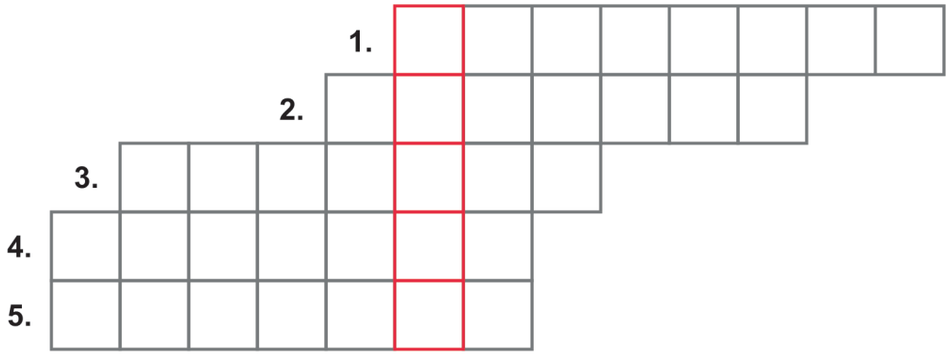
POLECENIE:

Uzupełnij krzyżówkę, wpisując odpowiedzi na zadane pytania w odpowiednich polach. Powstałym hasłem uzupełnij poniższy tekst. Zapoznaj się z nim i uzupełnij brakujące informacje.



1. Osoby takie jak pedagog, psycholog, zaufany nauczyciel czy trener to … szkolny, do którego możesz zwrócić się o pomoc, gdy doświadczasz niepokojącej lub zagrażającej ci sytuacji.
2. Inaczej mama oraz tata.
3. Sytuacja, kiedy ktoś wykorzystuje przewagę nad tobą (np. siłę, stanowisko, pozycję społeczną) w celu wyrządzenia Ci krzywdy i/lub wykorzystania.
4. Możesz wykonać go, kiedy czujesz, że potrzebujesz wsparcia. Może być na przykład: do rodziców, na policję, Dziecięcy, Zaufania.
5. Stawianie ich wspiera twoje zdrowe relacje z innymi, a przede wszystkim dbanie o własne bezpieczeństwo fizyczne, psychiczne, społeczne i emocjonalne.

Jeżeli doświadczasz niepokojącej/nietypowej/zagrażającej sytuacji i/lub przekraczane są twoje granice, koniecznie zgłoś się po ☐☐☐☐☐ do zaufanej osoby dorosłej. Może to być na przykład rodzic lub ktoś z rodziny, kogo darzysz zaufaniem, pracownik szkoły, policjant lub osoba z wybranego telefonu zaufania. Pamiętaj! Jeśli nie uzyskasz pomocy od osoby, do której zgłosisz się w pierwszej kolejności, nie zniechęcaj się! Pójdź do kolejnej osoby, aby poprosić o pomoc.

A TERAZ UZUPEŁNIJ SWOJĄ LISTĘ ZAUFANYCH OSÓB DOROSŁYCH:

1. .....
2. .....
3. .....



Jeśli jesteś świadkiem lub doświadczasz/doświadczyłeś/aś podobnych sytuacji, możesz bezpłatnie i anonimowo zadzwonić pod 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),
lub skorzystać z ogólnego numeru alarmowego **112**, przekierują cię do odpowiednich służb.