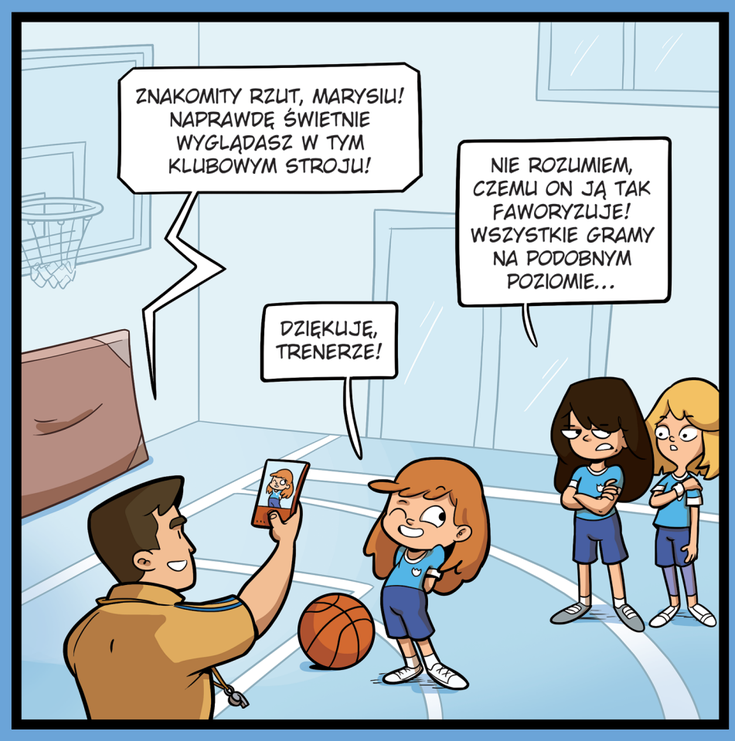
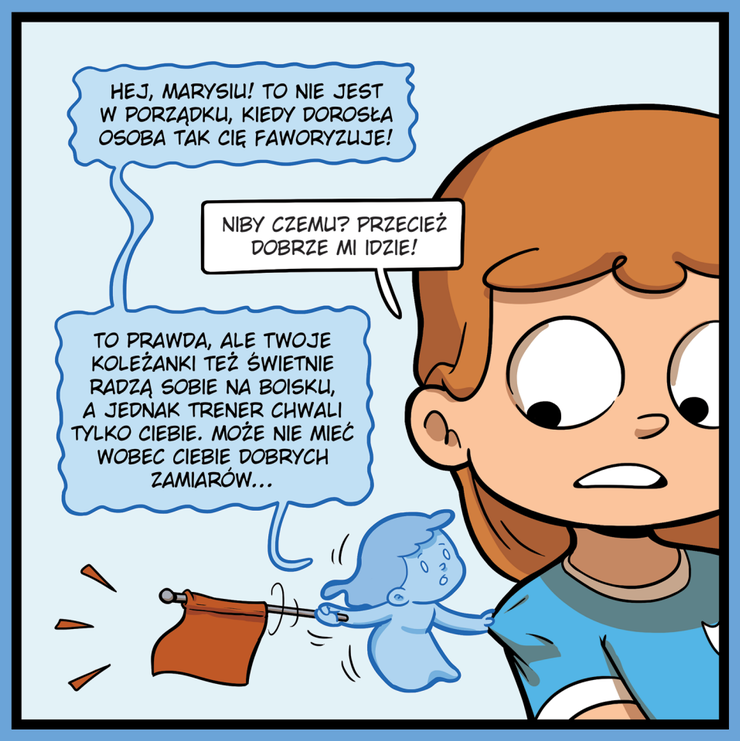
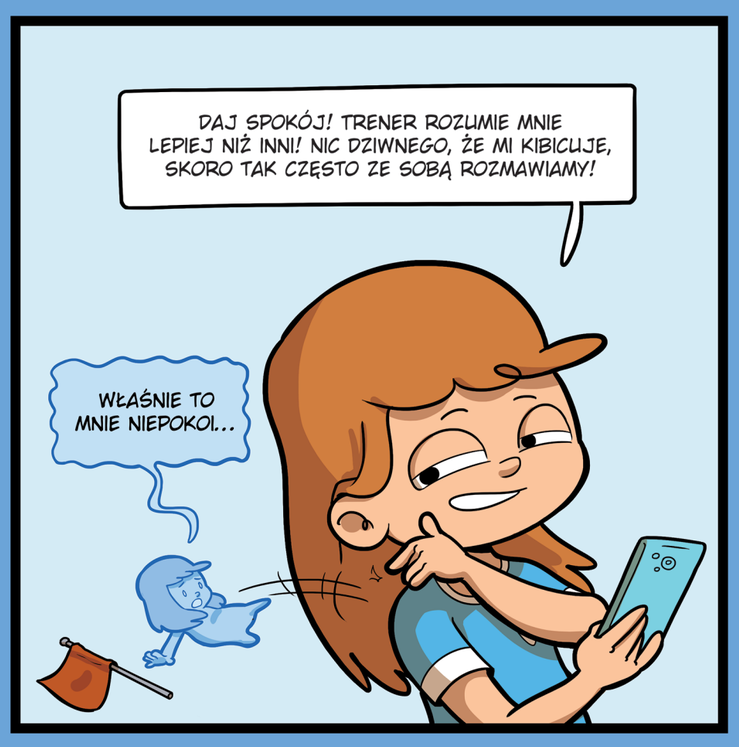
TAJNE SKŁADNIKI MOCY

WIEM GDZIE SZUKAĆ POMOCY!













- JEŚLI TRENER LUB INNY DOROSŁY CHCE O CZYMŚ Z TOBĄ POROZMAWIAĆ, POWINIEN ZROBIĆ TO PODCZAS ZAJĘĆ LUB PRZEKAZAĆ INFORMACJE TWOIM RODZICOM. NIE POWINIEN NAKŁANIAĆ CIĘ DO UTRZYMYWANIA INDYWIDUALNEGO KONTAKTU.
- JEŚLI DOROSŁY PROSI CIĘ O PRZESYŁANIE ZDJĘĆ LUB FILMIKÓW BEZ WIEDZY TWOICH RODZICÓW LUB OPIEKUNÓW, PRAWDOPODOBNIE MA ZŁE INTENCJE. NIGDY NIE WYSYŁAJ TAKICH MATERIAŁÓW.
- ŻADEN DOROSŁY NIE POWINIEN PROSIĆ CIĘ O UTRZYMYWANIE W TAJEMNICY WASZYCH KONTAKTÓW I WIADOMOŚCI.
- JEŚLI KONTAKT Z TRENEREM LUB INNYM DOROSŁYM WZBUDZA TWOJE ZAKŁOPOTANIE LUB INNE NIEPOKOJĄCE UCZUCIA, POWIEDZ O TYM OSOBOM, KTÓRYM UFASZ.
- JEŻELI MASZ PROBLEM, BOISZ SIĘ, NIE WIESZ CO ZROBIĆ LUB Z JAKIEGOKOLWIEK POWODU JEST CI TRUDNO, MOŻESZ BEZPŁATNIE I ANONIMOWO ZADZWONIĆ POD PONIŻSZE NUMERY TELEFONÓW:

22 699 60 52 - TO NR PAŃSTWOWEJ KOMISJI DO SPRAW PRZECIWDZIAŁANIA WYKORZYSTANIU SEKSUALNEMU MAŁOLETNICH PONIŻEJ LAT 15

800 12 12 12 - TO NR DZIECIĘCEGO TELEFONU ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA (CZYNNY CAŁĄ DOBĘ),

116 111 - TO NR TELEFONU ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY (CZYNNY CAŁĄ DOBĘ),

800 119 119 - TO TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY (JEST DOSTĘPNY KAŻDEGO DNIA W GODZINACH OD 14 DO 22).

MOŻESZ SKORZYSTAĆ RÓWNIEŻ Z OGÓLNEGO NUMERU ALARMOWEGO **112**, A OSOBA DYŻURUJĄCA PRZEKIERUJE CIĘ DO ODPOWIEDNICH SŁUŻB.

PAMIĘTAJ O TYM, ŻE NUMERY ALARMOWE I TELEFONY ZAUFANIA SŁUŻĄ NIESIENIU POMOCY. NIGDY NIE DZWOŃ POD NIE DLA ŻARTU.

PKDP