



من حَقك أن تتعرف على
جسدك
للتمكن من أن تتعامل معه
باحترام وأن تحميه
وتحافظ على سلامته

من حَقِّك أن تكون محمياً وأن تشعر بالأمان في علاقاتك مع الآخرين والأخرى

اللمسة أو النظرة
غير المريحة

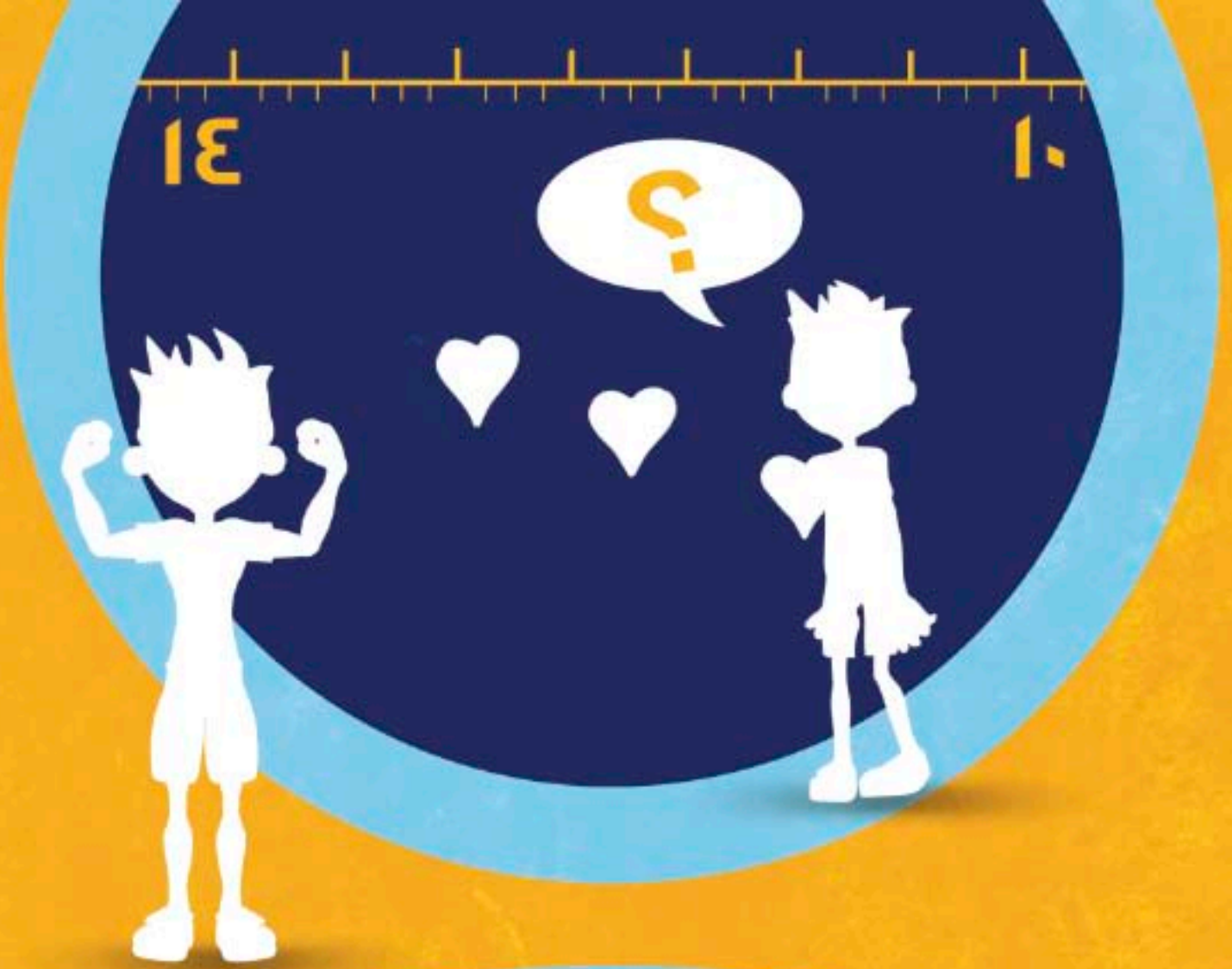


اللمسة أو النظرة
المريحة



من حَقك أن تحمي نفسك
من التحرش وأن ترفض
كل ما يسبب لك الأذى
النفسي أو الجسدي





من حَقِّكَ الحصول على معلومات حول التغيّرات النفسيّة والجسديّة المرافقة لسن البلوغ

الحصول على معلومات علمية
حول صحتنا
وكيفية العناية بالذات
خلال سن البلوغ
أمر مهم جداً





التعبير عن مشاعرك
يمنحك القدرة على اتخاذ
قرارات
تتعلق بحياتك وخياراتك
بشكلٍ صحي وسليم