

## AŠ SAUGUS, KAI ŽINAU...

### ŽIRKLĖS -

Su žirklutėm aš karpau  
Ir po grupę nelakstau.

### LANGAI -

Jei kas langą atidaro,  
Tai mane nuo jo nuvaro.

### LAIPTAI -

Laiptais vaikštau  
pamažu,  
Nesistumdau su draugu.

### KLIJAI -

Klijų niekad nelaižau,  
Nes susirgti aš bijau.



**NUODINGI AUGALAI -**  
Gėles laistyti smagu,  
Bet ragauti nesaugu.

**SMULKŪS ŽAISLAI -**  
Su smulkiais žaislais  
žaidžiu,  
Jų į burną nekišu.

**SLIDUS PAVIRŠIUS -**  
Iš vonelės kai lipu,  
Įsikimbu kur galiu.

(Z. NEVIERIENĖ)

Parengta pagal:  
sites.ccsmi.qc.ca  
www.vectorstock.com  
www.andreiciobanu.eu  
www.illustrationsof.com  
<http://www.szelmelitali.lt/>



Tel./Faks. 8 (441) 52217,  
El. paštas:  
[visuomenessveikatosbiuras@em.sil.com](mailto:visuomenessveikatosbiuras@em.sil.com)



## Aš augu sveikas ir saugus



ATMINTINE TEVAMS

## GERB. TĖVELIAI,

✦ Nuolat priminkite vaikui, kad  
jis turi žinoti savo vardą, pavardę  
bei namų adresą.

✦ Parodykite vaikui, kaip  
paskambinti, jeigu prireiktų  
skubios pagalbos.

✦ Domėkitės vaiko  
užsiėmimais bei jo draugais.

✦ Niekada nepalikite vaiko  
visiškai vieno, nors Jums ir  
atrodytų, kad vaikas saugus.

✦ Mokykite vaiką nebendrauti  
su nepažįstamais žmonėmis, o  
kilus bent menkiausiam įtarimui,  
šauktis pagalbos.



✦ Įsiklausykite, jei vaikas sako,  
kad jam kažkoks žmogus  
nepatinka. Visada atsargiai  
išsiaiškinkite kodėl.

✦ Nesišaipykite iš vaiko baimės  
ir nerimo, net jei manote, kad  
baimė nepagrįsta ar vaiko  
įsikalbėta. Nuraminkite jį.

✦ Padrąsinkite vaiką, kad jis  
nebijotų Jums papasakoti apie  
kiekvieną nemalonią, gąsdinančią  
ar jam neįprastą situaciją.

✦ Tikėkite vaiko pasakojimu,  
nes dažniausiai vaikas,  
pasakodamas apie seksualinę  
prievartą, nemeluoja.

✦ Nekaltinkite vaiko, atvirai  
nerodykite pykčio skriaudėjui,  
nes vaikas gali klaidingai tai  
suprasti.

✦ Paaškindite vaikui, kad jei  
kas nutiktų, jo nepaliks bėdoje ir  
visada mylėsite.

✦ Visada žinokite, kad vaikas  
saugus tada, kai jis nėra vienas, kai  
juo rūpinasi patys artimiausi jam  
žmonės – tėvai.

✦ Kai vaikas bus saugus ir  
sveikas, laimingi būsite ir Jūs  
patys.

