

# 5

## rappels pour assurer ma sécurité corporelle



Mes parties  
intimes  
sont privées.

Si une personne veut les voir  
ou les toucher, je dois  
immédiatement aller le dire  
à une personne de confiance.

Mon corps  
m'appartient.



Si une personne veut  
m'embrasser ou m'enlacer,  
j'ai le droit de dire **NON**.



Je peux  
compter sur  
mon réseau  
de confiance.

Si j'ai besoin d'aide,  
je vais voir une personne  
de confiance pour lui  
en parler.

C'est  
**MON**  
corps,  
c'est **MOI**  
qui décide!

J'écoute  
mes signaux  
d'alerte.



Si je me sens en danger,  
mon corps m'envoie  
des signes (p. ex. nausée,  
tremblements, sueurs  
froides). Je n'hésite pas  
à en discuter avec une  
personne de confiance.

Je ne garde  
aucun secret.



Je refuse de garder  
un secret qui me met mal  
à l'aise ou qui me fait  
de la peine.

Mon corps,  
ma décision!



© Éditions Midi trente. Tiré du livre : *C'est mon corps, c'est moi qui décide!*