

# **WAŻNE TELEFONY**

## **Przemoc i krzywdzenie**

Przemoc i krzywdzenie są niestety bardzo częste i zdarzają się zarówno w rodzinach, szkołach, jak i innych miejscach, w których zdarza Ci się przebywać. Możesz doświadczyć tych zjawisk także w przestrzeni internetowej, np. podczas zajęć, komunikacji z innymi lub gry.

## **Co mogę zrobić aby uzyskać pomoc?**

Jeżeli dotyka Ciebie przemoc lub inna forma krzywdzenia zgłoś ten fakt rodzicowi, wychowawcy, nauczycielowi, psychologowi, pedagogowi, dyrektorowi w swojej szkole. Jeżeli z jakiś powodów nie chcesz skorzystać z pomocy wymienionych osób, skorzystaj z telefonu alarmowego lub telefonów zaufania.

## **TU MOŻESZ OTRZYMAĆ POMOC!**

<b>Numer telefonu</b>	<b>NAZWA INSTYTUCJI ŚWIADCZĄCEJ POMOC</b>
<b>112</b>	Ogólnopolski numer alarmowy
<b>800 080 222</b>	Całodobowa, Bezpłatna Infolinia Dla Dzieci i Młodzieży, Rodziców oraz Nauczycieli
<b>800 121 212</b>	Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka
<b>116 111</b>	Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę
<b>800 100 100</b>	Telefon Dla Rodziców i Nauczycieli w Sprawie Bezpieczeństwa Dzieci
<b>800 120 002</b>	Ogólnopolski Telefon Dla Ofiar Przemocy w Rodzinie - „Niebieska Linia”
<b>800 120 226</b>	Policyjny Telefon Zaufania ws. Przemocy w Rodzinie
<b>116 000</b>	Telefon w Sprawie Zaginionego Dziecka i Nastolatka
<b>22 654 70 70</b>	Linia Wsparcia Fundacji ITAKA