría del Pueblo

¿DÓNDE PUEDO DENUNCIAR?

- ▶ Comisaría
- ▶ Juez de Paz
- ▶ Fiscalía de Familia

¿CÓMO DEBEN TRATARME?

- ▶ En todo momento deben tratarme con respeto, igualdad y sin discriminación.
- ▶ Debes ser escuchada o escuchado, recibir un trato digno y debida información.

Si necesitas ayuda, puedes llamar a:

LÍNEA 100

LÍNEA 1810

○ través de internet por el **CHAT 100** del **Ministerio de la Mujer**

➤ TELÉFONOS PARA ORIENTACIÓN Y DENUNCIA EN TU LOCALIDAD

PIURA

CURAMORI

DEMUNA: 073 366011
(Municipalidad)

CEM Piura: 994 834 132

CEM Centro de Salud
Santa Julia: 969 493 043

Comisaría de Cucungará:
(073) 366067 945 224 677

CATACAOS

DEMUNA: 969 502 986
968 290 997

CEM Piura: 994 834 132

CEM Centro de Salud
Santa Julia: 969 493 043

Comisaría Catacaos:
943 202 616

LIMA

SANTA ROSA

DEMUNA: (01) 488 3162
anexo 102

CEM Santa Rosa:
940414728 - 01 5867579

Comisaría de Santa Rosa:
(01) 5521532

ANCÓN

DEMUNA: (01)-522046

CEM Comisaría de Ancón:
959 209 487

Comisaría de Ancón:
(01) 552 0087



CRÉDITOS

¡JUEGO, APRENDO Y CUIDO MI CUERPO!

Contenido original: Alexandra Gamarra

Adaptación: Yessenia Medina y Gabriela Ramos

Diseño e ilustración: agenciasolution.pe

Perú, 2020



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA



Save the Children

Los derechos de autor pertenecen a Save the Children. Está prohibida su reproducción y venta según las políticas de Save the Children.