



KROPPSREGEL 1





KROPPSREGEL 1

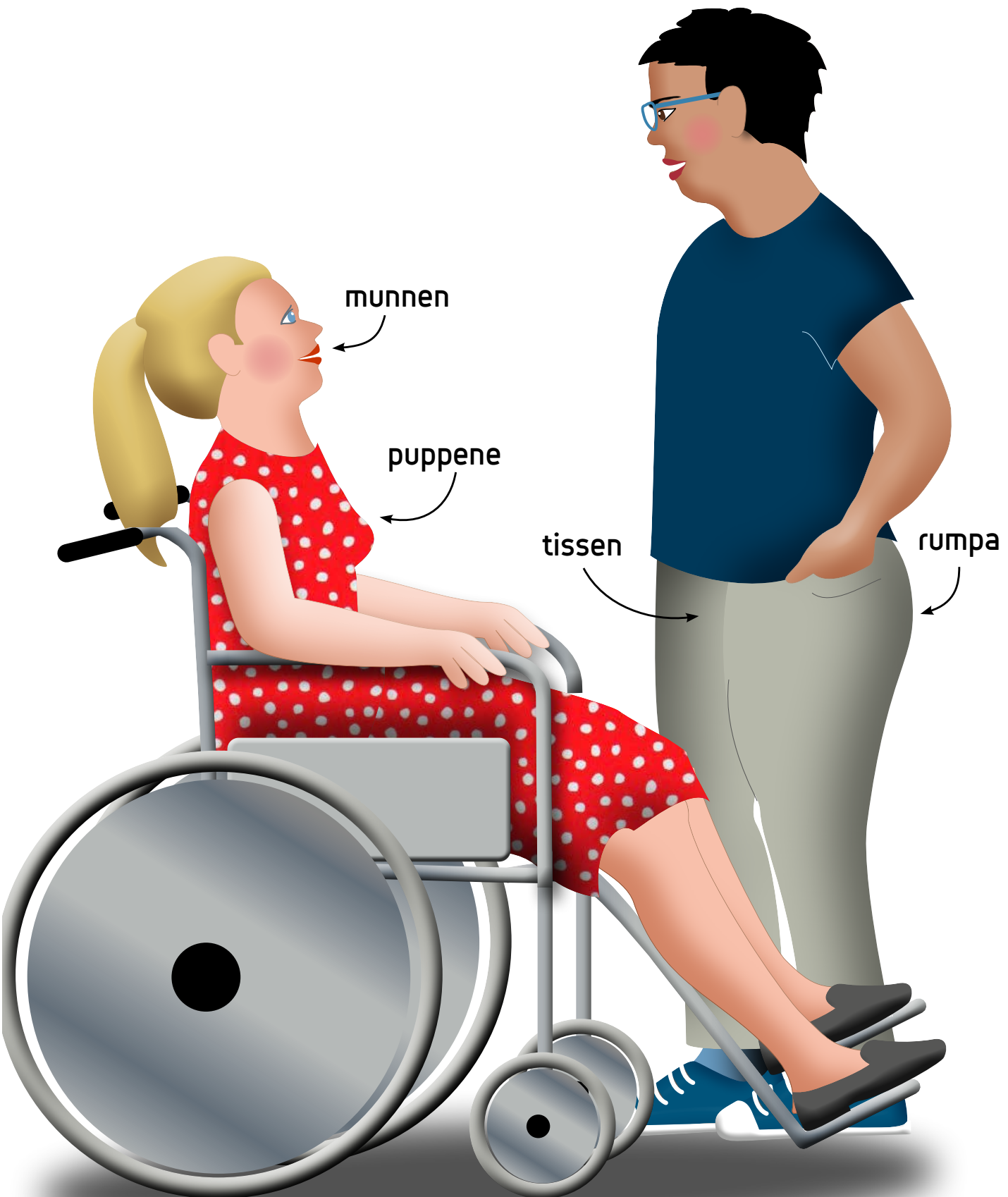
Du bestemmer over din kropp.

HJELPESPØRSMÅL

- Hva skjer her?
- Hvem bestemmer her?
- Hvordan tror du han har det inni seg?
Hvordan kan du se det?
- Når gjelder denne regelen?
- Gjelder denne regelen selv om de
kjenner hverandre?



KROPPSREGEL 2





KROPPSREGEL 2

Ingen skal ta på dine private deler
uten at du vil det.

Tissen, rumpa og puppene
er dine private deler.

Det er munnen din også.

Her er det viktig å sjekke ut at brukeren kjenner til hva kroppsdelene heter.

HJELPESPØRSMÅL

- Hva er private deler på kroppen?
- Hvilket ord bruker du på de private delene?
- Hvem bestemmer over de private delene?
- Hva skal du gjøre hvis noen tar på dine private deler?



KROPPSREGEL 3





KROPPSREGEL 3

Ingen skal ta bilde eller spørre om bilder av dine private deler.

HJELPESPØRSMÅL

- Hva skjer her? Hvordan tror du/dere dama har det? Hvorfor er hun lei seg?
- Hva kan du gjøre om noen spør om du kan sende bilde?
- Hva om du kjenner den som spør om bilde?
- Hva hvis du allerede har sendt bilde, er det viktig å si ifra da?



KROPPSREGEL 4





KROPPSREGEL 4

Det er ikke lov å slå, dytte, lugge, sparke eller holde slik at det gjør vondt.

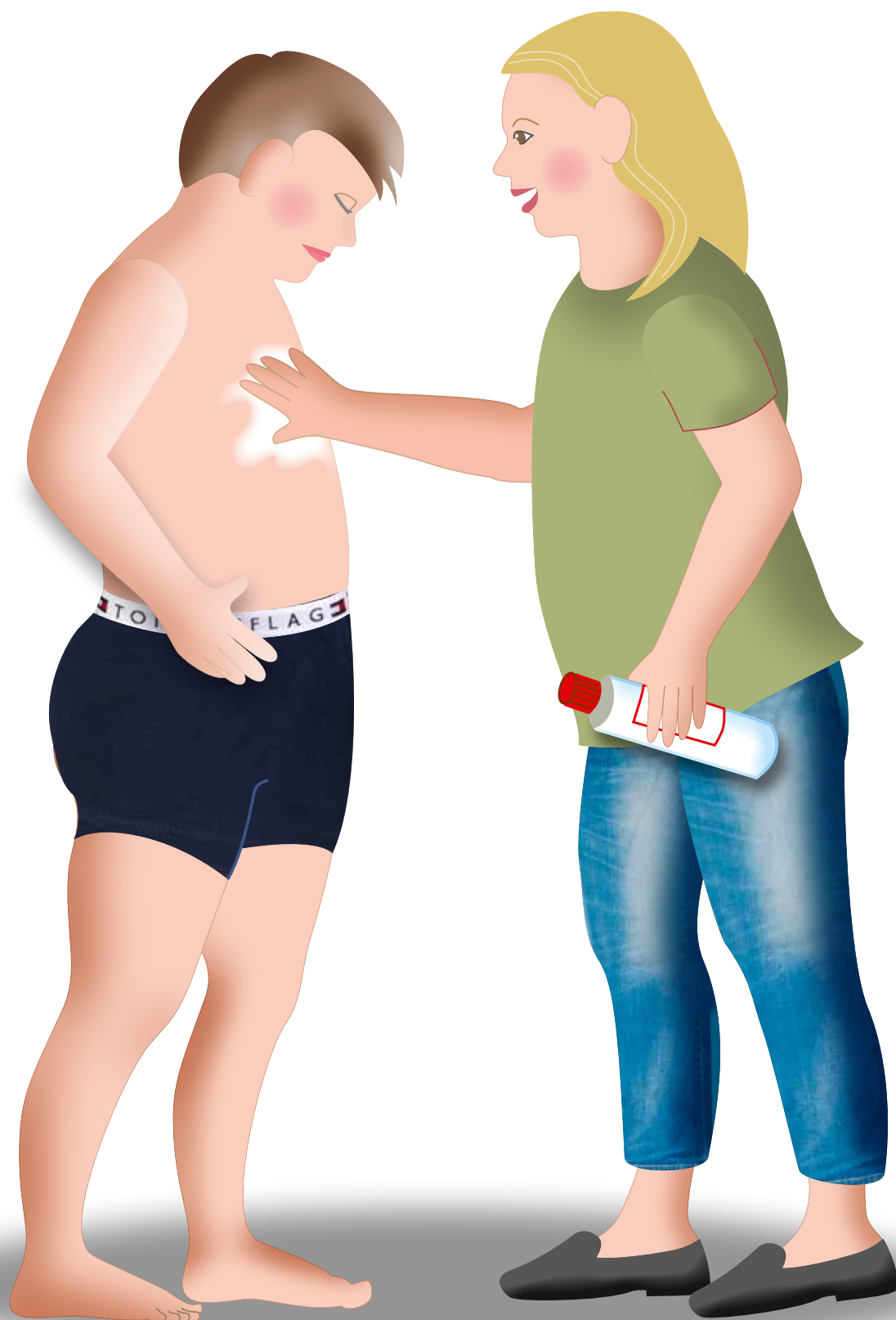
Det er også forbudt å true.

HJELPESPØRSMÅL

- Hva skjer her?
- Hvordan tror du han føler det?
- Hva betyr å true?
Kom med eksempel på true.
- Skal vi si ifra hvis vi ser noen andre bli truet?



KROPPSREGEL 5





KROPPSREGEL 5

Hjelpere kan ta på dine private deler hvis du trenger hjelp til å stelle deg eller å gå på do. Tannlege og lege har lov til å undersøke kroppen din.

Du har lov til å si nei, om det gjør vondt eller føles ekkelt.

HJELPESPØRSMÅL

- Hva skjer her?
- Er dette lov?
- Når er det lov at noen tar på kroppen din?
- Kom med eksempler på når noen må hjelpe.
- Hva kan du gjøre hvis noen tar på dine private deler?
- Er det viktig å si ifra og til hvem?



KROPPSREGEL 6





KROPPSREGEL 6

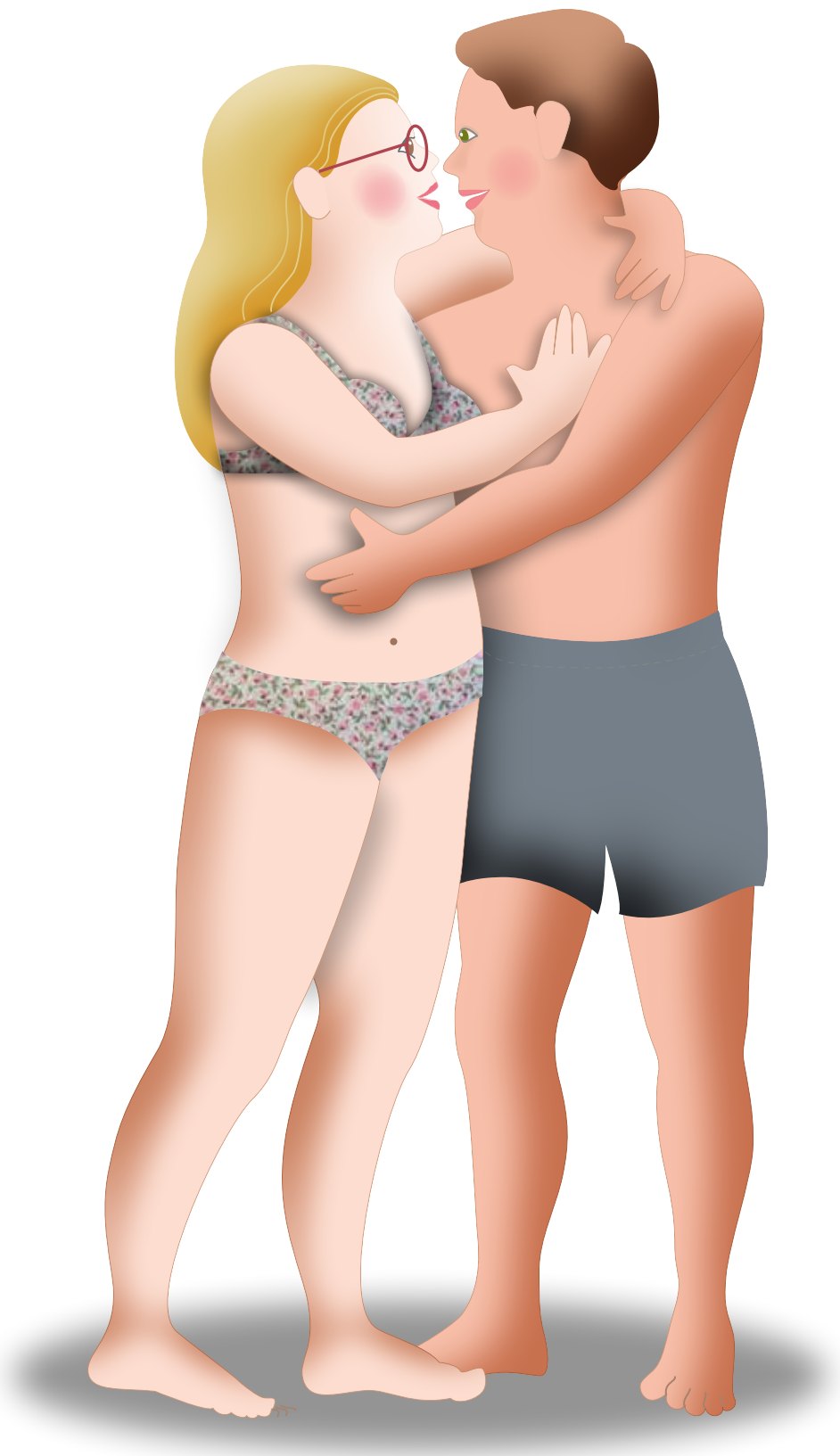
Det er lov til å ta på sine private deler hvis en er alene og det kjennes bra.

HJELPESPØRSMÅL

- Har du lov til å ta på dine private deler?
- Hvor bør man være når man tar på sine private deler?
- Hvor er du alene?



KROPPSREGEL 7





KROPPSREGEL 7

Det er lov til å ta på hverandre hvis begge vil og det kjennes bra.

Du må være sikker på at den andre vil bli tatt på.

Det er ikke lov til å mase eller true.
Nei betyr nei.

HJELPESPØRSMÅL

- Hvordan tror du disse har det?
- Hva betyr å mase?
- Hvordan kan man være sikker på at den andre vil?
- Hvor bør man være når dette skjer?



KROPPSREGEL 8





KROPPSREGEL 8

Det er aldri din skyld dersom noen gjør noe med kroppen din som du ikke liker.

Du har alltid lov til å si nei.

Samtale rundt dette bildet gir rom for å avklare hvor mye som er forstått av de andre reglene.

HJELPESPØRSMÅL

- Hva skjer her?
- Hvem bestemmer her?
- Tar han på damas private deler?
- Er dette lov?
- Hvem er det som bryter kroppsreglene?
- Kan hun si nei?
- Er det noen det er vanskelig å si nei til?
- Hvorfor kan det være vanskelig å si nei?
- Hva med om de kjenner hverandre?
- Hva om han er forelsket i henne?



KROPPSREGEL 9





KROPPSREGEL 9

Det finnes gode og vonde hemmeligheter. Gode hemmeligheter har en lyst til å fortelle, vonde hemmeligheter har en ikke lyst til å fortelle.

Når noen bryter kroppsreglene og sier det skal være en hemmelighet, må du likevel fortelle det til noen som kan hjelpe deg.

HJELPESPØRSMÅL

- Hva er en god hemmelighet? Gi eksempel.
- Hva er en vond hemmelighet? Gi eksempel.
- Hvem kan du fortelle en vond hemmelighet til?
- Hvorfor kan det være vanskelig å fortelle vonde hemmeligheter?



KROPPSREGEL 10





KROPPSREGEL 10

Du skal alltid fortelle til en hjelper om
noen har brutt en kroppsregel.
Det er aldri for sent å fortelle.

HJELPESPØRSMÅL

- Hvem kan være din hjelper?
- Hvem flere kan hjelpe deg?
- Skal du fortelle selv om det er lenge siden det skjedde?