

# PLANIFICACIÓN PARA CONSTRUIR FAMILIAS MÁS SEGURAS E INTELIGENTES LIBRO DE ACTIVIDADES



# CONTACTOS FÍSICOS SEGUROS Y NO SEGUROS



Tu vecino te toma fuertemente del brazo mientras caminas a tu casa desde la parada del autobús. ¿Este es un contacto **seguro** o **no** seguro?

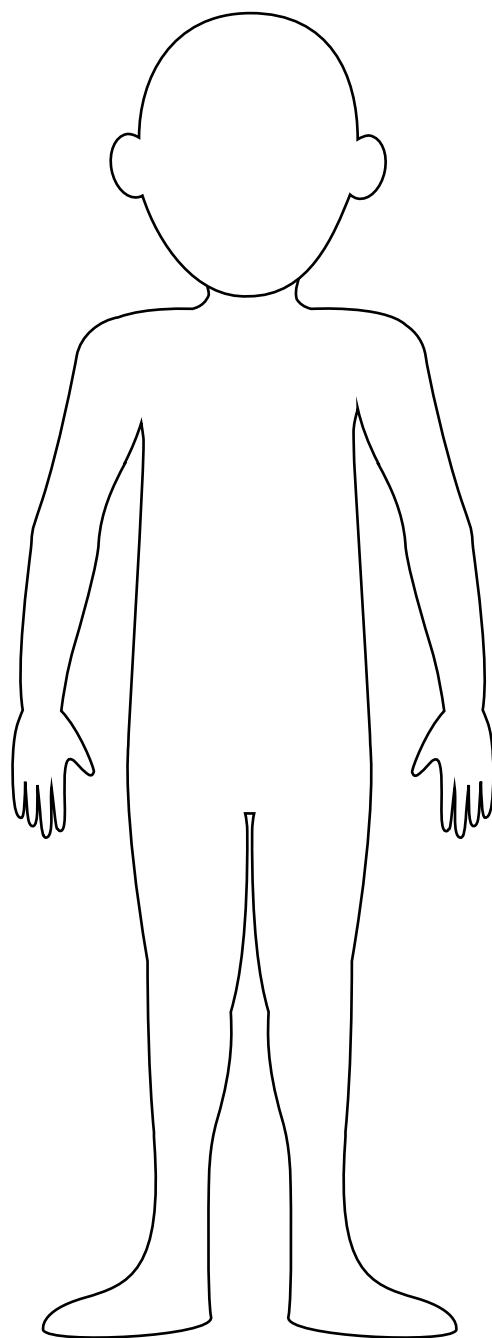


Tú y tu mejor amigo tienen un apretón de manos secreto que solo ustedes dos conocen. ¿Este es un contacto **seguro** o **no** seguro?

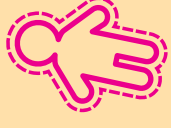
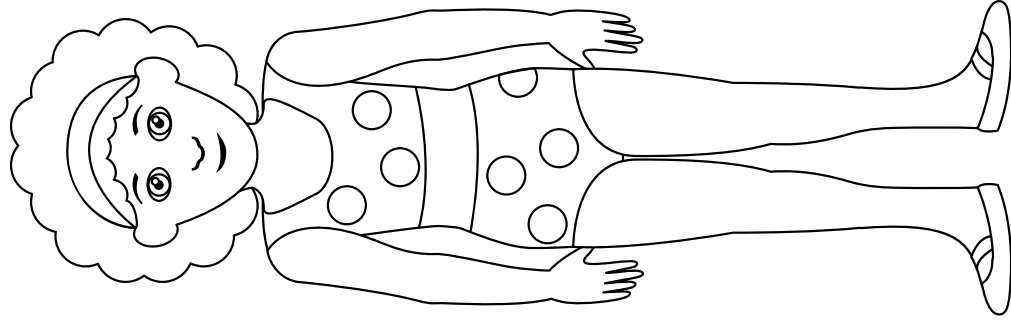
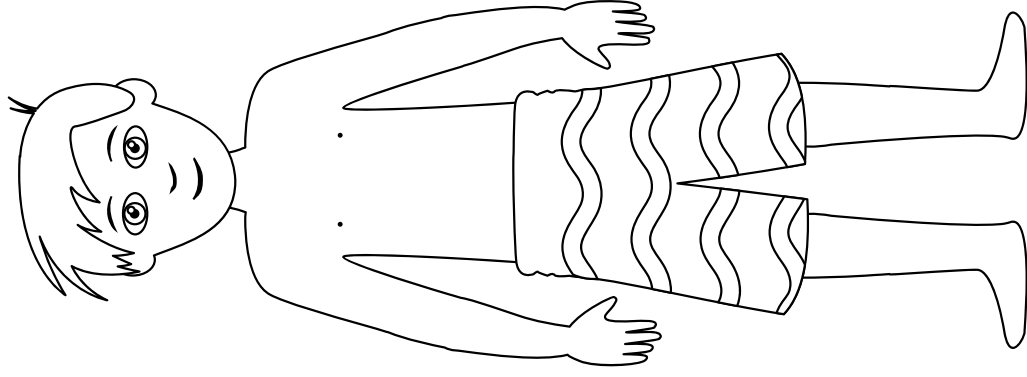


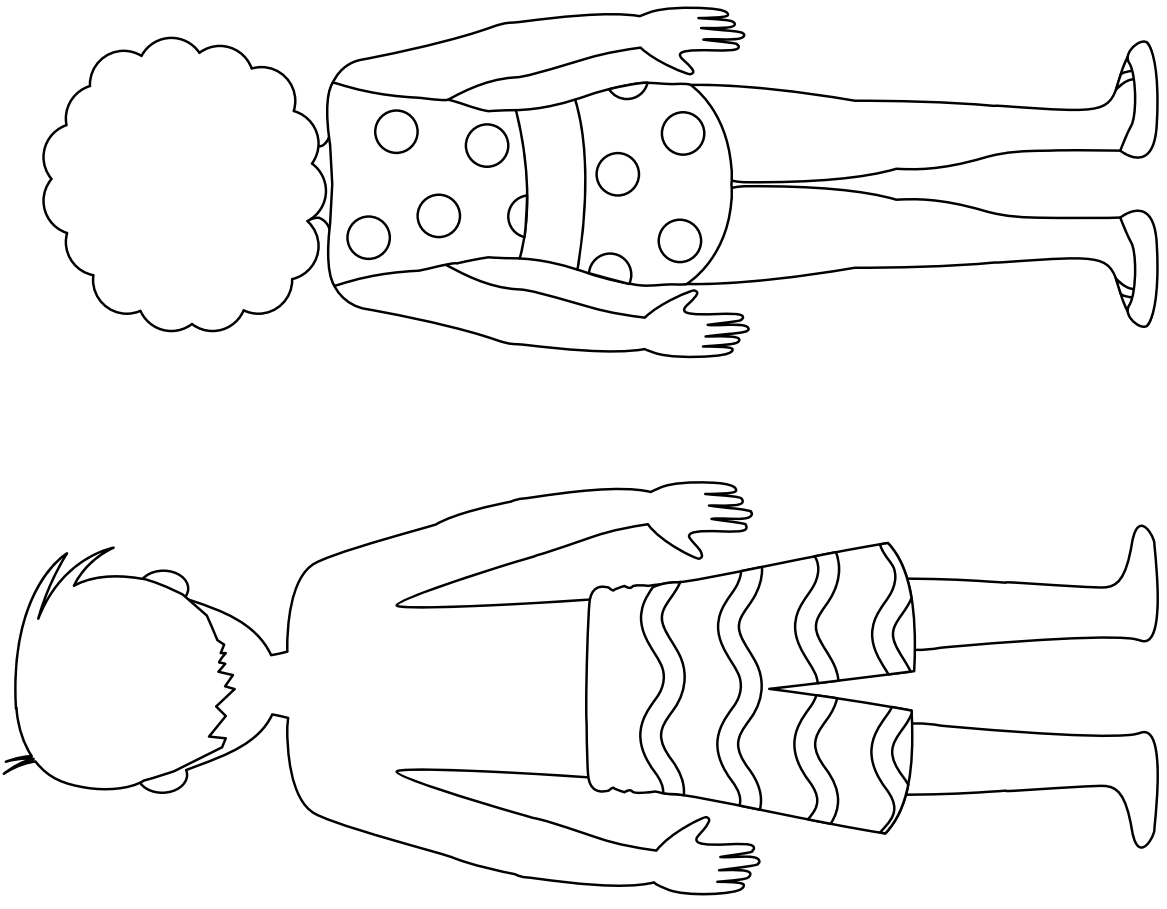
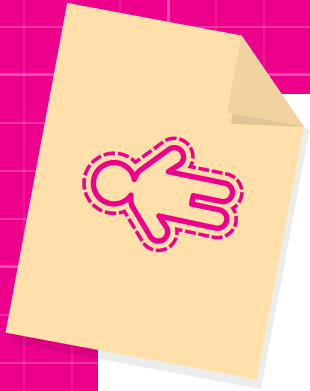
Tú y tu hermana mayor están jugando al monstruo de las cosquillas y ella te hace muchas cosquillas, y tú te sientes totalmente seguro. Pero a medida que sigue haciéndote cosquillas, no puedes respirar, así que te asustas. ¿Este es un contacto **seguro** o **no** seguro?

# ¿ADÓNDE ESTÁ TU ESPACIO PERSONAL?

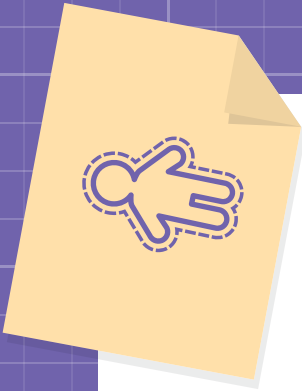


HOJA PARA COLOREAR DE PARTES PRIVADAS





# VIOLACIÓN DEL LÍMITE CORPORAL



**Sí**  
¿Por qué?

**No**  
¿Por qué no?



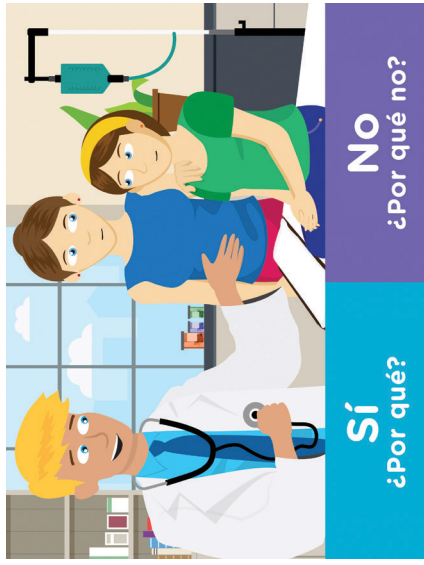
**Sí**  
¿Por qué?

**No**  
¿Por qué no?



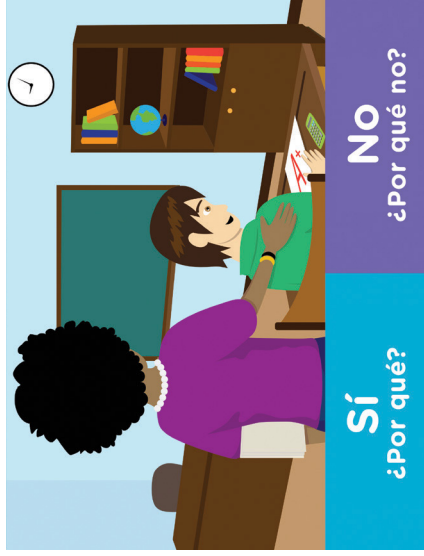
**Sí**  
¿Por qué?

**No**  
¿Por qué no?



**Sí**  
¿Por qué?

**No**  
¿Por qué no?



**Sí**  
¿Por qué?

**No**  
¿Por qué no?

# PALABRAS DE SEGURIDAD



Q J T F N B X H W P X R R M O A T W R B  
Y V L E R S B U P W T L W S R N C T O B  
D E F S P M J H C M X C K M I Z Z S D E  
O R U G E S O N O T C A T N O C S R C A  
L W V B U P P Z W H G J W R Z E A T O O  
S A O Y A O K R O E I S U I Q U D C C O  
J I N Q M E N P H C D G P X S Z A M P B  
B Z W O Y I O S H K E A K B J T V V D N  
P U J S S I S G E S H J S K T L I J R U  
V N C Y P R A R O G J X K P M Í R F V S  
M K V E T A E T C H U E V T M M P D I M  
W I V Q O G C P S N O R K S D I S A K U  
A J S Y J A Z D O N O X I C Q T E Q C Q  
T E R H T Y R M I I S R W D M E T T M W  
J M D N N W C M I B C Q O G A S R B P G  
R L O T R A J E D E B A Ñ O N D A F U Q  
A C X B T Z E F P W S G P Y R Z P S X R  
K K C R V A B P X K D Z I S U K B Q K B  
Y X H T A D I P U I S Y Q M E J T E D V  
E Q X L E P I L R Y D T S A O T B D A I

## ENCUENTRA LAS PALABRAS DE SEGURIDAD

Las palabras pueden aparecer de manera horizontal, vertical y diagonal en las ocho direcciones. Las palabras pueden superponerse.

Traje de baño

Límites

Espacio personal

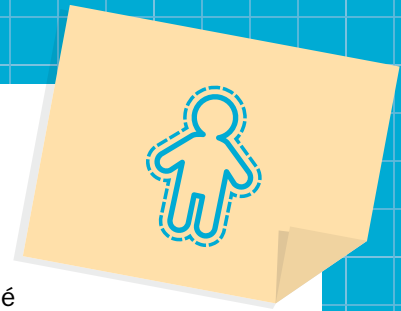
Partes privadas

Contacto seguro

Seguridad

Contacto no seguro

# ¡USA TU VOZ!



Lee cada situación de violación de límites corporales. ¡Escribe qué le dirías a tu adulto confiable para que te escuche y te ayude!

Estás mirando televisión en la casa de tu nuevo amigo y su hermano de secundaria se sienta junto a ti y te pasa el brazo por arriba del hombro. Esto es una violación porque no conoces bien a esta persona y es mucho mayor que tú. Sentarse tan cerca de ti en el sofá y pasar su brazo sobre tu hombro es confuso y te hace sentir incómodo.

---

---

---

---

---

---

Un niño mayor del autobús te palmea en la parte trasera cuando pasas caminando y dice que te está halagando. Esto es una violación porque el contacto de esta persona y el comentario te hacen sentir avergonzado e incómodo. Tocar una parte privada de tu cuerpo es una violación.

---

---

---

---

---

---

Alguien a quien no conoces está de pie detrás de ti en la fila de la tienda y te toca el cabello y te dice que es lindo. Esto es una violación, porque no conoces a esta persona y te ha tocado cuando no estabas mirando, y ese contacto físico y el comentario son confusos e incómodos.

---

---

---

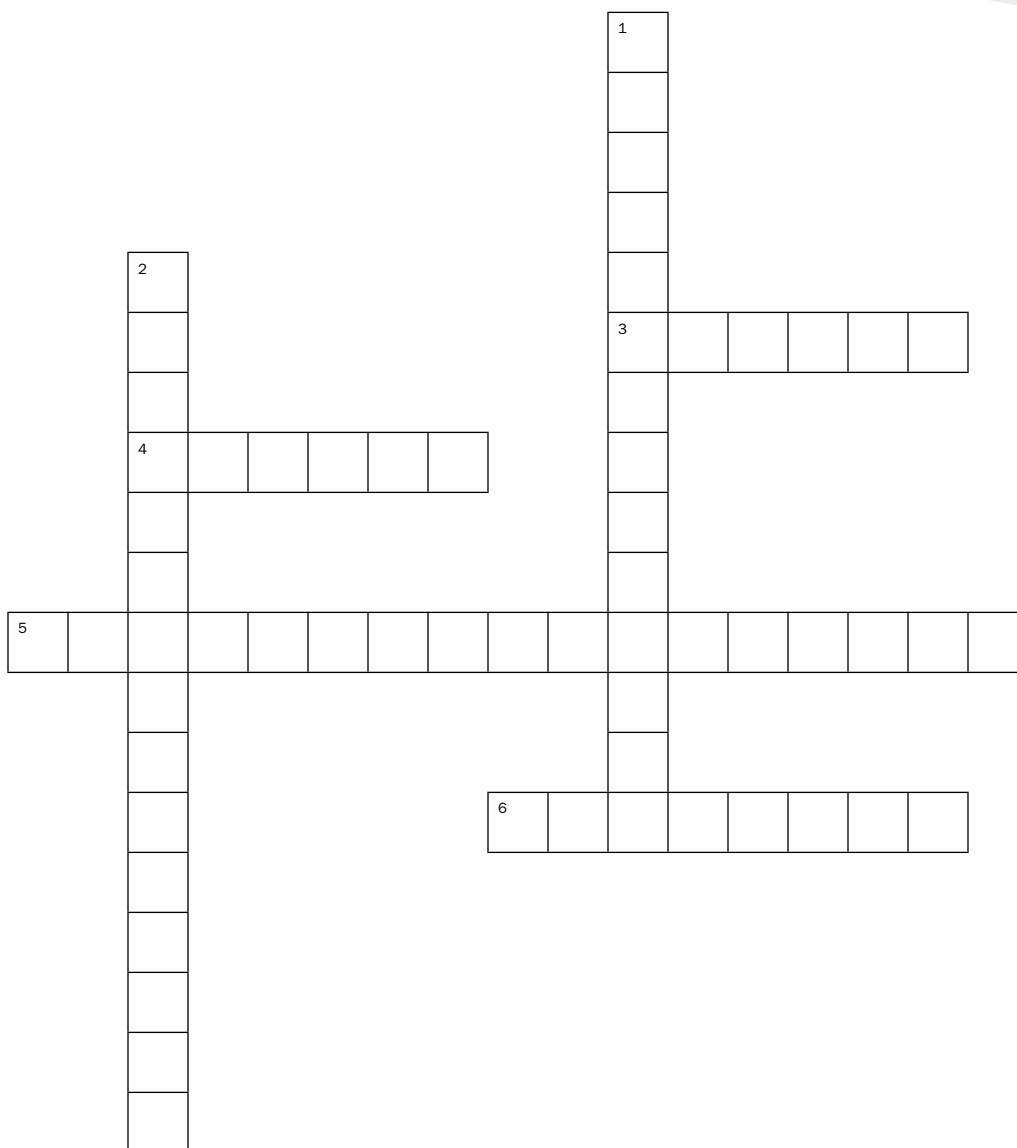
---

---

---



# CRUCIGRAMA DE SEGURIDAD



¡Usa lo que has aprendido sobre seguridad para completar el crucigrama!

## HORIZONTAL

3. Un contacto \_\_\_\_\_ te hace sentir amado, alentado o feliz
4. Barrera invisible. Área que te rodea e incluye las partes privadas de tu cuerpo que nadie debe violar
5. Sigue contando hasta que se cumplan las dos letras (E y A)
6. Un contacto \_\_\_\_\_ te hace sentir confundido, desagradable, asustado o incómodo

## VERTICAL

1. Las partes de tu cuerpo cubiertas por tu traje de baño (y tu boca también)
2. La persona ante quien denuncias una violación del límite corporal

# QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA MÍ



Para sentirte seguro debes saber que otras personas respetan tus límites corporales. Piensa en cómo le comunicarías a alguien que sus acciones son violaciones de los límites corporales. ¿Qué pasos darías si violaciones a tus límites corporales crearan una situación no segura para ti?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## VERIFICACIÓN DE SEGURIDAD

¡Comprueba lo que has aprendido sobre seguridad física!

1. Cada persona debe respetar el espacio personal y los límites corporales de todas las personas.  
Verdadero o falso
2. Un \_\_\_\_\_ es bienvenido y te hace sentir amado, seguro y feliz.
3. ¿Qué deberías hacer si sientes que ese contacto no es seguro y te hace sentir incómodo?  

---

---

---
4. Una palmada fuerte y brusca en la espalda es un contacto seguro. Verdadero o falso
5. Un \_\_\_\_\_ siempre debe denunciarse a un adulto confiable.