

DLA WSZYSTKICH

Pierwsza pomoc po ataku w sieci

Kolejność ma znaczenie. Ta lista sprawdza się w większości spraw, które prowadzimy.

1 Zabezpiecz dowody

Zrzuty ekranu z adresem, datą i nazwą konta. Zanim cokolwiek zgłosisz.

2 Ogranicz kontakt

Blokowanie i wyciszanie odcina sprawcę bez wchodzenia z nim w rozmowę.

3 Zgłoś treść

W serwisie, z krótkim uzasadnieniem. Przy poważnych sprawach także organom ścigania.

4 Oceń, czy to sprawa dla policji

Groźby, szantaż, ujawnienie danych, treści intymne bez zgody.

5 Zadbaj o siebie

Przerwa od czytania kolejnych wpisów nie jest ucieczką, tylko warunkiem myślenia na spokojnie.

6 Poproś o pomoc

Gdy sprawa przerasta możliwości, jest od tego Fundacja i są od tego specjaliści.

Nie trzeba przechodzić przez to samemu. Infolinia Fundacji działa w dni robocze.

GDZIE SZUKAĆ POMOCY

116 123

wsparcie dla dorosłych

800 70 2222

Centrum Wsparcia

222 900 142

infolinia Fundacji

112

zagrożenie życia



WESPRZYJ POMOC DLA INNYCH

Wpłaty przez stronę: usuwaniehejtu.pl/wesprzyj

Fundacja Usuwanie Hejtu · 42 1600 1462 1783 5776 0000 0002

tytuł przelewu: Darowizna



Usuwanie Hejtu

usuwaniehejtu.pl · infolinia 222 900 142