



## Informacja dla dzieci i młodzieży

Jesteś dla nas ważny/a.

W poradni dbamy o to, aby każde dziecko i każdy młody człowiek czuł się

**bezpiecznie, szanowany i wysłuchany.**

### 1. Masz prawo do bezpieczeństwa

Podczas wizyt w poradni:

- nikt nie ma prawa Cię krzywdzić,
- nikt nie może Cię wyśmiewać, straszyć ani poniżać,
- masz prawo czuć się bezpiecznie fizycznie i psychicznie.

### 2. Masz prawo do szacunku

Każdy pracownik poradni:

- traktuje Cię z szacunkiem,
- słucha tego, co mówisz,
- bierze pod uwagę Twoje zdanie,
- tłumaczy wszystko w sposób zrozumiały.

### 3. Twoje granice są ważne

- Nikt nie ma prawa dotykać Cię w sposób, który jest dla Ciebie niekomfortowy.
- Jeśli coś Ci się nie podoba – możesz powiedzieć „NIE”.
- Kontakt fizyczny jest możliwy tylko wtedy, gdy jest potrzebny i bezpieczny.

### 4. Gdy coś Cię niepokoi

Powiedz komuś dorosłemu w poradni, jeśli:

- ktoś Cię krzywdzi,
- ktoś Ci grozi lub Cię straszy,
- czujesz się źle, smutno albo boisz się,
- ktoś przekracza Twoje granice.

Masz prawo mówić o swoich uczuciach i problemach.

### **5. Jeśli powiesz o trudnej sytuacji**

- zostaniesz wysłuchany/a,
- nikt nie będzie Cię oceniał ani obwiniał,
- dorośli zadbają o Twoje bezpieczeństwo,
- otrzymasz pomoc psychologiczną.

Twoje bezpieczeństwo jest ważniejsze niż szukanie winnych.

### **6. Przemoc NIE jest OK**

Przemoc to m.in.:

- bicie, popychanie,
- wyzywanie, ośmieszanie,
- zmuszanie do czegoś,
- dotykanie w sposób, który jest nieodpowiedni,
- hejt i krzywdzenie w Internecie.

Na przemoc zawsze reagujemy.

### **7. Przemoc między dziećmi**

Jeśli inne dzieci:

- dokuczają Ci,
- wykluczają Cię,
- krzywdzą Cię fizycznie lub w Internecie,

powiedz o tym dorosłemu. Masz prawo do pomocy i ochrony.

### **8. Twoje dane i prywatność**

- Twoje dane są chronione.
- Twoje sprawy są traktowane poważnie i dyskretnie.
- Twój wizerunek (np. zdjęcia) może być użyty tylko za zgodą rodziców.

### **9. Pamiętaj**

- Nie jesteś sam/a.
- Masz prawo prosić o pomoc.
- To nie Twoja wina, gdy dzieje się coś złego.

**W poradni jesteśmy po to, żeby Ci pomóc.**