

ABC

SISTEMA DE CONDUCTAS SEGURAS



código 
TALLER

Propósito

En Conciencia entendemos que la protección de niñas y niños no se limita a aquello que les enseñamos. También se construye a través de la forma en que las personas adultas nos comportamos, nos relacionamos, ponemos límites, respondemos ante las dificultades y ejercemos nuestro poder frente a ellos.

Por ello, un Taller Conciencia deberá ser congruente con aquello que promueve: un espacio en el que niñas y niños puedan experimentar seguridad, respeto, escucha, autonomía, límites saludables y relaciones protectoras.

La tallerista Conciencia deberá ser, en todo momento, un extraordinario reflejo de lo que significa ser una persona adulta segura.

Principios rectores

1. Buen trato

Todas las personas participantes deberán recibir un trato digno y respetuoso, basado en la concepción del niño como sujeto de derecho. No se permitirá ninguna forma de maltrato o violencia física, verbal, emocional, sexual o digital.

1.2 Respeto a la autonomía corporal

- Cada niña y niño tiene derecho a decidir sobre su cuerpo y su espacio personal.
- Derecho a decir NO
- Toda niña o niño puede negarse a participar en una actividad, responder una pregunta o aceptar contacto físico (ejercido dentro de los parámetros establecidos en el Anexo 1) o proximidad. Su negativa deberá ser respetada inmediatamente y no podrá generar represalia o consecuencia verbal, no verbal o emocional alguna. Lo anterior incluye la posibilidad de retirar un consentimiento previamente otorgado.
- Uso de la voz
- Las niñas y niños tienen derecho a expresar opiniones, preferencias, incomodidades, desacuerdos y necesidades. Ser escuchados no significa que puedan decidir sobre todo, pero sí que su experiencia será tomada en cuenta y respondida de manera respetuosa. Para ello se recomienda utilizar la técnica de los 3 pasos (1. Describir · 2. Nombrar y validar · 3. Poner el límite y dar alternativas).

1.3 No coerción

- Nunca se utilizarán amenazas, presión, culpa, manipulación, miedo, afecto condicionado o cualquier otra estrategia destinada a conseguir obediencia o participación, utilizando dichos métodos de control y/o a costa del bienestar del niño.

1.4 Protección compartida

- Toda persona adulta presente tiene responsabilidad sobre la construcción y mantenimiento de un entorno protector.

1.5 Interés superior de niñas y niños

- La seguridad y bienestar de las niñas y niños tendrán prioridad sobre la actividad planeada, los tiempos del taller, la comodidad de una persona adulta, las expectativas familiares, la reputación de una tallerista o los intereses de Conciencia.

2. La tallerista Conciencia como persona adulta segura

Una Tallerista Conciencia no solamente facilita actividades. Modela, a través de su conducta, cómo se comporta una persona adulta segura. Por ello deberá relacionarse con niñas y niños de manera cálida y cercana, pero manteniendo siempre límites claros.

- Saludar a cada niña o niño por su nombre y, cuando sea posible, colocarse a su altura.
- Preguntar o recordar qué tipo de saludo prefiere.
- Saludar según la preferencia individual y dentro de los parámetros del contacto físico apropiado (Anexo 1).
- Escuchar sin ridiculizar, minimizar o invalidar.
- Respetar inmediatamente una expresión de incomodidad, verbal y no verbal.
- Ofrecer elecciones reales cuando la actividad lo permita.
- Anticipar qué va a suceder antes de una actividad.
- Respetar diferentes ritmos de participación.
- Favorecer la autonomía.
- Validar emociones.
- Asegurarse de que todos los participantes conocen y comprenden las normas de convivencia y contacto físico.
- Mantener límites claros y predecibles.
- Evitar favoritismos.
- Mantener una posición claramente adulta: una tallerista es una persona adulta segura, no una amiga de la niña o niño.
- Regular primero su propia conducta antes de intentar regular la del menor.
- Intervenir de forma segura cuando una conducta resulte difícil, inadecuada o ponga en riesgo a alguien, siguiendo el Anexo 2.
- Cuando se equivoque, reconocerlo y reparar conforme al Anexo 3.

Las niñas y niños participantes entenderán lo que es una persona adulta segura por la forma en que la tallerista se conduce.

3. Conductas prohibidas

Una tallerista, integrante del equipo Conciencia o persona adulta responsable nunca podrá:

- Gritar.
- Levantar la voz o hablar con intención intimidatoria.
- Insultar.
- Burlarse.
- Ridiculizar.
- Humillar.
- Amenazar.
- Castigar físicamente.

- Chantajear.
- Manipular.
- Obligar a participar.
- Condicionar afecto, aceptación o cercanía a una conducta determinada.
- Comparar a una niña o niño con otro.
- Hacer comentarios sobre su cuerpo.
- Solicitar muestras de afecto físico.
- Hacer cosquillas.
- Participar en juegos corporales invasivos, tales como luchas o juegos que dificulten distinguir cuándo debe detenerse el contacto.
- Mantener contacto físico apropiado (Anexo 1) por más de 5 segundos.
- Buscar contacto físico por deseo o necesidad propia o después de que la niña o niño haya expresado verbal o corporalmente incomodidad.
- Pedir que guarde secretos.
- Pedirle que oculte información a sus cuidadores.
- Generar alianzas o relaciones “especiales” o exclusivas.
- Mantener favoritismos.
- Entregar regalos individuales o privilegios especiales sin una razón institucional previamente autorizada.
- Establecer contacto personal o privado fuera de las actividades del programa.
- Solicitar información que no resulte necesaria para el desarrollo del taller.
- Solicitar información íntima, sobre su cuerpo, genitales o los de otros.
- Investigar o interrogar ante una revelación o sospecha.
- Compartir información personal del participante con personas que no requieran conocerla para su protección o para la operación del programa.
- Ignorar una conducta, señal o situación que potencialmente comprometa la seguridad de una niña o niño.

Nada de aquello que enseñamos a niñas y niños a identificar como una conducta inadecuada por parte de una persona adulta puede ser realizado por una Tallerista Conciencia.

4. Contacto físico

- El contacto físico debe tener siempre una finalidad apropiada, clara, observable y respetuosa del límite de la niña o niño. Se regirá por el Anexo 1: Parámetros de contacto físico seguro.
- No será condición para participar.
- Siempre que el contacto pueda evitarse, se evitará.
- Se solicitará permiso antes de iniciarlo.
- La niña o niño podrá rechazarlo.
- Puede cambiar de opinión en cualquier momento.
- Una expresión corporal de rechazo tendrá el mismo valor que un “no” verbal.
- Ante duda, la tallerista no inicia el contacto.
- El contacto nunca será secreto.
- Nunca involucrará zonas íntimas.
- Nunca tendrá contenido sexualizado.
- Nunca deberá responder a una necesidad emocional de la persona adulta.

5. Supervisión

- Las actividades deberán desarrollarse bajo un principio de visibilidad y posibilidad de supervisión. Se evitará que una tallerista permanezca sola con una niña o niño en un espacio cerrado o no observable.
- Deberán existir procedimientos específicos para entrada, salida, baño, pausas, necesidades de regulación, transición entre espacios y espera de familiares. La tallerista deberá desarrollar una propuesta que se ajuste a las condiciones físicas de su espacio, aprobada por Conciencia.
- Se evitarán interacciones uno a uno cuando no sean indispensables.

6. Uso del baño

- Se deberá solicitar a madres, padres, cuidadores y niños que los menores de edad lleguen a su taller con esta necesidad cubierta.
- En el caso de un imprevisto, las niñas y niños deberán hacer uso del baño de manera autónoma. La tallerista podrá acompañar hasta el acceso y permanecer disponible en una zona que permita supervisión sin vulnerar la intimidad.
- No ingresará a un cubículo con un niño salvo que exista una emergencia que comprometa su seguridad inmediata.
- Si un participante requiere asistencia habitual para higiene, cambio de ropa u otra necesidad especial, mamá, papá o un cuidador designado por ellos deberá permanecer disponible durante las sesiones del taller.

7. Fotografías, videos y grabaciones

- Durante los talleres, las talleristas no podrán tomar fotografías ni videos de las niñas y niños bajo ninguna circunstancia.
- Las madres, padres o cuidadores no podrán fotografiar ni grabar a otras niñas o niños participantes. Tampoco podrán realizarse fotografías grupales desde dispositivos personales.
- Material institucional o de difusión
- Cuando Conciencia requiera material fotográfico o audiovisual con fines institucionales o de difusión:
- Deberá existir consentimiento previo y por escrito de la madre, padre o tutor.
- La toma deberá realizarla únicamente una persona expresamente autorizada por Conciencia.
- Deberá realizarse en presencia de los cuidadores.
- No deberán aparecer rostros completos de las niñas o niños.
- Se procurará que la imagen no permita identificar al participante.
- Los cuidadores podrán revisar las imágenes.
- Únicamente podrán utilizarse aquellas imágenes expresamente aprobadas por los padres o tutores.
- La autorización para participar en el taller no constituye autorización para utilizar la imagen de un menor.

8. Información personal e intimidad

- Las actividades del programa no constituyen entrevistas clínicas ni investigaciones. La tallerista no deberá solicitar detalles innecesarios sobre experiencias sexuales, situaciones de violencia, relaciones familiares, conflictos privados u otros aspectos íntimos.
- Si una niña o niño comparte espontáneamente información relevante, se escucha sin investigar; si dicha información resulta un contenido inapropiado para el resto de los participantes se buscará un espacio individual, para la escucha y contención. Ante una revelación o sospecha, no se interroga, se procede conforme a la ruta de respuesta en el Anexo 5.

9. Secretos y confidencialidad

- Ninguna tallerista pedirá a una niña o niño que guarde un secreto. Tampoco prometerá guardar secretos.
- “Lo que me cuentes lo voy a cuidar. No se lo voy a contar a quien no necesite saberlo. Pero si pienso que tú o alguien puede estar en peligro, voy a pedir ayuda a otras personas adultas que puedan protegerte.”

10. Convivencia entre pares

- Durante los Talleres Conciencia no se permitirán entre niñas y niños:
- Golpes o empujones.
- Burlas.
- Amenazas.
- Humillaciones.
- Intimidación.
- Exclusión intencional utilizada como agresión.
- Comentarios sobre el cuerpo de otros.
- Conductas sexualizadas hacia otro participante.
- Exposición corporal.
- Invasión intencional del espacio personal.
- Contacto físico después de escuchar un “no”.
- Manipulación o amenazas.
- Toma de fotografías o videos.
- Cualquier conducta que haga sentir inseguro a otro participante.
- Cuando aparezca una conducta de este tipo se actuará conforme al Anexo 2 y, cuando corresponda, a la Ruta 4C. No se etiquetará a una niña o niño por su conducta. Se nombra y se interviene sobre la conducta.

11. Madres, padres y cuidadores

La participación de las familias tendrá dos propósitos: llevar el aprendizaje del taller a casa y favorecer una convivencia segura con otras familias y participantes.

A. Llevar el aprendizaje a casa

- Fomentar el uso de la incomodidad como base del autocuidado.
- Ser congruentes y consistentes en acciones y palabras entorno en a la privacidad y derechos y propiedad del cuerpo.
- Respetar límites corporales.

- Tomar en cuenta los “no” frente al contacto físico.
- Promover autonomía en acciones privadas y cuidado del cuerpo.
- Utilizar el lenguaje y recursos aprendidos en el programa.
- Realizar las actividades y tareas propuestas.
- Hablar de personas adultas seguras.
- Desarrollar habilidades y conductas de personas adultas seguras.
- Favorecer que los niños puedan contar situaciones incómodas sin miedo a meterse en problemas.
- Permitir que el aprendizaje se generalice a las experiencias cotidianas.

B. Convivencia con otras familias y participantes

- Mantener trato respetuoso con otras madres, padres y cuidadores.
- Respetar la privacidad de todas las familias.
- No comentar fuera del taller experiencias personales compartidas por otros.
- No fotografiar ni grabar a otros participantes.
- No publicar información de otras niñas, niños o familias.
- No corregir, disciplinar ni confrontar a un niño que no sea el propio.
- Comunicar cualquier preocupación a la tallerista o a los canales establecidos por Conciencia.
- Evitar confrontar directamente a otra familia frente a los niños.
- Abstenerse de comentar, especular o difundir información sobre posibles situaciones de riesgo, violencia o abuso relacionadas con otro participante.

12. Contacto fuera del taller

- Las talleristas no tendrán comunicación privada con menores por WhatsApp, mensajes, llamadas, correo personal, redes sociales, videojuegos o cualquier otra plataforma. No aceptarán ni enviarán solicitudes de amistad o seguimiento. Las comunicaciones relacionadas con el programa se realizarán mediante los canales oficiales (correo electrónico, chat de WhatsApp, llamada o cita personal) y con las personas adultas responsables.

13. Regalos, privilegios y favoritismos

- No podrán entregarse regalos individualizados a participantes ni generarse privilegios que construyan una relación especial entre una tallerista y un niño. Cuando existan reconocimientos o materiales especiales deberán formar parte de la metodología del programa y ser transparentes.

14. Obligación de actuar

- No basta con no vulnerar; también existe obligación de proteger. Toda integrante de Conciencia que observe una posible vulneración deberá actuar.
- Observar una conducta contraria a este Código y deliberadamente no reportarla constituye también un incumplimiento.
- La actuación seguirá cuatro principios:

DETENER • PROTEGER • REGISTRAR • REPORTAR

- Y evitará cuatro acciones:

INVESTIGAR • INTERROGAR • CONFRONTAR • GUARDAR EL SECRETO

15. Canal directo con Conciencia

- Las familias y participantes deberán contar con un canal independiente de la tallerista para comunicar preocupaciones, comentarios o quejas relacionadas con seguridad, bienestar, privacidad o cumplimiento del Código.
- Correo institucional directo: teescuchamos@codigoa.com.mx
- Toda comunicación será recibida con seriedad, respeto y confidencialidad. Reportar una preocupación no generará represalias para la niña, niño o familia.

ANEXOS OPERATIVOS

Anexo 1. Parámetros de contacto físico seguro

- El contacto físico con niñas y niños deberá ser observable, apropiado a la edad y al contexto, necesario o claramente justificado, breve cuando sea posible y respetuoso del consentimiento y de cualquier señal de incomodidad.
- Contacto que puede ser apropiado
- Saludos previamente elegidos por el niño, como mano, choque de puños o manos o abrazo de lado, durante máximo 5 segundos, si él o ella lo solicita o acepta.
- Contacto breve necesario para una actividad, explicado y consentido previamente.
- Ayuda física ante una caída, riesgo o necesidad inmediata de seguridad.
- Contacto de contención emocional iniciado por el niño y respondido de manera breve, visible y apropiada.
- Contacto que requiere detenerse o evitarse
- Cualquier contacto ante un “no”, “para”, “no quiero”, alejamiento, rigidez corporal o señal de incomodidad.
- Contacto con zonas íntimas.
- Abrazos de frente o por atrás.
- Cargar sin necesidad inminente.
- Sentar a una niña o niño en las piernas.
- Cosquillas.
- Juegos de lucha o contacto corporal invasivo.
- Contacto secreto, prolongado, sexualizado o innecesario.
- Contacto utilizado para obligar, controlar, premiar o castigar.
- Contacto que satisface una necesidad emocional de la persona adulta.
- Regla de duda
- Si la tallerista duda si el contacto es apropiado, no lo inicia.

Anexo 2. Intervención segura frente a conductas difíciles o inadecuadas

1. **Regularme:** antes de intervenir, la persona adulta regula su tono, postura y expresión.
2. **Detener:** si existe riesgo, detener la situación de la manera menos invasiva posible.
3. **Describir:** nombrar únicamente la conducta observable. Ejemplo: ***“Vi que empujaste a tu compañera”***, en lugar de ***“Estás siendo agresivo”***.
4. **Nombrar y validar emociones o necesidades:** identifica y verbaliza la necesidad o emoción que subyace a la conducta. Ejemplo: ***“No te gustó que te dijera que no” “Te sentiste ofendida” “Tú quisieras estar mas cerca” “Para ti es importante que te miren cuando te hablan”*** Si está muy desregulado avanza al paso 6 y eventualmente retoma el 4 y 5.
5. **Marcar el límite y dar una alternativa:** expresar con claridad qué no se permite y si es posible propón cómo, cuándo y dónde sí. Ejemplo: ***“Se vale sentirse así, lo que no se vale es lastimar, si quieres que te mire puedes decirlo con tus palabras”***.
6. **Proteger:** separar, modificar el espacio o realizar la acción necesaria para recuperar seguridad.
7. **Regular:** ayudar a recuperar un estado en el que pueda volver a pensar y participar.
8. **Escuchar:** una vez regulado, permitir que explique su experiencia sin convertir la conversación en interrogatorio.
9. **Reparar:** cuando sea pertinente, acompañar una acción reparadora. No se obliga a decir “perdón” ni necesita ser inmediata.
10. **Reintegrar:** permitir regresar al grupo sin humillación ni exposición pública.
11. **Registrar y reportar:** registrar y activar la ruta correspondiente cuando la naturaleza, gravedad o repetición de la conducta lo requiera.

Anexo 3. Equivocación, reparación y modelado de responsabilidad adulta

- Si una tallerista levanta la voz, interpreta incorrectamente algo, no respeta inicialmente un límite, responde de manera poco adecuada o comete cualquier otro error relacional, deberá reparar.
- Reconocer
- Nombrar lo que hizo: ***“Levanté la voz”***.
- Asumir responsabilidad: ***“No fue una manera adecuada de hablarte”***.
- Validar: ***“Entiendo que te haya incomodado o asustado”***.
- Reparar: ***“Me equivoqué, lo siento. Voy a hablarte de otra manera”***.

- Modificar la conducta
- La disculpa solamente se completa cuando existe cambio en la conducta.
- Nunca se responsabilizará al niño por la conducta de la persona adulta.
- No son aceptables expresiones como: ***“Me hiciste enojar”, “Grité porque no me hiciste caso” o “Si hubieras obedecido no habría pasado”.***

Anexo 4. Rutas de protección y reporte

Ruta 4A. Revelación de posible violencia

- Escuchar con calma y permitir que la niña o niño hable con sus propias palabras.
- No interrumpir, cuestionar la veracidad, hacer preguntas, ni pedir detalles innecesarios.
- No mostrar alarma excesiva ni confrontar a la persona señalada.
- No prometer secreto.
- Agradecer que lo haya contado y reforzar que hizo bien en hablar.
- Aclarar que lo que pasó no fue su culpa y que ni esa persona ni nadie debería hacer algo así a una niña o niño.
- Muestra un compromiso viable con su protección ***“Voy a buscar la manera de que esto no se repita”.***
- Registrar de manera objetiva y, cuando sea posible, textual, las expresiones relevantes.
- Reportar inmediatamente a la persona adulta responsable del menor de edad o en el caso de ser un reporte sobre la madre o el padre, buscar al contacto de emergencia o autoridades correspondientes.

Ruta 4B. Sospecha o indicadores

- Registrar conductas, expresiones o hechos observables.
- No formular preguntas dirigidas a confirmar una hipótesis.
- No comentar la sospecha con personas que no necesitan conocerla.
- Reportar inmediatamente a la persona adulta responsable del menor de edad o en el caso de ser un reporte sobre la madre o el padre, buscar al contacto de emergencia o autoridades correspondientes.

Ruta 4C. Conducta preocupante entre pares

- Detener de inmediato si existe invasión, violencia o riesgo.
- Evitar interrogatorios conjuntos.
- Escuchar únicamente información espontánea y necesaria para recuperar seguridad.
- Regular y restaurar seguridad.
- No etiquetar a ninguno de los participantes.
- Registrar y comunicar a la persona adulta responsable del menor de edad.
- Brindar información a familias, medidas de supervisión, acompañamiento y otras acciones necesarias.

Ruta 4D. Conducta preocupante de madre, padre o cuidador

- Priorizar la seguridad inmediata de la niña o niño.
- No confrontar innecesariamente al cuidador frente al menor.
- Registrar hechos observables y expresiones relevantes.
- Reportar inmediatamente a la persona adulta responsable que no representa peligro, en caso de no poder hacerlo por estar involucrada, reportar a las autoridades correspondientes.
- Si existe riesgo inmediato, activar la Ruta 4F.

Ruta 4E. Conducta inadecuada de una tallerista o integrante de Conciencia

- La persona señalada no gestionará por sí misma la queja.
- La persona señalada no contactará a la familia para “aclarar” la situación.
- Se priorizará la protección del menor sobre la reputación de cualquier integrante de Conciencia.
- Se determinarán medidas preventivas mientras se realiza la valoración correspondiente.
- Se privará del contacto con menores de edad a dicha persona hasta obtener resolución.

Ruta 4F. Riesgo inmediato

- Cuando exista peligro actual para la integridad de un menor, la protección física inmediata tiene prioridad sobre cualquier otro procedimiento.
- Esta ruta deberá complementarse con obligaciones legales y de aviso/denuncia aplicables según el lugar de impartición del taller y las circunstancias concretas.

Acuerdo de Participación y Convivencia para Madres, Padres y Cuidadores

En Conciencia creemos que la prevención y la protección infantil no terminan al salir del taller. Para que los aprendizajes realmente se integren, necesitamos congruencia entre lo que niñas y niños viven durante las sesiones y lo que encuentran en casa.

La participación de madres, padres y cuidadores es, por tanto, parte esencial del programa. Al formar parte de un Taller Conciencia, las familias se comprometen a:

1. Acompañar el aprendizaje en casa

- Realizar las actividades y tareas propuestas.
- Incrementar el ejercicio activo y conciente del ejercicio de la crianza
- Utilizar en casa el lenguaje y herramientas aprendidas durante el taller.
- Favorecer conversaciones abiertas sobre límites, autocuidado, personas adultas seguras y pedir ayuda.
- Promover el contacto con el cuerpo, la conciencia de sensaciones y registro de incomodidad.
- Fomentar que niñas y niños puedan hablar de situaciones incómodas sin miedo a meterse en problemas.
- Reconocer y reforzar el derecho de niñas y niños a expresar incomodidad y poner límites.
- Respetar sus límites corporales y su derecho a decir “no” frente al contacto físico.
- Favorecer la autonomía en acciones privadas (bañarse, vestirse, ir al baño, asearse y dormir) de acuerdo con la edad y posibilidades del menor.
- Escuchar sin ridiculizar, minimizar ni descalificar sus expresiones.

2. Modelar aquello que el taller enseña

- Respetar el espacio personal de niñas y niños.
- Pedir permiso antes de iniciar contacto físico cuando corresponda.
- Respetar un “no” corporal o verbal, relacionado con el cuerpo.
- Evitar gritos, amenazas, manipulación, humillación o chantaje.
- Reparar cuando cometamos una equivocación.
- Promover relaciones basadas en respeto y seguridad.

3. Respetar la experiencia de aprendizaje

- Evitar responder por nuestra hija o hijo cuando la actividad busca que utilice su propia voz.
- Permitir que participe a su propio ritmo.
- No obligarlo a responder, hablar, abrazar, besar o compartir algo que no desea.

4. Convivencia con otros niños y familias

- Tratar con respeto a todas las familias.
- No corregir, disciplinar ni confrontar a niñas o niños que no estén bajo nuestro cuidado.
- Ante una preocupación sobre la conducta de otro participante, acudir a la tallerista o al canal institucional (teescuchamos@codigoa.com.mx).

- No confrontar a otra familia frente a niñas y niños.
- No difundir información personal o situaciones compartidas por otras familias.
- No realizar comentarios, rumores o especulaciones sobre otros participantes.
- Respetar la privacidad de todos.

5. Fotografías y videos

- No tomar fotografías ni videos de otros niños participantes.
- No compartir imágenes de terceros obtenidas durante las actividades.
- Respetar que cualquier material institucional se realice únicamente con autorización previa y escrita, por una persona autorizada, en presencia de cuidadores, sin rostros completos y sujeto a revisión y aprobación de las familias correspondientes.

6. Confidencialidad

- No divulgar nombres, historias, circunstancias personales o información que permita identificar a otro participante o familia.

7. Comunicación de inquietudes

- Comunicar una preocupación a la tallerista cuando sea apropiado, a la coordinación del programa o directamente al canal institucional de Conciencia (**teescuchamos@codigoa.com.mx**).
- Ninguna niña, niño o familia recibirá consecuencias negativas por expresar una preocupación.

8. Canal directo Conciencia

- Si deseas compartir una preocupación relacionada con la seguridad, bienestar o experiencia de una niña, niño o familia, puedes contactar directamente al equipo de Conciencia: **teescuchamos@codigoa.com.mx**
- Este canal puede utilizarse para informar sobre conductas de talleristas, situaciones entre participantes, incumplimientos del Código de Conducta, temas de privacidad o cualquier otra situación que consideres importante.
- Toda comunicación será recibida con seriedad, respeto y confidencialidad. Reportar una preocupación no generará represalias para la niña, niño o familia.

Declaro haber leído y comprendido el presente Acuerdo de Participación y Convivencia y me comprometo a contribuir activamente a que los Talleres Conciencia constituyan un entorno seguro y protector.

Nombre de la niña o niño: _____

Nombre del cuidador: _____

Firma: _____

Fecha: _____

NUESTRO CÓDIGO DEL TALLER PARA NIÑAS Y NIÑOS

ME CUIDO
TE CUIDO
NOS CUIDAMOS

1 MI CUERPO ES MÍO



Yo decido sobre mi cuerpo. Puedo decir **NO, PARA, NO QUIERO** o **NO ME GUSTA**. Y los demás deben respetarlo.

2 TU CUERPO TAMBIÉN ES TUYO



Así como los demás respetan mis límites, yo respeto los límites de los demás. Si alguien dice "no" o "para", me detengo.

3 MI VOZ IMPORTA



Puedo decir lo que pienso, siento, necesito o no me gusta. Las personas adultas me escucharán y me tomarán en serio.

4 PUEDO ELEGIR



En muchas cosas puedo elegir: cómo participar, si quiero hablar o escuchar, si necesito una pausa, cómo quiero saludar y qué me ayuda a sentirme mejor. Hay cosas que las personas adultas deciden para cuidarnos, pero siempre puedo decir cómo me siento.

5 NADIE PUEDE LASTIMARME NI OBLIGARME



En este taller nadie puede pegarme, empujarme, burlarse de mí, humillarme, amenazarme, asustarme para obligarme o tocarme si no quiero. Esto incluye a niñas, niños y personas adultas.

6 TOCAR O ACERCARNOS TIENE REGLAS



Hay formas de contacto que pueden estar bien y otras que no están permitidas. Yo puedo decidir sobre mi cuerpo y decir **NO** o **PARA**. Mira la guía "El contacto físico tiene reglas".

7 LAS ACCIONES PRIVADAS LAS HAGO YO



Ir al baño, limpiarme, vestirme y cambiarme de ropa son acciones privadas. Las hago yo siempre que pueda. Si necesito ayuda, mamá, papá o mi cuidador se encargarán de apoyarme.

8 NO GUARDAMOS SECRETOS QUE DAN MIEDO O INCOMODAN



Si alguien me pide guardar algo que me preocupa, me da miedo o me incomoda, puedo contárselo a una persona adulta segura.

9 PUEDO PEDIR AYUDA



Si algo me preocupa, puedo hablar con mi tallerista, mamá, papá o mi cuidador, u otra persona adulta segura. Pedir ayuda nunca me mete en problemas.

10 NOS CUIDAMOS ENTRE TODOS



En este taller me cuido, te cuido y las personas adultas nos cuidan. Si alguna vez siento que esto no está pasando, debo contárselo a mamá, papá o a otra persona adulta que me sepa cuidar.

UNA PROMESA DE LAS PERSONAS ADULTAS

Las personas adultas de este taller prometemos:



ESCUCHARTE



RESPETARTE



TOMARTE
EN SERIO



CUIDAR
TUS LÍMITES



AYUDARTE
SI ALGO TE PREOCUPA



BUSCAR AYUDA
CUANDO SEA NECESARIO

EL CONTACTO FÍSICO TIENE REGLAS



SÍ PUEDE ESTAR BIEN



Dar la mano.



Chocar los cinco.



Chocar puños.



Dar un abrazo de lado de máximo **5 segundos**, si yo quiero.



Ayudarme si me caigo o estoy en peligro.



Ayudarme durante una actividad si me explican antes y yo estoy de acuerdo.



NO ESTÁ PERMITIDO



Tocar mis partes privadas.



Dar abrazos de frente o por atrás.



Hacerme cosquillas.



Cargarme si no es necesario para protegerme.



Sentarme en las piernas.



Participar en juegos de contacto con el cuerpo.



Obligarme a abrazar o tocar a alguien.



NO

Seguir tocándome si digo "NO", "PARA", "NO QUIERO" o si mi cuerpo muestra que estoy incómodo.

MI CUERPO ES MÍO

Puedo decir NO o PARA.
Si no quiero contacto, deben detenerse.

ME CUIDO
TE CUIDO
NOS CUIDAMOS