

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Cię, nic z Ciebie nie będzie, jesteś nikim),</p> <p>☒ Straszenie, np. że ktoś Cię zabierze, uderzy, skrzywdzi Ciebie lub inną osobę (siostrę, brata, mamę, tatę), Twoje zwierzę, zepsuje Twoją ulubioną zabawkę,</p> <p>☒ Wyśmiewanie się z Ciebie, krytykowanie bez powodu, niebranie pod uwagę tego, co mówisz lub czujesz.</p> <p><b>PRZEMOC SEKSUALNA</b></p> <p>☒ Dotyka Cię lub rozmawia na temat Twoich miejsc intymnych (takich, które zasłania bielizna) lub ciała innej osoby, które Cię zawstydzają, rozbiera się przy Tobie, lub obserwuje Cię gdy zmieniasz ubranie lub bieliznę.</p> <p><b>ZANIEDBANIE</b></p> <p>☒ Sytuacje, w których dorośli nie troszczą się o zaspokojenie Twoich potrzeb (gdy jesteś głodny i nie masz co jeść, jest Ci zimno, bo nie masz ciepłego ubrania, dorośli nie interesują się tym, gdzie jesteś i co robisz).</p> <p><b>Pamiętaj</b></p> <p><b>Niezależnie od tego, co mówisz, co czujesz, co robisz, nikt nie ma prawa Cię krzywdzić!</b></p> <p><b>Nie robisz nic złego, jeśli powiesz o tym, co czujesz oraz o sytuacjach, w których się boisz.</b></p> <p><b>To nie Ty jesteś odpowiedzialny/odpowiedzialna za zachowanie innych osób!</b></p> <p><b>Nikt nie może krzywdzić Ciebie ani innych w Twoim otoczeniu – nawet najbliższe osoby!</b></p> <p><b>Aby zatrzymać przemoc potrzebujesz pomocy innych dorosłych osób, które:</b></p> <p>☑ wiedzą co robić w takich sytuacjach,</p> <p>☑ powiedzą osobie, która stosuje przemoc, że nie wolno jej tego robić.</p> <p><b>Kto może pomóc?</b></p> <p>✓ Osoba, której ufasz: dziadkowie, ciocia, wujek lub inna dorosła osoba a także koleżanka, kolega;</p> <p>✓ Wychowawca, nauczyciele, pedagog szkolny;</p> <p>✓ Konsultant z Ogólnopolskiego Pogotowia „Niebieska Linia” 801 120 002;</p> <p>✓ Osoba pracująca w Ośrodku Pomocy Społecznej;</p> <p>✓ Lekarz, pielęgniarka;</p> <p>✓ Policjant, Strażnik Miejski.</p> | <p><b>Co to jest procedura „Niebieskiej Karty”?</b></p> <p>Są to działania osób dorosłych, które mają zatrzymać przemoc oraz pomóc Tobie i Twojej rodzinie, abyście byli bezpieczni. Procedurę „Niebieskiej Karty” mogą rozpocząć: osoby pracujące w Twoim przedszkolu lub w szkole, policjant, osoba pracująca w Ośrodku Pomocy Społecznej oraz lekarz lub pielęgniarka (np. z przychodni zdrowia). Jeśli któraś z tych osób dowie się od Ciebie lub kogoś innego, że jesteś krzywdzony/krzywdzona, to wypełni specjalną kartę, na której będzie opisana sytuacja w Twojej rodzinie. Niektóre z tych osób będą wspólnie zastanawiać się jak najlepiej pomóc Tobie i Twojej rodzinie (spotkają się one wtedy jako Grupa Robocza).</p> <p><b>Co się będzie działo, gdy w Twojej rodzinie zostanie rozpoczęta procedura „Niebieskiej Karty”?</b></p> <p>Ty – jako dziecko – nie będziesz zaproszony na żadne z tych spotkań. Osoby z Grupy Roboczej mogą jednak z Tobą rozmawiać np. w szkole, abyś miał/a okazję powiedzieć im o tym, jak Ty widzisz sytuację i co czujesz. Pamiętaj, że zawsze możesz porozmawiać i poprosić o pomoc osoby dorosłe, którym ufasz. Jeśli zdecydujesz się na rozmowę, to możesz pomóc sobie i swojej rodzinie.</p> <p>Jak widzisz, procedura „Niebieskiej Karty” to wiele działań, które mają pomóc dzieciom i/lub dorosłym osobom krzywdzonym. Chodzi w niej o to, aby osoby stosujące przemoc przestały krzywdzić innych. Wszystko to dzieje się po to, abyś Ty i kochane przez Ciebie osoby były bezpieczne.</p> <p><b>TUTAJ znajdziesz pomoc</b></p> <p>☎ <b>112 NUMER ALARMOWY</b></p> <p>Zadzwoń pod ten numer, jeśli zagrożone jest życie lub zdrowie Twoje lub Twoich bliskich i niezbędna jest interwencja policji, straży pożarnej lub pogotowia.</p> <p>☎ <b>800 12 12 12 DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA</b></p> <p>To telefon skierowany do wszystkich dzieci, które potrzebują pomocy. Jeśli zadzwonisz pod ten numer, będziesz mógł/mogła porozmawiać ze specjalistą, który postara się Ci pomóc. Numer działa <b>7 dni w tygodniu całodobowo</b>. Możesz skontaktować</p> | <p>się także za pośrednictwem strony internetowej Rzecznika Praw Dziecka <a href="http://www.brpd.gov.pl">www.brpd.gov.pl</a> ale odpowiedź zajmie wtedy więcej czasu.</p> <p>☎ <b>116 111 TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY</b></p> <p>Jeżeli czujesz się krzywdzony i potrzebujesz pomocy – możesz zadzwonić pod numer <b>116 111</b>. Specjaliści porozmawiają z Tobą o każdym trudnym problemie i udzielą Ci pomocy. Telefon działa <b>7 dni w tygodniu całodobowo</b>. Możesz także zarejestrować się na stronie <a href="http://www.116111.pl">www.116111.pl</a> i napisać wiadomość.</p> <p>☎ <b>116 123 OGÓLNOPOLSKI TELEFON DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE „Niebieska Linia”</b></p> <p>To numer, pod który mogą dzwonić ofiary przemocy w rodzinie, a także osoby, które usłyszały o takiej przemocy lub są jej świadkami. Konsultacje prowadzone są telefonicznie lub mailowo: <a href="mailto:poradnia@niebieskalinia.pl">poradnia@niebieskalinia.pl</a> Kontaktując się z „Niebieską Linia” uzyskasz wsparcie, pomoc psychologiczną, informacje o możliwościach uzyskania pomocy najbliżej Twojego miejsca zamieszkania.</p> <p><b>Zagrożenia w Internecie</b></p> <p>☎ <b>801 615 005 Dyżurnet.pl</b></p> <p>To punkt kontaktowy, w którym możesz zgłaszać informacje o wszystkich nielegalnych i niepokojących treściach znalezionych w Internecie. Jeśli specjaliści z <a href="http://dyzurnet.pl">dyzurnet.pl</a> uznają, że znalezione przez Ciebie treści są nielegalne – poinformują o tym policję lub prokuraturę. Twoje zgłoszenie może być anonimowe, to znaczy, że nikt nie dowie się o tym, że to Ty zgłosiłeś nielegalne treści. Nielegalne treści możesz zgłosić poprzez stronę <a href="http://www.dyurnet.pl">www.dyurnet.pl</a>, e-mailowo: <a href="mailto:dyzurnet@dyurnet.pl">dyzurnet@dyurnet.pl</a> lub telefonicznie numerem <b>801 615 005 (całodobowo)</b>.</p> <p><b>Narkotyki i uzależnienia</b></p> <p>☎ <b>801 199 990 OGÓLNOPOLSKI TELEFON ZAUFANIA NARKOTYKI–NARKOMANIA</b></p> <p>To numer, pod którym uzyskasz pomoc oraz wsparcie,</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

jeśli Twój problem związany jest z narkotykami i uzależnieniem od narkotyków. Możesz zadzwonić zarówno wtedy, gdy problem dotyczy Ciebie, jak i wtedy, kiedy zauważysz, że problem z narkotykami ma osoba w Twoim otoczeniu. Telefon jest czynny **codziennie od 16:00 do 21:00**.

#### Trudna sytuacja finansowa

 **+48 22 334 85 00, 22 334 85 85** CARITAS POLSKA

To organizacja, która może Ci pomóc, jeśli Twoi rodzice lub opiekunowie znaleźli się w trudnej sytuacji finansowej. Może sfinansować Twoje obiady w szkole, kupić wyprawkę do szkoły bądź dofinansować wycieczkę klasową. Caritas ma ponad czterdzieści placówek w całej Polsce. Mapka i telefony kontaktowe do poszczególnych placówek znajdują się na stronie internetowej: [caritas.pl/szukam-pomocy/](http://caritas.pl/szukam-pomocy/) Możesz również zadzwonić pod jeden z numerów: **+48 22 334 85 00, 22 334 85 85**, a pracownicy Caritas na pewno udzielą Ci potrzebnych informacji.

#### Poznaj swoje prawa

**Czy wiesz, że masz prawa zagwarantowane przez państwo, które są spisane w dokumencie nazwanym Konwencją o prawach dziecka?**

Wszystkie prawa zawarte w tej Konwencji przysługują Ci, dopóki jesteś dzieckiem, czyli do ukończenia 18 roku życia. Prawa, o których jest mowa w tej Konwencji, mają wszystkie dzieci, bez wyjątku, a więc również Ty; bez względu na to, kim jesteś, gdzie mieszkasz, czym zajmują się Twoi rodzice, jakim mówisz językiem, jaką wyznajesz religię, jakiej jesteś płci, czy jesteś w pełni sprawny, czy też nie, czy jesteś bogaty, czy biedny. Wszystkie dzieci są równe wobec prawa i nikogo nie można dyskryminować.

**W Polsce najważniejszymi aktami gwarantującymi Twoje prawa są**

- ☒ Konstytucja RP,
- ☒ Konwencja o Prawach Dziecka,
- ☒ Ustawa o Rzeczniku Praw Dziecka,
- ☒ przepisy prawa cywilnego, rodzinnego i karnego.

#### Masz prawo

- do życia i rozwoju - co oznacza, że nikogo nie wolno pozbawić życia, a dorośli muszą stworzyć Ci warunki do prawidłowego rozwoju,
- do życia bez przemocy i poniżania - bicie, znęcanie, okrutne i poniżające traktowanie Ciebie lub Twoich bliskich są niedopuszczalne i karalne,
- do wychowania w rodzinie - nikomu nie wolno zabrać Cię od rodziców, chyba że robią Ci krzywdę lub zaniedbują Cię;
- gdyby zdarzyło się, że rodzice rozstaną się, masz prawo do kontaktów z zarówno mamą, jak i z tatą,
- do wypowiedzi - oznacza, że w ważnych sprawach dotyczących Ciebie możesz wygłosić swoje zdanie, opinie, oświadczyć własną wolę,
- do swobody myśli, sumienia, religii - kiedy jesteś wystarczająco świadomy/a, możesz sam/a decydować o swoim światopoglądzie, wcześniej rodzice mają prawo nim kierować,
- do tożsamości - musisz mieć nazwisko, obywatelstwo, poznać swoje pochodzenie, gdy masz już 13 lat musisz być zapytany/a o zgodę, gdybyś miał/a zostać adoptowany/a, a także, gdybyś miał/a mieć zmienione nazwisko,
- do nauki,
- do informacji - masz prawo mieć dostęp do różnych źródeł wiedzy,
- do prywatności - możesz dysponować własnymi rzeczami, masz prawo do tajemnicy korespondencji, nikomu nie wolno bez bardzo ważnych powodów wkraczać w Twoje sprawy osobiste i rodzinne.

**POWIEDZ  
STOP  
PRZEMOCY**



#### TWOJE BEZPIECZEŃSTWO TO NASZ PRIORYTET

W naszej szkole obowiązują **standardy ochrony małoletnich** czyli zasady, które pomogą chronić Cię przed wszelkimi formami krzywdzenia, zaniedbania, wykorzystania, przemocy oraz cyberprzemocy. Zostały wprowadzone po to, żeby chronić Cię przed przemocą i pomóc Ci znaleźć pomoc, gdy doświadczasz przemocy – w szkole, w domu i w Internecie.

#### WAŻNE INFORMACJE

Ulotka, którą trzymasz w ręku, pozwoli Ci dowiedzieć się, co to jest przemoc, jakie zachowania są krzywdzące i kto jest za nie odpowiedzialny. Dowiesz się z niej, kto i w jaki sposób może pomóc Tobie i Twoim bliskim, gdy w Waszej rodzinie ktoś stosuje przemoc. Poznasz także procedurę „Niebieskiej Karty” i to, co może się wydarzyć po jej rozpoczęciu.

#### Co to jest PRZEMOC?

**Przemoc jest wtedy, jeśli ktoś specjalnie...:**

- wykorzystuje swoją przewagę (to, że jest dorosły, ma więcej siły, może decydować o Twoich sprawach);
- łamie Twoje prawa, a Ty nie możesz się o bronić;
- sprawia, że czujesz ból, smutek, złość, wstyd, czy inne nieprzyjemne uczucia

... to znaczy, że stosuje wobec Ciebie **przemoc**.

Zachowania, które mogą być Przemocą

#### PRZEMOC FIZYCZNA,

- ☒ Bicie ręką lub przedmiotem,
- ☒ Kopanie, szarpanie, popychanie.

#### PRZEMOC PSYCHICZNA

- ☒ Krzyczenie, wyzywanie Cię (np.: jesteś głupi, nienawidzę