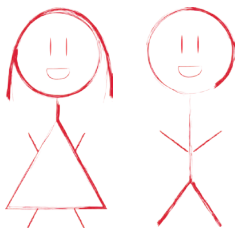


# KUNNSKAP

gjør at;

- borna vert tryggare, sterkare og betre rusta til å beskytte seg sjølv og setje eigne grenser.
- det blir enklare for born å fortelje om nokon tråkkar over grensene.
- ein får seinare seksuell debut, auka kondombruk og meir medvit rundt når og kven ein vel å ha sex med.
- ein får ein open og ærleg dialog i heimen som vil gje barnet den plattformen det treng for seinare å våge å snakke om, og stille spørsmål om sex og seksualitet.
- ein kan førebyggje alvorlege psykiske-, fysiske- og somatiske seinskadar.



# KONTAKTINFORMASJON

Senter mot incest og seksuelle overgrep Sogn og Fjordane  
Hornnesvegen 1 (ved kyrkja), 6809 Førde

**Telefon:** 57 72 10 70/94 89 28 23

**E-post:** [post@smiso-sf.no](mailto:post@smiso-sf.no)

**Heimeside:** [www.smiso-sf.no](http://www.smiso-sf.no)

Følg oss på Facebook

Landsdekkande telefon for incestutsette  
og seksuelt misbrukte: 800 57 000

Alarmtelefon for barn og unge: 116 111

## ANBEFALT LITTERATUR;

**Jeg er meg, min meg**

av Eli Rygg og Margrete Wiede Aasland.

**Sinna Mann** av Gro Dahle

**Jeg sa ikke kom inn** av Eli Rygg.

**Filiokus og Blåmann-Klåmann** av Marit Hoem Kvam

**Snakk om sex, en bok om følelser, kropp og forandring**

av Robie H Harris og Michael Emberley

## FILM;

**Trøbbel**

**Har du en vond hemmelighet?**

(finnes på YouTube)

# VISSTE

du at;

## I DAG ER SEKSUELLE OVERGREP MOT BORN EIT AV NOREGS STØRSTE FOLKEHELSEPROBLEM



Før barnet ditt er 18 år er det 20 % risiko for at han/ho har blitt utsett for ei eller anna form for seksuelle overgrep.\*

Dei fleste overgrep vert utført av nokon som barnet kjenner og har tillit til.

750 000 menneske søkjer etter barneporno på nett til ei kvar tid.\*\*



Incest skal talast i hel – ikkje teiast i hel

\*NOVA Rapport 5/16 Vold og overgrep mot barn og unge

\*\*FN-rapport, juni 2009

# DU kan førebyggje dette ved å tidleg snakke med DITT barn om;

## **Kroppen din er berre din og du bestemmer over den.**

Ingen har lov til å gjere noko med kroppen din som du ikkje vil.

## **Gode og vonde følelsar**

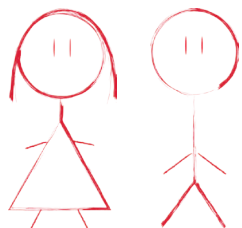
Når får du gode følelsar? Når får du vonde følelsar? Glede seg til bursdag, vere i barnehagen, nokon seier noko fint til meg vs få kjeft, nokon seier noko stygt til meg.

## **Gode og vonde berøringar**

Stryk på kinnet, klem, klø på ryggen vs slå, knipe, lugge.

## **Gode og vonde hemmelegheiter**

Gje eksempel på gode og vonde hemmelegheiter. Gode hemmelegheiter kan du bere på, vonde hemmelegheiter MÅ du fortelje til ein trygg vaksen.



Dersom ikkje føresette snakkar med borna om seksualitet, kven vert då borna si kunnskapskjelde?

Korleis vi reagerer på born si utforsking av kropp/spørsmål dei stiller – både med ord, tonefall og ansiktsuttrykk, er med på å forme barnet sin oppfatning og følelsar knytt til seksualitet.