

Powiedz o tym dorosłemu

Jeśli ktoś w internecie pisze do Ciebie coś przykrego, to nie Twoja wina. Powiedz o tym komuś dorosłemu.

1 Nie odpisuj

Nie musisz nic pisać w odpowiedzi. Zamknij aplikację i odłóż telefon.

2 Pokaż dorosłemu

Rodzicowi, pani albo panu w szkole. Nie musisz radzić sobie sam.

3 Nie kasuj

Zostaw wiadomość na telefonie, żeby dorosły mógł ją zobaczyć.

4 Nie spotykaj się

Z nikim, kogo znasz tylko z internetu, nawet jeśli bardzo prosi.

5 Możesz zadzwonić

Pod numer 116 111. Odbiera osoba, która pomaga dzieciom.

Nikt nie ma prawa Cię straszyć ani wyzywać. Ani w szkole, ani w internecie.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY

116 111

dzieci i młodzież

800 12 12 12

Rzecznik Praw Dziecka

112

zagrożenie życia

usuwaniehejtu.pl

pomoc i zgłoszenia



WESPRZYJ POMOC DLA INNYCH

Wpłaty przez stronę: usuwaniehejtu.pl/wesprzyj

Fundacja Usuwanie Hejtu · 42 1600 1462 1783 5776 0000 0002

tytuł przelewu: Darowizna