

## Mon corps est à moi!

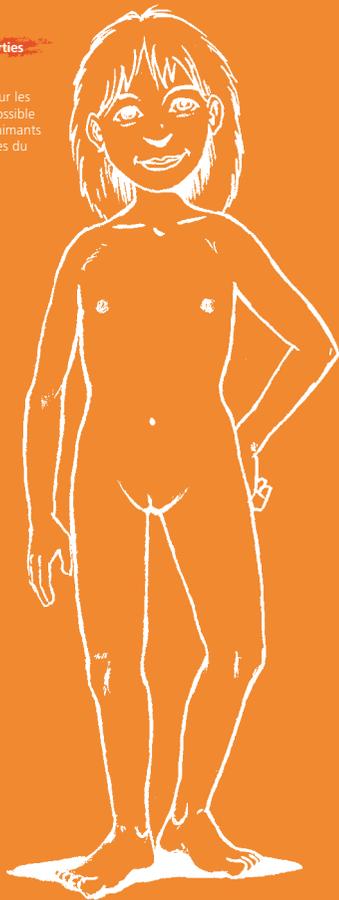


«Je connais les parties privées de mon corps.»  
«Je suis une fille et je connais mon corps.»

Nomme les différentes parties du corps.

Attribue les aimants verts sur les parties du corps où il est possible qu'on te touche. Place les aimants rouges sur les parties privées du corps.

tête  
oreille  
yeux  
bouche  
cou  
épaule  
bras  
main  
doigt  
poitrine  
ventre  
vulve  
jambe  
cuisse  
genou  
tibia  
pied  
orteils



## Mon corps est à moi!

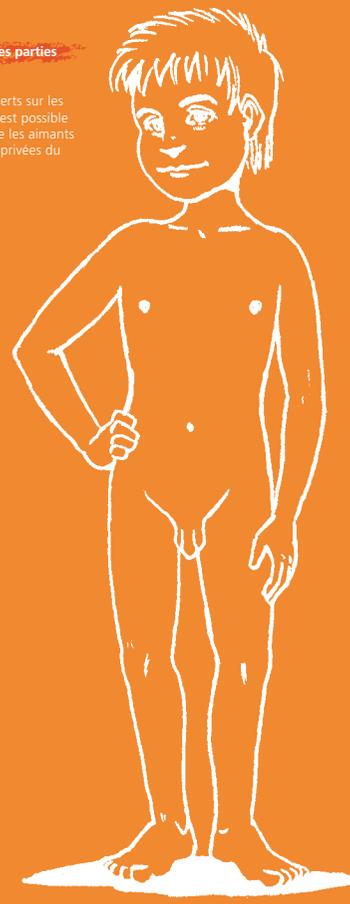


«Je connais les parties privées de mon corps.»  
«Je suis un garçon et je connais mon corps.»

Nomme les différentes parties du corps.

Attribue les aimants verts sur les parties du corps où il est possible qu'on te touche. Place les aimants rouges sur les parties privées du corps.

tête  
oreille  
yeux  
bouche  
cou  
épaule  
bras  
main  
doigt  
poitrine  
ventre  
pénis  
jambe  
cuisse  
genou  
tibia  
pied  
orteils  
testicules



## Mon corps est à moi!



«Je suis unique et j'ai de la valeur!»  
«Je peux être fier/fière de mon corps!»

Nomme les différentes parties du corps.

Attribue les aimants verts sur les parties du corps où il est possible qu'on te touche. Place les aimants rouges sur les parties privées du corps.

tête  
nuque  
épaule  
dos  
bras  
coude  
main  
doigt  
pied  
fesses  
jambe  
cuisse  
mollet



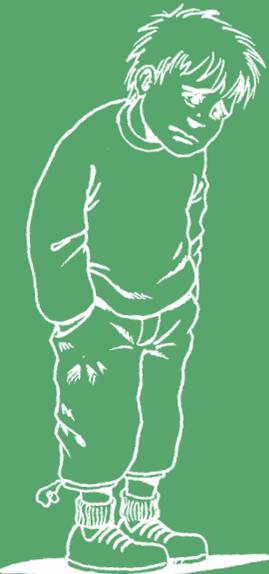
## Je fais confiance à mes **sentiments!**

«Je décris les sentiments agréables et désagréables que je ressens.»

Choisis une première carte sur laquelle figure un sentiment agréable et une seconde sur laquelle figure un sentiment désagréable.

Place la carte avec le sentiment agréable sur le visage content et la carte avec le sentiment désagréable sur le visage pas content.






## Je fais confiance à mes **sentiments!**

«J'écoute mes sentiments!»

Observe le dinosaure et décris comment il se sent.

Comment le dinosaure se sent-il sur les images?  
Dans quelles situations t'es-tu senti-e comme le dinosaure?





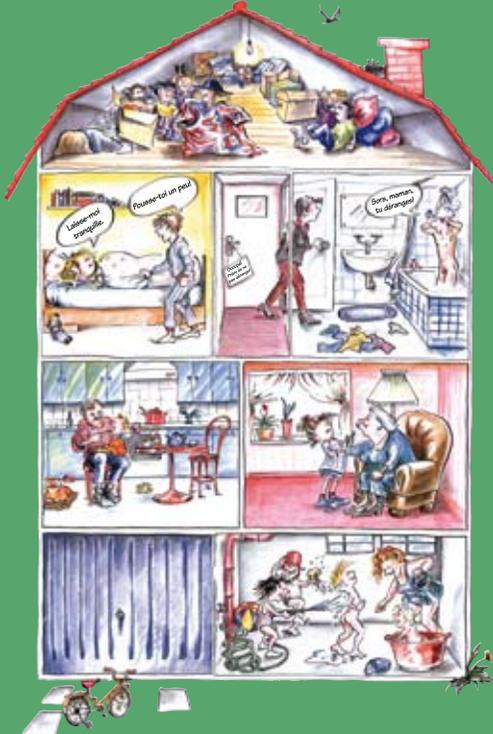





## Je fais confiance à mes **sentiments!**

«Je ressens des sentiments agréables et je me sens bien.»  
«Je connais des sentiments désagréables ou bizarres qui m'indiquent que quelque chose ne va pas.»

Ouvre les volets de la maison et décide des situations qui te plaisent ou qui te déplaisent en tournant le visage content ou pas content.



Je connais des **touchers**  
agréables, bizarres, désagréables

«Ce que je sens peut être agréable ou désagréable et j'écoute quand ça me dit OUI ou quand ça me dit NON.»

Que ressens-tu en passant ta main dans les ouvertures?



Je connais des **touchers**  
agréables, bizarres, désagréables

«Personne à part moi n'a le droit de toucher mes parties privées si je ne suis pas d'accord.»  
«Un enfant n'est jamais responsable des gestes déplacés d'un plus grand ou d'un adulte, ce n'est pas de sa faute!»

Regarde les images.

Quelles sont les situations qui te plaisent?  
Quelles sont les situations qui ne te plaisent pas?

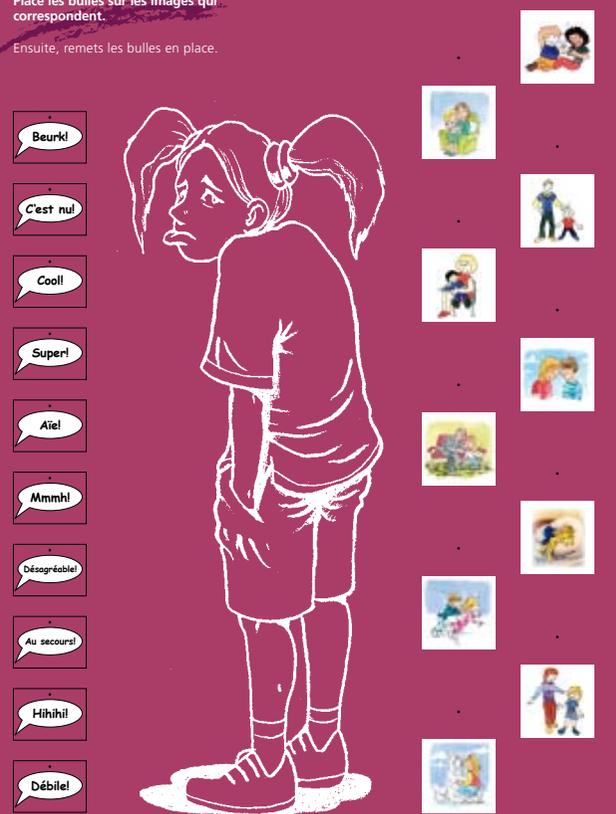


Je connais des **touchers**  
agréables, bizarres, désagréables

«Il y a des façons de toucher qui sont agréables et qui rendent heureux. Mais il y en a d'autres qui sont bizarres, qui font peur ou font même mal.»

Place les bulles sur les images qui correspondent.

Ensuite, remets les bulles en place.



Beurk!

C'est nul!

Cool!

Super!

Aïe!

Mmmh!

Désagréable!

Au secours!

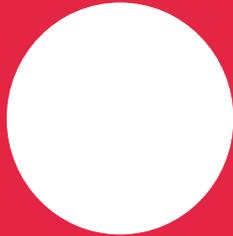
Hihih!

Débile!

# J'ai le droit de dire non!

«Si quelque chose ne te plaît pas et que tu éprouves un sentiment désagréable, tu as le droit de dire non, même à une personne adulte.»

Place ta tête dans l'ouverture. Puis dis NON. D'abord doucement, puis à voix haute et claire.



# J'ai le droit de dire non!

«Tu es important-e et tu as le droit d'accepter ou de refuser d'être touché-e.»

Tourne la roue! Dis NON face au miroir comme l'indique la roue.

Dis NON avec:



Spiegelfolie



# J'ai le droit de dire non!

«Tu as le droit de réagir si tu es traité-e injustement»

Si tu es d'accord avec la phrase, déplace la flèche en direction du OUI. Si tu n'es pas d'accord avec la phrase, déplace la flèche en direction du NON.



Tes parents doivent savoir où tu te trouves.



Les adultes doivent écouter les enfants quand ils ont des soucis.



Tu dois toujours faire ce que te disent les adultes.



Tu as le droit de dire NON si une façon de (te) toucher ne te plaît pas.



Tu as le droit de suivre des personnes que tu ne connais pas.



Les adultes ont le droit de frapper les enfants.



Quand tu as un mauvais secret, tu as le droit d'en parler à quelqu'un.



Les adultes ont le droit de toucher les enfants partout.



Tous les enfants et les adultes ont parfois besoin d'aide.



Ta grand-mère et ton grand-père ont le droit de t'embrasser quand ils veulent.



Je fais la différence entre  
**les bons et les mauvais secrets**

«Il existe de bons secrets qui font plaisir. Les mauvais secrets sont lourds et inquiétants, je ne les garde pas pour moi!»

Regarde par les trous de serrure.  
Quels sont les bons secrets?  
Quels sont les mauvais secrets?



Je fais la différence entre  
**les bons et les mauvais secrets**

«Quand on me dit de ne rien dire, je me méfie et j'écoute mes sentiments. Les mauvais secrets sont difficiles à dire mais ce que je sens au fond de moi me dit qu'il faut que j'en parle.»

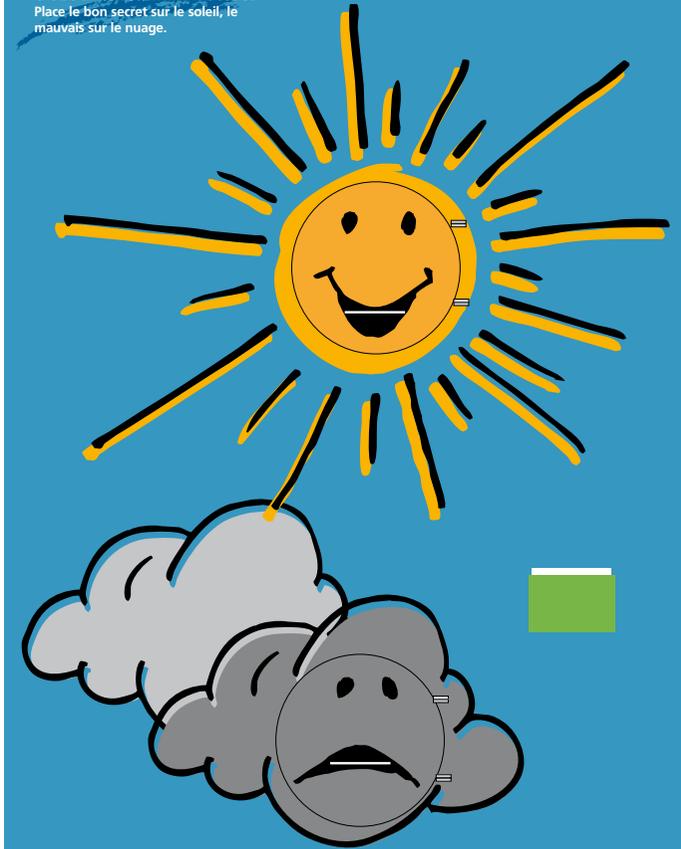
Ecoute bien les secrets que l'on raconte ici. Quels secrets révélerais-tu à quelqu'un?



Je fais la différence entre  
**les bons et les mauvais secrets**

«J'ai le droit de raconter un mauvais secret à quelqu'un, même si j'ai promis de ne le dire à personne.»

Choisis un bon et un mauvais secret.  
Place le bon secret sur le soleil, le mauvais sur le nuage.



# Je peux trouver de l'aide!

«Ensemble, nous sommes plus forts!»

Si tu dois faire seul-e, y arriveras-tu?

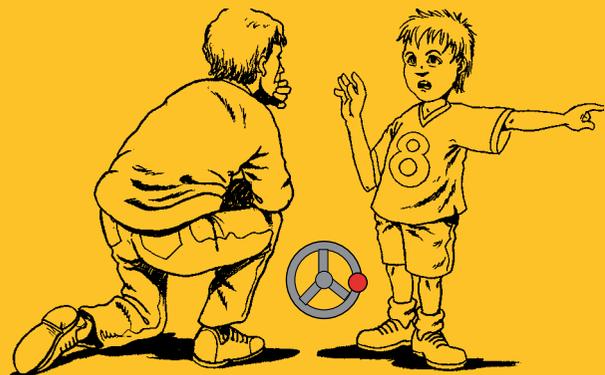
Si tu presses sur les boutons noirs et que tu fais tourner en même temps la manivelle, la lampe s'allume.

Combien de mains faut-il pour cela?



Tu peux trouver de l'aide ici.

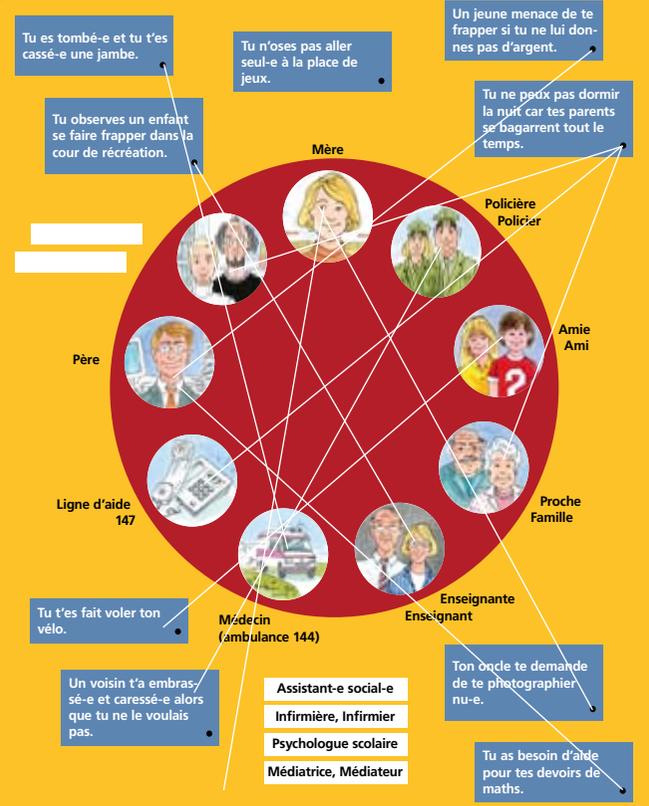
Tu peux garder la carte.



# Je peux trouver de l'aide!

«Ne reste pas seul avec tes soucis, va chercher de l'aide.»

Réfléchis et indique auprès quelles personnes tu peux aller chercher de l'aide en fonction des situations.



# Je peux trouver de l'aide!

«Si on ne te croit pas, continue jusqu'à ce que tu reçoives de l'aide!»

Regardez les différentes situations et décidez ensemble quelle est la bonne solution.

Ensuite, mélangez à nouveau les situations.

**Tu rentres chez toi. Un enfant blessé est étendu sur la route.**

**Tu t'es perdu-e.**

**Un garçon t'a frappé-e sur le chemin de l'école et menace de recommencer.**

**Tu rentres de l'école. En arrivant chez toi, la porte est fermée à clé et il n'y a personne.**

**Tu joues avec tes amis dans ta chambre. Tout à coup, tu découvres que la maison voisine est en feu.**

**Un ami de ton père vient en visite. Il veut t'embrasser, bien que tu n'en aies pas envie.**