

SPÓJRZ, NA TEJ DŁONI WSKAZAŁAM PIĘĆ DOROSŁYCH OSÓB, KTÓRYM UFAM, TY MOŻESZ WYBRAĆ WŁASNE. WIEM, ŻE GDY DZIEJE SIĘ COŚ, CO MI NIE POKOJI, TO MOGĘ IM O TYM POWIEDZIEĆ. LWIERZĄ MI I POMOGĄ JEŚLI TRZEBA. TO JEST MOJA SIĘĆ BEZPIECZEŃSTWA.

NA TEJ DŁONI MOŻESZ WPISAĆ OSOBY, KTÓRYM UFASZ. JEŚLI POCZUJESZ SIĘ ZMARTWIONA, PRZESTRASZONA LUB NIEPEWNA, MOŻESZ POWIEDZIEĆ O TYM JEDNEJ Z OSÓB Z TWOJEJ SIĘCI BEZPIECZEŃSTWA.

PAMIĘTAJ, JEŚLI JEDNA Z TYCH OSÓB NIE POMOŻE CI, KONIECZNIE POROZMAWIAJ Z KOLEJNĄ, NIE ZNIECHĘCAJ SIĘ. MOŻESZ TEŻ NAPISAĆ NA CZACIE LUB ZADZWOŃĆ BEZPŁATNIE I ANONIMOWO POD NUMER TELEFONU ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY.

JEŚLI JESTEŚ ZANIEPOKOJONY/A CZYJMS ZACHOWANIEM WOBEC CIEBIE, NIE CZUJESZ SIĘ KOMFORTOWO Z TYM JAK CIĘ TRAKTUJĄ, DOTYKA TO PAMIĘTAJ, ŻE ZAWSZE MOŻESZ ZADZWOŃĆ POD NUMER JEDNEGO Z TELEFONÓW ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY.

JEŚLI NIE CHCESZ ROZMAWIAĆ, MOŻESZ NAPISAĆ NA CZACIE. TE NUMERY SĄ ANONIMOWE I BEZPŁATNE. OSOBA PO DRUGIEJ STRONIE WYSŁUCHA CIĘ I PROSTARA SIĘ POMÓC. NIE BĘDZIE CIĘ OCENIĆ. PAMIĘTAJ, JEŚLI DZIEJE SIĘ COŚ TRUDNEGO, NIEPOKOJĄCEGO ZAWSZE WARTO O TYM POWIEDZIEĆ.

ANONIMOWO

800 12 12 12
Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka, całodobowy telefon i czat www.czat.brpd.gov.pl (można pisać również po ukraińsku)

116 111
Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, czat www.116111.pl/logowanie (czat wymaga zalogowania)

800 119 119
Telefon i czat zaufania dla dzieci i młodzieży Towarzystwa Przyjaciół Dzieci działa codziennie od 14.00 do 22.00, czat www.800119119.pl

PKDP Państwowa Komisja do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15
ul. Twarda 18, 00-105 Warszawa www.pkdp.gov.pl | tel. 22 699 60 52 urzadkomisji@pkdp.gov.pl zgloszenie@pkdp.gov.pl
Materiał powstał na podstawie treści udostępnionych przez wydawnictwo EdukacjaEmpower www.edupublishing.info

PKDP

STAWIAM NA BEZPIECZEŃSTWO

TWOJE CIAŁO NALEŻY DO CIEBIE!
NIKT NIE MA PRAWA ZMUSIĆ CIĘ DO CAŁUSÓW, PRZYTULANIA. NIKT NIE POWINIEN DOTYKAĆ CIĘ BEZ TWOJEJ ZGODY.

MOŻESZ POWIEDZIEĆ NIE!
JEŚLI KTOŚ CHCE DAĆ CI BUZIAKA LUB PRZYTULIĆ, A TY TEGO NIE CHCESZ, MOŻESZ ZAPROTESTOWAĆ. NA POWITANIE MOŻESZ ZAMIAST TEGO PRZYBIĆ PIĄTKĘ ALBO PRZESŁAĆ BUZIAKA W POWIETRZU LUB PODAĆ RĘKĘ. DECYZJA NALEŻY DO CIEBIE.

SZUKAJ POMOCY U DOROSŁYCH
JEŚLI CZYJŚ ZACHOWANIE CIĘ NIEPOKOI, KONIECZNIE POWIEDZ O TYM RODZICOM LUB INNEJ OSOBE DOROSŁEJ, DO KTÓREJ MASZ ZAUFANIE. MOŻESZ TEŻ ZADZWOŃĆ POD NUMER TELEFONU ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY.