

Nivel 3
8- 9 años

Política de Salvaguarda



Congregación Nuestra Señora de la Caridad del Buen Pastor

Cuadernillo

Cuadernillos de Salvaguarda para niñas, niños y adolescentes 2024.
Congregación Nuestra Señora de la Caridad del Buen Pastor
Provincia Bolivia/Chile
Sede provincial Enrique Mac Iver . Santiago . Chile
salvuarda@buenpastor.cl . salvuardabolivia@buenpastor.cl
© Congregación Nuestra Señora de la Caridad del Buen Pastor, 2024

Redacción:

Adriana Mundaca Bugueño.
Carolina Tello Viorklmnds.
Lilian Araya Zambra.
Marcela Véliz Tapia.
Mirna Cisternas Arancibia.
Paulina Tarifeño Miranda.
Paz Muñoz Rojo.
Verónica Reyes Mercado.
Víctor Poblete Toro.

Revisión:

Adriana Mundaca Bugueño.
Lilian Araya Zambra.
Mirna Cisternas Arancibia.
Verónica Reyes Mercado.

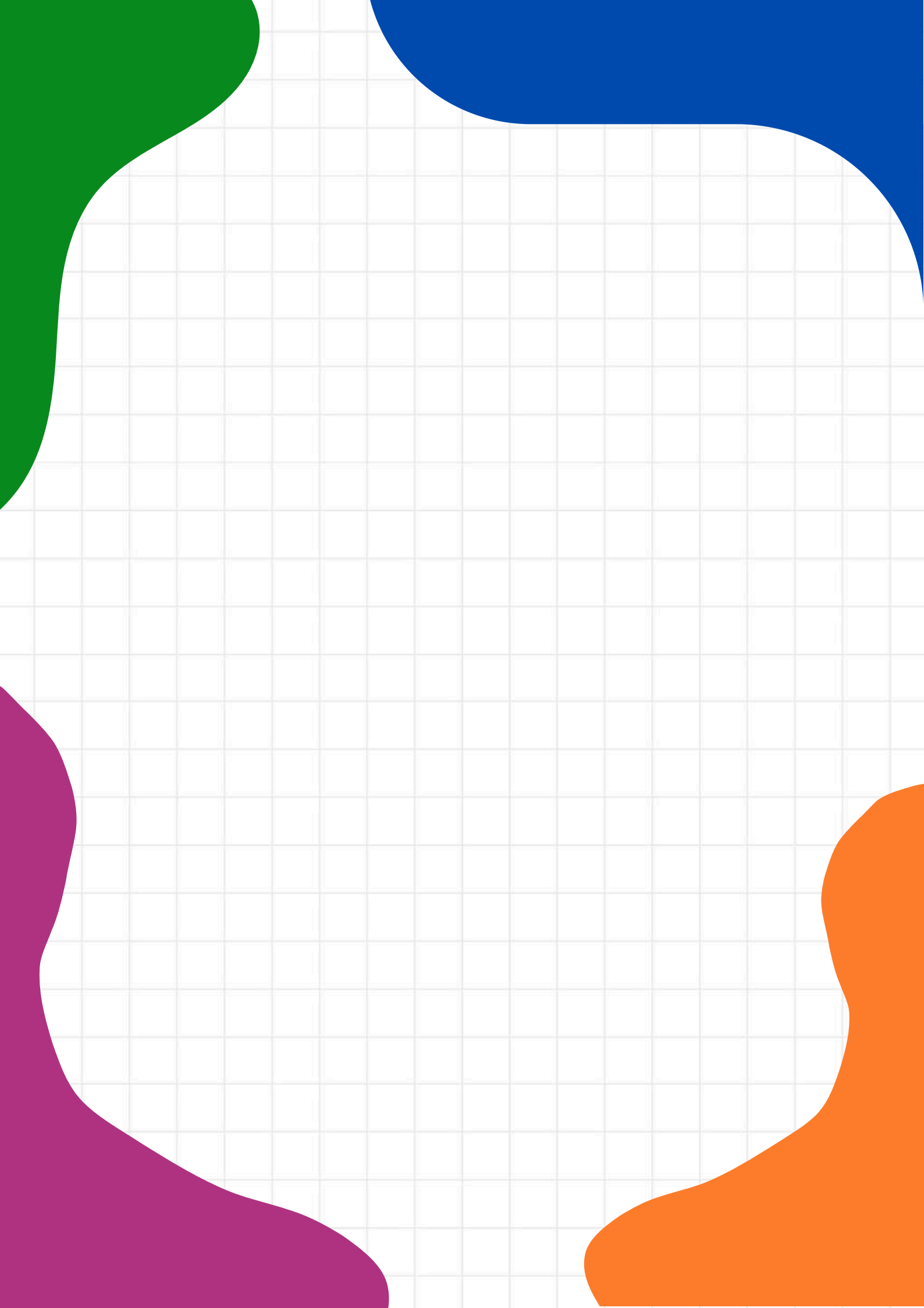
Diseño y diagramación:

Lilian Araya Zambra.
Paz Muñoz Rojo.

Agradecimientos

Como Equipo de Salvaguarda Provincial Bolivia Chile, agradecemos el aporte y colaboración en la creación de este material a los y las partner en la misión del colegio Santa María Eufrasia de la ciudad de Ovalle, Chile.

Deseamos que este material sea una ayuda para la promoción de espacios seguros y de cuidado desde la primera infancia.





Querida(o) amiguita(o):

Te presentamos con mucho cariño este cuadernillo que te acompañará en el proceso de conocer y vivenciar la Política de Salvaguarda Congregacional.

Podrás ir completando este cuadernillo durante las diferentes sesiones, junto a tu guía o docente.

¡Que lo disfrutes!

Equipo de adaptación de la Política de Salvaguarda Congregacional para niñas, niños y adolescentes.



Este cuadernillo pertenece a:

.....

Tengo años

Estoy en el curso



Presta atención a los siguientes íconos que encontrarás en las próximas páginas:



Momento para escribir.



Momento para compartir tus ideas y pensamientos.



Momento para reflexionar.



Espacio para colorear.



COMENCEMOS...



¡La Salvaguarda que nos cuida!



Primero debemos saber:

Los cuadernillos de Salvaguarda, nos ayudarán a entender qué es cuidarnos y protegernos de daños y de cualquier tipo de abuso. Nos ayudarán a saber qué hacer y dónde recurrir si nos sucede algún tipo de daño.



Es la forma que nos ayuda a construir ambientes sanos, seguros, garantizando protección y cuidado ante cualquier tipo de abuso o maltrato.

¡Es como un escudo que te protege de cualquier daño!

Actividad

Pinta con los colores que quieras al guerrero con su escudo protector.



¿Qué son los ambientes seguros?

En los ambientes seguros prima por encima de todo el respeto entre todas y todos. Se sabe escuchar, hay empatía, se da la colaboración. Nadie es más que otros y otros. Hay aceptación de todas y todos indistintamente de su raza, religión, país de origen, color, condición física.

Un ambiente en estas condiciones hace sentir a todas y todos que se les quiere y respeta, que están en un espacio seguro y agradable.



¿Cuál es el propósito de la Salvaguarda Congregacional?

- ★ Promover ambientes sanos y seguros.
- ★ Dar a todas y todos un entorno favorable, de buenos tratos y respeto para garantizar la protección contra los daños.
- ★ Conocer qué es la Salvaguarda y saber qué hacer si alguien sufre algún daño personal.
- ★ Identificar los tipos de daños, abusos y malos tratos que se deben evitar, y si se dan a saber, a quién recurrir.
- ★ Priorizar el cuidado de la persona que sufre algún tipo de daño o abuso.



¿Por qué es importante esta Política?



Porque sabemos el valor que tú tienes como ser humano, y como nos dice Santa María Eufrosia:

“UNA PERSONA VALE MÁS QUE UN MUNDO”



Colorea



¿Qué debo denunciar?

¡Cualquier tipo de maltrato o abuso!

Verbal



Físico



Social



Ciber





Tipos de Abusos



Emocional: intimidar, ridiculizar, culpabilizar, insultar.



Negligencias: cuando no se cubren las necesidades básicas como la alimentación, educación, salud.



Maltrato Físico: golpes, patadas, zancadillas.



Abuso sexual: tocar partes del cuerpo indebidas, sin consentimiento por parte de otra persona.



Discriminación: cualquier trato desigual por raza, religión, cultura, orientación sexual, apariencias físicas, país de origen, capacidades diferentes.



Bullying: Cuando alguien trata mal a otra persona a propósito, varias veces. Puede ser con palabras humillantes y feas, empujones o dejándolo fuera del juego o grupo, ocasionándole daño.



Ciberacoso: es un tipo de bullying, a través del internet, chat, redes sociales o juegos en línea. También se hace para herir a otra/o.



¿Dónde y con quién debo denunciar?

En mi Colegio/Apostolado hay dos "Personas de Contacto" que recibirán tu queja o denuncia y actuarán inmediatamente para darte apoyo y resguardo. Escribe sus nombres.





Actividad

Responde en el espacio asignado.

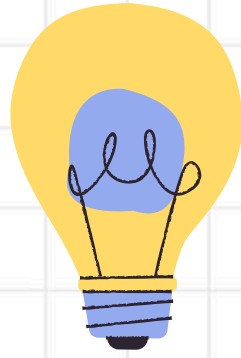
¿Qué es la Salvaguarda para ti?



¿Qué debo denunciar?

¿A quién debo acudir?





SESIÓN 1

“Respeto al cuerpo y a las emociones”



¡La Salvaguarda que nos cuida!

Norma 1. Respeto al cuerpo y a las emociones.

I PARTE

La norma 1, quiere promocionar entornos seguros para cada niña y niño. Es por esto, que en esta sesión, nos acercamos a un espacio muy importante que es nuestro cuerpo, el cual debe ser protegido, cuidado y respetado.

¿Sabes qué es el respeto?

Respetar es valorar a las personas y aceptarlas con sus cualidades y defectos. El respeto comienza por nosotras (os), al reconocer que somos únicas (os) e irrepetibles, y que tenemos necesidades e intereses propios.



Activando conocimientos



¿Y el respeto al cuerpo?

El valor del cuerpo humano es incalculable, porque a través de él experimentamos emociones, deseos, dolores y placeres. El cuerpo es materia y símbolo a la vez: representa nuestra identidad, lo que somos, pero también lo que escondemos y aparentamos, la forma en que queremos que nos vean y nos traten.

Actuar conforme a ciertas reglas de convivencia y, al mismo tiempo, saber que cada quien es dueña o dueño de su cuerpo, es ejercer el respeto y la libertad individual.

El respeto al cuerpo significa apreciarlo en todo su valor, tratarlo con cariño y evitar que llegue a ser blanco de humillaciones o actos de violencia. Nadie tiene por qué hablarte con malos modos, gritar, empujar, ni dañar. Nunca permitas que te golpeen, que te acaricien o toquen contra tu voluntad.

¡Es mi responsabilidad respetarlo, nutrirlo y amarlo!



¿Qué opinas sobre el respeto al cuerpo?



.....

.....

.....

.....

.....

Actividad

Observa la siguiente infografía:

REGLAS DE SEGURIDAD SOBRE MI CUERPO

Mi cuerpo es mío y me pertenece

Yo puedo decidir si quiero saludar o despedirme de besos y/o abrazos.

01

Personas en las que confío

Tengo personas en las que puedo confiar. Si me siento preocupado(a), asustado(a), inseguro(a) sé que puedo acudir a ellos(as) y contarles lo que siento y porqué.

02

Secretos

No debo guardar secretos que me hagan sentir incómodo(a). Si alguien me pide que guarde algún secreto que no me hace sentir bien, debo decírselo a una persona en la que confío.

03

Mis partes Privadas

Nadie puede tocar mis partes privadas ni pedirme que toque a otros(as). Si algo así ocurriera, debo contarlo a una persona de mi confianza.

04

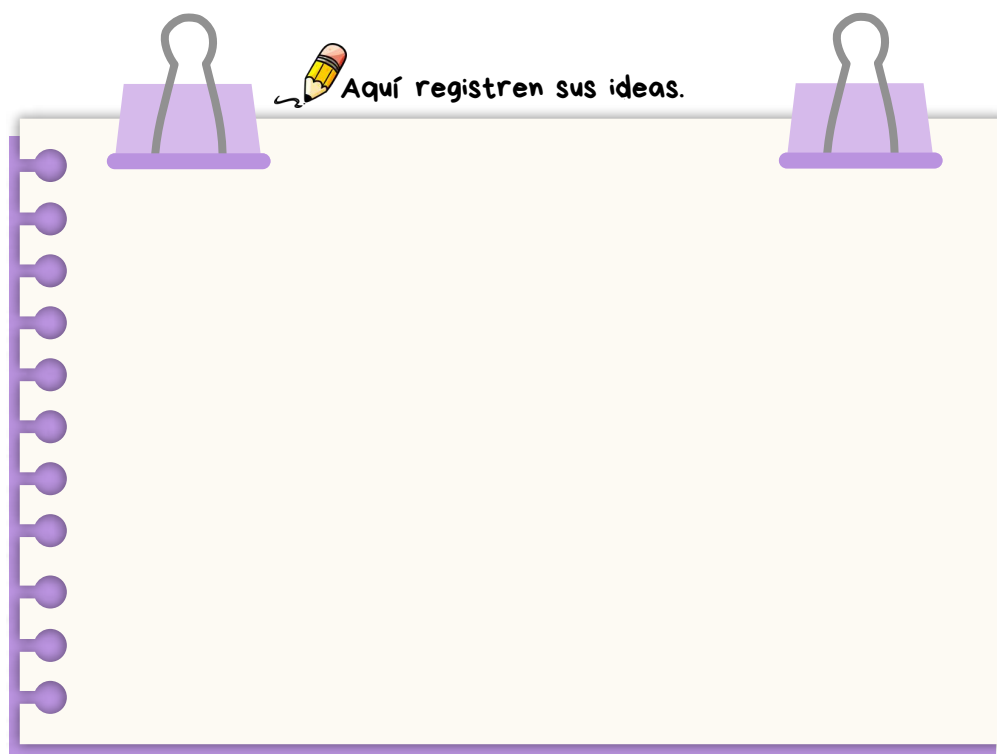
Signos de advertencia

Si siento miedo, inseguridad, comienzo a sudar o a sentir dolor de estómago porque me siento incómodo(a) con alguien, debo contarlo a una persona de mi confianza.

05

Trabajo grupal:

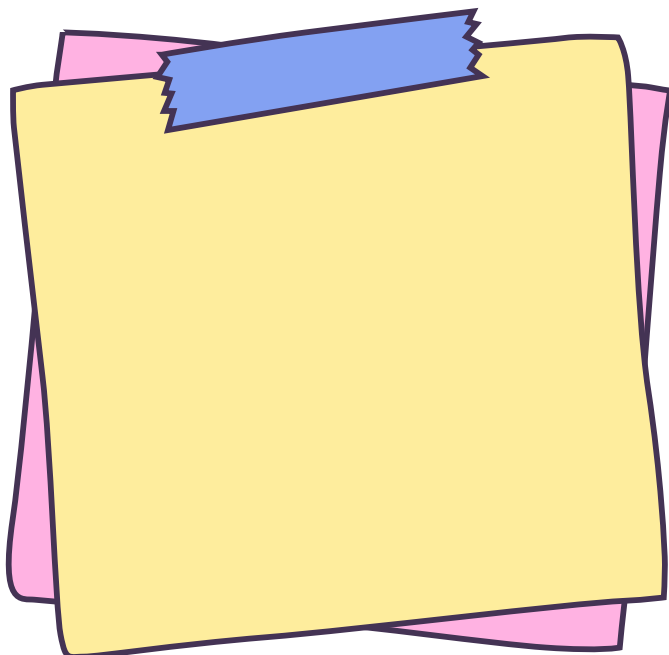
En grupos de 5 integrantes, escriban otras: "Reglas de seguridad sobre mi cuerpo". Junto a lo anterior, identifiquen quién o quiénes son sus personas de confianza, por ejemplo: Mamá, papá, hermanas(os), abuelas(os), profesor (a), etc.



Plenario de trabajos realizados en grupo:

Junto a su guía o docente, elijan las mejores "Reglas de seguridad sobre el cuerpo" para ser escritas y dejadas como registro en un lugar visible.

 Escribe la regla que más te llamó la atención.



Para reflexionar.



El conocimiento sobre el cuidado del cuerpo y el respeto es una base fundamental para el desarrollo integral de todas las personas. Esto contribuye a construir una vida sana, feliz y plena



Escribe tu compromiso referente al tema trabajado hoy:



¡La Salvaguarda que nos cuida!

Norma 1. Respeto al cuerpo y a las emociones.

¿Sabes qué son las emociones?

II PARTE

Las emociones son respuestas internas a diferentes acontecimientos que podemos enfrentar en nuestra vida diaria. Validar y entender tus emociones te ayudarán a empatizar con los demás, a identificar y a nombrar las emociones que estás sintiendo, a poner límites, a expresarlas, a quererse y aceptarse a uno mismo(a), a respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas que puedas presentar.

Las emociones están presentes en nuestras vidas desde que nacemos y juegan un papel relevante en la construcción de nuestra personalidad e interacción social. Vivimos las emociones en cualquier espacio y tiempo: con la familia, con amigas (os), con nuestro entorno, con pares, en la escuela y con educadores, etc.

A continuación, te invitamos a conocer cuatro emociones básicas:

Alegría, Tristeza, Enojo (Ira) y Miedo (Temor).



Alegría

Es una emoción placentera asociada al bienestar. Refuerza los comportamientos y/o actitudes positivas ayudando a fortalecer las relaciones sociales, podemos expresarla a través de sonrisas o cuando recibes un abrazo cálido y amistoso de alguien importante para ti. A diferencia de la felicidad, la alegría es de corta duración, por lo que podemos tener diferentes motivos o momentos alegres durante el día.



Tristeza

La tristeza es la emoción que sentimos cuando hemos perdido algo importante para nosotras (os), cuando nos ha decepcionado algo o cuando ha ocurrido alguna desgracia que nos afecta o afecta a otras personas importantes en nuestra vida. Su función principal es ayudarnos a procesar y adaptarnos a situaciones dolorosas.

Es importante señalar que no a todas las personas les entristecen las mismas cosas, lo más importante es poder reconocerla para buscar ayuda en una persona confiable para ti.

Enoja (ira)

También conocido como "rabia", "ira", "cólera" "furia". Puede aparecer ante situaciones de injusticia o amenazas. Te entrega la energía para que te protejas ante peligros potenciales para ti, poner límites o alejarte de una situación que te hace daño.

Puede manifestarse debido a acontecimientos externos o internos. Podemos enojarnos con una persona o por un hecho, o bien puede aparecer al preocuparse de problemas personales. Los recuerdos de acontecimientos traumáticos o que nos hicieron enojar pueden desencadenar este tipo de emoción.

Es veloz y se va casi sin que te des cuenta. Por lo general, puede adueñarse de ti en situaciones que consideras muy injustas o que atentan contra tu bienestar.



Miedo (temor)

Aparece cuando crees que vas a sufrir daños. Es fundamental para la supervivencia humana. Su función es alertar ante situaciones peligrosas o amenazantes, preparándote para la acción o el escape. Puedes sentir que te paralizas sin saber cómo actuar o qué decir. El corazón envía más sangre a las piernas para que puedas huir. Si el miedo crece, se convierte en terror, entonces puedes perder el control.

Para reflexionar...

Las emociones son un elemento básico de las experiencias que vivimos cada día, están en cada reacción y decisión que tomas, es por eso que saber identificarlas en tu cuerpo, reconocer lo que te quieren decir junto con poder expresarlas y auto regularlas, se transforman en un elemento necesario para lograr el desarrollo integral de cada persona.

"Milo: el ratoncito de las emociones"



Érase una vez, en un prado tranquilo, vivía un diminuto ratón gris llamado Milo. Milo era un ratón curioso y aventurero, siempre ansioso por explorar el mundo que lo rodeaba.



Una mañana soleada, mientras Milo buscaba comida, de repente escuchó un ruido fuerte y aterrador. ¡Era un gato!

El corazón de Milo se aceleró con miedo mientras se alejaba lo más rápido que podía. Se sentía tan asustado que podía sentir sus diminutas piernas temblando mientras corría.

Después de un tiempo, Milo finalmente encontró un lugar seguro para descansar, sintió calma. Cuando recuperó el aliento, comenzó a sentir curiosidad. Se preguntó por qué el gato había hecho un ruido tan fuerte y si alguna vez lo volvería a ver.



Mientras continuaba explorando el prado, Milo tropezó con un delicioso trozo de queso. ¡Estaba tan feliz que comenzó a saltar de alegría! Se sentía como el ratón más afortunado del mundo. Pero su felicidad no duró mucho, cuando estaba a punto de darle un mordisco a su queso, una gran ráfaga de viento de repente se lo llevó.

Milo se sintió tan triste que podía sentir las lágrimas brotar de sus ojos. Sintiendo desanimado, Milo decidió tomar una siesta. Cuando se despertó, se dio cuenta que ya estaba oscureciendo. ¡Y estaba perdido! Se sentía tan asustado y solo que no sabía qué hacer.

Pero entonces, escuchó un sonido familiar: ¡era el gato otra vez! Esta vez, en lugar de sentir miedo, Milo se sintió enojado.

No quería que el gato lo asustara de nuevo, así que decidió mantenerse firme y hacer un poco de ruido por su cuenta.

Al final, Milo logró asustar al gato con un fuerte chillido y encontró el camino de regreso a casa. Se sintió orgulloso de sí mismo por ser valiente y superar su miedo.

Mientras se acurrucaba en su acogedora ratonera, Milo reflexionaba sobre su día. Se dio cuenta de que había experimentado una amplia gama de emociones: miedo, curiosidad, felicidad, tristeza e ira, pero había logrado navegar a través de todas ellas.





Reflexiona sobre el cuento que acabas de leer y responde las siguientes preguntas:



¿Cuáles son las emociones que sintió Milo durante el día?

¿Has sentido las mismas emociones que Milo?, ¿En qué situaciones?

El gato se sintió asustado cuando Milo chilló. ¿Qué crees que hizo el gato después?



¿Crees que Milo y el gato pueden ser amigos? ¿Por qué?



Descubre en esta sopa de letras conceptos relacionados al cuento: "Milo, el ratoncito de las emociones".



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



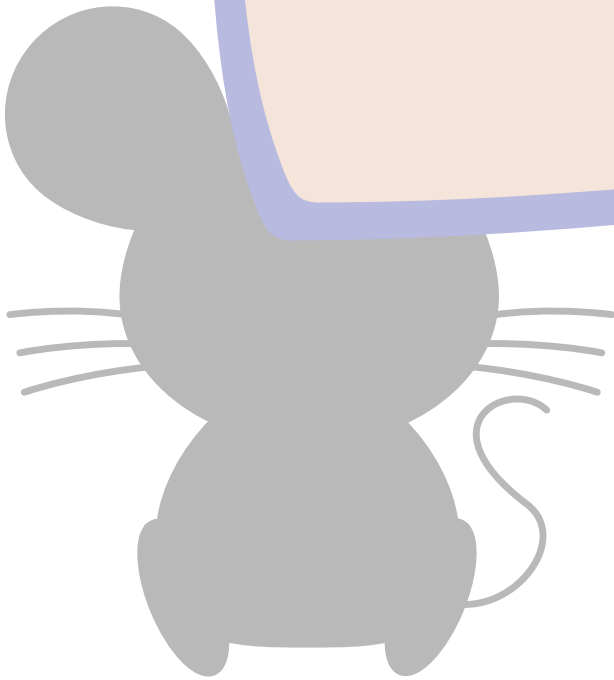
- Amistad
- felicidad
- tristeza
- alegría
- asombro
- Temor
- miedo
- confusión
- confianza
- curiosidad
- ira

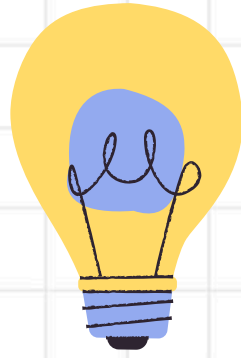


Reflexionemos



Escribe en el siguiente espacio, qué aprendiste sobre el tema trabajado hoy:





SESIÓN 2

*“Un lugar donde estar
a salvo”*



¡La Salvaguarda que nos cuida!

Norma 1, Entorno seguro: Un lugar donde estar a salvo.

La norma 1, quiere promocionar entornos seguros y ambientes sanos para cada niña y niño. Es por esto, que en esta sesión, después de cuidar nuestro cuerpo, queremos que los lugares donde estamos, sean protegidos y estemos a salvo.



Activando conocimientos

¿Qué lugares físicos de tu casa, colegio o apostolado te hacen estar segura(o)?



Completa una lista:

Lugares seguros



¿Por qué?



Blank box with a blue border and a blue arrow pointing right, followed by two horizontal dashed lines for writing.

Blank box with a pink border and a pink arrow pointing right, followed by two horizontal dashed lines for writing.

Blank box with a green border and a green arrow pointing right, followed by two horizontal dashed lines for writing.

Blank box with an orange border and an orange arrow pointing right, followed by two horizontal dashed lines for writing.





Lee la siguiente Fábula



La Tortuga y el Conejo



Había una vez en un bosque frondoso, una tortuga llamada Tita y un conejo llamado Ramón. Tita siempre se movía despacio, disfrutando del paisaje, mientras que Ramón era rápido y lleno de energía.

Un día, mientras paseaban, Ramón le dijo a Tita:

—¡Vamos a explorar más allá del río! Hay un campo lleno de flores y aventuras.

Tita, preocupada, respondió:

—Es mejor que nos quedemos cerca del bosque. Allí conocemos los caminos seguros.



Pero Ramón, emocionado, insistió:

—¡No seas miedosa! El campo es divertido, y no pasará nada.

Así que Tita lo siguió, aunque un poco temerosa. Al llegar al campo, todo parecía hermoso. Sin embargo, pronto se dieron cuenta de que no había árboles grandes ni arbustos donde esconderse. De repente, un zorro astuto apareció, buscando algo de comer.



—¡Corre!— gritó Tita.

Ramón, confiado en su velocidad, salió corriendo, pero el zorro lo alcanzó rápidamente. Tita, en cambio, se refugió detrás de una piedra grande y esperó a que el peligro pasara.

Después de un rato, Ramón regresó, cansado y asustado.

—Tita, tenías razón. El campo no era seguro. ¡Gracias por avisarme!

Tita sonrió y le dijo:

—A veces, la aventura está en lo conocido. Los lugares seguros nos protegen y nos permiten disfrutar sin miedo.

Desde ese día, Ramón aprendió a valorar los lugares seguros y a ser más cuidadoso. Juntos exploraron el bosque, siempre recordando que hay aventuras, pero también es importante estar a salvo.



Moraleja:

No todas las aventuras valen la pena si no estamos seguros(os).
Siempre es bueno conocer los lugares en los que estamos y cuidarlos.





Reflexiona sobre la fábula que acabas de leer y responde las siguientes preguntas:

¿Qué espacio seguro conocían Ramón y Tita?

¿Qué sucedió cuando Tita y Ramón decidieron cruzar más allá del río?



¿Crees que esta situación te puede suceder? ¿Qué deberías hacer?

En relación a la moraleja, ¿Qué enseñanza puedes destacar el día de hoy?



Escribe tus reglas de tu espacio seguro en tu casa y en tu colegio o apostolado, para que sea un entorno seguro para ti y tus amigas(os) y /o compañeras(os).



Large light blue rounded rectangular box for writing rules for home.

Large light yellow rounded rectangular box for writing rules for school or church.



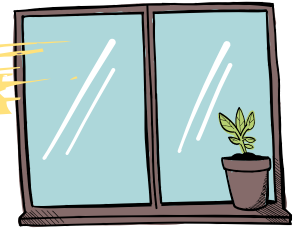


ATENCIÓN:



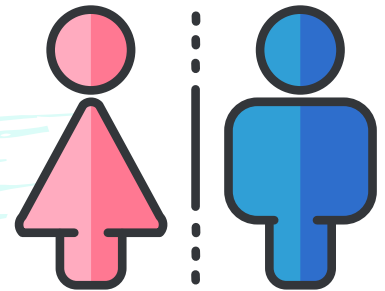
Presta atención a las siguientes consideraciones para estar en espacios seguros.

1. Cuando estés con alguien, se debe procurar estar en espacios abiertos, con ventanas. Nunca en lugares cerrados, apartados y solitarios.



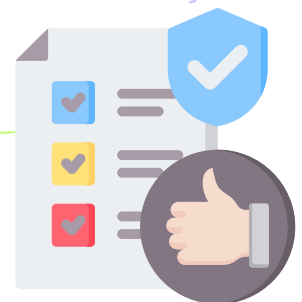
2. Si vas de paseo con profesores, u otros asesores, tienes que tener autorización de tus padres o apoderadas(os).

3. Si alojás en otras partes, las niñas deben estar en espacios separados de los niños y tener baños apartes. Si los baños están alejados, procura ser acompañada(o) por otra persona.



4. Leer señaléticas de compromiso por parte de todos y de la comunidad para el cuidado y buen trato de todas y todos.

5. Es bueno visibilizar los reglamentos y protocolos internos en lugares visibles para todas y todos, así pueden conocerlos, respetarlos y aplicarlos.



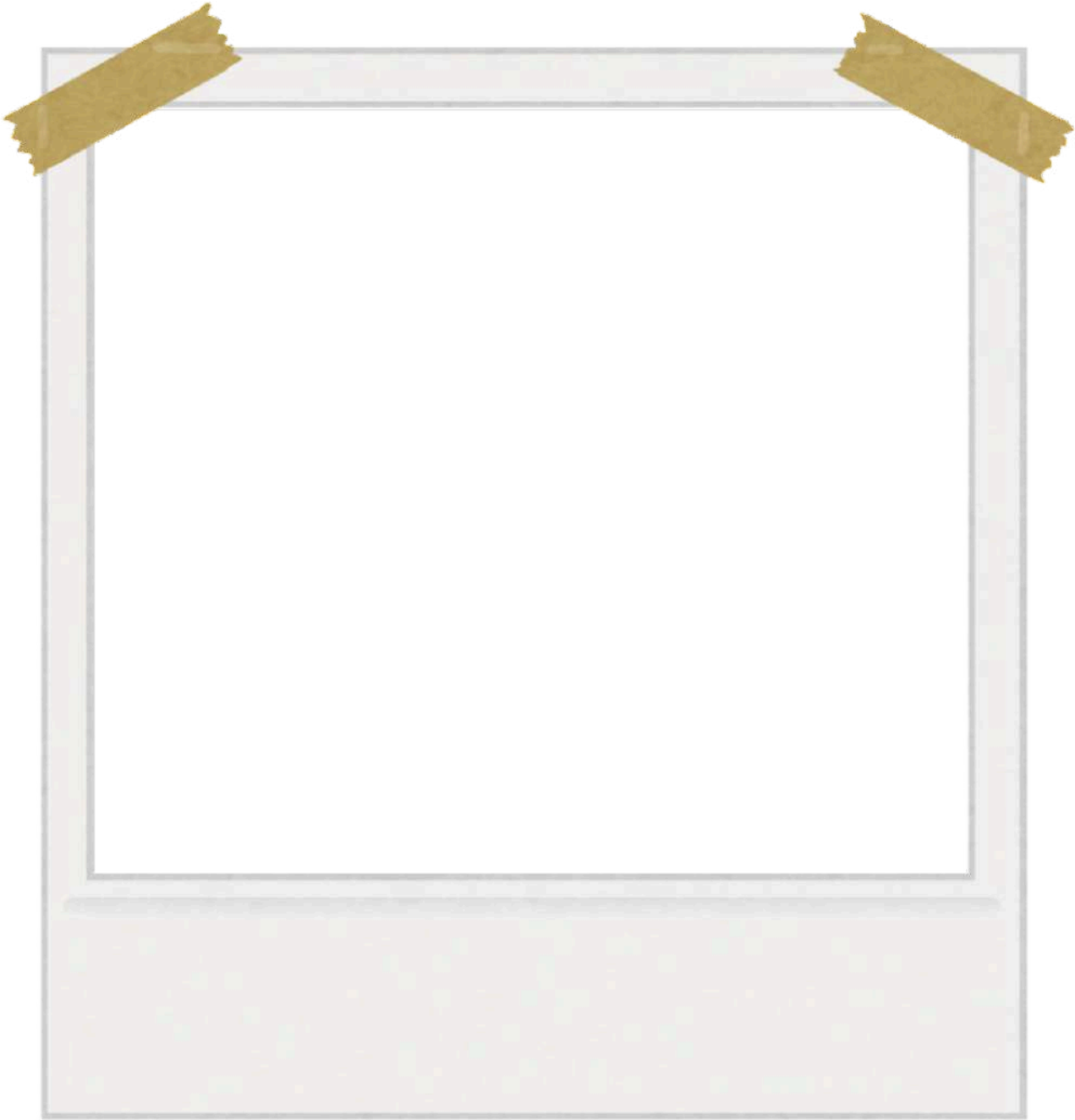
 En el siguiente espacio, escribe otra sugerencia sobre un espacio seguro para tenerlo presente.

Large empty cloud-shaped box for writing a suggestion.



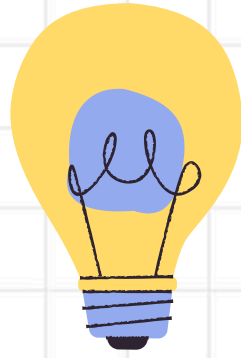
Dibuja tu lugar seguro

En el siguiente espacio, dibuja tu lugar seguro ideal, ya sea en casa, en el colegio o apostolado. Luego, puedes presentar tu dibujo y explicar por qué te sientes segura(o) allí.



¿Qué elementos consideraste necesarios para dibujar tu espacio seguro ideal?





SESIÓN 3

“Personas de contacto”



¡La Salvaguarda que nos cuida!

Norma 2. A quién recorro: Personas de contacto

La norma 2 es la respuesta a las inquietudes, quejas o sospechas de cualquier abuso o daño. En esta sesión queremos conocer a estas personas que nos pueden apoyar, porque nunca te debes quedar callada (o). Queremos cuidarte y protegerte en todas las situaciones de daño.

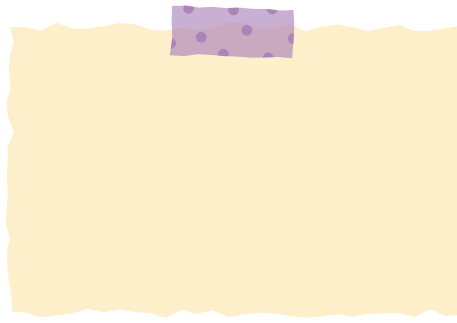
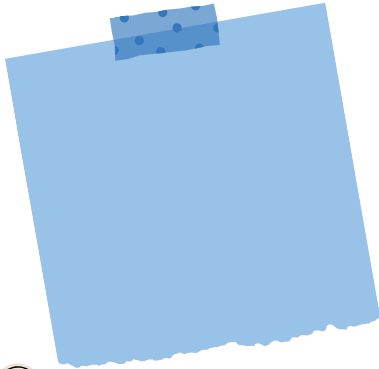


Activando conocimientos

¿Qué podemos hacer si alguien nos daña?



Registra tus ideas



Observando realidades



Coloca un título a cada dibujo

Escribe ¿a quién pueden recurrir estos niñas y niños en esas situaciones?

.....
.....



Escribe el nombre de 4 personas de tu CASA que son cercanos a ti y que te dan confianza. Luego colorea el cuadro de la persona que sin duda es de toda tu confianza y te quiere.



Escribe el nombre de 4 personas de tu COLEGIO/APÓSTOLADO que son cercanos a ti y que te dan confianza. Luego colorea el cuadro de la persona que "sin duda" es de toda tu confianza.



¿Conoces a las personas de contacto del colegio/apostolado?

Son las responsables de ayudarte en cualquier situación de daño que sufras.



¿Sabes cómo se llaman?

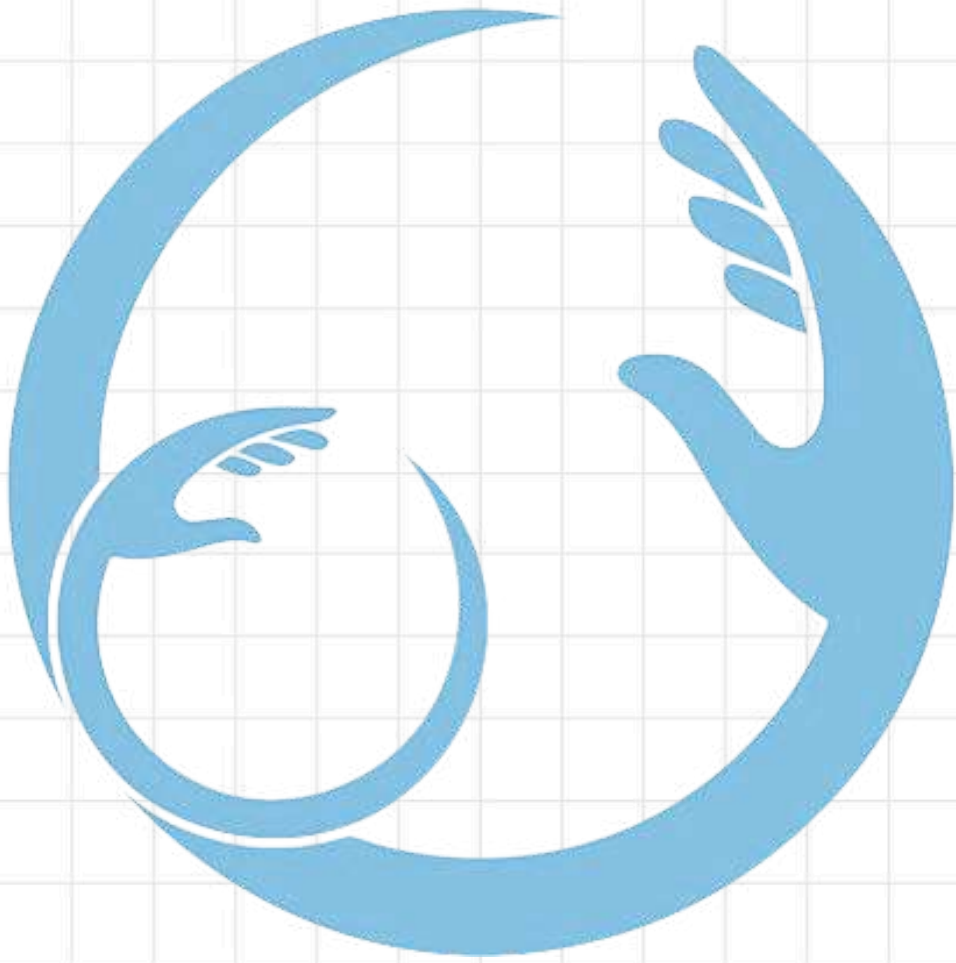
Escribe el nombre.



¿Con qué me quedo?

Dibuja el mapa del colegio/apostolado y coloca en el mapa dónde se encuentra la oficina de las personas de contacto.





Te cuido,
me cuidas,

nos cuidamos.

