

Nasze Zasady Bezpieczeństwa – Krótki Przewodnik dla Dzieci!

Witamy! Jesteś dla nas super ważny/ważna! Szanujemy Cię i Twoje prawa. Zawsze dbamy o to, byś był/była bezpieczny/bezpieczna i mógł/mogła się rozwijać. Masz prawo do życia bez przemocy.

Rozdział I: Ważne Słowa

- **Dziecko:** To Ty! Każda osoba, która nie skończyła 18 lat.
- **Dorosły:** Każda osoba, która ma skończone 18 lat.
- **Krzywdzenie:** Kiedy ktoś (Dorosły lub inne Dziecko) robi coś, co szkodzi Twojemu zdrowiu, rozwojowi fizycznemu lub psychicznemu, nawet jeśli nie chciał tego zrobić.

Rozdział II: Jak rozpoznać, że coś jest nie tak?

Wyróżniamy 4 główne formy krzywdzenia, które mogą spotkać Cię ze strony innych Dzieci, Rodziców oraz Dorosłych:

1. **Mocne Traktowanie Ciała (Przemoc fizyczna):** Kiedy ktoś Cię popycha, bije (otwartą ręką, pięścią lub przedmiotami), kopie, dusi, policzkuje, szarpie, szczypie lub pluje.
2. **Krzywdzące Słowa i Czyny (Przemoc psychiczna):** Kiedy ktoś Cię poniża, wyśmiewa, wyzywa, straszy, szantażuje, ignoruje (milczy), upokarza, izoluje Cię od innych lub wytyka z powodu Twojej inności.
3. **Dotykanie i Aktywność Seksualna (Wykorzystanie seksualne):** Kiedy ktoś narusza Twoją sferę intymną, zmusza do oglądania nagich osób, robienia niechcianych zdjęć lub filmów albo wciąga Cię w aktywność, której nie rozumiesz.
4. **Brak Opieki (Zaniedbywanie):** Kiedy Dorosły nie zaspokaja Twoich podstawowych potrzeb, np. nie dba o to, byś miał/miała co jeść, odpowiednie ubranie, czystość, opiekę lekarską lub nie posyła Cię do szkoły.

Pamiętaj: Wszyscy Dorośli muszą uważać, czy Tobie lub innemu Dziecku nie dzieje się krzywda.

Rozdział III: Relacje Dorosły – Dziecko

Relacje to sposób, w jaki się dogadujemy i co czujemy do siebie nawzajem.

Czym Dorosły DLA CIEBIE JEST – Dobre Zasady:

- **Szacunek i Ufność:** Dorosły szanuje Twoje prawa.
- **Bezpieczeństwo:** Dorosły dba o Twoje zdrowie i bezpieczeństwo.
- **Wsparcie:** Pomaga Ci w rozwoju, słucha, rozumie Twoje potrzeby.
- **Ochrona Tajemnic:** Dorosły chroni informacje o Tobie. Ujawnia je **tylko** w sytuacji zagrożenia Twojego zdrowia lub życia i zawsze Ci o tym powie.
- **Tylko z Uśmiechem:** Zwraca się do Ciebie życzliwie, cierpliwie i z wyrozumiałością.

- **Pomoc:** Uczy Cię, jak korzystać z Twoich praw i jak mówić „**NIE**”.
- **Przytulenie:** Może Cię przytulić, jeśli tego potrzebujesz i się zgodzisz.
- **Kontrola w Kryzysie:** Jeśli zagrażasz sobie lub innym, Dorosły może Cię przytrzymać za rękę i zaprowadzić w bezpieczne miejsce, żeby Ci pomóc.

Czego Dorosły **NIE MOŻE** robić – **Niedozwolone Zachowania:**

- **Przemoc i Słowne Rany:** Nie może Cię obrażać, bić, popychać, krzyczeć, grozić, wyzywać, poniżać, lekceważyć, upokarzać ani zawstydząć.
- **Ocena:** Nie może Cię oceniać z powodu Twojego wyglądu, tego, jak się czujesz ani za zachowanie, na które nie masz wpływu.
- **Zmuszanie:** Nie może Cię siłą zmusić do zrobienia czegoś.
- **Prywatne Kontakty:** Nie może kontaktować się z Tobą przez media społecznościowe, telefon ani osobiście poza godzinami pracy.

Rozdział IV: Relacje Dziecko – Dziecko

Dobre Zasady:

- **Szanuj Różnice:** Szanuj prawa innych Dzieci do bycia różnymi (np. ze względu na pochodzenie, religię, wiek, płeć, zainteresowania).
- **Mów Ładnie:** Wyrażaj swoje poglądy bez krzywdzenia innych. Komunikuj się bez przemocy – nie obrażaj i nie krzywdź.
- **Bądź Tolerancyjny/a:** Okaż szacunek i tolerancję. Bądź wyrozumiały/a dla trudności innych.
- **Konflikty:** Rozwiązujcie spory bez użycia siły.
- **Reaguj:** Jeśli widzisz, że inne dziecko jest krzywdzone lub używa brutalności, reaguj bezpiecznie dla siebie i poinformuj Dorosłego.

Czego **NIE WOLNO** robić innemu Dziecku:

- **Przemoc:** Nie stosuj wobec innych Dzieci przemocy (fizycznej, psychicznej, seksualnej, cyberprzemocy) ani agresji.
- **Ocenianie:** Nie kpij, nie szydź, nie wyśmiewaj, nie krytykuj.
- **Rzeczy/Rodzina:** Nie zabieraj cudzych rzeczy. Nie mów źle o rodzicach i rodzinie innego Dziecka.
- **Ryzyko:** Nie namawiaj i nie zmuszaj do ryzykownych zachowań (np. używania alkoholu, substancji psychoaktywnych, czynności seksualnych).
- **Opieka:** Nie wykonuj czynności pielęgnacyjnych (jak kąpiel, zmiana pieluchy) ani medycznych. Nie podawaj leków.
- **Prywatność:** Nie rób zdjęć, nie filmuj i nie rozpowszechniaj wizerunku ani danych osobowych innego Dziecka bez zgody jego i Rodziców.

Rozdział V: Zasady w przypadku krzywdzenia

1. Jeśli doświadczasz krzywdzenia ze strony Dorosłych lub innych Dzieci, **natychmiast powiedz o tym pracownikowi MOSiR lub innemu Dorosłemu!**
2. Gdy zgłosisz sytuację, dostaniesz pomoc i Dorosły uruchomi odpowiednie działania.

Rozdział VIII: Zasady Bezpiecznego Internetu

- **Rozmawiaj z Dorosłymi:** Jeśli ktoś w Internecie Cię przestraszy lub zagrozi, powiedz o tym Dorosłemu.
- **Ogranicz Zaufanie:** Nigdy nie ufaj osobie poznanej w sieci. Nie wiesz, kim naprawdę jest – może być dużo starsza i mieć złe zamiary.
- **Nie Spotykaj Się:** Nie spotykaj się z osobami poznanymi online. Zawsze skonsultuj to z Dorosłym.
- **Chroń Dane:** Nie podawaj swojego adresu, numeru telefonu, daty urodzenia. Nie wysyłaj swoich zdjęć nieznanym.
- **Hasła i Nick:** Chroń swoje hasła. Używaj pseudonimu (nicka) zamiast prawdziwego imienia i nazwiska.
- **Bądź Miły/a:** Traktuj innych z szacunkiem i nie używaj wulgaryzmów. Pamiętaj, że w Internecie nie jesteś anonimowy/a.