

**USO EXCLUSIVO ÁREA DE PREVENCIÓN  
DIRECCIÓN DE ANTINARCÓTICOS**



**DATOS DEL ESTUDIANTE**

Nombre:

Colegio:

Grado:  Año:

Número documento identidad:

Sexo: F  M  Edad:

**Nota:** Las páginas 1 y 2 deberán ser diligenciadas por los padres o acudientes.

## CARTA A LOS PADRES DE FAMILIA

Les damos la bienvenida al módulo de mis primeros pasos en la convivencia "PPACO". Su hijo está a punto de empezar cinco lecciones de un programa emocionante, que le ayudarán a fortalecer las habilidades necesarias para ser un buen ciudadano (conocer deberes y obligaciones, respetar la fila, la cebra, resolver conflictos por medio del diálogo, entre otros). También aprenderá cómo los estilos de vida saludables y el buen uso del tiempo libre, fortalecen la convivencia y la paz.

Para ser parte del club de la prevención, recibir su certificado y graduarse como buen ciudadano tendrá que:

- Completar el cuaderno de trabajo.
- Asistir a las actividades.
- Demostrar buen comportamiento (hogar, escuela y barrio).
- Realizar alguna de las siguientes actividades: cuento, canción, mural, pintura, manualidad, entre otras.

La participación de los padres de familia es muy importante en este módulo, por ello programaremos una reunión para darles la información necesaria. Al finalizar las lecciones sus hijos participarán en una clausura especial de culminación como reconocimiento a su asistencia, esperamos que ustedes participen en este evento especial, posteriormente serán notificadas las fechas de reunión y cierre.

Los invitamos a invertir el tiempo necesario con sus hijos leyendo juntos el contenido de esta cartilla, comentándola en familia y con su comunidad.

Tú también puedes hacer parte de la construcción de una Colombia segura y en paz.



### Jefe del Área de Prevención

Nombre del Docente \_\_\_\_\_  
C.C. \_\_\_\_\_  
Tel: \_\_\_\_\_

Nombre del Instructor \_\_\_\_\_  
C.C. \_\_\_\_\_  
Tel: \_\_\_\_\_

Nombre Padre o Acudiente \_\_\_\_\_  
C.C. \_\_\_\_\_  
Tel: \_\_\_\_\_

### CONVIVENCIA

Papá  Mamá  Papá  Mamá  Acudiente: \_\_\_\_\_ Otros Cual: \_\_\_\_\_



Ahora haz las cosas más fáciles, Denuncia con valor, comunícate al



## MIS DERECHOS

Yo tengo derecho a ser feliz y a ser tratado con cariño y comprensión. Esto significa que puedo expresar mis ideas y que nadie debe burlarse de mí o herir mis sentimientos.

Yo tengo derecho a ser respetado como persona, yo soy especial, yo soy único. Esto significa que debo ser tratado justamente.

Yo tengo derecho a sentirme seguro. Esto significa que nadie debe herirme físicamente, con palabras, o tratar de tocarme de un modo que me haga sentir incómodo.

Yo tengo derecho a decir No. Esto significa que puedo decir No a otra persona joven o a un adulto, que me pida que haga algo que está mal, que es peligroso o que a mí no me parezca correcto.

Yo tengo derecho a expresar mis sentimientos y escuchar a los demás. Esto significa que debo hablar cuando sea mi turno y escuchar cuando hable otra persona.

Yo tengo derecho a aprender. Esto significa que necesito un adulto que me oriente, que debo esforzarme por mejorar y sentirme orgulloso de las cosas que aprendo.

3

## NO OLVIDAR NUESTRAS RESPONSABILIDADES...

- La responsabilidad te ayuda a ser mejor.
- Ser responsable es asumir las consecuencias de nuestras acciones y decisiones.
- La responsabilidad es la sabiduría que da la experiencia para poder cumplir con las obligaciones.
- La responsabilidad es uno de los valores y pilares más fuertes del éxito.
- La responsabilidad es un logro, no un regalo.

# LECCIÓN 1

## ¿A QUIÉN LLAMO EN CASO DE EMERGENCIA?



Por una Colombia  
Segura y en Paz

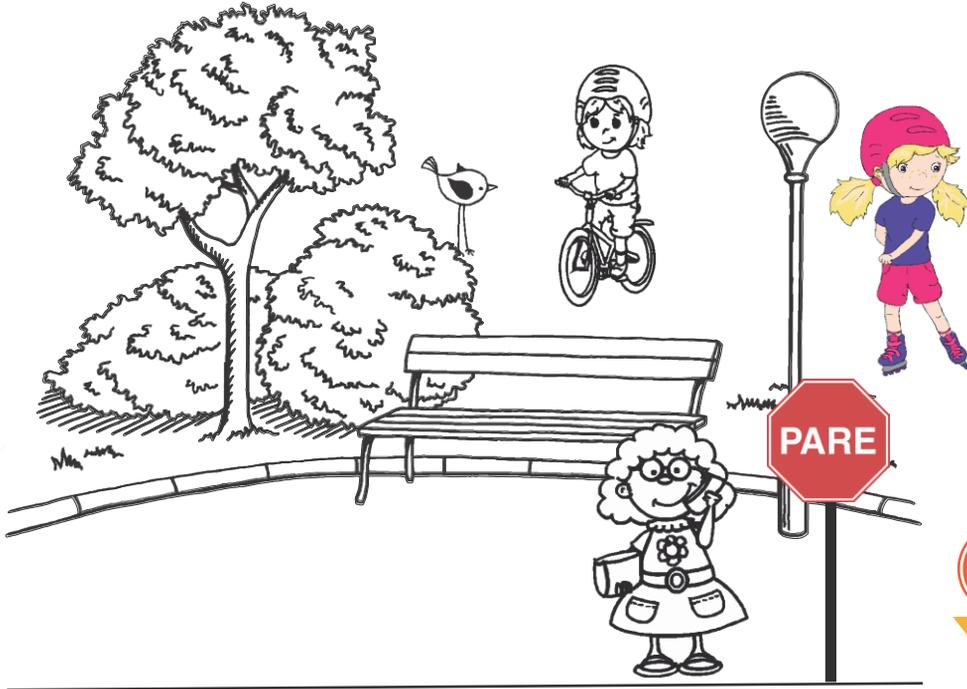
## ¿QUÉ DEBERÍAS HACER SI ESTÁS PERDIDO?



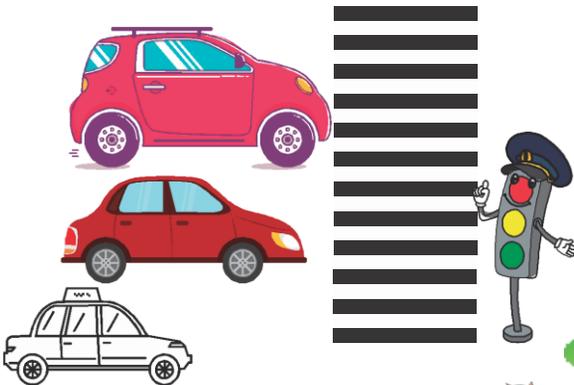
# ¿POR QUE NO DEBERÍAS ACEPTAR OBSEQUIOS NI INVITACIONES DE EXTRAÑOS?



## ¿CUÁLES SON LAS PRECAUCIONES QUE DEBO TENER?



Si estas en la ciudad



Si estas en el campo



Por una Colombia  
Segura y en Paz

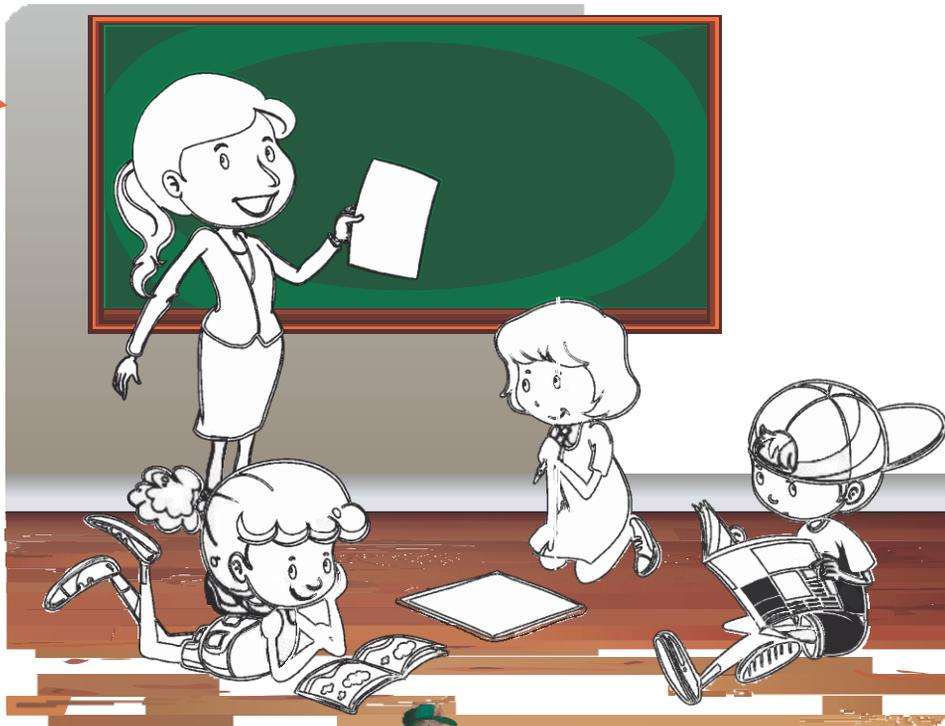
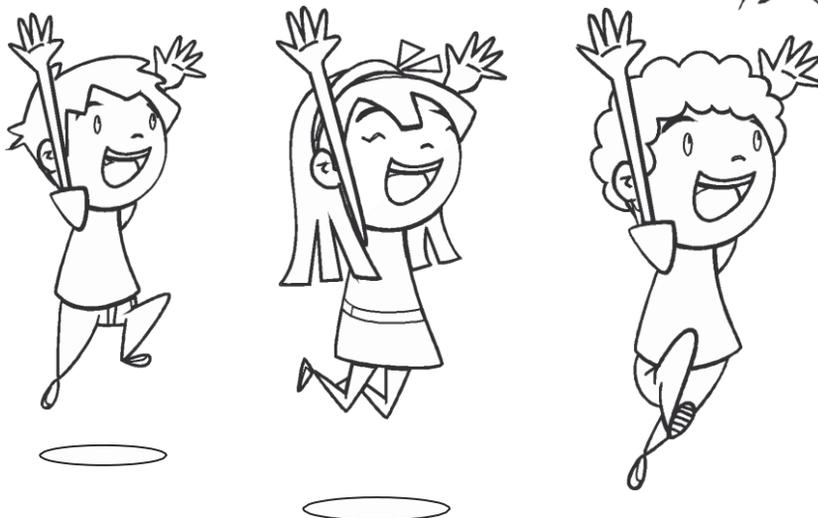
# HAGO LA FILA Y ESPERO MI TURNO



# LEVANTO MI MANO PARA HABLAR Y PEDIR TURNO



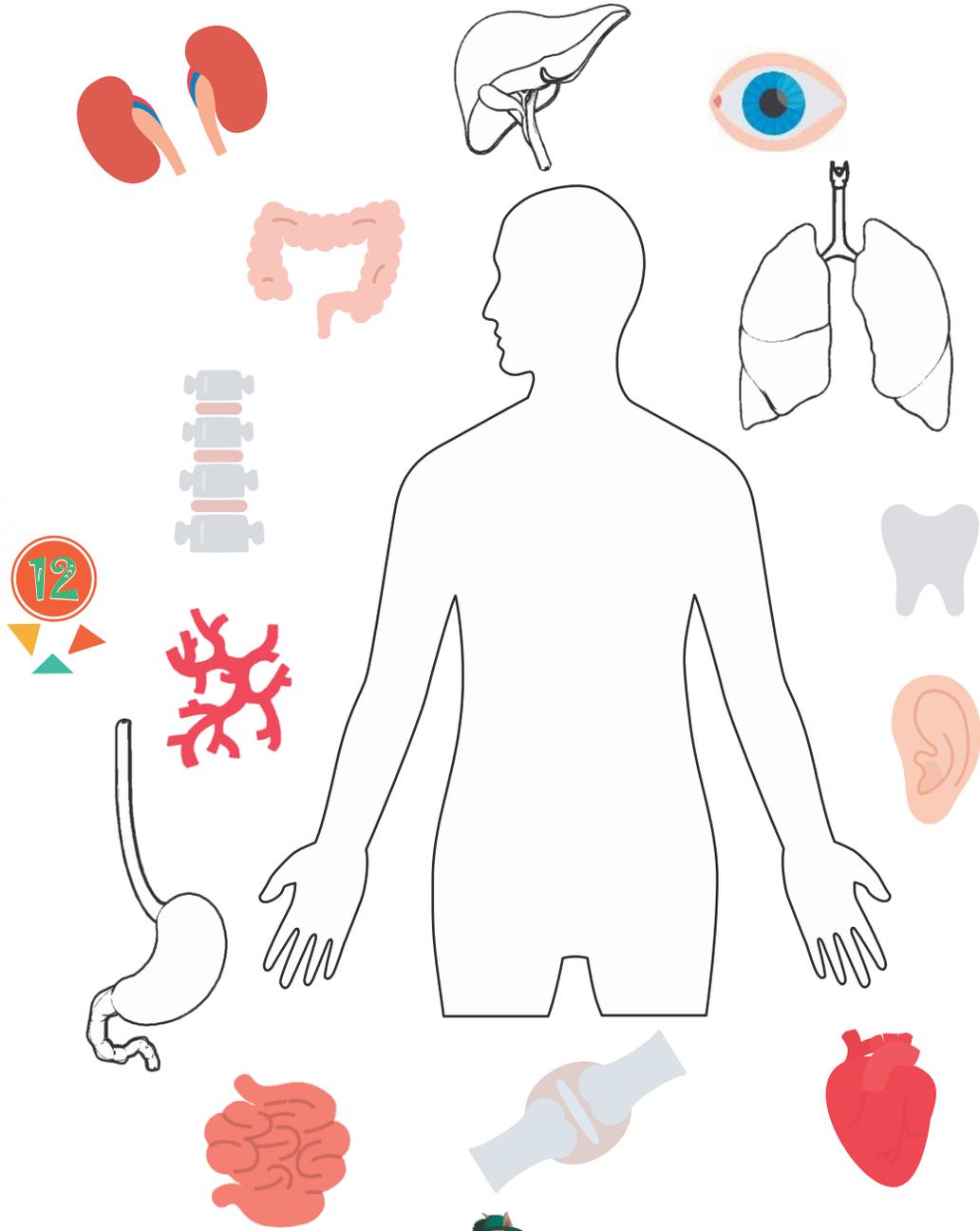
# RESPECTO A LOS DEMÁS Y HAGO SILENCIO CUANDO ES NECESARIO



# COMPARTO MIS JUGUETES Y LOS ORGANIZO AL TERMINAR



# LOS ÓRGANOS DE MI CUERPO



# PRÁCTICAS CLAVES DE HIGIENE



|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|  <p>1</p> <p>Palma con palma</p>     |  <p>2</p> <p>Entre los dedos</p> |  <p>3</p> <p>Detras de las manos</p> |  <p>4</p> <p>Pulgares</p>         |
|  <p>5</p> <p>Detrás de los dedos</p> |  <p>6</p> <p>Uñas</p>            |  <p>7</p> <p>Muñecas</p>             |  <p>8</p> <p>Enjuagar y secar</p> |



# ALIMENTACIÓN PARA EL CUIDADO DE MI CUERPO

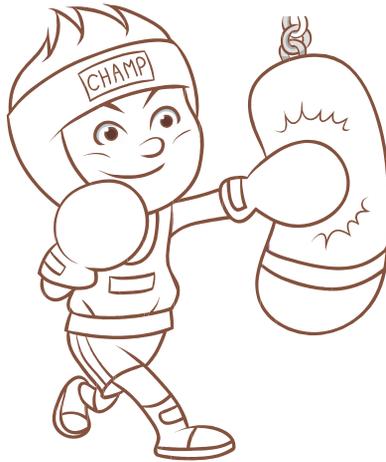


14



Por una Colombia Segura y en Paz

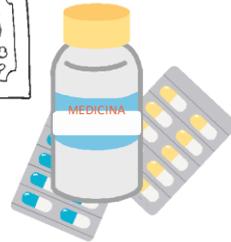
# DEPORTE PARA EL CUIDADO DE MI CUERPO



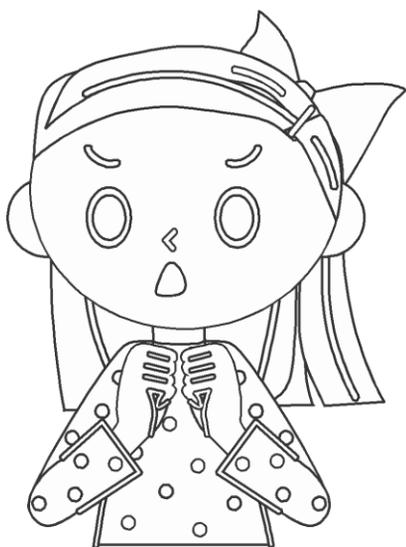
# ¿CÓMO SABER QUÉ PUEDO TOCAR, PROBAR, U OLER SIN QUE ME CAUSE DAÑO?



16



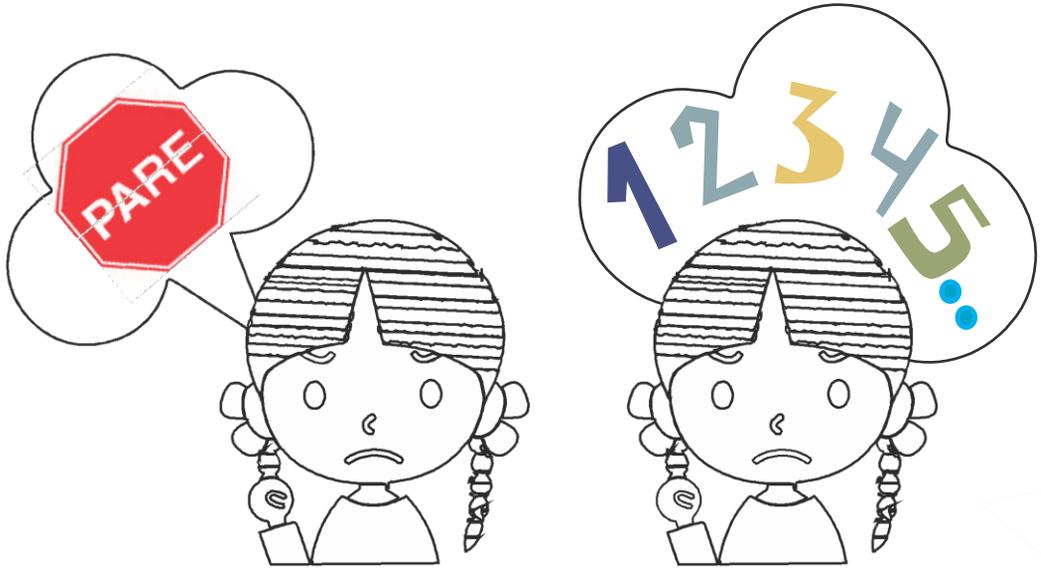
# ¿QUÉ ESTÁS SINTIENDO?



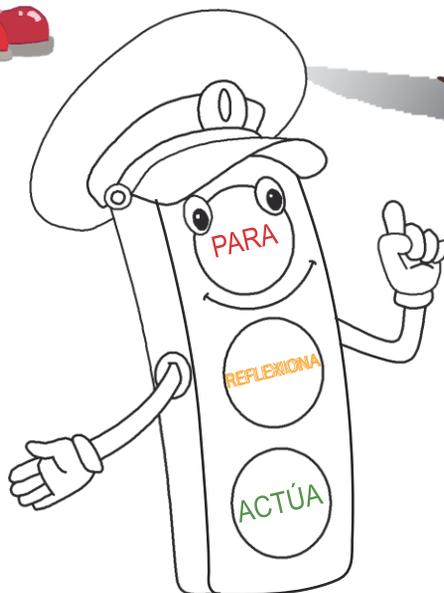
# ¿CÓMO PODRÍAS RESOLVER LAS DIFERENCIAS?



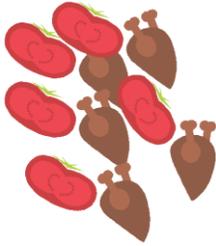
# ¿QUÉ DEBERÍAS HACER CUANDO ESTÁS ENOJADO?



# ¿CÓMO EVITAR LAS PRESIONES?



# LAS TRES "R" RECICLA, REDUCE, REUTILIZA



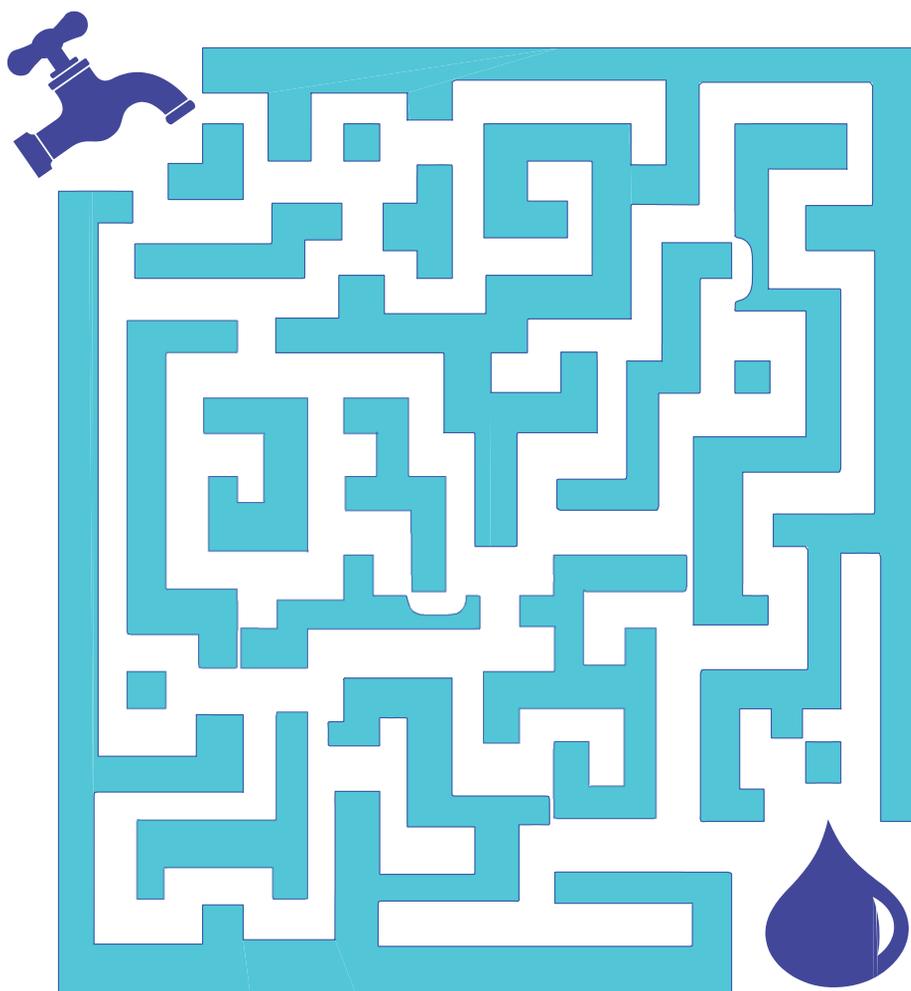
Por una Colombia  
Segura y en Paz

# RECICLA EL PLÁSTICO



Por una Colombia  
Segura y en Paz

# CUIDEMOS EL AGUA



Por una Colombia  
Segura y en Paz



IMPRESA  
NACIONAL  
S. A. S.

Carrera 86 No. 24-09  
Tel.: (571) 4578000  
[www.imprensa.gov.co](http://www.imprensa.gov.co)  
Bogotá, D. C., Colombia