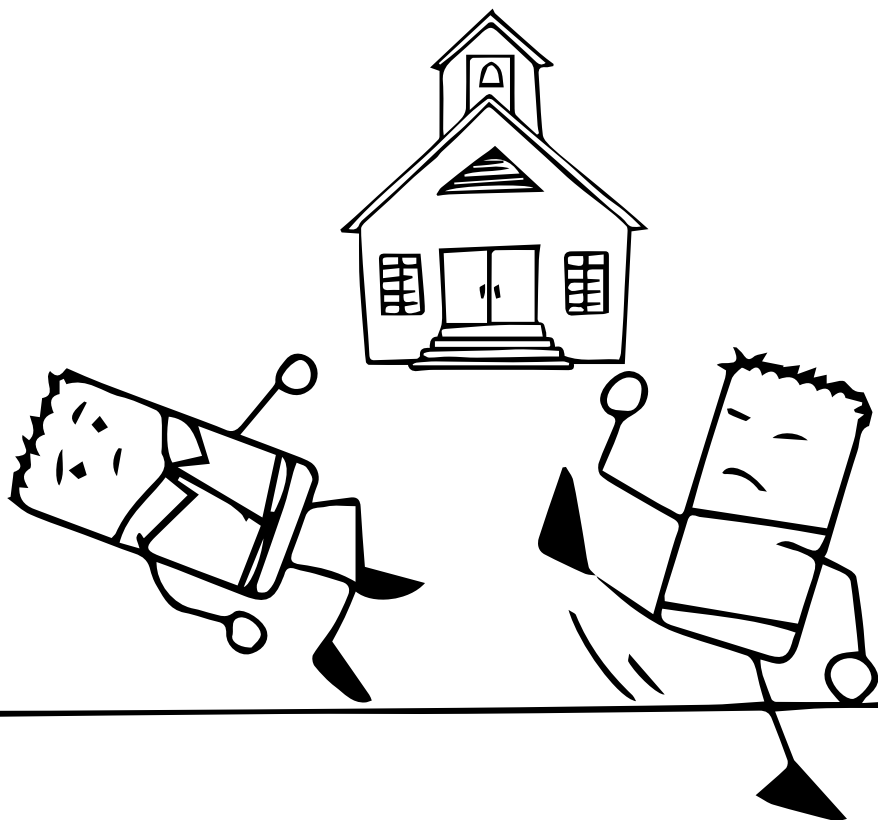


Chodzisz do szkoły?



Istnieje ryzyko,
że **doświadczasz** tam
przemocy.

Przemoc to nie tylko uderzenie, bicie czy popychanie.

Z przemocą masz do czynienia również, gdy ktoś Cię przezywa, ośmiesza, niszczy bądź kradnie Twoje rzeczy lub pieniądze. Na Twój temat pojawiają się wpisy w Internecie, często obraźliwe i nieprawdziwe, w efekcie zaczynasz odbierać - wulgarne telefony, sms-y. Pamiętaj! Bez względu na to czego dotyczy prześladowanie – to nie jest Twoja wina!

Co zrobić?

Jeśli doświadczasz przemocy – musisz komuś o tym powiedzieć, najlepiej rodzicom lub nauczycielom, ale pomoc może również przyjaciel. Przemoc, jakiej doświadczasz, nie zakończy się sama. Jeśli nie chcesz sprawiać rodzicom kłopotu, możesz porozmawiać z wychowawcą lub z innym pracownikiem szkoły (pedagog, psycholog szkolny).

Możesz też podjąć próby radzenia sobie samodzielnie:

- Osoby stosujące przemoc unikają zatłoczonych miejsc, więc w czasie przerwy staraj się przebywać między rówieśnikami,
- Jeżeli przemoc spotkała Cię w szkole – powiedz o tym nauczycielowi i rodzicom,
- Bicie to napaść – więc nie szukaj rewanżu,
- Nie obawiaj się wołać o pomoc,
- Unikaj prowokujących gestów.

Szukaj pomocy i wsparcia przede wszystkim w swoim otoczeniu – u osób bliskich, rodziców bądź w szkole u nauczycieli – wychowawców.

Istnieją miejsca, które również udzielą Ci pomocy:

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna
ul. Chramcówki 19a, tel. 0 18 20 63 973,
www.pppzakopane.szkolnastrona.pl

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Jagiellońska 7, tel. 0 18 20 147 33,
www.mopszakopane.pl

Telefony zaufania:

192 88 – Telefon Zaufania w Zakopanem,

800 100 100 – Helpline telefon zaufania

116 111 – Bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

800 121 212 – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

801 171 701 – Telefon zaufania „Szkoła bez przemocy”

Szukaj także informacji na stronach internetowych:

www.addfriend.disney.pl

www.dyzurnet.pl

www.cyberprzemoc.pl

www.brpd.gov.pl

