

My Body Safety Book



**Mi Libro Sobre
Seguridad Corporal**

I am the boss of my body and I have the right to say no if I don't want to hug, kiss, be touched or if I don't like the way someone is treating me.



Soy el jefe de mi cuerpo y tengo derecho a decir que no si no quiero abrazar, besar, que me toquen o si no me gusta la forma en que alguien me esta tratando.

My body has many different parts like my nose, my hands, my knees and my private parts.



Mi cuerpo tiene muchas partes diferentes como mi nariz, mis manos, mis rodillas y mis partes privadas.

Private parts are the parts under my bathing suit.

I always call my private parts by their correct name and they are kept out of view. We don't play games with our private parts. No one should ask me to look at or touch my private parts.



Las partes privadas son las partes debajo de mi traje de baño. Siempre llamo a mis partes privadas por su nombre correcto y las mantengo fuera de la vista. No jugamos juegos con nuestras partes privadas. Nadie debería pedirme mirar o tocar mis partes privadas.

My body can do some amazing things! I have something called an “instinct”. It’s when my body gets a feeling that something may be unsafe.



¡Mi cuerpo puede hacer cosas increíbles! Tengo algo que se llama “instinto”. Es cuando mi cuerpo tiene la sensación de que algo puede no ser seguro.

If I ever feel sad, scared or nervous about anything – especially about body safety, I must tell an adult who can help. Even if I was scared at first, it's never too late and I won't be in trouble.



Si alguna vez me siento triste, asustado o nervioso por algo – especialmente por la seguridad del cuerpo, debo decírselo a un adulto que pueda ayudar. Incluso si tenía miedo al principio, nunca es demasiado tarde y no estaré en problemas.

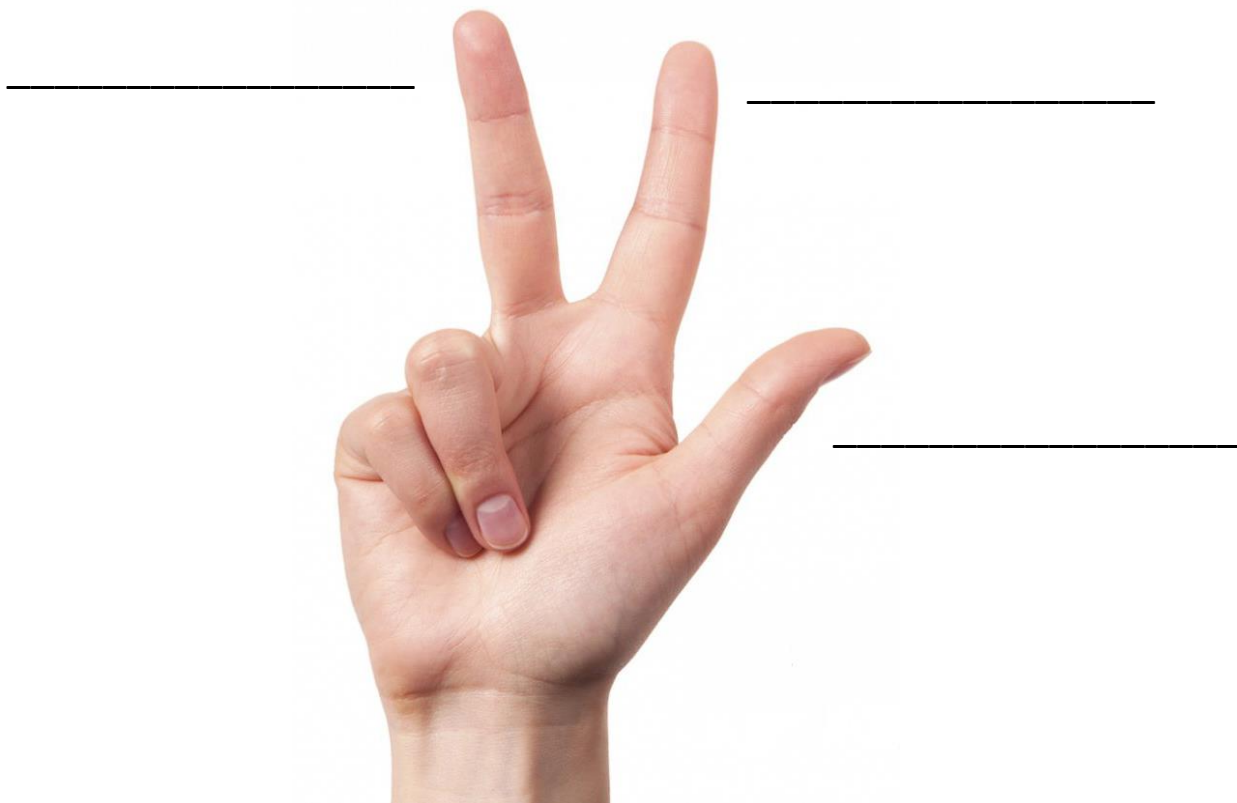
I should also never keep a secret that makes me feel bad or uncomfortable. No one should ask me to keep a secret if it makes me feel sad or scared. If this happens, I must tell an adult I trust.



Tampoco debería nunca guardar un secreto que me haga sentir mal o incómodo. Nadie debería pedirme que guarde un secreto si me hace sentir triste o asustado. Si esto sucede, debo decírselo a un adulto en quien confío.

I know 3 adults I can tell anything to and they will believe me.

3 adults I trust are:



Conozco a 3 adultos a los que puedo contarles cualquier cosa y me creerán.

3 adultos en los que confío son:

My body is amazing.
I'm the boss of my body and what I say goes!



Mi cuerpo es asombroso.
¡Soy el jefe de mi cuerpo y lo que digo vale!