



Ocak 2021

HAKLARIMI BİLİYORUM VÜCUDUMU KORUYORUM

ÖĞRENCİLER İÇİN

BU BÜLTENDE ÖĞRENİLECEK KONULAR

- Haklarınızın neler olduğu ,
- Vücudunuzu nasıl korumanız gerektiği



Her çocuğun ayırım yapılmaksızın hakları vardır. Bunlar şu şekildedir:

- ★ Yaşama ve gelişme hakkı
- ★ Eğitim erişim hakkı
- ★ Güvende olma hakkı
- ★ Vücudunu koruma hakkı
- ★ Sağlık hizmetlerine erişim hakkı
- ★ Dinlenme ve oyun hakkı
- ★ Düşüncelerini ifade edebilme hakkı

**Bu haklardan
vücudumu nasıl
korurum maddesiyle
ilgili bilgi edineceğiz**





Ocak 2021

VÜCUDUNU KORUMA HAKKI

ÖĞRENCİLER İÇİN



- **Vücudumuz bize aittir.**
- **Vücudumuzu korumak hem hakkımızdır hem de sorumluluğumuzdur .**

Vücutu korumanın yollarından birkaç tanesi:

Bisiklete binerken kask takmak.



Dişlerimizi fırçalamak.



Mevsime uygun kıyafetler giymek.



Besleyici gıdalar yemek.



Doktorun önerdiği aşıyı olmak.



Azarlanmaya, itilmeye karşı kendimizi korumak.



Gerektiğinde doktorun verdiği ilaçları içmek.



İyi ve kötü dokunuş ayırımını bilmek.





Ocak 2021

İyi Dokunuş, Kötü Dokunuş

ÖĞRENCİLER İÇİN

İyi dokunuş ve kötü dokunuş olmak üzere iki tür dokunuş vardır.



Kendimizi iyi ve güvende hissettiren dokunuşlar **iyi dokunuş**dur.



Canını acıtıyorsa, seni üzüyor, mutsuz ediyorsa, seni korkutuyorsa, seni rahatsız ediyorsa **kötü dokunuş**dur.

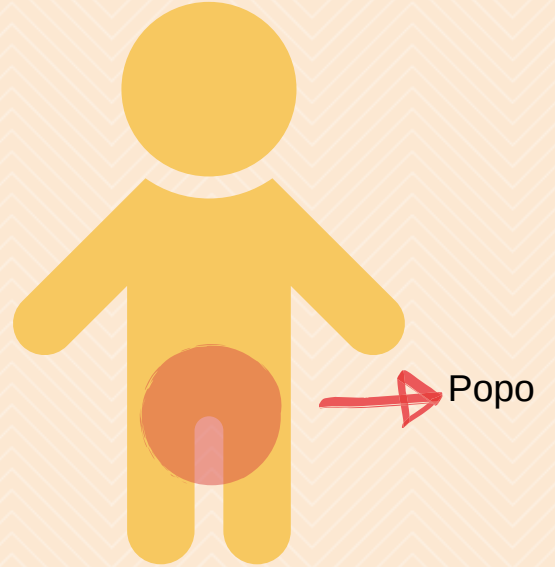
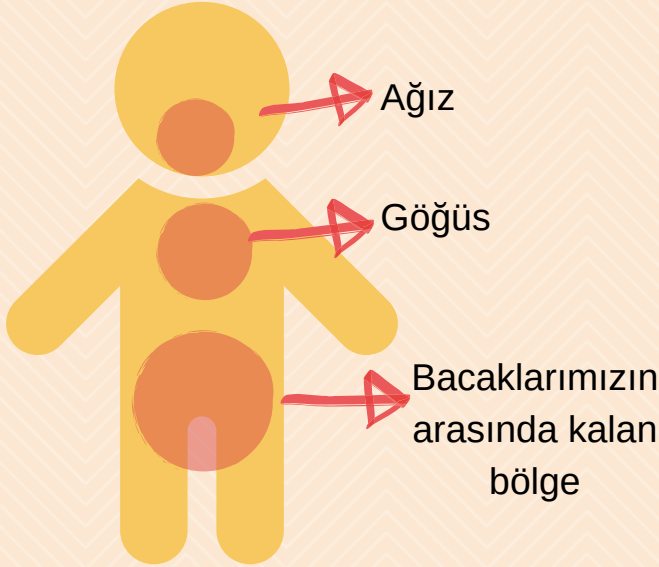
- Vurmak kötü bir dokunuşdur ve acıtır.



- Bazı kötü dokunuşlar «vurmak» gibi can acıtmaz. Ama hoşlanmadığın her dokunuş kötü dokunuşdur.

Vücudumuzda Özel Bölgelerimize yapılan dokunuşlar bütün çocuklar için kötü dokunuşdur.

Vücudumuzun Özel Bölgeleri:



Kimse bu bölgelere bakamaz veya dokunamaz, bizler de bir başkasının özel bölgelerine bakamayız ve dokunamayız.

Bazı büyükler bir çocuğun özel yerlerine bazı durumlarda bakabilir ya da dokunabilir!



Peki bu büyükler kim?

- Mesela anne, baba, doktor, hemşire senden izin almak şartıyla. Doktor ve hemşire ise annen veya baban yanındayken olabilir.

Bunların dışında vücudumuzu kötü dokunmalara karşı korumak zorundayız!



- Kötü dokunan kişi, bu dokunmayı kimseye söylemememizi isteyebilir. Hatta bunun bir olduğunu ve aranızda kalması gerektiğini söyleyebilir.
- Sana hediyeler verebilir.
- Seni korkutmaya çalışabilir.

Bu kötü olan sırrı saklaman için sana şu sözleri söyleyip kandırmaya çalışabilir:

Eğer söylersen
başın derde girer

Eğer söylersen
seni sevmem

Eğer söylersen
ailen sana kızar

Sırrımızı
saklarsan
sana istediğini
alırım

**BU SÖZLERE
İNANMA!**

Ne Yapmalıyız?

- Birisi bizim canımızı acıttığında,
- Hoşlanmadığımız bir şaka yaptığında,
- Bize kötü dokunuşta bulunduğunda,
- Özel bölgelerimize dokunduğunda,
- Bize kötü sır verdiğinde ne yapmalıyız?



Vücudunu kötü dokunmalardan korumak için neler yapabilirsiniz?

Yüksek sesle
«HAYIR» de



Karşı koy
ve
sertçe it



Ortamdan uzaklaş
veya
kaç



Güvendiğin
yetişkine
söyle (birisi
seni dinleyene
adar söylemeye
devam et)



Biri size kötü dokunduğunda kendinizi suçlu, şaşkın, değersiz hissedebilirsiniz.



Olanların sorumlusu sen olmadığın için kendini suçlu veya değersiz hissetme. Asıl sorumlu sana dokunan kişidir.



- Sanal ortamda da bu yönde olan kötü mesaj, tehdit ve zorbalıklara karşı da aynı tavrı gösterebilirsiniz.