

Cahier Enfant

Mon corps



AMÉLIE BRISEBOIS
sexologue

MON CORPS!

Chaque personne a son corps à lui, il est spécial et unique à toi! Tu dois donc en prendre bien soin!



Voici Sophie et Max! Eux aussi ont chacun leur corps qui est unique à eux!



À l'aide de maman ou papa, dessine ton corps sur une grande feuille.

Nommes des parties de ton corps que tu vois:

Nommes des parties de ton corps que tu ne vois pas:

Quelles sont les parties de ton corps que tu aimes? Y a-t-il des parties que tu aimes moins? Pourquoi?



Connais-tu les parties privées? Nommes-les:

Pour t'aider, regarde Sophie et Max. Leur costume de bain couvre leurs parties privées!



Ton intimité, c'est ta bulle à toi!

L'intimité, c'est lorsque l'on veut être seul ou lorsque l'on ne veut pas que d'autres personnes nous voient nu.

Nommes des exemples:

La bulle, c'est l'espace autour de toi qui respecte ton intimité. Parfois ta bulle est grande, parfois elle est petite. Ça dépend de qui est avec toi.

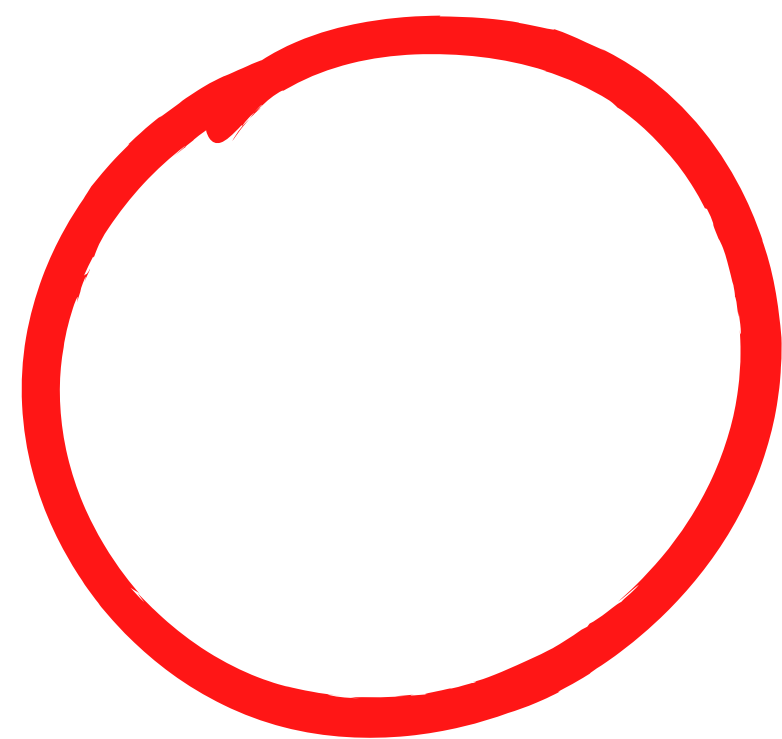
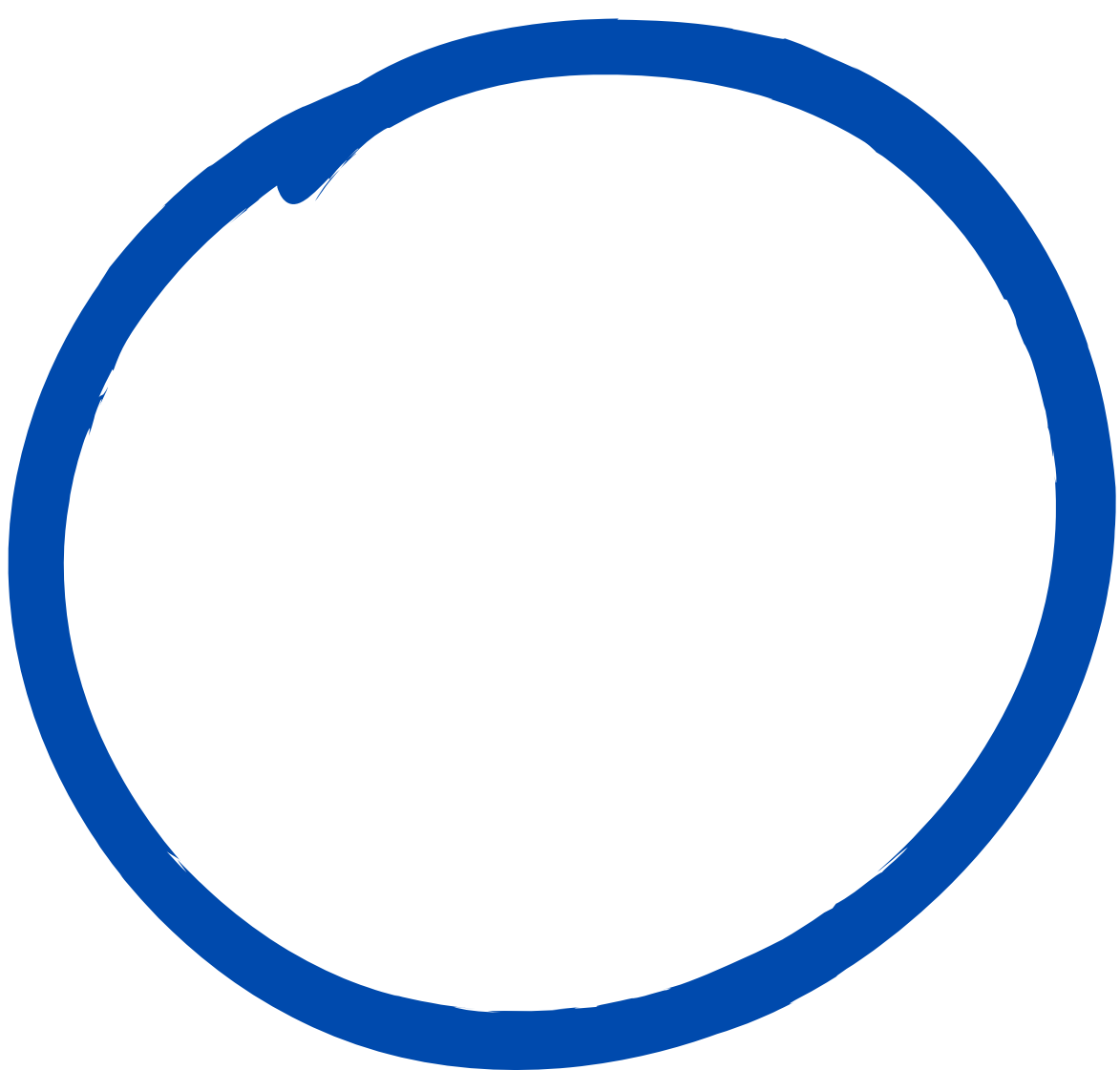
Parfois, on a le goût de recevoir des câlins et parfois non. C'est correct et tu dois le dire!



Savais-tu que toi aussi tu dois respecter la bulle des autres? Chacun doit donc demander la permission avant de donner un câlin ou toucher l'autre personne. Ainsi on respecte la bulle de chacun!

Amuses-toi et dessine ta bulle sur une grande feuille et places-toi à l'intérieur de ta bulle. Ceci est ton espace d'intimité.

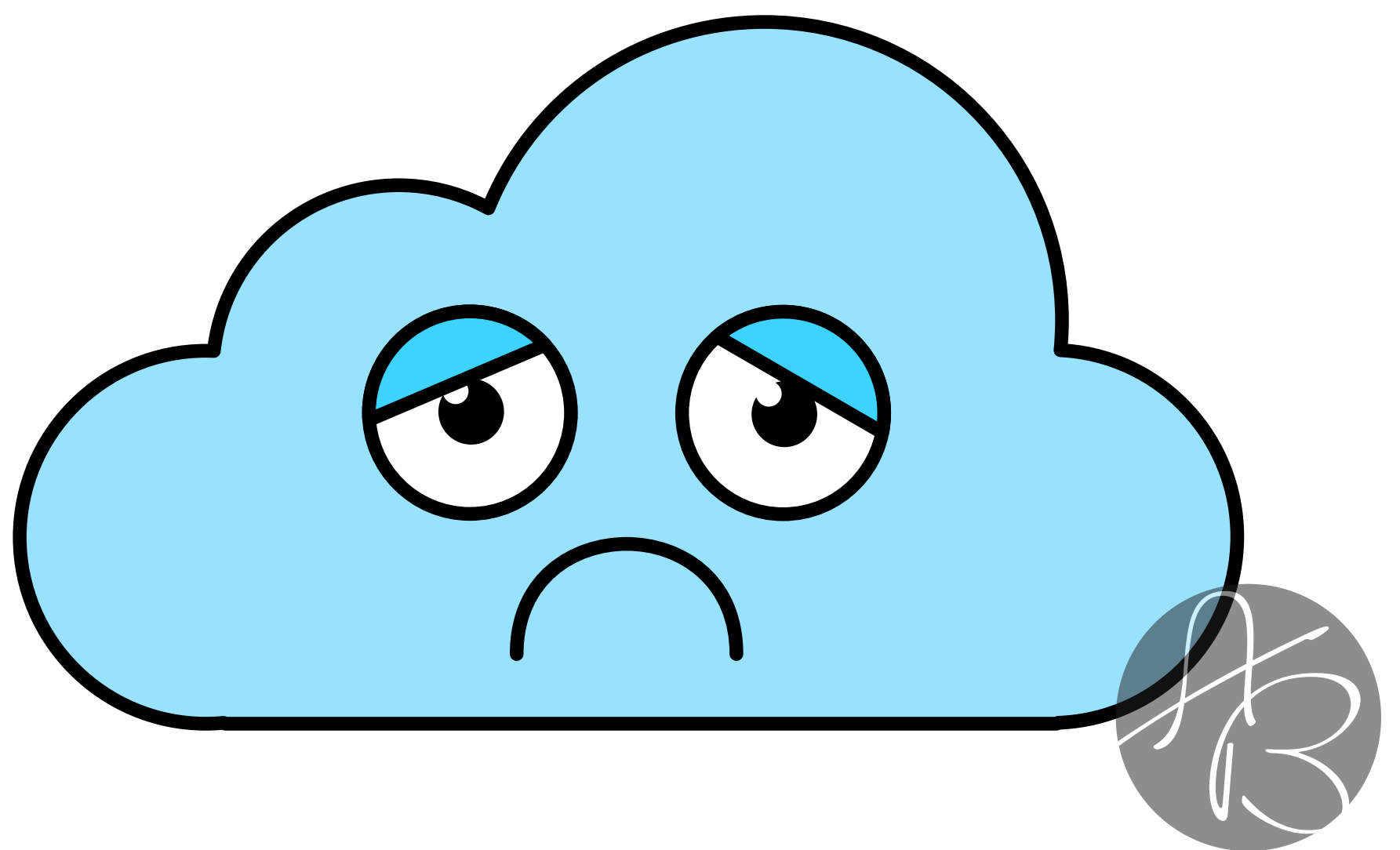
Est-ce que ta bulle est de la même grosseur avec toutes les personnes?



Ton corps peut toucher et être touché!

Quels sont les touchers qui te font chauds
au coeur?

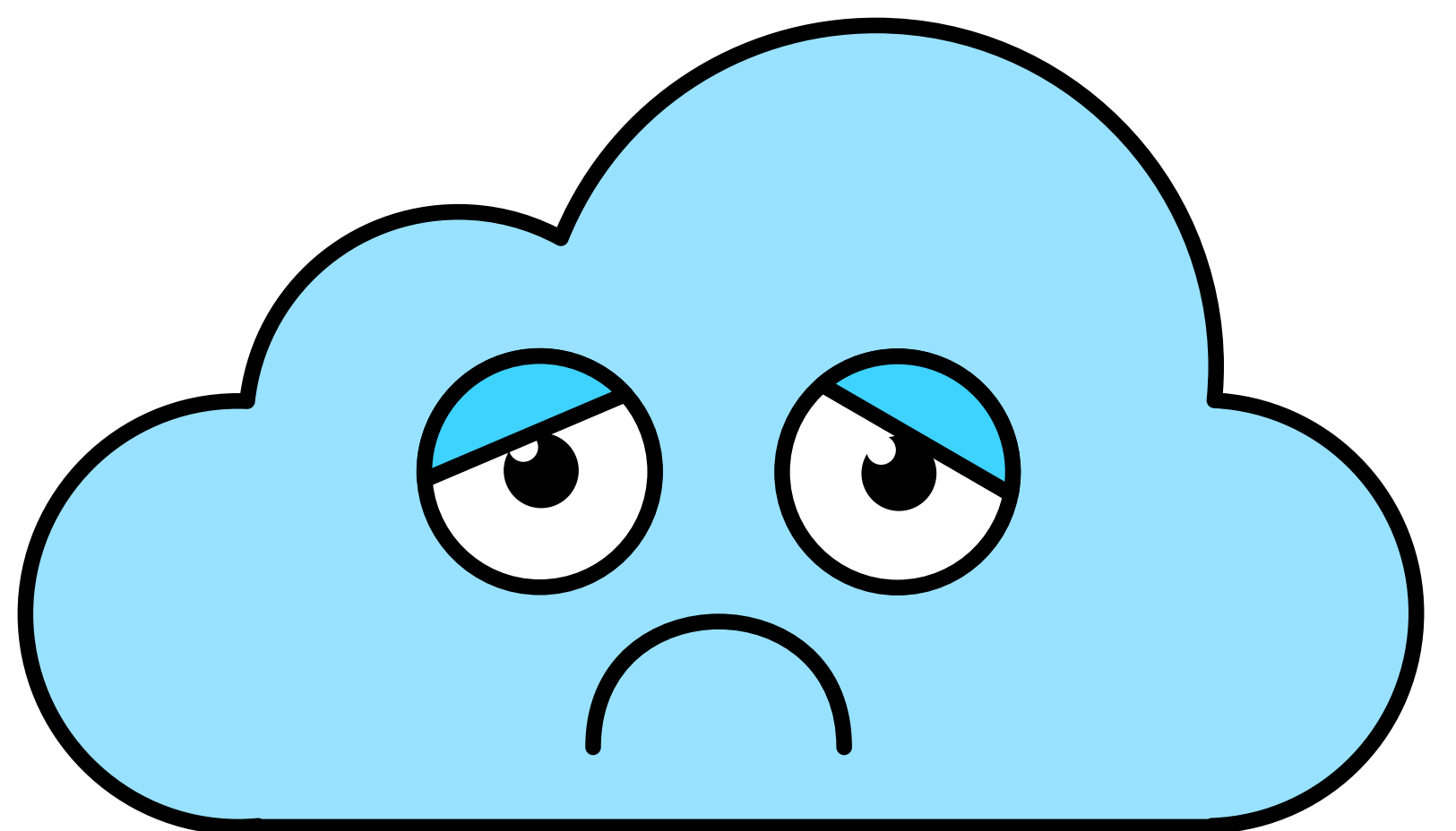
Quels sont les touchers qui te rendent
triste?



Les secrets

Nommes des secrets qui te font chauds au
coeur:

Nommes des secrets qui te rendent triste:



Le sac à poubelle



Amélie Brisebois, Sexologue

