

Twoje bezpieczeństwo na warsztatach

STANDARDY OCHRONY MAŁOLETNICH DLA DZIECI



Masz prawo:

- powiedzieć „nie” i nie brać udziału w ćwiczeniu, które budzi Twój lęk lub silny dyskomfort;
- poprosić o inne, bezpieczne ćwiczenie;
- być traktowanym z szacunkiem – bez wyśmiewania, zawstydzania i obrażania;
- chronić swoją prywatność i nie opowiadać o osobistych lub trudnych przeżyciach;
- powiedzieć dorosłemu, że coś Cię martwi, boli albo przekracza Twoje granice;
- otrzymać pomoc, gdy ktoś Cię krzywdzi albo gdy widzisz, że krzywdzone jest inne dziecko.



Dotyk i ćwiczenia teatralne

Czasem ćwiczenie może wymagać ruchu lub kontaktu z inną osobą. Prowadzący najpierw wyjaśni zasady.

- Możesz odmówić dotyku lub poprosić o inne zadanie.
- Nikt nie może Cię bić, szarpać, popychać, szczypać ani łaskotać wbrew Twojej woli.
- Nikt nie może dotykać Twoich miejsc intymnych ani zmuszać Cię do dotykania kogoś innego.
- Nikt nie może zmuszać Cię do ćwiczenia, występu albo rozmowy, która powoduje silny dyskomfort.

Twoje bezpieczeństwo na warsztatach

STANDARDY OCHRONY MAŁOLETNICH DLA DZIECI



Dorośletemu nie wolno

- obrażać Cię, poniżać, straszyć lub wyśmiewać;
- prosić Cię o zdjęcia intymne albo robić takich zdjęć lub nagrań;
- pokazywać Ci treści seksualne, brutalne lub niedopasowane do Twojego wieku;
- proponować alkoholu, papierosów, narkotyków lub innych zakazanych substancji;
- prosić, abys zachował/a w tajemnicy zachowanie dotyczące Twojego bezpieczeństwa;
- zapraszać Cię na prywatne spotkania lub nawiązywać prywatny kontakt w mediach społecznościowych.



Jak poprosić o pomoc

Jeśli coś Cię niepokoi, powiedz o tym zaufanej osobie dorosłej. Możesz powiedzieć na przykład:

„Nie chcę tego robić.”

„To jest dla mnie nieprzyjemne.”

„Ktoś przekroczył moje granice.”

„Potrzebuję pomocy.”

„Chcę porozmawiać bez innych osób.”

Osoby, do których możesz się zwrócić

Możesz zwrócić się do prowadzącego, nauczyciela, wychowawcy, dyrektora placówki, rodzica, opiekuna albo innej osoby dorosłej, której ufasz. Jeśli pierwsza osoba Ci nie pomoże, powiedz kolejnej.

To, co się wydarzyło, nie jest Twoją winą.

Prowadzący warsztaty

.....

Osoba w placówce

.....

Osoba odpowiedzialna w fryWOLNI

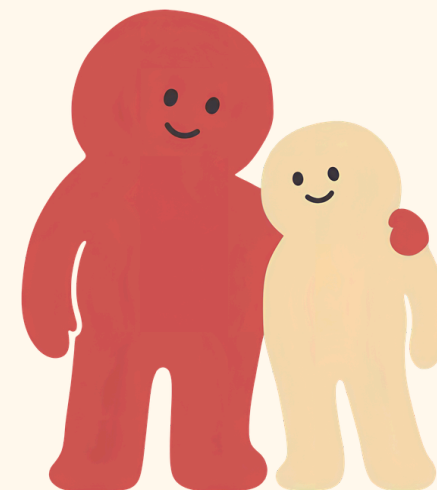
.....

Telefon lub e-mail

.....

Nagłe zagrożenie życia lub zdrowia

112



Pamiętaj!

Twoje granice są ważne. Możesz mówić o tym, co Cię niepokoi.
Dorosły powinien Cię wysłuchać i pomóc zadbać o Twoje bezpieczeństwo.