

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ



Η Ιστορία της A21: Η A21 είναι ένας μη κερδοσκοπικός, μη κυβερνητικός οργανισμός που σκοπό έχει την εξάλειψη της Εμπορίας Ανθρώπων παντού, για πάντα. Καθώς υπάρχουν εκατομμύρια σκλάβοι, η A21 συνεχίζει να εστιάζει στον έναν - στον έναν άντρα, την μια γυναίκα και το ένα παιδί που βρίσκονται σε καθεστώς δουλείας. Η Ενημέρωση, ο Εντοπισμός - Διάσωση και η Αποκατάσταση, αποτελούν την ολιστική προσέγγιση, ώστε να καταπολεμηθεί η σύγχρονη δουλεία μειώνοντας την ευαλωτότητα, ενισχύοντας τα θύματα και ενδυναμώνοντας τους επιζήσαντες. Η A21 πιστεύει ότι με τη συμβολή ενός δικτύου συνεργατών και υποστηρικτών, περισσότερα θύματα θα εντοπίζονται και θα λαμβάνουν φροντίδα, περισσότεροι δράστες θα παραπέμπονται στη δικαιοσύνη, και εκατομμύρια σκλάβοι θα υποστηριχθούν, ώστε να φτάσουν στην ανεξαρτησία τους. Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε: A21.org.

© 2023 A21: Καταργώντας τη Δουλεία στον 21ο αιώνα, μη κερδοσκοπική οργάνωση. Με την επιφύλαξη παντός νομίμου δικαιώματος. Κανένα μέρος αυτού του προστατευόμενου υλικού πνευματικής ιδιοκτησίας δεν μπορεί να αναπαραχθεί ή να χρησιμοποιηθεί με καμία μορφή ή μέσο, στο σύνολό του ή μέρος αυτού, χωρίς γραπτή εξουσιοδότηση από τον κάτοχο των δικαιωμάτων πνευματικής ιδιοκτησίας. Αιτήματα για άδεια χρήσης θα πρέπει να αποστέλλονται με μήνυμα ηλεκτρονικού ταχυδρομίου στο info.gr@a21.org; Copyright Permission, A21 2781 W MacArthur Blvd, Ste B #605, Santa Ana, CA 92704.

Δήλωση αποποίησης ευθυνών: Όλα τα πρόσωπα και οι ιστορίες στο παρόν είναι φανταστικά. Τα ονόματα της κάθε περίπτωσης δεν ενσαρκώνουν ούτε αντιπροσωπεύουν κάποιο συγκεκριμένο άτομο. Σε καμία περίπτωση οι αναφερόμενες περιοχές δεν αποτυπώνουν κάποια μορφή εμπορίας ανθρώπων αποκλειστικώς στις συγκεκριμένες περιοχές.

Σημείωση περιεχομένου: Είναι σημαντικό να γίνει κατανοητό πως τα παιδιά που διατηρούν κάποιο τραύμα από κακοποιητική συμπεριφορά, μπορεί να πυροδοτηθούν από ανάκληση των αναμνήσεων. Το συγκεκριμένο πρόγραμμα πραγματεύεται θέματα όπως το ανεπιθύμητο και επικίνδυνο άγγιγμα, ή τους αναξιόπιστους ανθρώπους, τα οποία συχνά συνδέονται με κακοποιητικές συμπεριφορές. Τα παιδιά μπορεί να ανακαλέσουν κάποιο παλαιότερο ή τρέχον κακοποιητικό γεγονός και να το αποκαλύψουν στον συντονιστή (ή μπορεί να τους προκληθεί συναισθηματική ή σωματική αντίδραση). Παρακαλούμε βεβαιωθείτε ότι είστε ενήμεροι για την διασφάλιση της ασφάλειας και των δικαιωμάτων των παιδιών, καθώς επίσης και του κανονισμού του σχολείου, οργανισμού, και/ή της χώρας σας, πρώτου εφαρμόσετε το συγκεκριμένο πρόγραμμα.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Ενότητα 1: Έμπιστοι και Πονηροί άνθρωποι	07
Μέρος 1 - Μένουμε Ασφαλείς: Η ιστορία	08
• Φωτεινοί σηματοδότες (Παράρτημα Α)	
• Πολύχρωμες κάρτες (Παράρτημα Β)	
• Μένουμε Ασφαλείς: Η ιστορία: Εικόνες χαρακτήρων (Παράρτημα Γ)	
Μέρος 2 - Ασφαλής κύκλος	12
• Ασφαλής κύκλος: Σκίτσο χεριού (Παράρτημα Δ)	
Ενότητα 2: Ασφαλής και επικίνδυνος επικοινωνία	16
Μέρος 3 - Άγνωστοι: Ποιος είναι ασφαλής ή επικίνδυνος;	17
• Ασφαλής και επικίνδυνος άγνωστος: Εικόνες (Παράρτημα Ε)	
• Ασφαλής και επικίνδυνος άγνωστος: Χρωματισμός χαρακτήρων (Παράρτημα Ζ)	
Μέρος 4 - Μυστικά: Ποιο είναι ασφαλές και ποιο επικίνδυνο;	21
Ενότητα 3: Επιθυμητό ή ανεπιθύμητο άγγιγμα	26
Μέρος 5 - Ασφαλές και επικίνδυνο άγγιγμα	27
• Ασφαλές και επικίνδυνο άγγιγμα: Εικόνες (Παράρτημα Η)	
• Ασφαλείς και επικίνδυνες λέξεις (Παράρτημα Θ)	
• Δραστηριότητα: Αριθμός τηλεφωνικής γραμμής (Παράρτημα Ι)	
Μέρος 6 - Ασφαλή σωματικά όρια	31
• Επιθυμητό άγγιγμα: Δραστηριότητα χρωματισμού σελίδας (Παράρτημα Κ)	
Παραρτήματα	34

ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΓΙΑ ΤΟ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ

Το πρόγραμμα πρόληψης για το Νηπιαγωγείο (ΠΠΝ) χρησιμοποιείται για την ενδυνάμωση ευάλωτων παιδιών, μέσω δραστηριοτήτων που έχουν ως κύριο συμμετέχοντα και παραλήπτη το ίδιο το παιδί. Τα παιδιά εξοπλίζονται με εργαλεία τα οποία τους προετοιμάζουν στο πως να μένουν ασφαλείς απέναντι σε πιθανούς κινδύνους που ίσως συναντήσουν στην παιδική τους ηλικία. Ένας από τους κυριότερους στόχους του προγράμματος αυτού, είναι η πρόληψη του να γίνει κάποιο παιδί πιθανό θύμα εμπορίας ανθρώπων. Το ΠΠΝ αποτελείται από ποικίλες διαδραστικές και κατάλληλες για την ηλικία δραστηριότητες, οι οποίες είναι σχεδιασμένες για παιδιά ηλικίας 3 με 6 ετών.

Το πρόγραμμα έχει σχεδιαστεί να πραγματοποιείται από δασκάλους προσχολικής αγωγής, δημοτικού, ειδικούς συμβούλους, γονείς, κηδεμόνες αλλά και όσους έχουν ηγετική θέση στην εκπαίδευση. Το ΠΠΝ μπορεί να πραγματοποιηθεί σε οποιοδήποτε κοινοτικό περιβάλλον και χρονικό πλαίσιο. Ο ιδανικός τρόπος μετάδοσης του υλικού, είναι να γίνει παρουσίαση των εννοιών αρκετές φορές μέσα στη χρονιά, καθώς η επανάληψη θα βοηθήσει τα παιδιά να μάθουν, να διατηρήσουν και να εφαρμόσουν τις πληροφορίες που παρουσιάζονται μέσα από το πρόγραμμα.

ΣΚΟΠΟΣ

Υπολογίζεται ότι 50 εκατομμύρια άνθρωποι βρίσκονται σε καθεστώς σύγχρονης δουλείας σήμερα.¹ 1 στα 4 θύματα εμπορίας ανθρώπων, είναι παιδί.² Θεωρούμε πολύ σημαντικό να εξοπλίσουμε την επόμενη γενιά με τις δεξιότητες που χρειάζονται για να προστατεύουν τον εαυτό τους από τέτοιες παραβάσεις, αλλά και την πιθανότητα εκμετάλλευσής τους. Τα παιδιά είναι εγγενώς ευάλωτα και οι έρευνες δείχνουν ότι οι δυσμενείς εμπειρίες της παιδικής ηλικίας (ACE) συχνά συνδέονται με την εμπορία ανθρώπων στο μέλλον.³ Ως εκ τούτου, τα παιδιά πρέπει να κατανοούν τους κινδύνους των μη ασφαλών συνθηκών που μπορεί να τους βλάψουν. Γι αυτόν τον λόγο, η πρόληψη είναι το κλειδί για την καταπολέμηση αυτής της παραβίασης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και η αντιμετώπιση αυτών των ζητημάτων σε νεαρή ηλικία είναι ζωτικής σημασίας. Ελπίζουμε να αρχίσουμε να εκπαιδεύουμε τα παιδιά, τους εκπαιδευτικούς και τους γονείς ώστε να προκαλέσουμε την αλλαγή μέσω αυτού του προγράμματος. Η καταπολέμηση της εμπορίας και της εκμετάλλευσης ανθρώπων είναι εφικτή στη διάρκεια της ζωής μας. Μέσω αυτού του προγράμματος και με τη βοήθειά σας, θα είμαστε ένα βήμα πιο κοντά στην επίτευξη αυτής της αποστολής.

ΣΤΟΧΟΙ

Οι στόχοι αυτού του προγράμματος αποσκοπούν στο να υποστηρίξουν τα παιδιά και τους συντονιστές να:

1. Προσδιορίσουν έμπιστα και πονηρά άτομα.
2. Αναγνωρίσουν εργαλεία πρόληψης για την ασφάλεια τους.
3. Αναπτύξουν στρατηγικές ενέργειες για την διατήρηση της προσωπικής τους ασφάλειας.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ

Το πρόγραμμα αποτελείται από τρεις ενότητες, αποτελούμενες από δύο μέρη η καθεμία. Το πρόγραμμα είναι ευέλικτο και μπορεί να προσαρμοστεί ανάλογα με τις ανάγκες των συντονιστών και των παιδιών. Ο

¹ International Labour Organization (ILO), Walk Free, and International Organization for Migration (IOM) 2022, Global Estimates of Modern Slavery, Forced Labour and Forced Marriage Report (September 2022). Ανακτήθηκε από: https://www.ilo.org/global/topics/forced-labour/publications/WCMS_854733/lang--en/index.htm

² International Labour Organisation and Walk Free Foundation. (2017). Forced labour, modern slavery and human trafficking, Geneva, September 2017, p5. Ανακτήθηκε από: https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_575479/lang--en/index.htm

³ Center for Disease Control and Prevention. (2022). Adverse Childhood Experiences (ACEs). Ανακτήθηκε από: <https://www.cdc.gov/violenceprevention/aces/>

προτεινόμενος χρόνος για κάθε μέρος μιας ενότητας, είναι μεταξύ 30 λεπτών και μίας ώρας. Κάθε ενότητα αποτελείται από δύο μέρη. Οι συντονιστές μπορούν να παρέχουν τις οδηγίες για κάθε μέρος σε ξεχωριστές τάξεις. Ωστόσο, συνιστάται να γίνεται τακτική συζήτηση πάνω στο συγκεκριμένο πρόγραμμα, ώστε τα παιδιά να κατανοούν αυτές τις ζωτικής σημασίας πληροφορίες καθ' όλη τη διάρκεια της σχολικής χρονιάς.

ΚΟΙΝΟ

Παιδιά ηλικίας 3 - 6 ετών; Το ΠΠΝ μπορεί να πραγματοποιηθεί και μεμονωμένα σε άτομα (π.χ. γονείς, κηδεμόνες) ή άλλες ομάδες (π.χ., νηπιαγωγεία, τάξεις, κοινωνικά προγράμματα).

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Κατά την διάρκεια των ενότητων, υπάρχουν επιπλέον ερωτήσεις. Αυτές προορίζονται για ερωτήσεις υψηλότερου επιπέδου και συνιστώνται για παιδιά ηλικίας 5 έως 6 ετών.

ΔΟΜΗ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣ

- **Προετοιμαστείτε:** Επισημαίνει τους απαραίτητους πόρους και τους ορισμούς “κλειδιά” που χρειάζεται ο συντονιστής για να ολοκληρώσει τη ενότητα.
- **Παρουσιάστε:** Προκαλεί προσμονή για το περιεχόμενο της ενότητας.
- **Αλληλεπιδράστε:** Εμπλέκει τα παιδιά σε δραστηριότητες βιωματικής μάθησης και αφήνει χρόνο να επεξεργαστούν το περιεχόμενο της ενότητας.
- **Εμπνεύστε:** Προτρέπει τα παιδιά με ένα κάλεσμα για δράση μέσω μιας προαιρετικής προφορικής ή γραπτής άσκησης και με μια εργασία (ομαδική ή ατομική), για την ενεργοποίηση του περιεχομένου της κάθε ενότητας.
- **ΕΦΑΡΜΟΓΗ:** Περιλαμβάνει μια δραστηριότητα που βοηθά στην ενίσχυση του περιεχομένου της ενότητας.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ

Οι βασικές έννοιες θα οριστούν, θα καταγραφούν με έντονη γραμματοσειρά και θα επανεμφανίζονται σε όλη την διάρκεια του προγράμματος.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

Κάθε ενότητα περιλαμβάνει ερωτήσεις, είτε με απαντήσεις, είτε με ενδεικτικές απαντήσεις. Οι απαντήσεις αυτές μπορεί να ποικίλουν από το τι προτείνουν τα παιδιά ή το τι καταλαβαίνουν. Βρίσκονται σε αυτό το σημείο ώστε να κατευθύνουν και να βοηθήσουν τον συντονιστή.

ΣΥΝΟΔΕΥΤΙΚΟ ΒΙΒΛΙΟ - ΙΣΤΟΡΙΑ

Το “Μένουμε Ασφαλείς: Η ιστορία”, περιγράφει την ιστορία της Μαρίας, ενός περιπετειώδους πεντάχρονου κοριτσιού, που συναντά έναν πονηρό άνθρωπο καθώς παίζει στο πάρκο. Αυτή η ιστορία εισάγει αρκετές από τις έννοιες που παρουσιάζονται και στο ΠΠΝ στις οποίες γίνεται αναφορά αρκετές φορές κατά την διάρκεια του προγράμματος.



ΑΝ ΥΠΟΨΙΑΖΕΣΑΙ ΚΑΤΙ, ΑΝΑΦΕΡΕ ΤΟ

ΑΝΑΦΟΡΑ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΟΥ ΕΜΠΟΡΙΑΣ Η ΕΚΜΕΤΑΛΛΕΥΣΗΣ ΑΝΘΡΩΠΩΝ:

Ευρωπαϊκή Γραμμή για Εξαφανισμένα παιδιά

116000

Εθνική Γραμμή SOS για παιδιά 1056

Γραμμή Ψυχοκοινωνικής Υποστήριξης

116111

Γραμμή Καταπολέμησης Εμπορίας Ανθρώπων 1109

ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ:

100

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΥΛΙΚΟ



ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΔΙΟΡΓΑΝΩΤΗ



ΦΟΡΜΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ



ΕΝΟΤΗΤΑ 1: ΕΜΠΙΣΤΑ ΚΑΙ ΠΟΝΗΡΑ ΑΤΟΜΑ

ΜΕΡΟΣ 1ο - ΜΕΝΟΥΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ

ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΕΙΤΕ	ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ
- Βιβλίο “Μένουμε Ασφαλείς: Η Ιστορία” - Φωτεινοί σηματοδότες (Παράρτημα Α) - Χρωματιστές κάρτες (Παράρτημα Β) “Μένουμε Ασφαλείς: Εικόνες χαρακτήρων” (Παράρτημα Γ) - Χαρτί - Χρωματιστές μπογιές - Κηρομπογιές	Επικίνδυνο άτομο: Ένα άγνωστο ή και οικείο πρόσωπο το οποίο χρησιμοποιεί ψέματα ή μυστικά που προκαλούν αμήχανα ή τρομακτικά συναισθήματα, ή/και ψυχικό, σωματικό πόνο σε κάποιο άλλο άτομο. Ασφαλές άτομο: Ένα έμπιστο, άγνωστο ή οικείο πρόσωπο για τον οποίον γνωρίζουμε ότι είναι ειλικρινής, σέβεται τα προσωπικά όρια κάποιου άλλου ατόμου και είναι προστατευτικός όσον αφορά την ασφάλεια κάποιου. Νιώθω άβολα: Να νιώθω άσχημα, σωματικό ή ψυχολογικό πόνο λόγω κάποιου προσώπου ή μιας κατάστασης. Πονηρό άτομο: Κάποιος που δεν εμπνέει ασφάλεια ή κάποιος που δεν είναι ειλικρινής ή που λέει ψέματα. Έμπιστος Ενήλικας: Κάποιος που είναι άνω των 18 ετών, εμπνέει ασφάλεια και είναι ειλικρινής, αξιόπιστος και τίμιος. Έμπιστο άτομο: Ένα άτομο οποιασδήποτε ηλικίας, το οποίο εμπνέει ασφάλεια, είναι ειλικρινές και αξιόπιστο.

2ο ΜΕΡΟΣ - ΑΣΦΑΛΗΣ ΚΥΚΛΟΣ

ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΟΥΝ	ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ
“Μένουμε Ασφαλείς: Η ιστορία” - Hula hoop/Στεφάνι - Ασφαλής κύκλος - προσχέδιο χεριού (Παράρτημα Δ) - Χαρτί - Χρώμα - Μπογιές - Χαρτοταινία	Ασφαλής κύκλος: Ένας ασφαλής τρόπος (χρησιμοποιώντας το χέρι του παιδιού) για να θυμούνται 5 ενήλικες που μπορούν να εμπιστευθούν και στους οποίους μπορούν να μιλήσουν όταν νιώθουν ότι κινδυνεύουν. Όρια εμπιστοσύνης: Το όρια που θέτει κάποιος σε μια σχέση, για πράγματα με τα οποία νιώθουν ή δεν νιώθουν άνετα.

1ο ΜΕΡΟΣ - ΜΕΝΟΥΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ

ΠΕΙΤΕ: “Σηκώστε το χέρι σας αν σας αρέσει να παίζετε παιχνίδια.” (Δώστε χρόνο στα παιδιά να εκφράσουν τι είδους παιχνίδια τους αρέσει να παίζουν). Σήμερα θα παίξουμε το παιχνίδι με όνομα “Φωτεινοί σηματοδότες και χρώματα.” Είναι φορές που οι άνθρωποι μπορεί να είναι **έμπιστοι** και **ασφαλείς**. Άλλες φορές πάλι, μπορεί να είναι **πονηροί** και **επικίνδυνοι**. Οι **έμπιστοι** και **ασφαλείς** άνθρωποι που **σέβονται** τα όρια των υπολοίπων, και μπορούν να προστατεύσουν κάποιο άλλο άτομο ώστε να μην τους συμβεί κάτι κακό. Οι **ύπουλοι** και **επικίνδυνοι** άνθρωποι μπορεί να είναι άτομα που γνωρίζετε, ή άγνωστοι οι οποίοι θα προσπαθήσουν να σας ξεγελάσουν με ψέματα, λέγοντας επικίνδυνα **μυστικά**, ή κάνοντας κάποιο άλλο άτομο να νιώσει **άβολα**, είτε προκαλώντας του φόβο, βλάπτοντας το είτε συναισθηματικά είτε σωματικά. Ένα πονηρό ή επικίνδυνο άτομο μπορεί να σας κάνει να πιστέψετε ότι πρέπει να εσωτερικεύσετε τα συναισθήματα σας (για τον εαυτό σας) και να μην τα εκφράζετε σε κανέναν. Παρ’ όλα αυτά, ένας **έμπιστος και ασφαλής ενήλικας** θα σας κάνει να νιώσεις άνετα, με στόχο να εξωτερικεύσετε και να εκφράσετε τα συναισθήματα σας, έτσι ώστε να μπορέσετε να λάβετε την απαραίτητη βοήθεια.

Θα χρησιμοποιήσουμε τρία χρώματα για να μάθουμε με διαφορετικούς τρόπους, τότε κάποιος φέρεται πονηρά, πως μπορούμε να εμπιστευτούμε κάποιον, ή για το πως μπορούμε να προστατευτούμε αν δεν είμαστε βέβαιοι για την συμπεριφορά κάποιου. Αυτά τα χρώματα είναι: Κόκκινο, Κίτρινο και Πράσινο. Τα ίδια χρώματα τα βρίσκουμε και σε έναν φωτεινό σηματοδότη-φανάρι, στον δρόμο.

ΔΡΑΣΗ: Παρουσιάστε τον φωτεινό σηματοδότη (Παράρτημα Α). Δείξτε κάθε χρώμα και εξήγησε τι σημαίνει (π.χ, Κόκκινο = ΣΤΟΠ, Κίτρινο = Πρόσεχε, Πράσινο = Πάμε).

ΕΡΩΤΗΣΗ: Διαβάστε τι ακόλουθες ερωτήσεις και αφήστε τα παιδιά να απαντήσουν.

ΦΩΤΕΙΝΟΙ ΣΗΜΑΤΟΔΟΤΕΣ: ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΣΗ ΧΡΩΜΑΤΩΝ
Ερώτηση 1η: Ποιο χρώμα σου έρχεται πρώτο στο μυαλό όταν ακούς την λέξη “Στοπ”; Απάντηση: Το κόκκινο
Ερώτηση 2η: Ποιο χρώμα σου έρχεται πρώτο στο μυαλό όταν ακούς την λέξη “Πάμε”; Απάντηση: Το πράσινο
Επιπλέον Ερώτηση: Ποιο χρώμα σκέφτεσαι πρώτο όταν ακούς την λέξη “πρόσεξε ή πήγαινε πιο σιγά”; Απάντηση: Κίτρινο

ΕΞΗΓΗΣΕ: Όπως οι φωτεινοί σηματοδότες έχουν διαφορετικά χρώματα για να μας βοηθούν να γνωρίζουμε πότε να σταματήσουν, να μειώσουμε ταχύτητα και να είμαστε πιο προσεκτικοί ή ότι είναι εντάξει να προχωρήσουμε, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε αυτά τα τρία χρώματα για να θυμόμαστε πότε οι άνθρωποι γύρω μας γίνονται **ύπουλοι**, **επικίνδυνοι**, ή ακόμα κι όταν δεν είμαστε σίγουροι και πρέπει να ρωτήσουμε κάποιον ενήλικα **της εμπιστοσύνης μας**.

ΔΡΑΣΗ: Βάλε τα παιδιά σε μια ευθεία, το ένα πίσω από το άλλο. Διάβασε κάποιες από τις περιπτώσεις-σενάρια έμπιστων και ύπουλων ατόμων (βλέπε παρακάτω). Οδήγησε τα παιδιά στο να σου ορίσουν αν είναι ασφαλής ή επικίνδυνη κατάσταση. Εξήγησε τους ότι μπορούν να κάνουν ένα βήμα μπροστά αν θεωρούν ότι η κάθε περίπτωση είναι ασφαλής (“Πάμε”). Πείτε τους να μείνουν ακίνητοι (“Στοπ”) αν πιστεύουν ότι η περίπτωση που του περιγράφετε είναι επικίνδυνη.

Προαιρετικά: Κρατήστε ψηλά τις κάρτες ασφάλειας (Παράρτημα Α) κατά την διάρκεια αυτής της δραστηριότητας.

ΕΜΠΙΣΤΑ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΗ ΑΤΟΜΑ (“ΠΑΜΕ”)

- Βοηθούν να μένει κάποιος ασφαλής και τον προστατεύουν από πιθανούς κινδύνους
- Δίνουν αξία στο ποιος είσαι
- Σε κάνουν να αισθάνεσαι άνετα
- Σε ακούν
- Σέβονται τα φυσικά-σωματικά σου όρια
- Σου λένε την αλήθεια και είναι ειλικρινείς μαζί σου

ΥΠΟΥΛΑ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΑ ΑΤΟΜΑ (“ΣΤΟΠ”)

- Συμπεριφέρονται ύπουλα και σου λένε ψέματα
- Φαίνεται σαν να θέλουν να σε κοροιδέψουν
- Σε κάνουν να αισθάνεσαι **άβολα**
- Ίσως σου προκαλούν μια αναστάτωση-ενόχληση στο στομάχι
- Προσβάλουν τα συναισθήματα σου ή σε βλάπτουν σωματικά
- Επικοινωνούν μαζί σου ακόμα κι αν δεν τους έχεις δώσει το περιθώριο να βρίσκονται γύρω σου

ΕΡΩΤΗΣΗ: Κάντε τις παρακάτω ερωτήσεις και δώστε χρόνο στα παιδιά να απαντήσουν.

ΕΜΠΙΣΤΑ ΚΑΙ ΥΠΟΥΛΑ ΑΤΟΜΑ

Ερώτηση 1: Ποιο χρώμα ταιριάζει καλύτερα στο συναίσθημα που νιώθετε όταν κάποιος σας κάνει να νιώθετε **άβολα**, φοβισμένοι, ανήσυχοι ή ότι δεν είστε ασφαλείς;

Απάντηση: Κόκκινο

Επιπλέον Ερώτηση: Γιατί το κόκκινο χρώμα είναι συνδεδεμένο με αρνητικά συναισθήματα όπως η στεναχώρια ή ο φόβος;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Διάλεξα το κόκκινο γιατί σημαίνει “κίνδυνος”. Θα ήθελα να σταματήσουν γιατί δεν νιώθω ασφαλής.

Ερώτηση 2: Ποιο χρώμα ταιριάζει καλύτερα στο συναίσθημα που νιώθετε όταν βρίσκεστε με κάποιον που σας προκαλεί ασφάλεια και που νιώθετε πως σας προστατεύει και σας αγαπάει;

Απάντηση: Πράσινο

Επιπλέον Ερώτηση: Γιατί το πράσινο χρώμα είναι συνδεδεμένο με το αίσθημα της ασφάλειας και του ότι είμαστε προστατευμένοι;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Διάλεξα το πράσινο επειδή νιώθω ασφαλής. Ξέρω ότι θα με προστατέψουν. Νοιάζονται για εμένα και δεν θα με πληγώσουν.

ΕΞΗΓΗΣΕ: Στην ιστορία του “Μένουμε Ασφαλείς,” που θα διαβάσουμε σήμερα, θα εξηγήσουμε ότι υπάρχουν **έμπιστα** άτομα τα οποία είναι **ασφαλή** και **πονηρά** άτομα που είναι **μη-ασφαλή**. Ακούστε προσεκτικά όσο διαβάζω την ιστορία και προσπαθήστε να αναγνωρίσετε τα έμπιστα και τα πονηρά άτομα της ιστορίας.

ΔΡΑΣΗ: Διάβασε το βιβλίο “Μένουμε ασφαλείς”. Όπως διαβάζεις, βεβαιώσου ότι δείχνεις τις εικόνες στα παιδιά ώστε να μπορούν να ακολουθήσουν την ιστορία και να αναγνωρίσουν τους χαρακτήρες μέσα απ’ την ιστορία.

ΕΡΩΤΗΣΗ: Στην ιστορία που ακούσατε μπορείτε να αναγνωρίσετε αν υπάρχουν **έμπιστα-ασφαλή**, και **ύπουλα/μη-ασφαλή** άτομα;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ναι, υπήρχαν δυο διαφορετικοί τύποι ατόμων στην ιστορία που ακούσαμε. Κάποιοι από τους χαρακτήρες είναι **έμπιστοι** και **ασφαλείς** και κάποιοι είναι **πονηροί** και **επικίνδυνοι**.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ: Θυμάστε που αναφέραμε πως κάθε χρώμα που συναντάμε στους φωτεινούς σηματοδότες σημαίνει κάτι διαφορετικό; Το κόκκινο σημαίνει “Σταμάτα”. Το κίτρινο σημαίνει “Πρόσεχε” και το πράσινο σημαίνει “Πάμε. Θα παίξουμε το παιχνίδι της “Αντιστοίχισης χρώματων”, όπου πρέπει να αντιστοιχήσουμε κάθε χαρακτήρα της ιστορίας με το χρώμα που τους ταιριάζει καλύτερα.

ΔΡΑΣΗ: Μοιράστε από ένα σετ με “Χρωματιστές κάρτες ασφαλείας” (Παράρτημα Β) σε κάθε παιδί.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις όσο παρουσιάζετε έναν-έναν τους χαρακτήρες του “Μένουμε Ασφαλείς” (Παράρτημα Γ). Καθοδηγήστε τα παιδιά να σκεφτούν ποιο χρώμα χαρακτηρίζει καλύτερα κάθε εικόνα-χαρακτήρα και ζητήστε τους να κρατήσουν την απάντηση στο μυαλό τους για αργότερα.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΗΝ “ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΗΣΗ ΧΡΩΜΑΤΩΝ”

Ερώτηση 1: Ποιο χρώμα πιστεύετε ότι ταιριάζει καλύτερα στον Νίκο;

Απάντηση: Κόκκινο

Επιπλέον ερώτηση: Γιατί το κόκκινο χρώμα αντιπροσωπεύει καλύτερα τον Νίκο;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ο Νίκος ήταν **πονηρό άτομο**. Προσπάθησε να οδηγήσει την Μαρία μακριά από την οικογένεια της και από το μέρος όπου ένιωθε ασφαλής. Τα **πονηρά άτομα** μπορεί να είναι φιλικά και να θέλουν να μας αγοράσουν αντικείμενα που μας αρέσουν, αλλά αυτό δεν τους κάνει ασφαλείς. Μπορεί να λένε ψέματα ή να ξεγελάσουν κάποιον κάνοντας όμορφες πράξεις.

Ερώτηση 2: Ποιο χρώμα πιστεύεις ότι θα ταίριαζε καλύτερα στην Μαρία; (Δείξτε την φωτογραφία της Μαρίας)

Απάντηση: Πράσινο

Επιπλέον ερώτηση: Γιατί το πράσινο χρώμα αντιπροσωπεύει καλύτερα την Μαρία;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Η Μαρία γνώριζε ότι δεν είναι ασφαλές να ακολουθήσει τον Νίκο παρόλο που έμοιαζε οικείος και ασφαλής. Γνώριζε ότι ήταν **πονηρό** και **επικίνδυνο** άτομο.

Ερώτηση 3: Ποιο χρώμα πιστεύεις ότι αντιπροσωπεύει τον ασφαλή άγνωστο στο πάρκο; (Δείξτε την εικόνα του ασφαλή αγνώστου)

Απάντηση: Πράσινο

Επιπλέον ερώτηση: Γιατί το πράσινο είναι το χρώμα που αντιπροσωπεύει τον ασφαλή άγνωστο;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Πολλές φορές όταν είσαι φοβισμένος ή νιώθεις ότι κινδυνεύεις και κανείς από τον ασφαλή κύκλο σου δεν βρίσκεται τριγύρω, ένας ασφαλής άγνωστος ίσως μπορεί να σε βοηθήσει. Ασφαλής άγνωστος είναι κάποιος που σέβεται τα όρια σου, και θέλει να αποτρέψει κάποιον από το να πάθει κακό.

Ερώτηση 4: Ποιο χρώμα πιστεύεις ότι αντιπροσωπεύει τον παππού της Μαρίας; (Δείξε την εικόνα με τον παππού της Μαρίας)

Απάντηση: Πράσινο

Επιπλέον ερώτηση: Γιατί το πράσινο είναι το χρώμα που αντιπροσωπεύει καλύτερα τον παππού της Μαρίας;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ο παππούς της Μαρίας είναι ένα **ασφαλές** άτομο που την αγαπάει. Στην ιστορία φαίνεται να ψάχνει να βρει την Μαρία. Θέλει να κρατήσει την Μαρία ασφαλή από αγνώστους και **πονηρά** άτομα.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ: Σήμερα συνδέσαμε το κόκκινο και το πράσινο χρώμα με καταστάσεις και τύπους ανθρώπων (**έμπιστα** και **ασφαλή** ή **πονηρά** και **επικίνδυνα** άτομα). Όσο διαβάζαμε την ιστορία “Μένουμε Ασφαλείς”, γνωρίσαμε και τον ρόλο της Μαρίας.

ΔΡΑΣΗ: Βάλτε τα παιδιά να σας περιγράψουν τι κράτησαν από την σημερινή ιστορία του “Μένουμε Ασφαλείς” και ό,τι σχετίζεται με τα **έμπιστα-ασφαλή** άτομα και με τα **πονηρά - επικίνδυνα**.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και βάλτε τα παιδιά να απαντήσουν τι έμαθαν από την ιστορία “Μένουμε Ασφαλείς”.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ “ΜΕΝΟΥΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ”

Ερώτηση 1: Ήταν ασφαλές για την Μαρία να πάει στο πάρκο μόνη της;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Όχι. Η Μαρία είναι αρκετά μικρή για να πηγαίνει στο πάρκο μόνη της.

Ερώτηση 2: Τι θα έκανες αν κάποιος άγνωστος ή **πονηρό άτομο** σου ζητούσε να τους ακολουθήσεις;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Πες όχι. Πήγαινε άμεσα κοντά σε έναν **έμπιστο ενήλικα**. Ανέφερε το περιστατικό σε έναν **ασφαλή άγνωστο**. Αυτά ακριβώς ήταν τα βήματα που ακολούθησε η Μαρία στην ιστορία μας.

Επιπλέον ερώτηση: Πως σχετίζονται τα χρώματα ενός φωτεινού σηματοδότη με **έμπιστα - ασφαλή** άτομα και με **πονηρά - επικίνδυνα** άτομα;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Το κόκκινο αντιπροσωπεύει το στοπ, τον κίνδυνο και τα **πονηρά ή επικίνδυνα άτομα** που μπορεί να φαίνονται οικεία (κάποιος που ίσως γνωρίζεις) ή άγνωστα (κάποιος που δεν γνωρίζεις). Το κίτρινο αντιπροσωπεύει την προειδοποίηση ή το να κινούμαστε με περισσότερη προσοχή. Μπορεί να αφορά είτε **έμπιστα - ασφαλή άτομα** είτε **πονηρά κι επικίνδυνα άτομα**. Το πράσινο αντιπροσωπεύει το “Πάμε” και αφορά **έμπιστα** και **ασφαλή** άτομα.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ: Εξηγήστε στα παιδιά πως υπάρχουν ασφαλή και μη ασφαλή μέρη. Συχνά, ένα μέρος μπορεί να είναι μη ασφαλές όταν δεν υπάρχει κάποιος **έμπιστος ενήλικας** μαζί με το παιδί. Θυμήστε τους να προσέχουν πάντοτε αν υπάρχει κάποιος **έμπιστος-ασφαλής ενήλικας** τριγύρω. Εάν δεν παρατηρούν κάποιο ασφαλές άτομο, τότε θα πρέπει να φύγουν από το συγκεκριμένο σημείο και να κατευθυνθούν σε κάποιο άλλο όπου υπάρχουν **έμπιστοι ενήλικες** που μπορούν να τα κρατήσουν ασφαλή.

Μοιράστε στα παιδιά υλικά όπως χαρτί και χρωματιστά μολύβια. Ζητήστε τους να ζωγραφίσουν πως μοιάζει ένα ασφαλές μέρος για τα ίδια, και να συμπεριλάβουν **έμπιστους και ασφαλείς ενήλικες**.

ΕΞΗΓΗΣΕ: Σήμερα μαθαίνουμε τι είναι ο **ασφαλής κύκλος** και ποιος ανήκει μέσα σε αυτόν. Αυτοί που ανήκουν στον ασφαλή κύκλο θα πρέπει να είναι είτε κάποιος **έμπιστος ενήλικας**, είτε γενικότερα ένα **ασφαλές άτομο**. Όταν εμπιστευόμαστε κάποιον, θα πρέπει να νιώθουμε ασφάλεια και άνεση όταν βρίσκεσαι μαζί του. Είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε τα συναισθήματά μας, πως μπορούμε να τα χρησιμοποιήσουμε ώστε να χτίσουμε τα **όρια εμπιστοσύνης** μας και πως μπορούν αυτά να μας προστατεύουν από κάποιο πιθανό κίνδυνο. Τα **όρια εμπιστοσύνης** μας βοηθάνε να καταλάβουμε με τι νιώθουμε άνετα ή όχι, σε κάθε σχέση που έχουμε, είτε με την οικογένεια μας είτε με κάποιον φίλο. Μας βοηθάνε επίσης να γνωρίζουμε ποιον μπορούμε να εμπιστευτούμε και ποιος μπορεί να μας βοηθήσει να μείνουμε ασφαλείς. Το να έχουμε όρια και να κρατάμε επαφή με κάποιον που μπορούμε να εμπιστευτούμε είναι το κλειδί για μια υγιεινή σχέση.

ΔΡΑΣΗ: Δείξτε στα παιδιά το Στεφάνι ή αλλιώς Χούλα Χουπ, έπειτα τοποθετείστε το στο πάτωμα και κάντε ένα βήμα μέσα στον κύκλο. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε κάποιο σχοινί/κορδέλα για να σχηματίσετε έναν κύκλο σε περίπτωση που δεν διαθέτετε στεφάνι. Εξηγήστε ότι ο κύκλος του στεφανιού θα μπορούσε να μοιάζει με τον προσωπικό-ασφαλή χώρο κάθε ανθρώπου. Το στεφάνι μπορεί επίσης να μοιάζει σαν ένα αόρατο όριο, και να λειτουργεί σαν μια **ασπίδα** που προστατεύει τον κάθε άνθρωπο. Κάντε ένα βήμα έξω από το στεφάνι κι έπειτα καλέστε κάποιο από τα παιδιά να μπει μέσα σε αυτό. Ρωτήστε το παιδί αν νιώθει άνετα να μπει κι εσείς μέσα στο στεφάνι μαζί τους, εκπροσωπώντας ένα **ασφαλές άτομο** που εισέρχεται στον **ασφαλή του κύκλο**.

*Σημείωση: Είναι κατανοητό αν σας απαντήσουν πως δεν θέλουν, καθώς αυτό είναι ένα παράδειγμα που φανερώνει τον σεβασμό στα **όρια εμπιστοσύνης** του καθένα και ενισχύει την άποψη ότι μόνο οι ανήλικοι που εμπιστεύονται μπορούν να μπουν στον **ασφαλή κύκλο-στεφάνι** μαζί τους.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και αφήστε τα παιδιά να απαντήσουν.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΑ ΕΜΠΙΣΤΑ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΗ ΑΤΟΜΑ

Ερώτηση 1: Γνωρίζει κάποιος ποιον θεωρούμε ως **ασφαλές άτομο**;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ένα **ασφαλές άτομο** είναι κάποιος που μπορούμε να εμπιστευτούμε, κάποιος που σέβεται τους υπολοίπους και που παίζει σημαντικό ρόλο στην προστασία κάποιου, σε μια επικίνδυνη κατάσταση. Μπορεί να είναι κάποιο οικείο πρόσωπο πχ. ο αδερφός ή η αδερφή μας, ένας φίλος, κάποιος από την γειτονιά, κάποιος ενήλικας που **εμπιστευόμαστε**, ή κάποιος άγνωστος που μπορούμε να θεωρήσουμε ειλικρινή, που σέβεται τα προσωπικά όρια κάποιου άλλου, και είναι προστατευτικός όσον αφορά την ασφάλεια του.

Επιπλέον ερώτηση: Ποιες είναι οι αξίες κάποιου **ασφαλούς ατόμου** που μπορούμε να εμπιστευτούμε;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ένα **ασφαλές άτομο** είναι ειλικρινές. Νοιάζεται για τους άλλους, είναι ευγενικό, **δείχνει σεβασμό** και προσπαθεί για την ασφάλεια των υπολοίπων.

Ερώτηση 2: Γνωρίζει ποιον θεωρούμε ως **έμπιστο ενήλικα**;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ένας **έμπιστος ενήλικας** είναι ένα **ασφαλές άτομο**, και κάποιος από τον οποίο μπορούμε να ζητήσουμε βοήθεια. Θα μπορούσε να είναι κάποιος δάσκαλος, ο γονιός, ή η αστυνομία.

ΕΞΗΓΗΣΕ: Ήδη γνωρίζουμε ότι τα **όρια εμπιστοσύνης** μας βοηθούν να αισθανόμαστε άνετα με όποιον είναι στον **ασφαλή κύκλο** μας. Ο **ασφαλής κύκλος** είναι ένα εργαλείο το οποίο μας βοηθάει να μένουμε ασφαλείς από **πονηρούς ή επικίνδυνους ανθρώπους** που δεν ανήκουν στον ασφαλή κύκλο μας. Είναι επιλογή σου ποιον θα επιστρέψεις να βρίσκεται στον **ασφαλή κύκλο** σου. Είναι κατανοητό αν χρειάζεται μερικές φορές να αλλάξεις γνώμη και να επιτρέψεις σε διαφορετικούς ανθρώπους να είναι μέρος του **ασφαλή κύκλου σου**. Για παράδειγμα, αν μετακομίσεις σε μια νέα πόλη, πιο κοντά σε κάποιο μέλος της οικογένειας ή αν αλλάξεις σχολείο και έχεις έναν καινούργιο δάσκαλο, οι **έμπιστοι ενήλικες** που έχεις στον **ασφαλή κύκλο** σου, μπορεί να αλλάξουν. Να θυμάσαι, είναι σημαντικό να επιτρέψεις σε **ασφαλείς ανθρώπους** που εμπιστεύεσαι να βρίσκονται στον **ασφαλή κύκλο** σου.

ΔΡΑΣΗ: Κρατήστε ξανά ένα χούλα χουπ - στεφάνι ψηλά και κάντε ένα βήμα μέσα στον κύκλο. Εξηγήστε στα παιδιά ότι το χούλα χουπ δεν αντιπροσωπεύει μόνο τα **όρια εμπιστοσύνης**, αλλά μπορεί να μοιάζει και με τον **ασφαλή κύκλο** του καθένα. Ζητήστε από τα παιδιά να σηκωθούν όρθια, να σχηματίσουν έναν κύκλο με τα χέρια τους και να κάνουν μια στροφή 360 μοιρών, δημιουργώντας τον δικό τους **ασφαλή κύκλο**.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από τα παιδιά να σας απαντήσουν.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΣΦΑΛΗ ΚΥΚΛΟ

Ερώτηση 1: Ποια είναι τα πράγματα που σας κάνουν να νιώθετε ασφαλείς;

Ενδεικτική απάντηση: Τα πράγματα που με κάνουν να νιώθω ασφαλής είναι η οικογένεια μου, το να διαβάζω στο σχολείο και να παίζω με τους φίλους μου.

Ερώτηση 2: Ποια είναι τα πράγματα που σας κάνουν να μην νιώθετε ασφαλείς;

Ενδεικτική απάντηση: Πράγματα που με κάνουν να νιώθω ανασφαλής είναι ένα σκυλί που γαυγίζει, να είμαι μόνος μου στο σκοτάδι ή το να ακούω δυνατούς θορύβους.

Επιπλέον ερώτηση: Πως νιώθει κάποιος όταν περιγράφει πως δεν νιώθει ασφαλής;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ένα άτομο μπορεί να **νιώθει άβολα**. Μπορεί να νιώθει ενόχληση στο στομάχι, να ιδρώνουν τα χέρια του και να χτυπάει πολύ γρήγορα η καρδιά του.

Ερώτηση 3: Πως θα περιγράφατε το συναίσθημα όταν κάποιος πλησιάζει πολύ τον **ασφαλή κύκλο** σας, χωρίς να του το έχετε επιτρέψει;

Ενδεικτικό παράδειγμα: Μπορεί να αισθανθώ **άβολα** ή ότι κινδυνεύω, όταν κάποιο άτομο πλησιάζει πάρα πολύ στον προσωπικό μου χώρο και νιώθω σαν να παρεμβαίνει ή να παραβιάζει τον ασφαλή μου κύκλο.

Ερώτηση 4: Τι μπορείς να πεις ή να κάνεις για να οδηγήσεις κάποιον μακριά από τον **ασφαλή κύκλο** σου αν νιώθεις **άβολα**;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Μπορείς να απομακρυνθείς ή να ζητήσεις ευγενικά να το κάνουν εκείνοι. Αν δεν ακούσουν το αίτημα σου να απομακρυνθούν από τον προσωπικό σου χώρο, μπορείς να τους σπρώξεις μακριά και να το αναφέρεις σε έναν **ασφαλή ενήλικα**.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ: Οι έμπιστοι άνθρωποι είναι **ασφαλείς άνθρωποι** στους οποίους μπορείς να βασιστείς ότι θα σε προστατεύσουν, θα είναι ειλικρινείς χωρίς να λένε ψέματα, δεν θα σου κάνουν κακό και μπορούν να βρίσκονται στον **ασφαλή κύκλο** σου. Παρ' όλα αυτά, υπάρχουν **πονηρά** και **επικίνδυνα άτομα** που λένε ψέματα και προσπαθούν να σε ελέγξουν. Προσπαθούν επίσης να μπουν στον **ασφαλή κύκλο** σου να σε ξεγελάσουν και να σου κάνουν κακό. Όταν νιώθεις **άβολα**, να θυμάσαι, ότι εσύ διαλέγεις και αποφασίζεις σε ποιον θα επιτρέψεις να βρίσκεται στον **ασφαλή κύκλο** σου, και πως αυτοί που θα διαλέξεις πρέπει πάντα να είναι **ενήλικες της εμπιστοσύνης σου**.

ΔΡΑΣΗ: Κρατήστε ψηλά τα χέρια σας και στοχεύστε σε κάθε δάχτυλο. Πείτε στα παιδιά να μετρήσουν πόσα δάχτυλα έχουν στα χέρια τους. Δείξτε στο χέρι σας και σχηματίστε έναν νοητό κύκλο γύρω από τα παιδιά, ώστε να αντιπροσωπεύει τον **ασφαλή κύκλο**, σαν να είχαν ένα Χούλα Χουπ - Στεφάνι γύρω τους. Πείτε στα παιδιά να σχηματίσουν έναν νοητό κύκλο γύρω από το χέρι τους, που να αντιπροσωπεύει τον **ασφαλή κύκλο**. Εξηγήστε τους, ότι πρέπει να σκεφτούν 5 πιθανά άτομα τα οποία εμπιστεύονται να είναι μέσα στον **ασφαλή κύκλο** τους.

*Σημείωση: Αν υπάρχει κάποιο παιδί στην τάξη σας που δυσκολεύεται να χρησιμοποιήσει τα χέρια του για αυτή την δραστηριότητα, εξηγήστε ότι μπορούν να χρησιμοποιήσουν και τα δάχτυλα των ποδιών, ώστε να συμπεριλαμβάνετε όλα τα παιδιά στην δραστηριότητα. Μπορούν επίσης να χρησιμοποιήσουν ενδεικτικά το παράδειγμα με τα “δύο μάτια, δυο αυτιά & μύτη” για να θυμούνται.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις επόμενες ερωτήσεις και αφήστε τα παιδιά να απαντήσουν. Θυμήστε στα παιδιά πως κάθε φορά που νιώθουν **άβολα**, μπορεί να μην είναι επειδή νιώθουν ανασφάλεια αλλά επειδή μπορεί πολύ απλά να νιώθουν φυσικωμένοι ή ότι ζεσταίνονται. Ωστόσο, οι άνθρωποι συνήθως νιώθουν **άβολα** όταν νιώθουν ότι δεν είναι ασφαλείς.

ΠΟΝΗΡΑ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΑ ΑΤΟΜΑ: ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Ερώτηση 1: Ποια είναι μερικά άτομα στην ζωή σου που μπορείς να εμπιστευτείς τα οποία σε κάνουν να νιώθεις ασφάλεια και προστατευμένος από πιθανούς κινδύνους;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Η μαμά, ο μπαμπάς, η θεία, ο θείος, οι παππούδες, η δασκάλα, η αστυνομία (**ασφαλής άγνωστος**), κι ένας φίλος μου είναι οι **ασφαλείς άνθρωποι** στη ζωή μου.

Ερώτηση 2: Πως περιγράφεις το αίσθημα όταν νιώθεις **άβολα**;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Μπορεί να νιώθεις ότι ζεσταίνεσαι, τα χέρια σου ιδρώνουν και τα γόνατα σου αρχίζουν να τρέμουν. Μπορεί να αισθάνεσαι φουσκωμένος, το στομάχι σου να πονάει, τον λαιμό σου να έχει στεγνώσει. Μπορεί επίσης να νιώθεις σκαρισμένος ή ότι δεν μπορείς να κουνήσεις το σώμα σου.

Επιπλέον ερώτηση: Το να νιώθεις **άβολα** είναι το ίδιο με το να νιώθεις ανασφάλεια; Ναι ή όχι και γιατί;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ναι, μπορεί να νιώθω ότι με ενοχλεί το στομάχι μου ή να φοβάμαι όταν νιώθω ανασφάλεια ή **άβολα**. Μπορεί να νιώθω “κοκαλωμένος” σαν να θέλω να κάνω κάτι αλλά να μην μπορώ. Νομίζω ότι αισθάνομαι το ίδιο όταν νιώθω άβολα και όταν νιώθω ανασφαλής. Έχω τα ίδια συναισθήματα και για τα δυο.

*Σημείωση: Είναι σημαντικό όταν εξηγείτε πως μοιάζει ένα **έμπιστο** ή ένα **πονηρό** άτομο να χρησιμοποιήσετε πολλά παραδείγματα. Αυτό είναι σημαντικό γιατί πολλά παιδιά μπορεί να έχουν στον περίγυρο τους κάποιο **πονηρό άτομο**, κι έτσι να χρειαστούν περισσότερα παραδείγματα του ποιος μπορεί να θεωρηθεί ως **ασφαλής ενήλικας**. Γνωρίζουμε επίσης ότι υπάρχουν μη ασφαλείς δάσκαλοι ή και αστυνομικοί, γι αυτό όλα τα παραδείγματα έχουν εξαιρέσεις.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ: Ο **ασφαλής κύκλος** μπορεί να είναι ένα εργαλείο να σε κρατήσει ασφαλή από **πονηρά και επικίνδυνα άτομα** που δεν βρίσκονται μέσα σε αυτόν. Ας σηκώσουμε ψηλά το χέρι μας και ας παρατηρήσουμε κάθε δάχτυλο ξεχωριστά. Κάθε δάχτυλο αντιπροσωπεύει έναν ασφαλή ενήλικα που μπορείς να προσθέσεις στον **ασφαλή κύκλο** σου.

- Ο αντίχειρας: Ένας έμπιστος αστυνομικός ή κάποιος ηγέτης της κοινότητας
- Ο δείκτης: Ένας έμπιστος δάσκαλος ή κάποιος από το σχολείο
- Ο μέσος: Ένα έμπιστο μέλος της οικογένειας ή κάποιος κηδεμόνας _____. (επιλογή του κάθε παιδιού)
- Ο Παράμεσος: Ο/Η _____. (επιλογή του κάθε παιδιού)
- Το μικρό: Ο/Η _____. (επιλογή του κάθε παιδιού)

*Σημείωση: Ο αντίχειρας και ο δείκτης δεν χρειάζεται να ονοματιστούν απαραίτητα, μπορεί να είναι ένα **ασφαλές** άτομο που είναι άγνωστο σε αυτά αλλά μπορεί να είναι έμπιστο. Τα υπόλοιπα δάχτυλα θα πρέπει να αφορούν άτομα που τα παιδιά γνωρίζουν ή που νιώθουν ασφαλή.

ΔΡΑΣΗ: Εξηγήστε στα παιδιά ότι πρέπει να τοποθετήσουν το χέρι τους στο πλαίσιο που βλέπουν (Παράρτημα Δ) στην τελευταία σελίδα του βιβλίου, ή σε ένα ξεχωριστό κομμάτι χαρτί. Εξηγήστε τους ότι μπορούν να διαλέξουν 5 άτομα, ένα για κάθε δάχτυλο του χεριού, που θα είναι στον **ασφαλή κύκλο** τους. Θυμηθείτε, δυο από τα δάχτυλα μπορεί να αφορούν **ασφαλείς αγνώστους** (πχ. αστυνομικό, δάσκαλο). Καλέστε τα παιδιά να ζωγραφίσουν μια εικόνα με τους **ενήλικες που εμπιστεύονται** και οι οποίοι ανήκουν στον **ασφαλή κύκλο** τους.

Βάλτε τα παιδιά να χρησιμοποιήσουν τα δάχτυλα τους και να αποφασίσουν ποιοι θα είναι στον **ασφαλή κύκλο** τους. Τα υπόλοιπα δάχτυλα αφορούν **έμπιστα** και **ασφαλή** άτομα που διαλέγουν τα ίδια. Εξηγήστε ότι δεν υπάρχουν σωστές και λάθος επιλογές, και πως ο **ασφαλής κύκλος** του καθένα μπορεί να είναι διαφορετικός.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και αφήστε τα παιδιά να απαντήσουν.

ΑΣΦΑΛΗΣ ΚΥΚΛΟΣ: ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Ερώτηση 1: Ποιος είναι ο **έμπιστος ενήλικας** που αντιστοιχεί στον αντίχειρα του **ασφαλή κύκλου** σου;
Ενδεικτικές απαντήσεις: Ζωγράφισα έναν αστυνομικό. Ζωγράφισα τον δάσκαλο, γονιό του φίλου μου. Ζωγράφισα τον προπονητή μου.

Ερώτηση 2: Ποιος είναι ο **έμπιστος ενήλικας** που αντιστοιχεί στον δείκτη του **ασφαλή κύκλου** σου;
Ενδεικτικές απαντήσεις: Ζωγράφισα την δασκάλα μου. Ζωγράφισα τον διευθυντή μου. Έβαλα τον καθηγητή μου.

Ερώτηση 3: Ποιος είναι ο **έμπιστος ενήλικας** που αντιστοιχεί στον μέσο του **ασφαλή κύκλου** σου;
Ενδεικτικές απαντήσεις: Ζωγράφισα την μαμά μου. Έβαλα την θεία μου. Έβαλα τον παππού μου.

Ερώτηση 4: Ποιος είναι ο **έμπιστος ενήλικας** που αντιστοιχεί στον παράμεσο και στο μικρό, του **ασφαλή κύκλου** σου;
Ενδεικτικές απαντήσεις: Ζωγράφισα τον προπονητή μου. Έβαλα τον γείτονα μου. Έβαλα τον ξάδερφο μου.

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ: Εξετάστε το “Μένουμε Ασφαλείς” και το πως ο Νίκος προσπάθησε να ξεγελάσει την Μαρία να τον ακολουθήσει. Θυμήστε στα παιδιά πως όταν είναι στο σχολείο ή σε άλλη τοποθεσία, είναι καλό να αναφέρουν στους δασκάλους ή σε κάποιον **έμπιστο ενήλικα** αν νιώθουν ότι κάποιος **πονηρό ή επικίνδυνο άτομο** προσπαθεί να τους ξεγελάσει/παραπλανήσει. Δώστε στα παιδιά το πρότυπο που σχημάτισαν με το χέρι τους για να ορίσουν τον ασφαλή κύκλο (Παράρτημα Δ) ώστε να το μελετήσουν με έναν **έμπιστο ενήλικα** από τον **ασφαλή κύκλο** που όρισαν.

ΕΝΟΤΗΤΑ 2: ΑΣΦΑΛΗΣ ΚΑΙ ΜΗ ΑΣΦΑΛΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

3ο ΜΕΡΟΣ - ΑΓΝΩΣΤΟΙ: ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ ΑΣΦΑΛΗΣ ΚΑΙ ΠΙΟ ΜΗ ΑΣΦΑΛΗΣ;

ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΕΙΤΕ	ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ
• “Μένουμε Ασφαλείς: Η Ιστορία” • Ασφαλείς και Επικίνδυνοι άγνωστοι: Φωτογραφίες (Παράρτημα Ε) • Ασφαλείς και Επικίνδυνοι άγνωστοι: Εικόνες Χρωματισμού (Παράρτημα ΣΤ) • Ξυλομπογιές - Νερομπογιές - Κηρομπογιές Προαιρετικά: • Βίντεο: Τρόποι να προστατεύσεις τον εαυτό σου απέναντι σε επικίνδυνα άγνωστα άτομα  • Σακίδιο πλάτης, Μπουφάν	• Οικεία πρόσωπα: Ένας κοντινός φίλος ή μέλος της οικογένειας που είναι πολύ οικείο και αναγνωρίσιμο • Σχέση: Η σύνδεση μεταξύ δυο προσώπων • Ασφαλής άγνωστος: Άτομα που δεν ήταν γνωστά από πριν και που μπορούν να κρατήσουν ασφαλή άλλα άτομα • Μη ασφαλής άγνωστος: Κάποιος που χρησιμοποιεί ψέματα ή μυστικά για να κάνει κάποιον να νιώσει άβολα ή φόβο με σκοπό να τον βλάψει είτε ψυχολογικά είτε σωματικά

4ο ΜΕΡΟΣ - ΜΥΣΤΙΚΑ: ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΑΣΦΑΛΕΣ ΚΑΙ ΤΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟ;

ΥΛΙΚΑ ΠΟΥ ΘΑ ΧΡΕΙΑΣΤΟΥΝ	ΛΕΞΕΙΣ ΚΛΕΙΔΙΑ
• “Μένουμε Ασφαλείς: Η ιστορία” • Κόλλες Α4 • Ξυλομπογιές - Νερομπογιές - Κηρομπογιές	• Ασφαλή Μυστικά: Πληροφορίες που μένουν ιδιωτικές ή μυστικές για μικρό χρονικό διάστημα αλλά τελικά αποκαλύπτονται • Επικίνδυνα Μυστικά: Πληροφορίες που θα μπορούσαν να πληγώσουν κάποιον, να παραβιάσουν έναν κανόνα ή να κάνουν κάποιον να νιώσει μπερδεμένος, φόβο ή ανησυχία. Λέγεται ότι δεν πρέπει να μοιράζονται με άλλους • Επιλογή: Το να πάρεις μια απόφαση για κάτι συχνά διαλέγοντας ανάμεσα σε δυο ή παραπάνω επιλογές

3ο ΜΕΡΟΣ - ΑΓΝΩΣΤΟΙ: ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ ΑΣΦΑΛΗΣ ΚΑΙ ΠΟΙΟΣ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΣ;

ΕΞΗΓΗΣΕ: Σήμερα θα εξερευνήσουμε πώς γίνεται να υπάρχουν **ασφαλείς** και **επικίνδυνοι** άγνωστοι στην ζωή μας, και ποιοι θα μπορούσαν να είναι. Θα θυμηθούμε ξανά το “Μένουμε Ασφαλείς: Η Ιστορία”, όπου είδαμε την Μαρία να αναγνωρίζει τον Νίκο, αλλά χωρίς να τον γνωρίζει ιδιαίτερα. Ήταν ένας άγνωστος για εκείνη. Γνώριζε ότι δεν έπρεπε να ακολουθήσει τον Νίκο στο πάρκο, επειδή δεν ήταν στον **ασφαλή κύκλο** της.

ΔΡΑΣΗ: Ξαναδιαβάστε το μέρος του “Μένουμε Ασφαλείς: Η Ιστορία” όπου η Μαρία γνωρίζει τον Νίκο. Δείτε τις φωτογραφίες και περιγράψτε γιατί ο Νίκος είναι ένα **πονηρό άτομο** αλλά και ένας **επικίνδυνος άγνωστος** για την Μαρία.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και αφήστε τα παιδιά να απαντήσουν.

ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΓΝΩΣΤΟΙ: ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Ερώτηση 1: Ποιος είναι ένας άγνωστος;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Κάποιος που δεν γνωρίζεις και πρέπει να είσαι παραπάνω προσεκτικός όταν είστε στον ίδιο χώρο. Κάποιος που δεν σου είναι οικείος ακόμα κι αν τον βλέπεις συχνά.

Ερώτηση 2: Τι μπορεί να κάνει έναν άνθρωπο έναν **επικίνδυνο άγνωστο**;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ένας **επικίνδυνος άγνωστος** μπορεί να σου ζητήσει να κάνεις κάτι που θα σε φέρει σε **άβολη θέση**, ή θα προσπαθήσει να σε πάρει μακριά από μέρη που νιώθεις ασφάλεια (π.χ. το σπίτι σου, τους γονείς σου ή τους φίλους σου). Οι **επικίνδυνοι άγνωστοι** μπορεί να προσπαθήσουν να σε ξεγελάσουν ή να σου ζητήσουν να πεις κάποιο ψέμα (π.χ. “Αυτό θα είναι το μικρό μας μυστικό.”)

Ερώτηση 3: Υπάρχουν **επικίνδυνοι άγνωστοι** στο διαδίκτυο;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ναι. Μπορεί να υπάρχουν **επικίνδυνοι άγνωστοι** και στην καθημερινότητα αλλά και διαδικτυακά. Δεν γνωρίζουμε πάντα με ποιον μιλάμε στο διαδίκτυο κι έτσι δεν είμαστε πάντα ασφαλείς.

Επιπλέον ερώτηση: Ποιος μπορεί να είναι ένας **ασφαλής άγνωστος** για σένα;

Ενδεικτικές απαντήσεις: **Ασφαλείς άγνωστοι** μπορεί να είναι άνθρωποι που δεν γνωρίζεις, αλλά είναι εκεί για να σε βοηθήσουν χωρίς να σε πληγώσουν. Οι **ασφαλείς άγνωστοι** μπορεί να είναι αστυνομικοί, μανάβιδες, ταμίες σούπερ-μάρκετ ή ενήλικες που εργάζονται σε σχολεία.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ: Παρόλο που δεν είναι όλοι οι άγνωστοι επικίνδυνοι, είναι καλό να κρατάς μια απόσταση από ανθρώπους και μέρη που δεν γνωρίζεις και ποτέ να μην ακολουθείς ανθρώπους που δεν γνωρίζεις. Κάποιοι **άγνωστοι** μπορεί να είναι επικίνδυνοι. Μπορεί να σου προσφέρουν γλυκά, χρήματα ή άλλα ανταλλάγματα για να τους ακολουθήσεις σε κάποιο **επικίνδυνο** μέρος. Είναι σημαντικό να μπορούμε να αναγνωρίσουμε τους **επικίνδυνους ανθρώπους** και να μην πηγαίνουμε σε άγνωστα μέρη με ανθρώπους που δεν γνωρίζουμε ή δεν έχουμε **καμία σχέση**. Παρ' όλα αυτά, ένας **ασφαλής άγνωστος** μπορεί να είναι κάποιος που δεν γνωρίζεις, αλλά είναι εκεί για να σε βοηθήσει και να μην σε πληγώσει. Ένας **ασφαλής άγνωστος** θα μπορούσε να σε βοηθήσει σε μια κατάσταση έκτακτης ανάγκης, όπως θα έκανε ένα γιατρός ή ένας αστυνομικός.

Θυμάστε όταν καταγράψαμε στους **ασφαλείς κύκλους** τους ανθρώπους που γνωρίζουμε, όπως την μαμά, τον παππού ή τον θείο/θεία μας; Καταγράψαμε ακόμα μερικούς **ασφαλείς αγνώστους**, όπως ένας αστυνομικός, ένας γονιός ή άλλα παιδιά. Όλοι οι **ασφαλείς κύκλοι** είναι παρόμοιοι αλλά διαφορετικοί επειδή είμαστε από διαφορετικές οικογένειες και γνωρίζουμε διαφορετικούς ανθρώπους. Αυτό σημαίνει πως μπορεί να έχουμε διαφορετικούς **ενήλικες που εμπιστευόμαστε** στην ζωή μας καθώς επίσης και διαφορετικούς **ασφαλείς και επικίνδυνους αγνώστους**. Για παράδειγμα, μπορεί να γνωρίζεις τον θείο και την θεία σου πολύ καλά, και να αποτελούν κομμάτι του **ασφαλούς κύκλου** σου. Παρ' όλα αυτά ο θείος ή η θεία κάποιου άλλου μπορεί να είναι άγνωστοι για τον ίδιο και να μην είναι κομμάτι ενός **ασφαλούς κύκλου**.

ΔΡΑΣΗ: Κρατήστε ψηλά τις εικόνες του ασφαλούς και του επικίνδυνου αγνώστου (Παράρτημα Ε), και δείξτε τις μια-μια όσο διαβάζετε τις ερωτήσεις της ιστορίας “Μένουμε ασφαλείς” που βλέπετε παρακάτω. Ζητήστε από τα παιδιά να σηκώσουν τον αντίχειρα τους ψηλά αν συμφωνούν ότι αυτό που βλέπουν είναι ένας **ασφαλής άγνωστος**. Όταν θεωρούν ότι η απάντηση είναι “**επικίνδυνους άγνωστος**”, ζητήστε από τα παιδιά να σχηματίσουν με τα χέρια τους ένα μεγάλο “Χ” μπροστά από το σώμα τους, έχοντας κλειστές τις παλάμες των χεριών τους, σαν γροθιές.

Προαιρετικά: Όταν τα παιδιά αναγνωρίζουν την φωτογραφία ως έναν “επικίνδυνο άγνωστο”, μπορούν να χρησιμοποιήσουν ένα σινιάλο “ΣΤΟΠ” με το χέρι τους, και παράλληλα να χτυπήσουν με το πόδι τους στο πάτωμα κάνοντας ένα μικρό άλμα (μπορείτε να περιγράψετε την συγκεκριμένη στάση σώματος ως “στάση του Σούπερμαν” για να γίνει πιο εύκολα κατανοητό από τα παιδιά).

Εικόνα Ασφαλούς και Επικίνδυνου αγνώστου	Ασφαλής/ Επικίνδυνος	Αιτιολόγηση
Αστυνομικός	Ασφαλής	Μπορούσαν να βοηθήσουν την Μαρία
Μητέρα (με παιδί)	Ασφαλής	Μπορούσαν να βοηθήσουν την Μαρία
Νίκος	Επικίνδυνος	Προσπάθησε να ξεγελάσει την Μαρία και να τον ακολουθήσει σε ένα μη ασφαλές μέρος, ζητώντας της να το κρατήσει μυστικό (ένα επικίνδυνο μυστικό) από τον ασφαλή κύκλο της.

“ΜΕΝΟΥΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ: Η ΙΣΤΟΡΙΑ”: ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Ερώτηση 1: Πως σας φαίνεται ο συγκεκριμένος άγνωστος; Ασφαλής ή Επικίνδυνος;

Ενδεικτική απάντηση: Οι **ασφαλείς άγνωστοι** είναι συνήθως άνθρωποι που θέλουν να με βοηθήσουν.

Επιπλέον ερώτηση: Γιατί νομίζεις ότι ο συγκεκριμένος άγνωστος είναι ασφαλής ή επικίνδυνος για σένα;

Ενδεικτική απάντηση: Οποιοσδήποτε προσπαθεί να με ξεγελάσει ή να με πληγώσει δεν είναι **ασφαλής άνθρωπος/άγνωστος**.

Ερώτηση 2: Είχε κάποια **σχέση** η Μαρία με τον Νίκο;

Ενδεικτική απάντηση: Όχι, δεν είχε καμία απολύτως **σχέση** με τον Νίκο. Απ' την ιστορία μάθαμε ότι η Μαρία δεν γνώριζε καν τον Νίκο.

Επιπλέον ερώτηση: Γνώριζες ότι η Μαρία δεν είχε καμία **σχέση** με τον Νίκο;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ο παππούς της Μαρίας ίσως να γνώριζε τον Νίκο, αλλά η Μαρία δεν το είχε γνωρίσει ποτέ. Αν δεν γνωρίζεις κάποιον ή δεν του έχεις μιλήσει ποτέ, δεν είναι δυνατό να έχεις κάποια σχέση μαζί του.

ΕΞΗΓΗΣΕ: Σήμερα μάθαμε πως ένας άγνωστος μπορεί να είναι **έμπιστος** και **ασφαλής** ή μπορεί να είναι **πονηρός** και **επικίνδυνος**. Μάθαμε κάποια σημάδια για να αναγνωρίσουμε τους επικίνδυνους αγνώστους, και τώρα θα μάθουμε τι πρέπει να κάνουμε αν νιώθουμε ανασφάλεια ή **άβολα**.

ΔΡΑΣΗ: Βάλτε τα παιδιά να χρωματίσουν τους χαρακτήρες του ασφαλή και του επικίνδυνου αγνώστου (Παράστημα ΣΤ). Ζητήστε από τους μαθητές να διαλέξουν χρώματα που αντιπροσωπεύουν το πως νιώθουν όταν ακούν τις λέξεις ασφαλής και επικίνδυνος. Καλέστε τα παιδιά να περιγράψουν είτε σε εσάς είτε σε κάποιον άλλο ενήλικα, τους **ασφαλείς** και **επικίνδυνους αγνώστους**.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Τι θα κάνεις αν ένας **επικίνδυνος άγνωστος** θέλει να σου μιλήσει;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Αν ένας **επικίνδυνος άγνωστος** προσπαθήσει να μου μιλήσει, ή να με ρωτήσει που μένω ή σε ποιο σχολείο πηγαίνω, δεν θα απαντήσω ούτε θα μιλήσω και θα απομακρυνθώ. Αν ένας **επικίνδυνος άγνωστος** προσπαθήσει να έρθει πολύ κοντά μου, θα τρέξω μακριά ή θα τον απωθήσω-σπρώξω μακριά.

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ: Εξηγήστε ότι είναι καλό να αναφέρουμε πάντα σε κάποιον από τον **ασφαλή κύκλο** για κάποιον **επικίνδυνο άγνωστο** που μπορεί να έρθει στον δρόμο μας. Είναι επίσης σημαντικό να εξηγήσετε στα παιδιά ότι μερικές φορές πρέπει να τρέξουμε μακριά από κάποιον επικίνδυνο άγνωστο πριν ακόμα το αναφέρουμε σε κάποιον **έμπιστο ενήλικα**.

Συζητήστε με τα παιδιά πως να προστατεύουν τον εαυτό τους από έναν **επικίνδυνο ενήλικα** που προσπαθεί να τους τραβήξει προς μια συγκεκριμένη κατεύθυνση. Δείξτε τους πρακτικά παραδείγματα του πως μπορούν να προστατεύσουν τον εαυτό τους. Διαβάστε και κάντε αναπαράσταση τα παραδείγματα που υπάρχουν στο “Πως να προστατευτείς από επικίνδυνους αγνώστους”. Βάλτε τα παιδιά να αναπαραστήσουν ότι ακριβώς δείξατε προηγουμένως.

* Σημείωση: Αποφύγετε να κάνετε αναπαράσταση των παραδειγμάτων σε ζευγάρια με τα παιδιά, για λόγους ασφαλείας.

Πως να προστατευτείς από επικίνδυνους αγνώστους:

1. **Σακίδιο πλάτης:** Όταν κάποιος τραβήξει με δύναμη το σακίδιο σου, άφησε τους ώμους σας χαλαρούς, το σακίδιο σου να πέσει και τρέξε στο κοντινότερο ασφαλές σημείο όπως είναι μια σχολική τάξη, ένα μαγαζί ή κοντά σε μια οικογένεια που να έχει κι άλλα παιδιά. Η ασφάλεια σου είναι πιο σημαντική από το να κρατήσετε το σακίδιο σας. Μπορείς να αγοράσεις καινούργιο.
2. **Μπουφάν:** Όταν κάποιος τραβήξει το μπουφάν σου, άφησε τους ώμους σας χαλαρούς, το μπουφάν σου να βγει και τρέξε στο κοντινότερο ασφαλές σημείο όπως είναι μια σχολική τάξη, ένα μαγαζί ή κοντά σε μια οικογένεια που να έχει κι άλλα παιδιά. Η ασφάλεια σου είναι πιο σημαντική από το μπουφάν σου. Μπορείς να αγοράσεις καινούργιο.
3. **Σώμα:** Όταν κάποιος σε τραβήξει από τους ώμους ή κάποιο άλλο σημείο του σώματος σου, προσπάθησε να τρέξεις μακριά. Αν δεν μπορείς, τότε πέσε κάτω στα πόδια του/της και τύλιξε τα χέρια σου γύρω από το ένα πόδι του/της, και τα πόδια σου γύρω από το άλλο του/της πόδι. Μπορείς επίσης να φωνάξεις δυνατά και να πεις κάτι, όπως “Δεν είσαι η μαμά μου/ο μπαμπάς μου” ή “Είσαι ένας άγνωστος”.

Προαιρετικό: Δείξτε το “ να προστατευτείς από επικίνδυνους αγνώστους”.



4ο ΜΕΡΟΣ - ΜΥΣΤΙΚΑ: ΠΟΙΟ ΕΙΝΑΙ ΑΣΦΑΛΕΣ ΚΑΙ ΠΟΙΟ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟ;

ΕΞΗΓΗΣΕ: Μαθαίνουμε το πως διαφορετικοί άνθρωποι μπορεί να είναι **έμπιστοι** και **ασφαλείς** ή **πονηροί** και **επικίνδυνοι**. Όπως οι άνθρωποι μπορεί να είναι ασφαλείς και επικίνδυνοι, τα μυστικά που λέμε ή μας λέει κάποιος άλλος, μπορεί να είναι **ασφαλή** και **επικίνδυνα**. Τα **ασφαλή μυστικά** είναι αθώα ή άκακα και συνήθως προκαλούν χαρά είτε σε εσάς, είτε σε κάποιον άλλο, όπως π.χ. το να οργανώσεις μια έκπληξη για τα γενέθλια κάποιου που αγαπάς. Τα **ασφαλή μυστικά** έχουν μικρή διάρκεια και τελικά αποκαλύπτονται σε τρίτους. Παρ'όλα αυτά, τα **επικίνδυνα μυστικά** μπορεί κάποιες φορές να μένουν κρυφά για να μην πληγώσουν είτε εσένα είτε κάποιον άλλον. Μπορεί να σε στεναχωρήσουν, να σε κάνουν να νιώσεις **άβολα**, ή να σε φοβίσουν πως κάτι μπορεί να συμβεί. Συνήθως οι **πονηροί** και **επικίνδυνοι** άνθρωποι είναι εκείνοι που θα προσπαθήσουν να σε ξεγελάσουν και να σου ζητήσουν να κρατήσεις κρυφά **επικίνδυνα** μυστικά, κάνοντας σε να νομίζεις ότι πρέπει να κρατήσεις τα συναισθήματα σου μέσα σου και να μην τα αναφέρεις σε κάποιον **έμπιστο ενήλικα**.

ΔΡΑΣΗ: Ζητήστε από τα παιδιά να σηκωθούν και να σχηματίσουν δυο σειρές. Εξήγησε τους πως θα πεις ένα μυστικό στον αρχηγό της κάθε ομάδας (π.χ. το πρώτο άτομο που είναι στην κάθε σειρά). Θυμήστε στον αρχηγό της κάθε ομάδας ότι δεν επιτρέπεται να πουν την λέξη δυνατά στους υπόλοιπους της ομάδας. Μόλις δώσετε το σήμα "Πάμε", κάθε αρχηγός πρέπει να ψιθυρίζει την μυστική λέξη στο επόμενο άτομο. Ζητήστε από κάθε παιδί να ψιθυρίσει την λέξη σε όποιον βρίσκεται ακριβώς από πίσω του, μέχρι να φτάσει και στον τελευταίο της σειράς.

*Σημείωση: Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε όποια λέξη κλειδί θέλετε (π.χ. ασφαλής, επικίνδυνος, μυστικό, επιλογή, πονηρός, έμπιστος, άβολο).

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από τα παιδιά να σας απαντήσουν.

ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΓΝΩΣΤΟΙ: ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Ερώτηση 1: Πιστεύετε ότι ο σκοπός του παιχνιδιού ήταν να κρατήσουμε **ασφαλή** ή **επικίνδυνα μυστικά**;
Ενδεικτικές απαντήσεις: Ασφαλή μυστικά. Γιατί τα κρατούσαμε για μικρό χρονικό διάστημα μέχρι να το πούμε στους υπόλοιπους.

Ερώτηση 2: Γιατί να σου ζητήσει κάποιος να κρατήσεις ένα **ασφαλές μυστικό**;
Ενδεικτικές απαντήσεις: Αν ένα μυστικό έχει να κάνει με μια έκπληξη γενεθλίων, διακοπές, ένα δώρο τότε είναι ένα **ασφαλές μυστικό**. Ακόμα και σε ένα παιχνίδι σαν κι αυτό που μόλις παίξαμε, το ασφαλές μυστικό κρατάει για λίγο.

Ερώτηση 3: Τι πιστεύεις ότι είναι ένα **επικίνδυνο μυστικό**;
Ενδεικτικές απαντήσεις: Αν ένα μυστικό χρησιμοποιείται για να καλύψουμε ένα λάθος, ή ένα άγγιγμα που μας φέρνει σε **αμήχανη** θέση ή μας προκαλεί φόβο ότι κάτι κακό θα συμβεί, τότε είναι ένα **επικίνδυνο μυστικό**.

Ερώτηση 4: Τι πρέπει να κάνεις αν σου ζητήσει κάποιος να κρατήσεις κρυφό ένα **επικίνδυνο μυστικό**; Ενδεικτικές απαντήσεις: Θα πρέπει να πω στο άτομο που μου ζητάει να το κρατήσω κρυφό, “Όχι, δεν νιώθω άνετα να το κάνω αυτό.” ή “Όχι, δεν θα το κρατήσω μυστικό.” Μετά ανέφερε το σε έναν **έμπιστο ανήλικα**.

Επιπλέον ερώτηση: Γίνεται ένα **επικίνδυνο μυστικό** να γίνει ασφαλές;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Όχι. **Επικίνδυνο** είναι ένα μυστικό όταν κρατάμε κρυφό κάτι που μπορεί να είναι λάθος ή επικίνδυνο. Αυτό δεν μπορεί να είναι ασφαλές. Ακόμα και αν αυτός που λέει το μυστικό σας πει ότι είναι ασφαλές, ή ότι σας αγαπάει, αν το μυστικό μπορεί να προκαλέσει κάποιο πρόβλημα, να σε απομακρύνει από έναν **έμπιστο ενήλικα**, ή να σε κάνει να νιώσεις **άβολα**, τότε δεν μπορεί να είναι ασφαλές.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ: Οι **πονηροί άνθρωποι** έρχονται πολλές φορές απρόσκλητοι ακόμα κι αν ήδη τους γνωρίζεις. Δεν σου είναι πάντα άγνωστοι. Μπορεί να είναι ένα οικείο πρόσωπο που ήδη γνωρίζεις, όπως ένα μέλος της οικογένειας ή ένας οικογενειακός φίλος. Οποιοσδήποτε μπορεί να γίνει **πονηρός**. Ένα **πονηρό** άτομο σε ενθαρρύνει να κρατήσεις κρυφά **επικίνδυνα μυστικά** και σου λέει να μην τα πεις σε κανέναν. Τα **επικίνδυνα** αυτά **μυστικά** μπορεί να σε κάνουν να νιώσεις **άβολα** ή πληγώσουν εσένα ή κάποιον άλλον.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τα παρακάτω σενάρια και τις αντίστοιχες ερωτήσεις και ζητήστε και πάλι από τα παιδιά να απαντήσουν. Ζητήστε από τα παιδιά να σηκωθούν όρθια αν πιστεύουν ότι στο σενάριο υπάρχει ένα **ασφαλές μυστικό**, ή πείτε τους να βάλουν τα χέρια στο κεφάλι τους αν πιστεύουν ότι υπάρχει ένα **επικίνδυνο μυστικό** στο σενάριο.

ΑΣΦΑΛΗ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΑ ΜΥΣΤΙΚΑ: ΣΕΝΑΡΙΑ

Σενάριο 1: Ο Κωνσταντίνος ρωτάει την μαμά του αν μπορούν να φτιάξουν ένα κέικ για τον παππού του, αλλά ότι θέλει να είναι έκπληξη.

Ερώτηση 1: Αυτό είναι ένα **ασφαλές** ή **επικίνδυνο μυστικό**; Δικαιολογήστε την κάθε απάντηση.

Ενδεικτική απάντηση: **Ασφαλές μυστικό**. Ο Κωνσταντίνος θέλει να οργανώσει μια όμορφη έκπληξη στον παππού του, για να τον ευχαριστήσει.

Σενάριο 2: Η Αναστασία και η μικρή της αδερφή ακούνε τους γονείς τους να μαλώνουν. Βλέπουν τον μπαμπά τους να σπρώχνει την μαμά τους με δύναμη, κι εκείνη να φοβάται. Τρέχουν στο δωμάτιο τους. Η Αναστασία λέει στην μικρή της αδερφή ότι δεν πρέπει να πούνε τίποτα σε κανέναν.

Ερώτηση 2: Αυτό είναι ένα **ασφαλές** ή ένα **επικίνδυνο μυστικό**; Γιατί;

Ενδεικτικές απαντήσεις: **Επικίνδυνο μυστικό**. Η Αναστασία και η αδερφή της φοβούνται πως η μαμά τους μπορεί να πληγωθεί. Να θυμάστε ότι ένα **επικίνδυνο μυστικό** μπορεί να σας κάνει να νιώσετε **άβολα** ή να πληγώσει είτε εσάς είτε κάποιον άλλον.

Σενάριο 3: Η Μία ένιωθε λίγο στεναχωρημένη τον τελευταίο καιρό. Οι καλύτεροι της φίλοι ο Γιάννης και η Εύα ήταν κοντά της για να την κάνουν να νιώσει καλύτερα. Της έφτιαξαν μια κάρτα, της αγόρασαν ζαχαρωτά και τα έκρυψαν στο σακίδιο της. Ένας άλλος φίλος πέρασε από μπροστά και τους ρώτησε τι κάνουν. Του εξήγησαν ότι κάνουν έκπληξη στην Μία αγοράζοντας της μια κάρτα και ζαχαρωτά, αλλά ότι έπρεπε να το κρατήσει μυστικό.

Ερώτηση 3: Είναι αυτό ένα **ασφαλές** ή ένα **επικίνδυνο** μυστικό; Γιατί;

Ενδεικτικές απαντήσεις: **Ασφαλές μυστικό.** Ο Κωνσταντίνος και η Εύα προσπαθούν να φτιάξουν το κέφι της φίλης τους της Μία.

Σενάριο 4: Η Χαρά έπαιζε με τους φίλους της, όταν είδε μελανιές και χτυπήματα στα χέρια και τα πόδια της φίλης της. Όταν η Χαρά ρώτησε την φίλη της τι βαθμούς πήρε, εκείνη τρόμαξε και της είπε “Σε παρακαλώ μην το πεις σε κανένα! Ο μπαμπάς μου εκνευρίζεται και μερικές φορές με χτυπάει”.

Ερώτηση 4: Πιστεύεις ότι αυτό είναι ένα **ασφαλές** ή ένα **επικίνδυνο** μυστικό; Γιατί;

Ενδεικτικές απαντήσεις: **Επικίνδυνο μυστικό.** Είναι **επικίνδυνο** μυστικό επειδή η φίλη της δέχεται βίαιη συμπεριφορά από τον μπαμπά της. Αν αναφέρει το περιστατικό που παρατήρησες ή άκουσες σε κάποιον ενήλικα, ίσως βοηθήσει στο να σταματήσει η κακομεταχείριση της φίλης σου και τελικά να βοηθηθεί ολόκληρη η οικογένειά της.

Σενάριο 5: Η Αμίνα έφτιαξε μία ξεχωριστή κάρτα για τη μητέρα της στο σχολείο, και είπε την αδελφή της, “Μην πεις τίποτα στη μαμά, εντάξει? Θέλω να της κάνω εγώ την έκπληξη”.

Ερώτηση 5: Πιστεύεις ότι αυτό είναι ένα **ασφαλές** ή **επικίνδυνο** μυστικό; Γιατί;

Ενδεικτικές απαντήσεις: **Ασφαλές μυστικό.** Είναι **ασφαλές** μυστικό επειδή είναι για την μητέρα της για μία ξεχωριστή περίπτωση και τελικά όλοι θα μάθουν για την μυστική κάρτα όταν η Αμίνα κάνει την έκπληξη στην μαμά της.

Σενάριο 6: Ένα μέλος από την οικογένειά της Ερίνα τράβηξε μία ακατάλληλη φωτογραφία της (π.χ. φωτογραφίες από την ευαίσθητη περιοχή της). Της είπε: “Αν δεν πεις τίποτα σε κανέναν για τη φωτογραφία, τότε θα σου αγοράσω όποιο παιχνίδι θέλεις, εντάξει;”

Ερώτηση 6: Πιστεύεις ότι αυτό είναι ένα **ασφαλές** ή **επικίνδυνο** μυστικό; Γιατί;

Ενδεικτικές απαντήσεις: **Επικίνδυνο μυστικό.** Είναι **επικίνδυνο μυστικό** επειδή κανένας δεν πρέπει να τραβάει φωτογραφίες από τα ιδιωτικά μέρη του σώματος σας. Ο θείος της της ζητάει να μην πει κάτι σε κανέναν γιατί γνωρίζει ότι είναι λάθος και παράνομο.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ: Σήμερα μάθαμε ότι υπάρχουν **ασφαλή** και **επικίνδυνα μυστικά**. Επίσης μάθαμε ότι **πονηροί άνθρωποι** δεν είναι μόνο ξένοι, αλλά μπορεί να είναι και γνωστά άτομα τα οποία είναι **επικίνδυνα**. **Πονηρά και επικίνδυνα άτομα** συχνά μπορούν να σου υποσχεθούν ότι θα σου δώσουν ένα δώρο εάν δεν πεις τίποτα σε κανέναν και κρατήσεις το μυστικό τους. Μερικές φορές ένα **επικίνδυνο μυστικό** είναι όταν παρατηρείς κάτι το οποίο είναι επικίνδυνο ή βλαβερό για κάποιο άλλο άτομο και αποφασίζεις να το κρατήσεις μυστικό. Για παράδειγμα, αν δεις κάποιον να τραυματίζεται επειδή κάποιος άλλος τον σπρώχνει, τον χτυπά ή πετάει κάτι προς αυτόν, και νιώθεις πολύ φοβισμένος να το πεις σε κάποιο **ενήλικα που εμπιστεύεσαι**.

ΔΡΑΣΗ: Διαβάστε δυνατά τις σελίδες 5-7 του βιβλίου “Μένουμε ασφαλείς : Η ιστορία” όπου ο Νίκος ξανά-φέρεται πονηρά. Πείτε στα παιδιά να ακούσουν την ιστορία ενώ ταυτόχρονα κοιτάνε τις εικόνες προσεκτικά ώστε να παρατηρήσουν εάν μπορούν, γιατί ο Νίκος φέρεται πονηρά. Καθώς διαβάζετε την ιστορία, σταματήστε μετά από κάθε σελίδα και πείτε : “Σε αυτό το σημείο ο Νίκος φέρεται πονηρά.” Πείτε στα παιδιά να επαναλάβουν τη φράση “ Όχι, όχι. Ο Νίκος είναι πονηρός!” Συνεχίστε να εξηγείτε τους λόγους γιατί ο Νίκος φέρεται πονηρά χρησιμοποιώντας τις επεξηγήσεις από τον παρακάτω πίνακα.

Σελίδα #	Επεξήγηση
5	Η Μαρία δεν γνωρίζει τον Νίκο. Της είναι άγνωστος. Ο Νίκος είναι ένας επικίνδυνος ενήλικας . Ο Νίκος δεν γνωρίζει την Μαρία. Φέρεται πονηρά επειδή είναι ένας ενήλικας που ζητάει από ένα παιδί να παίξει μαζί του όταν οι γονείς της δεν είναι τριγύρω.
6	Ο Νίκος φέρεται πονηρά επειδή προσποιείται ότι είναι φιλικός. Λέει στην Μαρία ότι είναι καλός στο ποδόσφαιρο και ακουμπάει το πρόσωπό της χωρίς την συγκατάθεσή της. Η Μαρία νιώθει άβολα , αλλά ο Νίκος γελάει.
7	Ο Νίκος ρωτάει την Μαρία εάν θέλει να πάει μαζί του στο πάρκο που είναι δίπλα στο το σπίτι του, και της προσφέρει μία καινούργια μπάλα ποδοσφαίρου. Φέρεται πονηρά επειδή γνωρίζει ότι δεν επιτρέπεται στη Μαρία να πάει, αλλά συνεχίζει να της το προτείνει λέγοντας της να το κρατήσει μυστικό. Οι πονηροί και οι επικίνδυνοι ενήλικοι δεν αποτελούν μέρος του ασφαλούς κύκλου σου, οπότε, δεν θα έπρεπε να σου ζητάνε να πας οπουδήποτε μαζί τους. Αν κάποιος σου ζητήσει να κάνεις κάτι που ξέρεις ότι δεν επιτρέπεται να κάνεις, τότε αυτό το άτομο είναι πονηρό .

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από τα παιδιά να απαντήσουν σύμφωνα με την ιστορία και τους χαρακτήρες.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΤΟΥ ΒΙΒΛΙΟΥ “ΜΕΝΟΥΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ: Η ΙΣΤΟΡΙΑ”
Ερώτηση 1: Πιστεύετε ότι ο Νίκος ήταν γνωστός ή άγνωστος για τη Μαρία; Απάντηση: Ο Νίκος ήταν άγνωστος. Ερώτηση 2: Πιστεύετε ότι ο Νίκος ήταν φιλικός ή πονηρός; Απάντηση: Ο Νίκος ήταν πονηρός. Ερώτηση 3: Τι έκανε ο Νίκος και τον θεωρούμε πονηρό; Ενδεικτικές απαντήσεις: Ο Νίκος μπροσπαθούσε να εξαπατήσει την Μαρία ώστε να τον εμπιστευθεί και να τον ακολουθήσει στο πάρκο, χωρίς κάποιον ενήλικα της εμπιστοσύνης της. Ακόμα και όταν η Μαρία είπε “όχι”, αυτός εξακολουθούσε να την δελεάζει με ένα δώρο και να της ζητάει να το κρατήσει μυστικό.

Ερώτηση 4: Τι θα πρέπει να κάνετε εσείς αν παρατηρήσετε μια παρόμοια επικίνδυνη κατάσταση;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Να το αναφέρουμε σε έναν **έμπιστο ενήλικα** από τον **ασφαλή κύκλο** μας. Αυτό επίσης σημαίνει ότι θα μπορούσαμε να το πούμε και σε έναν **ασφαλή άγνωστο**, όπως έκανε η Μαρία όταν έτρεξε στη μητέρα με το παιδί.

Επιπλέον Ερώτηση: Ποιος μπορεί να πει ένα **επικίνδυνο μυστικό**;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ο καθένας μπορεί να πει ένα **επικίνδυνο μυστικό**, παρόλα αυτά, αν είσαι ένα **έμπιστο** και **ασφαλές άτομο**, δεν θα πεις **επικίνδυνα μυστικά**.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ: Υπενθυμίστε στα παιδιά ότι τα ασφαλή μυστικά θα πρέπει να κρατηθούν μονάχα για ένα μικρό χρονικό διάστημα και αργότερα θα μπορούν να είναι σε θέση να τα πουν σε τρίτους. Παρόλα αυτά, τα **επικίνδυνα μυστικά** μπορεί να έχουν να κάνουν με κάτι που μπορεί να βλάψει εσένα ή κάποιον άλλον και δεν θα πρέπει να τα κρατάμε κρυφά. Ένα **επικίνδυνο μυστικό**, δεν είναι μονάχα κάτι που κάποιος άλλος σου λέει. Μπορεί να είναι μια πληροφορία που ένα άτομο από μόνο του αποφασίζει να το κρατήσει μυστικό, σχετικά με κάτι που έχει δει και που θα μπορούσε να είναι επικίνδυνο ή βλαβερό για κάποιο άλλο άτομο. Κάτι τέτοιο θα μπορούσε να είναι κάποιος που εκβιάζεται ή πληγώνεται και να είναι πάρα πολύ φοβισμένος να το πει σε κάποιον.

Μοιράστε κόλλες Α4 και υλικά ζωγραφικής. Ζητήστε από τα παιδιά να ζωγραφίσουν δύο (ή περισσότερους) **έμπιστους ενήλικες** στους οποίους μπορούν να πάνε και να τους μιλήσουν όταν δουν κάτι επικίνδυνο ή βλαβερό να συμβαίνει σε κάποιο άλλο άτομο.

ΕΝΟΤΗΤΑ 3: ΕΠΙΘΥΜΗΤΟ ΚΑΙ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΟ ΑΓΓΙΓΜΑ

5ο ΜΕΡΟΣ - ΑΣΦΑΛΕΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟ ΑΓΓΙΓΜΑ

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ ΥΛΙΚΟ	ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΙ ΟΡΙΣΜΟΙ
- Βιβλίο “Μένουμε Ασφαλείς: Η ιστορία” - Χαρτί, ασπροπίνακα ή παρόμοιο - Ασφαλές και Επικίνδυνο Άγγιγμα - Κάρτες Εικόνων (Παράρτημα Ζ) - Ασφαλείς και Επικίνδυνες Λέξεις (Παράρτημα Η) - Κηρομπογιές ή πηλός - Δραστηριότητα Γραμμής Βοήθειας (Παράρτημα Θ)	Ασφαλές Άγγιγμα: ένα θετικό άγγιγμα που κάνει το άτομο να νιώθει ότι το νοιάζονται, ότι είναι σημαντικό και να νιώθει ασφαλές Επικίνδυνο Άγγιγμα: κρυφό και αρνητικό άγγιγμα που κάνει το άτομο να νιώθει άβολα ή ότι βλάπτεται Ανεπιθύμητο Άγγιγμα: κάποιος σε αγγίζει είτε με έναν ασφαλή ή με έναν μη-ασφαλή τρόπο, χωρίς την άδειά σου Επιθυμητό Άγγιγμα: ένα θετικό άγγιγμα που κάνει ένα άτομο να νιώθει ότι το νοιάζονται, ότι είναι σημαντικό, νιώθει ασφαλές και έχει γίνει με την άδειά σου

6ο ΜΕΡΟΣ - ΑΣΦΑΛΗ ΣΩΜΑΤΙΚΑ ΟΡΙΑ

ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ ΥΛΙΚΟ	ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΙ ΟΡΙΣΜΟΙ
- Βιβλίο “Μένουμε Ασφαλείς: Η ιστορία” - Ανεπιθύμητο Άγγιγμα - Δραστηριότητα - Σελίδα Ζωγραφικής (Παράρτημα Ι) Προαιρετικά: - Κηρομπογιές	Προσωπικά Σωματικά Όρια: ο χώρος που περιτριγυρίζει ολόκληρο το σώμα ενός ατόμου, στον οποίο συμπεριλαμβάνονται και τα ιδιωτικά μέρη του σώματος Προσωπικός Χώρος: το μέγεθος του χώρου που χρειάζεσαι ανάμεσα στον εαυτό σου και τους άλλους για να νιώθεις άνετα και ότι είσαι στο δικό σου χώρο Ιδιωτικά μέρη του σώματος: τα μέρη του σώματος ενός ατόμου τα οποία καλύπτονται από τα εσώρουχα ή τα μαγιώ Σεβασμός: να τιμάς κάτι ή κάποιον ως σημαντικό και ότι έχει αξία

ΠΕΙΤΕ: Τα παιδιά έχουν πολλά διαφορετικά δικαιώματα. Σε αυτά συμπεριλαμβάνονται το να πηγαίνουν σχολείο και να λαμβάνουν εκπαίδευση και να έχουν την δυνατότητα να είναι ασφαλή και να παίζουν με τους φίλους τους. Επίσης έχουν το δικαίωμα να είναι ασφαλή, κάτι που σημαίνει ότι έχουν το δικαίωμα να λένε όχι στο **ανεπιθύμητο άγγιγμα**. Σήμερα, θα μάθουμε περισσότερα για το σώμα μας σας και για το τι είναι **ασφαλές και επικίνδυνο άγγιγμα**. **Ασφαλές άγγιγμα** είναι ένα **επιθυμητό άγγιγμα** γιατί γίνεται με την άδειά σου. Ένα **επιθυμητό άγγιγμα**, όπως μια αγκαλιά από τη μαμά ή ένα φιλή στο μάγουλο από τη γιαγιά, είναι ένα θετικό άγγιγμα που σε κάνει να νιώθεις ότι είσαι αγαπητός, ότι σε νοιάζονται, νιώθεις άνετα και ασφαλή.

Όμως, ένα **επικίνδυνο άγγιγμα** μπορεί να σε κάνει να νιώσεις **άβολα**, να φοβηθείς ή να πληγωθείς. Οι άλλοι ενήλικες δεν θα πρέπει να αγγίζουν ή να δουν τα ιδιωτικά μέρη του σώματος σας. Τα ιδιωτικά μέρη του σώματος μας δεν είναι παιχνίδι. Το **ανεπιθύμητο άγγιγμα** συμβαίνει όταν κάποιος σε αγγίζει είτε με κάποιον ασφαλή ή επικίνδυνο τρόπο, χωρίς την άδειά σου. Έχεις το δικαίωμα να πεις “όχι” αν κάποιος εξακολουθεί να σε αγγίζει ή σου ζητά να τον αγγίξεις κάτω από το εσώρουχό του. Αν κάποιος εξακολουθεί να αγγίζει τα ιδιωτικά μέρη του σώματος σου (με ή χωρίς την άδειά σου) ή σου ζητά να αγγίξεις τα **ιδιωτικά μέρη του σώματος σου**, αυτό αποτελεί ένα ανεπιθύμητο και επικίνδυνο άγγιγμα, και θα πρέπει να το πεις σε έναν **έμπιστο ενήλικο** από τον **ασφαλή κύκλο** σου!

ΔΡΑΣΗ: Βάλτε τα παιδιά να εξασκηθούν στην επανάληψη της παρακάτω δήλωσης σχετικά με το σώμα τους στο να λένε “όχι” με έναν ευγενικό, αλλά, αποφασιστικό τόνο φωνής.

- Δήλωση: “Το σώμα μου, μου ανήκει”
- Υπαδείγματα Δηλώσεων “Όχι”: “Όχι, μη με αγγίζεις.” “Σταμάτα, δεν θέλω να με αγγίζεις έτσι.”

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από τα παιδιά να απαντήσουν.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΟΥ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΥ ΑΓΓΙΓΜΑΤΟΣ

Ερώτηση 1. Πώς μοιάζει ένα **επιθυμητό ή ασφαλές άγγιγμα**;

Υπόδειγμα απαντήσεων: Ένα **ασφαλές άγγιγμα** κάνει το άτομο να νιώθει ότι το νοιάζονται και νιώθει άνετα. Ένα **επιθυμητό άγγιγμα** είναι ένα θετικό άγγιγμα και είναι καλό και γίνεται με την άδεια.

Ερώτηση 2. Τι είναι ένα **ανεπιθύμητο ή επικίνδυνο άγγιγμα**;

Υπόδειγμα απαντήσεων: Ένα **επικίνδυνο άγγιγμα** μπορεί να είναι κρυφό ή να με κάνει να νιώθω **άβολα**. Ένα **επικίνδυνο άγγιγμα** μπορεί να με βλάψει. Ένα **ανεπιθύμητο άγγιγμα** είναι ένα άγγιγμα που δεν το θέλησα. Ένα άγγιγμα για το οποίο δεν έχω συναινέσει.

Επιπλέον Ερώτημα: Έχεις το δικαίωμα να πεις όχι σε ένα **ανεπιθύμητο ή επικίνδυνο άγγιγμα**; Γιατί ναι ή γιατί όχι;

Υπόδειγμα απάντησης: Ναι, το σώμα μου, μου ανήκει και δεν ανήκει σε κάποιον άλλο.

ΠΕΙΤΕ: Κάθε μέρα αλληλεπιδρούμε με πολλούς διαφορετικούς ανθρώπους και μερικές φορές αυτές οι αλληλεπιδράσεις μπορεί να περιλαμβάνουν διαφορετικά είδη αγγίγματος. Υπάρχουν πολλά παραδείγματα καλοδεχόμενων και **ασφαλών αγγιγμάτων**. Όμως, δεν αποτελούν όλα τα παραδείγματα ένα **επιθυμητό άγγιγμα** και είναι σημαντικό να κατανοήσουμε τη διαφορά.

ΚΑΝΤΕ: Δείξτε τις Κάρτες Εικόνων για το Ασφαλές και Επικίνδυνο Άγγιγμα (Παράρτημα Ζ) από τη λίστα. Βάλτε τα παιδιά να καθορίσουν ποια από αυτά είναι ασφαλή και ποια επικίνδυνα, χρησιμοποιώντας τις χειρονομίες για να ανταποκριθείτε στα παραδείγματα. Αν τα παιδιά σκεφτούν ότι το παράδειγμα είναι ένα παράδειγμα ενός **ασφαλούς αγγίγματος**, βάλτε τους να κάνουν τη χειρονομία με τον σηκωμένο αντίχειρα (όλα καλά). Αν σκεφτούν ότι είναι ένα **επικίνδυνο άγγιγμα**, βάλτε τους να κάνουν ένα “x” με τους πήχεις τους.

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΑΓΓΙΓΜΑΤΟΣ	ΥΠΟΔΕΙΓΜΑΤΑ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΥ/ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΟΥ ΑΓΓΙΓΜΑΤΟΣ
- Μια αγκαλία ή ένα χέρι γύρω από τους ώμους που παρηγορεί, που προέρχεται από κάποιον που εμπιστεύεσαι - Απαλό χτύπημα στη πλάτη ή “κόλλα το” - Η βοήθεια προς κάποιον να γίνει καλύτερα στην υγεία του με το να κάνεις μια ένεση με φάρμακο ή να βγάλεις μια ακίδα - Ένας γονιός ή φροντιστής που κάνει μπάνιο ένα άλλο άτομο για να είναι καθαρό - Το να χτυπάς απαλά την πλάτη ενός φίλου σου σε ένα παιχνίδι που εμπλέκει κυνηγητό με άγγιγμα - Το να δώσεις σε κάποιον στο σπίτι σου μια αγκαλιά και ένα φιλί όταν ξυπνάς το πρωί ή πριν πας το βράδυ για ύπνο - Ενήλικοι που κάνουν χειραψία ο ένας με τον άλλο για να χαιρετηθούν ή όταν συμφωνούν σε κάτι	- Χτύπημα - Γροθιά - Σπρώξιμο - Τσίμπημα - Άρπαγμα - Κλωτσιά - Δάγκωμα - Ανεπιθύμητο γαργάλημα (το οποίο συνεχίζεται και μετά που έχεις πει “όχι” ή “στοπ”) - Το να κάθεσαι πάνω ή κοντά στα πόδια/αγκαλιά ενός ξένου ή πονηρού/επικίνδυνου ατόμου

Προαιρετικά: Εκτυπώστε τις Ασφαλείς και Επικίνδυνες Λέξεις (Παράρτημα Η). Βάλτε την κάθε λέξη σε αντίθετες μεριές στο δωμάτιο. Ζητήστε από τα παιδιά να σταθούν στο κέντρο του δωματίου, καθώς κρατάτε ψηλά τις Κάρτες Εικόνων για το Ασφαλές και Επικίνδυνο Άγγιγμα (Παράρτημα Θ). Καθώς κρατάτε ψηλά την εικόνα, πείτε στα παιδιά τι είναι η εικόνα αυτή και ζητήστε τους να αποφασίσουν σε ποια πλευρά του δωματίου πιστεύουν ότι η εικόνα αυτή ανήκει (είτε στη πλευρά για το ασφαλές ή για το επικίνδυνο). Περπατήστε προς αυτή την πλευρά (π.χ. το “κόλλα το” είναι **ασφαλές άγγιγμα**).

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από τα παιδιά να απαντήσουν.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΟΥ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΥ ΑΓΓΙΓΜΑΤΟΣ

Ερώτηση 1: Ποια είναι η διαφορά ανάμεσα στο **ασφαλές άγγιγμα** και στο **επικίνδυνο/ανεπιθύμητο άγγιγμα**;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ένα **ασφαλές άγγιγμα** κάνει το άτομο να νιώθει ότι το νοιάζονται. Ένα **επικίνδυνο άγγιγμα** κάνει το άτομο να νιώθει λύπη, ότι κινδυνεύει, ή **άβολα**.

Ερώτηση 2: Υπάρχουν **ασφαλή αγγίγματα** που να είναι **ανεπιθύμητα**; Γιατί ναι ή γιατί όχι;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Ναι, μια **ανεπιθύμητη** αγκαλιά που κάνει το άτομο να νιώθει **άβολα**, ακόμα και αν προέρχεται από κάποιον που γνωρίζει, είναι ένα μη-ασφαλές άγγιγμα.

Επιπλέον Ερώτημα: Τι κάνεις αν κάποιος από το σχολείο, που είναι **ανεπιθύμητος και πονηρός**, προσπαθεί να σε αγγίξει όταν δεν είναι κανείς γύρω σου;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Χρειάζεται να μιλήσω σε κάποιον **έμπιστο ενήλικο** από τον **ασφαλή κύκλο** μου, όπως τον δάσκαλό μου ή να ζητήσω να καλέσω τον γονιό ή κηδεμόνα μου και να τους ενημερώσω για το τι έγινε στο σχολείο.

ΕΞΗΓΗΣΤΕ: Αν κάποιος σε έχει αγγίξει στα ιδιωτικά μέρη του σώματος σου, μπορείς πάντοτε να μιλήσεις σε κάποιον από τον **ασφαλή κύκλο** σου. Οι **έμπιστοι ενήλικες** θέλουν να είναι βέβαιοι ότι είσαι ασφαλής και θέλουν να σε βοηθήσουν. Ας δούμε τρεις τρόπους που μπορεί κανείς να **ΔΡΑΣΕΙ** αν κάποιος σε κάνει να νιώθεις **άβολα** ή σε αγγίζει με έναν **επικίνδυνο** τρόπο.

- **Απέφυγε το άτομο.** Κάνε ότι μπορείς να μη μείνεις μόνος με το άτομο που κάνει το **επικίνδυνο άγγιγμα**. Αν δεν μπορείς να αποφύγεις το άτομο γιατί είναι μέλος της οικογένειά σου ή φίλος της οικογένειάς σου, τότε πέρνα κατευθείαν στην τελευταία δράση και μίλα σε έναν **έμπιστο ενήλικο**.
- **Κάλεσε σε βοήθεια.** Πες “όχι” και τρέξε μακριά για να βρεις βοήθεια.
- **Μίλησε σε έναν έμπιστο ενήλικο.** Μοιράσου τι έγινε και πες τους για τα ιδιωτικά μέρη του σώματος στα οποία σε άγγιξαν.

ΚΑΝΤΕ: Βάλτε τα παιδιά να ακούσουν τα παρακάτω πιθανά σενάρια και αφήστε τους να εκφράσουν αν πιστεύουν ότι το άγγιγμα ήταν ή δεν ήταν σωστό. Βάλτε τα να σας επιδείξουν με χειρονομίες (π.χ. ασφαλές = αντίχειρες ψηλά, μη-ασφαλές = σταυρώστε (X) τους πύχεις σας).

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τα παρακάτω παραδείγματα και αν η δήλωση “είναι σωστή” ή “δεν είναι σωστή”, ζητήστε από τα παιδιά να ανταποκριθούν με μια δράση που μπορούν να κάνουν από τη λίστα **ΑΚΜ** (**Α**πέφυγε το άτομο, **Κ**άλεσε σε βοήθεια, **Μ**ίλησε σε έναν έμπιστο ενήλικο).

ΑΚΜ: ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ

Δήλωση 1: Όταν αγκαλιάζεις κάποιον που εμπιστεύεσαι και σε κάνει να νιώθεις άνετα.

Χειρονομία: Είναι εντάξει = Αντίχειρες ψηλά

Δήλωση 2: Όταν ένας **έμπιστος ενήλικος** που είναι από τον **ασφαλή κύκλο** σου, σε βοηθάει να κάνεις μπάνιο για να είσαι καθαρός.

Χειρονομία: Είναι εντάξει = Αντίχειρες ψηλά

Δήλωση 3: Όταν νιώθεις **άβολα** με κάποιον που σε αγγίζει.

Χειρονομία: Δεν είναι εντάξει = Σταύρωσε τους πύχεις σου σχηματίζοντας ένα "X"

Επιπλέον ερώτημα: Ποιο βήμα θα ακολουθήσεις από το **ΑΚΜ**;

Υπόδειγμα απαντήσεων: Μπορώ να αποφύγω το άτομο. Μπορώ να μιλήσω σε κάποιον **έμπιστο ενήλικα**.

Δήλωση 4: Όταν κάποιος αγγίζει τα **ιδιωτικά μέρη** του σώματος σου.

Χειρονομία: Δεν είναι εντάξει = Σταύρωσε τους πύχεις σου κάνοντας το "X"

Επιπλέον ερώτημα: Ποιο βήμα θα ακολουθήσεις από το **ΑΚΜ**;

Υπόδειγμα απαντήσεων: Μπορώ να καλέσω βοήθεια, μπορώ να μιλήσω σε κάποιον **έμπιστο ενήλικα**.

Δήλωση 5: Όταν κάποιος βλάπτει κάποιον με το να τον χτυπάει ή να τον κλωτσάει.

Χειρονομία: Δεν είναι εντάξει = Σταύρωσε τους πύχεις σου κάνοντας το "X"

Επιπλέον ερώτημα: Ποιο βήμα θα ακολουθήσεις από το **ΑΚΜ**;

Υπόδειγματα απαντήσεων: Μπορώ να καλέσω σε βοήθεια, μπορώ να μιλήσω σε κάποιον **έμπιστο ενήλικα**.

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ: Βάλτε τα παιδιά να χρωματίσουν στην σελίδα της γραμμής βοήθειας στο πίσω μέρος του βιβλίου ή χρησιμοποιήστε τη Δραστηριότητα Γραμμής Βοήθειας στο Παράρτημα Θ. Αφού τελειώσουν τον χρωματισμό, προσκαλέστε τα παιδιά να περιγράψουν τους αριθμούς της γραμμής βοήθειας, χρησιμοποιώντας όλο τους το σώμα, τα χέρια τους. Μπορείτε επίσης να τους βάλετε να πλάσσουν τα νούμερα με πηλό, έτσι ώστε να τα βοηθήσετε να απομνημονεύσουν τον αριθμό της γραμμής.

Σημείωση: Είναι σημαντικό να χρησιμοποιείτε λέξεις που είναι κατάλληλες για τα παιδιά σας. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τα σωστά ανατομικά ονόματα της **ιδιωτικής περιοχής** του σώματος σου, αρκεί αυτό να προβλέπεται από τη διαδικασία του σχολείου ή του οργανισμού σας.

ΠΕΙΤΕ: Σήμερα θα μάθουμε σημαντικούς κανόνες ασφαλείας που αφορούν το πως να διατηρούμε ασφαλή τα σώματά μας. Τα μέλη του σώματος που καλύπτονται από εσώρουχα και μαγιώ είναι τα **ιδιωτικά μέρη** του σώματος σου, και αν κάποιος σε αγγίξει εκεί ή σε αναγκάσει να αγγίξεις τον ίδιο εκεί, αυτό είναι ένα **μη-ασφαλές άγγιγμα**. Θυμήσου ότι ο **προσωπικός σου χώρος** είναι σα να έχεις ένα στεφάνι/Χούλα Χουπ γύρω σου.

ΔΡΑΣΗ: Βάλτε τα παιδιά να απλώσουν τα χέρια τους και να προσποιηθούν ότι το στεφάνι είναι τριγύρω τους, για να δημιουργήσει το **προσωπικό τους χώρο**. Θυμήστε τους ότι αυτός είναι το **προσωπικό τους σωματικό όριο**.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διάβασε τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από τα παιδιά να απαντήσουν.

ΠΡΟΣΩΠΙΚΑ ΣΩΜΑΤΙΚΑ ΟΡΙΑ - ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Ερώτηση 1: Γιατί είναι σημαντικοί οι κανόνες ασφαλείας;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Οι κανόνες ασφαλείας μπορούν να με βοηθήσουν να παραμείνω **ασφαλής από το επικίνδυνο άγγιγμα**.

Ερώτηση 2: Που βρίσκεται το **προσωπικό σου σωματικό όριο**;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Το **προσωπικό μου σωματικό όριο** μπορεί να είναι ο χώρος που περικυκλώνει το σώμα μου και τα **ιδιωτικά μέρη** του σώματος μου.

ΠΕΙΤΕ: Θα μάθουμε τρεις κανόνες ασφαλείας για το **προσωπικό σωματικό όριο**.

Κανόνας #1: Το σώμα μου, μου ανήκει.

Σε κανέναν άλλο. Κάποιες φορές άτομα από τον **ασφαλή σου κύκλο** θα βοηθήσουν στο να φροντίσουν εσένα και το σώμα σου (π.χ. να σε πλύνουν όταν κάνεις το μπάνιο σου, να σε βοηθήσουν να πας στη τουαλέτα όταν το χρειάζεσαι ή να σε βοηθήσουν να ντυθείς). Οι **πονηροί και επικίνδυνοι άνθρωποι** δεν θα πρέπει ποτέ να βρίσκονται μέσα στα **προσωπικά σωματικά σου όρια**. Αυτός είναι ο **προσωπικός σου χώρος**.

Κανόνας #2: Το επικίνδυνο άγγιγμα δεν είναι σωστό.

Αν κάποιος ποτέ σε τσιμπήσει, σε αγγίξει, σε γαργαλήσει ή σε αρπάξει από τα **ιδιωτικά μέρη του σώματος σου**, ή φέρει πολύ κοντά στο σώμα σου τα **ιδιωτικά μέρη** του σώματος του, αυτό αποτελεί **μη-ασφαλές άγγιγμα**. Πάντοτε να το λες σε κάποιον που είναι μέσα στον **ασφαλή σου κύκλο**! Αν αυτό το κάνει κάποιος που είναι μέσα στον **ασφαλή σου κύκλο** όπως η μαμά σου, ο μπαμπάς σου, ο θείος, η θεία, η γιαγιά ή ο παππούς, τότε θα πρέπει να το πεις στον δάσκαλό σου ή σε έναν αστυνομικό. Αν αυτό το κάνει κάποιος από τον **ασφαλή σου κύκλο** όπως ο δάσκαλός σου ή ένας αστυνομικός, τότε πρέπει να το πεις σε κάποιον άλλο μέσα από τον **ασφαλή σου κύκλο**.

Κανόνες #3: Τα επικίνδυνα μυστικά δεν είναι ασφαλή.

Κανένας δεν θα πρέπει να τραβάει φωτογραφίες ή βίντεο τα ιδιωτικά μέρη του σώματος σου. Αν κάποιος ποτέ τραβήξει φωτογραφίες ή αγγίξει **τα ιδιωτικά μέρη του σώματος σου** και σου ζητάει να το κρατήσεις μυστικό, αυτό είναι ένα **επικίνδυνο μυστικό**. Φρόντισε να μιλήσεις σε κάποιον από τον **ασφαλή κύκλο** σου αμέσως.

KANTE: Βάλτε τα παιδιά να τραγουδίσουν το τραγούδι και να εφαρμόσουν τους Κανόνες Ασφαλείας των Προσωπικών Σωματικών Ορίων.

Δράση για τον Κανόνα #1. Το σώμα μου, μου ανήκει!

Τα παιδιά, καθώς τραγουδούν την επωδή “Κανόνες νούμερο 1” κρατούν το ένα δάχτυλό τους ψηλά. Έπειτα, χτυπούν το σώμα τους με την παλάμη τους και λένε “Το δικό μου σώμα”. Τέλος, σχηματίζουν την χειρονομία “είναι εντάξει” και με τους δύο αντίχειρές τους και μετά τους τραβάνε ώστε να δείξουν το σώμα τους και λένε “μου ανήκει”.

Δράση για τον Κανόνα #2: Το επικίνδυνο άγγιγμα δεν είναι σωστό.

Τα παιδιά, καθώς τραγουδούν την επωδή “Κανόνες νούμερο 2” κρατούν τα δύο δάχτυλα τους ψηλά. Μετά κουνάνε τα χέρια τους την στιγμή που λένε “**επικίνδυνο άγγιγμα**”. Τέλος, τους βάζετε να σταυρώσουν τους πήχεις τους και να σχηματίσουν ένα “x” και λένε “δεν είναι σωστό”.

Κανόνες #3: Τα επικίνδυνα μυστικά δεν είναι καλά.

Τα παιδιά, καθώς τραγουδούν την επωδή “Κανόνες νούμερο 3” κρατούν τα τρία τους δάχτυλα ψηλά. Έπειτα βάζουν το δάχτυλό στα χείλη τους και κάνουν τον ήχο “σστ” καθώς λένε “**επικίνδυνο μυστικά**”. Τέλος, τους βάζετε να σταυρώσουν τους πήχεις τους και να σχηματίσουν ένα “x” λέγοντας “δεν είναι καλά”.

Κατ’ επιλογή: Βάλτε τα παιδιά να χρωματίσουν τη “Σελίδα ζωγραφικής”, στη δραστηριότητα από το ανεπιθύμητο άγγιγμα, του βιβλίου “Μένουμε Ασφαλείς: Η Ιστορία” ή χρησιμοποιήστε από το Παράρτημα - Ανεπιθύμητο Άγγιγμα - Δραστηριότητα: Σελίδα Ζωγραφικής.

ΡΩΤΗΣΤΕ: Διαβάστε τις παρακάτω ερωτήσεις και ζητήστε από τα παιδιά να τις απαντήσουν.

ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΙΚΟΥ ΟΡΙΟΥ

Ερώτηση 1: Ποιοι είναι οι τρεις Κανόνες Ασφαλείας του Προσωπικού Σωματικού Ορίου;

Ενδεικτικές απαντήσεις: 1) Το σώμα μου, μου ανήκει! 2) Το **επικίνδυνο άγγιγμα** δεν είναι σωστό. 3) Τα **επικίνδυνα μυστικά** δεν είναι καλά.

Ερώτηση 2: Γιατί είναι σημαντικοί οι κανόνες ασφαλείας του προσωπικού σωματικού ορίου;

Ενδεικτικές απαντήσεις: με βοηθούν να προστατεύσω το σώμα μου. Μαθαίνω να λέω όχι όταν νιώθω **άβολα** με κάποιο πρόσωπο ή κάποιο μέρος. Γνωρίζω ότι είναι καλό το να πάω και να μιλήσω σε κάποιον έμπιστο ενήλικο από τον **ασφαλή μου κύκλο**, αν ποτέ συμβεί κάτι τέτοιο.

Επιπλέον Ερώτημα: Ποια είναι τα σημάδια που δείχνουν ότι ίσως νιώθεις **άβολα** όταν κάποιος εισβάλλει στο προσωπικό σου σωματικό όριο;

Ενδεικτικές απαντήσεις: Όταν νιώθεις χτυποκάρδι, έχεις ιδρωμένες παλάμες, νιώθεις ανακατωμένο το στομάχι σου ή να θες να κάνεις εμετό, τότε ίσως αυτά είναι σημάδια ότι νιώθεις **άβολα**.

ΠΕΙΤΕ: Είναι σημαντικό να ξέρεις ότι το σώμα σου, σου ανήκει. Όταν κάτι ή κάποιος εισέρχεται μέσα στα **προσωπικά σου σωματικά όρια** και αρχίζεις να νιώθεις **άβολα**, έχεις το δικαίωμα να πεις κάτι σε κάποιον από τον **ασφαλή σου κύκλο**.

ΔΡΑΣΗ: Προσκαλέστε τα παιδιά να τραγουδίσουν και να κάνουν τις κινήσεις από την “Επωδό του Σώματός μου” που βρίσκεται παρακάτω, η οποία αντιπροσωπεύει μια διακήρυξη των **προσωπικών τους σωματικών ορίων**. Θυμήστε τους ότι κάθε μέλος του σώματός τους τούς ανήκει.

Η Επωδός του Σώματός μου

Αυτά είναι τα χέρια μου
 Αυτά είναι τα δάχτυλα στα πόδια μου
 Αυτή είναι η κοιλιά μου
 Και η κουνιστή μυτούλα μου
 Από τη κορυφή του κεφαλιού μου
 Πέρα από τα γόνατα, ως τα πόδια μου
 Αυτό είναι το σώμα **μου**
 Το σώμα μου είναι για μένα
 (Το όχι σημαίνει **όχι** και το σταμάτα σημαίνει **σταμάτα**)

ΡΩΤΗΣΤΕ: Ποιούς διαφορετικούς τρόπους μπορείς να σκεφτείς για να πεις όχι όταν νιώθεις ότι βρίσκεσαι σε μια επικίνδυνη κατάσταση;

Υποδείγματα απαντήσεων:

Όχι, ευχαριστώ!

Αποκλείεται

Όχι, όχι!

Όχι φίλε!

Όχι για μένα!

Κάτω τα χέρια σου!

Κάνε πίσω!

Δεν πρόκειται να γίνει αυτό!

Αρνητικό!

Δε νομίζω!

Για μένα είναι όχι!

Όχι, και αυτή είναι η τελική μου

απάντηση!

Σταμάτα εκεί που βρίσκεσαι!

Ο-Χ-Ι

Μμμ...όχι!

Μπα!

Δε νομίζω!

Ποτέ!

Όχι, αδελφέ!

Δεν είναι για μένα!

Πες τα αλλού!

ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ: Θυμήστε στα παιδιά ότι είναι “οκ” να πουν όχι σε κάποιον ενήλικο ή στον οποιονδήποτε, αν τύχει να τους ζητήσουν να κάνουν κάτι που τα κάνει να νιώθουν **άβολα**. Ζητήστε από τα παιδιά να προσθέσουν στην “Επωδό του Σώματός μου” δείχνοντας περισσότερα μέλη του σώματος από αυτά που ήδη χρησιμοποιούνται (π.χ. χέρια, δάχτυλα ποδιών, μύτη, κεφάλι και πόδια).

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ:

Ενότητα 1: Έμπιστοι και Πονηροί Άνθρωποι

1ο Μέρος - Μένουμε Ασφαλείς: Η ιστορία

- Ασφάλεια - Φωτεινός σηματοδότης (Παράρτημα Α) 35
- Ασφάλεια - Χρωματιστές κάρτες (Παράρτημα Β) 36
- Μένουμε ασφαλείς: Η ιστορία - Εικόνες χαρακτήρων (Παράρτημα Γ) 37

2ο Μέρος - Ασφαλής Κύκλος

- Ασφαλής Κύκλος - Πρότυπο χεριού (Παράρτημα Δ) 43

Ενότητα 2: Ασφαλής και Επικίνδυνη Επικοινωνία

3ο Μέρος - Άγνωστοι: Ποιος είναι Ασφαλής και ποιος είναι Επικίνδυνος;

- Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χαρακτήρων (Παράρτημα Ε) 44
- Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χρωματισμού χαρακτήρων (Παράρτημα ΣΤ) 47

4ο Μέρος - Μυστικά: Ποια είναι Ασφαλή και ποια Επικίνδυνα;

Ενότητα 3: Επιθυμητό και Ανεπιθύμητο Άγγιγμα

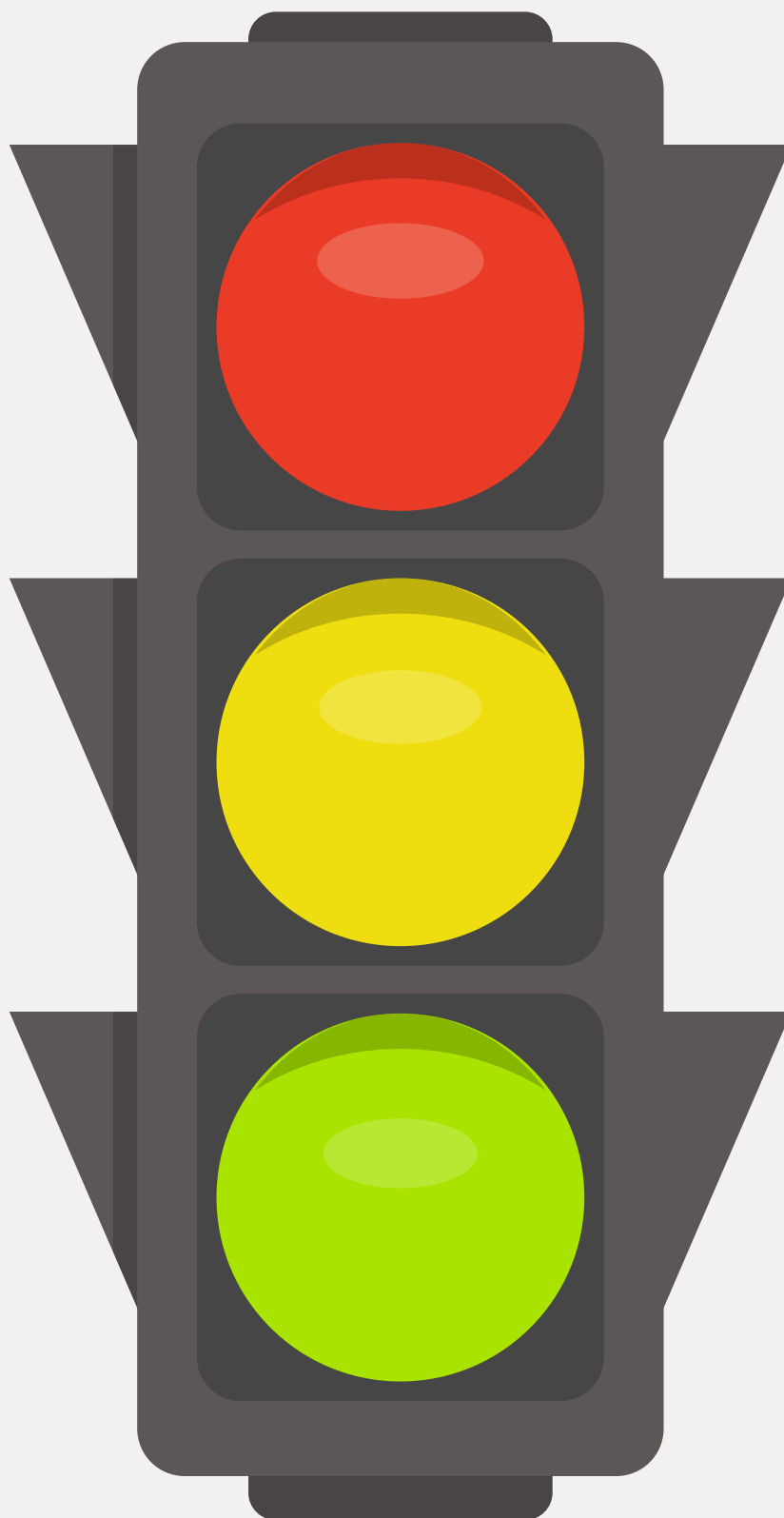
5ο Μέρος - Ασφαλές και Επικίνδυνο Άγγιγμα

- Ασφαλές και επικίνδυνο άγγιγμα: Κάρτες εικόνων (Παράρτημα Ζ) 53
- Ασφαλείς και επικίνδυνες λέξεις (Παράρτημα Η) 58
- Δραστηριότητα: Γραμμή βοήθειας (Παράρτημα Θ) 60

6ο Μέρος - Ασφαλή Σωματικά Όρια

- Ανεπιθύμητο άγγιγμα - Δραστηριότητα: Σελίδα ζωγραφικής (Παράρτημα Ι) 61

Παράρτημα Α: Ασφάλεια - Φωτεινός σηματοδότης



Παράρτημα Β: Χρωματιστές Κάρτες





Μαμά (Ασφαλής άγνωστος)



Αστυνομικός



Ο αδερφός της Μαρίας



Ο Νίκος (Πονηρό άτομο)

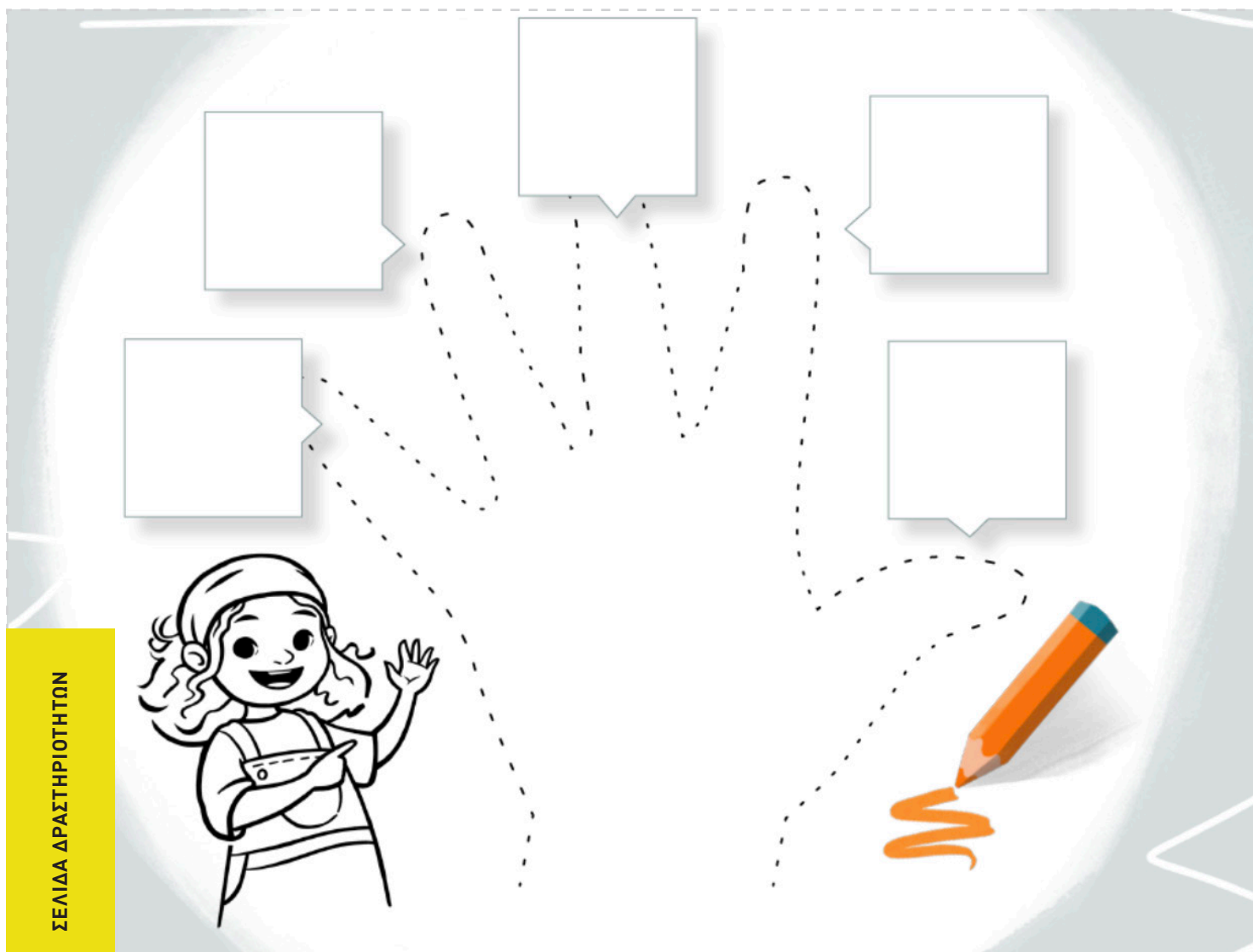


Ο Παππούς της Μαρίας



Μαρία

Ασφαλής Κύκλος



Αυτός είναι ο Ασφαλής κύκλος μου. Είναι ένα εργαλείο ασφαλείας που με βοηθάει να θυμάμαι τους πέντε έμπιστους ενήλικες, στους οποίους μπορώ να μιλήσω όταν δεν νιώθω ασφαλής.



Νίκος

Παράρτημα Ε: Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χαρακτήρων:
Συνέχεια



Μαμά

Παράρτημα Ε: Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χαρακτήρων:
Συνέχεια



Αστυνομικός

Παράρτημα ΣΤ: Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χρωματισμού
χαρακτήρων



Μαρία

Παράρτημα ΣΤ: Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χρωματισμού
χαρακτήρων: Συνέχεια



Νίκος

Παράρτημα Ε: Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χρωματισμού
χαρακτήρων: Συνέχεια



Μαμά

Παράρτημα Ε: Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χρωματισμού
χαρακτήρων: Συνέχεια



Παππούς

Παράρτημα ΣΤ: Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες χρωματισμού
χαρακτήρων: Συνέχεια



Αστυνομικός

Παράρτημα ΣΤ: Ασφαλής και Επικίνδυνος Άγνωστος - Εικόνες Χρωματισμού
χαρακτήρων: Συνέχεια



Γιάννης



Ο Παππούς κάνει μια αγκαλιά



**Ο ασφαλής άγνωστος κρατάει το χέρι
της Μαρίας**



Η Μαρία, ο Γιάννης και ο Παππούς
(χέρια στο κεφάλι και στον ώμο)



Ο Νίκος αρπάζει το σακίδιο πλάτης

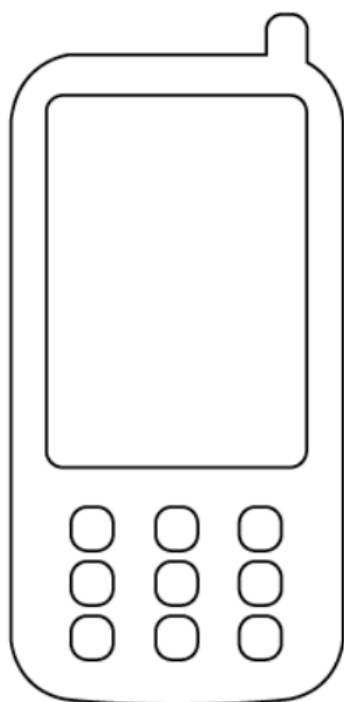


**Ο Νίκος αγγίζει το
πρόσωπο της Μαρίας**

ΜΗ-ΑΣΦΑΛΗΣ

ΑΣΦΑΛΗΣ

Νούμερο Γραμμής Βοήθειας



Αυτό είναι το τηλέφωνο της γραμμής που μπορώ να καλώ αν χρειάζομαι βοήθεια. Αν υπάρχει κάτι επείγον, μπορώ να καλώ το 100.

Ασφαλές και Επικίνδυνο Άγγιγμα



Ξέρω ότι το ασφαλές άγγιγμα είναι επιθυμητό μόνο όταν εγώ πω “ναι.”
Το επικίνδυνο άγγιγμα δεν είναι επιθυμητό και με κάνει να νιώθω
άβολα, να φοβάμαι και δεν θα πρέπει να το κρατάω μυστικό.



A21.org/Greece

 [@A21Greece](https://www.facebook.com/A21Greece)

  [@1109_Hotline_Gr](https://www.instagram.com/1109_Hotline_Gr)