Standardy ochrony małoletnich w Lubelskim Ośrodku Samopomocy

Wersja skrócona dla dzieci i młodzieży

Bezpiecznie w LOS – co warto wiedzieć

W LOS masz prawo czuć się bezpiecznie. Jeśli ktoś Cię krzywdzi – tutaj, w domu, w szkole albo w internecie – powiedz nam. Pomożemy.

Twoje prawa

- Masz prawo do szacunku i do tego, żeby nikt Cię nie bił, nie wyśmiewał ani nie dotykał bez Twojej zgody.
- Masz prawo powiedzieć „nie", kiedy coś Ci nie odpowiada – także dorosłemu.
- Masz prawo nie zgodzić się na zdjęcie albo nagranie. Bez Twojej zgody i zgody Twojego rodzica nie publikujemy Twojego wizerunku.
- Możesz przerwać ćwiczenie, jeśli jego temat jest dla Ciebie zbyt trudny.

Czego dorośli z LOS nigdy nie robią

- nie krzyczą na Ciebie, nie upokarzają Cię i nie stosują przemocy;
- nie piszą do Ciebie prywatnie i nie zapraszają Cię do znajomych na prywatnych kontach – kontaktują się tylko przez kanały LOS;
- nie proszą Cię, żebyś coś ukrywał(-a) przed rodzicami;
- nie pokazują Ci treści dla dorosłych i nie dają Ci alkoholu, papierosów ani innych używek;
- nie robią Ci zdjęć prywatnym telefonem.

Jak traktujemy się w grupie

- Na początku zajęć razem ustalamy zasady i wszyscy ich przestrzegamy.
- Nie nagrywamy i nie fotografujemy innych bez ich zgody. Nie przerabiamy niczyjego wizerunku ani głosu, także za pomocą AI.
- Nie hejtujemy, nie wyśmiewamy i nie wykluczamy nikogo – ani na zajęciach, ani w internecie.

W internecie

- Nie podawaj obcym swojego adresu, szkoły, numeru telefonu ani haseł.
- Jeśli ktoś prosi Cię o zdjęcia, grozi Ci albo Cię szantażuje – nie odpowiadaj, nie wysyłaj niczego i powiedz o tym dorosłemu, któremu ufasz.
- Jeśli na zajęciach trafisz na coś, co Cię przestraszyło albo zaniepokoiło, powiedz prowadzącemu.

Gdy dzieje się coś złego – powiedz

Możesz porozmawiać z każdą osobą prowadzącą zajęcia albo bezpośrednio z osobą, która w LOS zajmuje się bezpieczeństwem młodych ludzi:

- koordynator(ka) ds. ochrony małoletnich: Monika Grodzka, tel. 535 131 929, e-mail monika@los.lublin.pl;

Wysłuchamy Cię i potraktujemy poważnie. Nie obiecamy, że zachowamy wszystko w tajemnicy, jeśli komuś grozi niebezpieczeństwo – ale powiemy Ci, co zrobimy i komu przekażemy informację. Możesz też zadzwonić bezpłatnie i anonimowo pod numer **116 111** lub **800 12 12 12**. W nagłej sytuacji dzwoń pod **112**.

6. Gdzie szukać pomocy

W nagłej sytuacji dzwoń pod numer 112. Pozostałe numery są bezpłatne.

Kontakt	Dla kogo i w jakiej sprawie
112	Numer alarmowy – gdy zagrożone jest życie lub zdrowie.
116 111	Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży (Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę), całodobowy.
800 12 12 12	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka, całodobowy; także dla dorosłych, którzy chcą zgłosić problem dziecka.
800 100 100	Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci.
800 120 002	„Niebieska Linia" – Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie, całodobowe.
800 120 226	Policyjny telefon zaufania dla osób doznających przemocy domowej.
116 123	Wsparcie psychologiczne dla dorosłych w kryzysie emocjonalnym.
dyzurnet.pl	Zespół NASK przyjmujący zgłoszenia nielegalnych treści w internecie, w tym materiałów przedstawiających seksualne wykorzystywanie dzieci.
Koordynator(ka) ds. ochrony małoletnich w LOS	Monika Grodzka, tel. 535 131 929, e-mail monika@los.lublin.pl; siedziba LOS: ul. Grodzka 14, 20-112 Lublin.