

# NSPCC



MATADALAN

P

A

N

T

S

KOMUNIKASAUN

BA INAN-AMAN

**Konversa simples hodi ajuda Ita-nia  
oan sira seguru nafatin husi abuzu**

**EVERY CHILDHOOD IS WORTH FIGHTING FOR**

ITA-NIA  
NARAN

Matadalan ida ne'e pertense ba

.....

no

.....

ITA-NIA  
OAN NINIA  
NARAN



## **Ita hotu hakarak atu kuida ita-nia oan sira seguru**

**Ita dalaruma ko'alia ona ho sira kona-ba buat sira hanesan oinsá hakat ba estrada sorin ho seguru. Maibé Ita ko'alia ona ho sira kona-ba oinsá atu nafatin seguru husi abuzu seksuál? Ami hatene ida ne'e konversa ida ne'ebé laiha inan-aman ida mak hakarak atu halo, maibé ami fiar ida ne'e bele sente naturál, no fasil, hanesan konversa kona-ba seguransa estrada nian.**

**Ami bolu ida ne'e ko'alia kona-ba PANTS. Husi letra P to'o S, letra ida-ida hato'o mensajen importante ba oan sira ho nia idade tinan hat hodi ajuda sira seguru nafatin.**

Tanba ne'e ami hakarak inan-aman hotu atu **ko'alia kona-ba PANTS** – tanba ami hatene katak ko'alia beibeik ho oan sira kona-ba mensajen importante sira ne'e bele ajuda sira seguru nafatin.



TANBASÁ KO'ALIA  
KONA-BA PANTS?



## **Konversa importante ida atu halo**

Ami hatene saida mak dalaruma Ita hanoin hela: ida ne'e la'ós ba ha'u-nia oan. Klaru katak, laiha inan-aman mak hakarak atu hanoin katak sira-nia oan sei afeta husi abuzu seksuál. Maibé tanba ne'e mak importante tebes ba Ita hodi halo konversa ne'e – hodi ajuda sira seguru nafatin.

Ami mós komprende katak ko'alia kona-ba tópiku ida-ne'e dalaruma sente ta'uk. Maibé la presiza hanesan ne'e. PANTS kria ona spesífikamente – ho inan-aman no profisionais sira-nia tulun – hodi garantia katak konversa ida ne'e sai fasil liu no apropiadu ba oan sira tinan hat.

## **PANTS nunka temi seksu**

Ami hatene dalaruma Ita sente katak Ita-nia oan sei ki'ik-oan liu atu ko'alia kona-ba seksu. No tanba ida ne'e mak PANTS nunka temi ida ne'e. Ida ne'e la'ós aprende kona-ba reproduisaun seksuál, maibé mensajen prátiiku no enkoraja atu seguru nafatin.

## **Ami nunka uza liafuan hata'uk**

Pontu ikus ne'ebé ami hakarak atu halo mak xateia ka hata'uk Ita-nia oan. Ko'alia PANTS ne'e kona-ba uza linguajen ne'ebé simples, belun ba labarik hodi fó Ita-nia oan konfiansa no koñesimentu atu seguru nafatin.

-----  
“Ha'u ho laran-tomak hanoin ko'alia kona-ba PANTS tenke hanesan ho oinsá atu hakat ba estrada sorin.” *Inan husi labarik feto tinan neen*



## Buka momentu ne'ebé loloos

Familia ida-idak la hanesan no bainhira no iha fatin ne'ebé Ita halo konversa bele depende ba Ita-nia oan ninia idade ka sira boot ona oinsá – Ne'e hotu kona-ba saida deit mak sente naturál ba Ita no sira.

Buka tempu di'ak atu hahú konversa ne'e? Tuir mai ne'e mak ezemplu balun ne'ebé inan-aman seluk fó-hatene ona ami katak di'ak ba sira:



BAINHIRA MAK  
TEMPU NE'EBÉ  
LOLOOS?

- \* Bainhira ita enxe bee atu fó hariis Ita-nia oan, ka ajuda sira ho buat sira hanesan hatais ka kose kreme.
- \* Viajen ho karreta momentu ne'ebé kapás atu konversa.
- \* Tantu iha hela dalan husi eskola ba uma, ka la'o halimar ba loja iha findesemana, ita sei sente konfortavel liu bainhira ita la'o halimar no konversa hamutuk.
- \* Bá nani ne'e mós tempu di'ak ida atu ko'alia kona-ba ideia katak saida mak Ita-nia kalsa no roupa hariis nian taka ne'e privadu ka segredu.
- \* Karik sira hetan lisaun ida kona-ba relasaun pesoál iha eskola, husu sira kona-ba saida mak sira sei lembra bainhira sira fila ba uma.
- \* Kanta hamutuk ami-nia múzika ho tulun husi ami-nia dinosaurus Pantosaurus ne'ebé amigável bele ajuda kria momentu ne'ebé serto (buka hatene liután iha pájina 6).
- \* Se karik sira-nia programa favoritu iha TV lida ho istória sensitivu enkoraja sira atu ko'alia kona-ba buat ruma ne'ebé halo sira triste.



# OINSÁ MAK HA'U HETAN LIAFUAN SIRA NE'EBÉ MAK LOOS?

## Oinsá atu komesa

Oinsá no bainhira mak Ita atu ko'alia PANTS ho Ita-nia oan ne'e sempre hili tuir Ita-nia hakara. Oinsá mós, Ita mak hatene sira di'ak liu ema seluk.

Bainhira Ita sente konfortavel ho mensajen sira hotu (pájina 8-9) ami-nia série 'Kebrajelu' halo fasil atu hahú ko'alia kona-ba PANTS, hotu-hotu ho ajuda husi ami-nia amigável dinosaurus Pantosaurus. Liu husi jogu, knananuk no atividade sira introdús mensajen prinsipál sira ho meus ne'ebé haksolok no interesante. No imi bele hahú ohin...

## Ami-nia kebrajelu!

Partilla ami-nia **Mantén no aprende labarik sira-nia forma** diferente – no halo sira lembra regra sira ne'e ho haksolok.

Ita-nia oan sira bele **Kanta hamutuk ho Pantosaurus** – ninia knananuk ne'e introdusaun interesante ida ba mensajen prinsipál PANTS nian.

Iha mós **Tempu halimar ho Pantosaurus** – online, iha tablet ka telefone, jogu gratuita ida ne'e permite sira halimar basketeból no mergulla ka luku, iha tempu hanesan aprende regras PANTS.

Hetan kebrajelu furak hirak ne'e iha [nspcc.org.uk/pants](http://nspcc.org.uk/pants)

Hakarak meus ida ne'ebé inkrível tebes atu lembra regra sira ne'e? **Pantosaurus nia pakote ba labarik sira** nakonu ho atividade divertidu, adezivu, kabide odamatan no markadór livru. Hameno Ita-boot sira-nian iha [nspcc.org.uk/shop](http://nspcc.org.uk/shop)





## Agora tempo to'o ona atu ko'alia kona-ba PANTS

Nune'e Ita hatene kona-ba ami-nia kebrazelu no Ita deside hotu ona bainhira mak atu hahú konversa ho Ita-Boot sira-nia oan.

Agora Ita prontu ona atu hanorin Ita-nia oan tuir regra lima husi PANTS. Ami sei lori Ita haree letra ida-ida ba PANTS ho nune'e Ita hatene ona saida mak Ita atu dehan kona-ba kada letra.

Ita bele hahú ko'alia simples ho Ita-nia oan kona-ba seguru – no depois tama ba iha detallu liután bainhira imi na'in rua prontu ona.

**P** RIVATES ARE PRIVATE

PRIVADU NEE PRIVADU

**A** LWAYS REMEMBER YOUR BODY BELONGS TO YOU

SEMPRE HANIN ITA-NAISIN NEE PERTENSE BA ITA

**N** O MEANS NO

LAE DEHAN LAE

**T** ALK ABOUT SECRETS THAT UPSET YOU

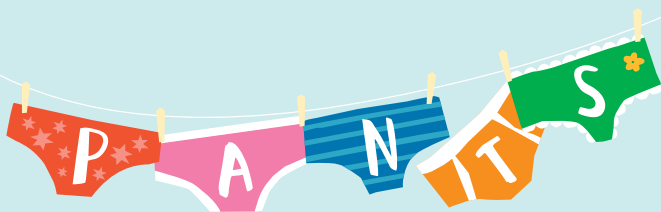
KO'ALIA KONA-BA SEGREDU HALO ITA TRISTE

**S** PEAK UP, SOMEONE CAN HELP

KO'ALIA SAI, EMA RUMA BELE TULUN



REGRA SIRA  
BA PANTS MAK  
SAIDA?



## **P** Privadu ne'e privadu

Tenke klaru ho Ita-nia oan katak ita-nia roupa laran taka ita-nia parte privadu no saida mak 'privadu'.

Esplika ba sira katak laiha ema ida mak tenke husu atu haree ka sira nia parte privadu, ka husu sira atu haree ka bele kaer ema seluk nian.

Kadavéz doutór, enfermeira ka membru família sira tenke haree ka kaer. Esplika katak ne'e DIAK, maibé ema sira ne'e tenke esplika tanbasá, no tenke husu uluk sira se karik ida-ne'e DIAK.

## **A** Sempre hanoin Ita-nia isin ne'e pertense ba Ita

Husik Ita-nia oan hatene sira-nia isin ne'e sira-nian, no la'ós ema seluk nian. La iha ema ida mak iha direitu atu halo sira halo buat ne'ebé halo sira sente la konfortavel.

Se ema ruma husu atu haree ka koko atu kaer sira iha sira-nia roupa laran okos, sira tenke dehan 'Lae'– no fó-hatene ba ema boot ne'ebé sira fiar. Ida ne'e bele membru família, profesór/a, traballadór apoiu ka doutór ida.

## **N** Lae ne'e dehan lae

Asegura Ita-nia oan kompriende katak sira iha direitu atu dehan 'Lae' ba kaer ida ne'ebé la hakarak – mezmu ba membru família ka ema ruma ne'ebé sira koñese ka hadomi.

Sira mak kontrola sira-nia isin no la iha ema ida mak bele halo sira halo buat ne'ebé halo sira sente la konfortavel.



## **T** Ko'alia kona-ba segredu ne'ebé halo imi hirus

Esplika ba Ita-nia oan katak sira tenke ko'alia beibeik kona-ba buat ne'ebé halo sira neon-susar - no fó sai ida ne'e sei la halo sira hetan problema.

Esplika diferença entre segredu 'di'ak' no 'aat'. Segredu aat halo Ita sente triste, neon-susar ka ta'uk, maibé segredu di'ak bele buat sira hanesan festa surpresa ka prezente ba ema seluk ne'ebé halo Ita laran kontente.

To'o ikus mai kualkér segredu sei sempre fó sai ba malu.

## **S** Ko'alia sai, ema ruma bele tulun

Fó-hatene Ita-Boot sira-nia oan katak, sempre di'ak atu ko'alia ho ema adultu ida ne'ebé sira fiar, kona-ba buat ruma ne'ebé halo sira triste, laran-taridu ka ta'uk, atu nune'e sira bele ajuda. No ida ne'e la'ós tenke membru família ida. Ezemplu ne'e, bele profesór/a ka kolega ida nia inan-aman.

Fó serteza ba sira katak problema saida deit, ida-ne'e la'ós sira-nia kulpa no sira sei nunka hetan problema tanba ko'alia sai.

Sira mós bele kontaktu ba Childline iha 0800 1111 no ema laran-di'ak ida sei ajuda.



# SAIDA MAK INAN- AMAN SIRA HATETEN KONA-BA PANTS

**Dezde ami lansa PANTS ami ko'alia tiha ona ho inan-aman barak ne'ebé halo ona konversasaun...**



Ha'u aproveita nani nudár oportunidade di'ak atu konversa ho ha'u-nia oan-feto ne'ebé tinan neen. Ha'u hahú ho pergunta ida kona-ba tansá labarik mane sira-nia roupa nani diferente ho labarik-feto sira nian no ida ne'e hamosu ona konversasaun ida kona-ba privasidade. Ida ne'e fó mai ha'u pontu partida ne'ebé di'ak tebes hodi introdús asuntu ida ne'ebé sensitivu ho fasil tebes.

**Katherine nia mamá**





INAN-AMAN

400,000

RESIN MAK KO'ALIA TIHA  
ONA KONA-BA PANTS,  
NUNE'E AMI HATENE KATAK  
IDA NE'E AJUDA TEBES

“

Ha'u haree ida ne'e empodera tebes atu uza mensajen hirak ne'ebé klaru tebes ho ha'u-nia oan tinan lima. Nia kompriende saida mak ha'u dehan ba nia – até iha loron ida depois eskola nia halo ha'u hamnasa bainhira nia hamriik no ho orgullu dehan “Ha'u hatene katak saida mak iha ha'u-nia kalsa laran ne'e privadu no ha'u dehan ona ba ha'u-nia mestre kona-ba ida ne'e!”

**Sam nia mamá**

“

Karik buat ne'ebé ita la hanoin kona akontese no ema ruma hakat liu limitasaun ho ha'u-nia oan-feto, karik nia hatene saida mak nia tenke halo? Karik nia sei dehan ba ha'u? Karik nia hatene katak ida ne'e sala?

Ha'u sente orgullu tebes bainhira liutiha konversa ne'e no sente kmaan tanba ha'u la hata'uk ka ta'uk ema ruma halo at ba nia, maibé ikus mai foti pasu importante ida hodi tulun nia seguru nafatin. Tanba ne'e mak ha'u hakarak inan-aman sira hotu atu ko'alia kona-ba PANTS.

**Mabel nia mamá**



KAPÁS!

**Komesa ko'alia kona-ba PANTS ho Ita-nia oan ne'e Ita foti ona pasu importante tebes hodi ajuda sira seguru nafatin. Ita tenke sente orgullu tanba halo buat ne'ebé kmanek tebes.**

Maibé tau iha neon, ida-ne'e la'ós konversasaun dala ida. Di'ak liu mak halo konversa ida ne'e uitoan de'it no beibeik no adapta bainhira Ita-nia oan boot ona – ida ne'e sei ajuda atu reforsa mensajen sira ne'e no aseguira katak sira lembra hela. Hili deit momentu sira ne'ebé sente naturál ba Ita.



## **Hetan matadalan PANTS ne'ebé apropiadu ba Ita**

Ami iha matadalan PANTS oioin ba inan aman, kuidadór no labarik sira, inklui matadalan sira iha lian oioin no matadalan ba ema sira ho defisiénsia.

- \* Matadalan ba kuidadór adotivu sira
- \* Matadalan ba inan-aman sira ho defisiénsia intelektual
- \* Matadalan ba inan-aman husi oan sira ho autizmu
- \* Filme ba labarik sira ho defisiénsia tilun

**Ita bele hetan matadalan sira ne'e iha [nspcc.org.uk/pants](https://nspcc.org.uk/pants)**

## **Ita-nia oan dalaruma naturalmente iha perguntas balu**

Maibé labele laran susar – ami ajuda Ita hatán pergunta sira ne'e. Ita bele hetan informasaun barak tan no apoiu kona-ba ko'alia PANTS iha [nspcc.org.uk/pants](https://nspcc.org.uk/pants)

## **Ko'alia ho ami**

Karik Ita presiza atu ko'alia, ami iha ne'e 24/7. Liga ami iha 0808 800 5000 ka email ami iha [help@nspcc.org.uk](mailto:help@nspcc.org.uk)

# NSPCC

Hamutuk ita bele ajuda labarik sira ne'ebé hetan ona abuzu hodi rekonstrui sira-nia moris. Hamutuk ita bele proteje labarik sira ne'ebé iha risiko. No, hamutuk, ita bele hetan dalan di'ak liu hodi prevene abuzu ba labarik sira ne'e atu akontese.

Maibé buat hotu ne'e só bele ho Ita-nia apoiu. Kada libra ne'ebé Ita halibur, petisaun hotu ne'ebé Ita asina, kada minutu husi Ita-nia tempu, sei ajuda garantia ita bele luta ba labarik ida-idak.

[nspcc.org.uk](https://nspcc.org.uk)



EVERY CHILDHOOD IS WORTH FIGHTING FOR

Sociedade Nacional ba Prevensao un Krueldade hasoru Labarik sira ©NSPCC 2017. Organizasaun Karidade Rejistradu Inglaterra no Gales 216401. Eskósia, SC037717 no Jersey 384. J2017.1066. Ilustrasaun husi Jamie Nash.