

## THE FIVE BODY SAFETY RULES

Children and young people must know the “Five Body Safety Rules” in order to protect themselves from the harm of child sexual abuse. These Rules apply to all age groups. By teaching children and young people, the Five Body Safety Rules, we help them establish healthy boundaries and give them the knowledge and tools they need to be EMPOWERED to protect themselves from unsafe adults, friends and peers.

### Rule #1:      It Is My Body!

I am a unique and special creation of God. God loves me and wants me to keep my body safe.

### Rule #2:      No One Has A Right to Touch My Body!

I have the right to protect and keep my body safe and no one has the right to touch me in any way that makes me feel uncomfortable, scared or confused.

### Rule #3:      Say No and Get Away!

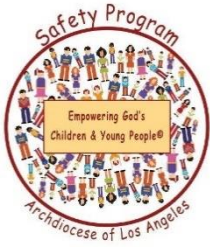
I have the right to “SAY NO” and “GET AWAY” if anyone tries to touch me or makes me feel uncomfortable, scared or confused.

### Rule #4:      Tell A Parent or Safe Adult!

I should always “TELL A PARENT” or “SAFE ADULT” if anyone tries to touch me or makes me feel uncomfortable, scared or confused.

### Rule #5:      It Is Never My Fault!

I know it is “NEVER MY FAULT” if anyone touches me or asks me to touch him or her in a way that makes me feel uncomfortable, scared or confused.



## **LAS CINCO REGLAS PARA MANTENER SU CUERPO**

Los niños y jóvenes deben conocer las "Cinco Reglas Para Mantener Sus Cuerpos Seguros" para protegerse del daño del abuso sexual de niños. Estas reglas se aplican a todas las diferentes edades. Al enseñarles a los niños y jóvenes, las Cinco Reglas Para Mantener Sus Cuerpos Seguros, los ayudamos a establecer límites saludables y les damos los conocimientos y las herramientas que necesitan para **EMPODERARLOS** a protegerse de adultos inseguros, amigos(as) y compañeros(as).

### **Regla #1:      ¡Es Mi Cuerpo!**

Yo soy creación única y especial de Dios. Dios me ama y quiere que mantenga mi cuerpo seguro.

### **Regla #2:      ¡Nadie Tiene el Derecho de Tocar Mi Cuerpo!**

Yo tengo el derecho de proteger y mantener mi cuerpo seguro y nadie tiene el derecho de tocarme en ninguna manera que me haga sentir incomodo(a), asustado(a) o confundido(a).

### **Regla #3:      ¡Decir NO y ALEJATE!**

Yo tengo el derecho de "DECIR NO" y "ALEJARME," si alguien trata de tocarme y hacerme sentir incomodo(a), asustado(a) o confundido(a).

### **Regla #4:      ¡Dile a Tus Padres o un Adulto Seguro!**

Yo siempre debo de "DECIRLES A MIS PADRE" o aun "ADULTO SEGURO," si alguien trata de tocarme o hacerme sentir incomodo(a), asustado(a) o confundido(a).

### **Regla #5:      ¡Nunca es Mi Culpa!**

Yo sé que "NUNCA ES MI CULPA" si alguien me toca o me pide que lo toque de alguna manera que me haga sentir incomodo(a), asustado(a) o confundido(a).