

PAMIĘTAJ !

KAŻDY ma prawo do poszanowania swojej godności i przebywania w bezpiecznej przestrzeni. Korzystaj z internetu pod opieką dorosłych. Nie udostępniaj osobistych informacji, ani nie kontaktuj się z nieznajomymi.

JEŚLI sam/a doznajesz krzywdy lub jesteś świadkiem krzywdzenia innego ucznia to **NATYCHMIAST** powiedz o tym komuś dorosłemu.

Ktoś Cię skrzywdził - słowem, czynem, dotykiem,? Nie czujesz się w klubie bezpiecznie, ktoś potraktował Cię niesprawiedliwie, potrzebujesz pomocy lub chcesz porozmawiać? Powiedz to trenerowi, rodzicowi lub innej dorosłej osobie, której ufasz lub skorzystaj z jednego z poniższych miejsc pomocy :

Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży: **116 111**

Całodobowa infolinia dla dzieci, młodzieży, rodziców : **800 080 222**

Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji: **22 594 91 00**

Telefoniczna Pierwsza Pomoc Psychologiczna: **22 425 98 48**