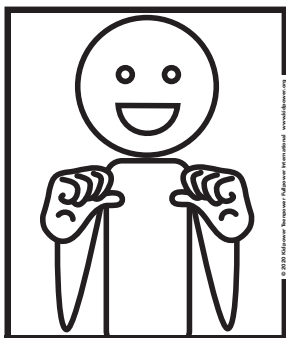
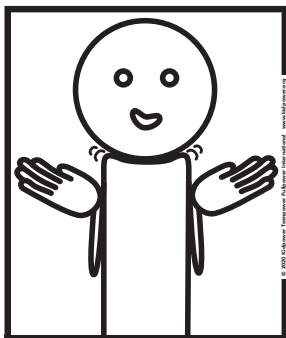


## Regler kring gränser för alla åldrar



### 1 VI TILLHÖR OSS SJÄLVA

Du tillhör dig själv och andra tillhör sig själva. Din kropp tillhör dig, ditt personliga utrymme, dina känslor, din tid, dina tankar, din fantasi - hela du!



### 2 VISSA SAKER ÄR INTE ETT VAL

Till exempel, om något handlar om hälsa eller säkerhet måste vi kanske göra det - även om vi inte vill. Vi kan fortfarande berätta om det, även om vi inte kan välja om vi ska göra det eller inte.



### 3 PROBLEM SKA INTE VARA HEMLIGA

Fysisk kontakt och beröring ska inte heller vara en hemlighet. Vänner, tjänster, lekar, och presenter andra ger dig ska inte heller vara hemliga.



### 4 BERÄTTA OCH FORTSÄTT BERÄTTA OM SÄKERHETSPROBLEM

Och berätta även om annat som besvärar dig eller får dig att inte må bra tills du får hjälp. Vem kan DU berätta för?