

Twoje Bezpieczeństwo w Naszej Szkole

(Standardy Ochrony Małoletnich dla Uczniów)

W Szkole Podstawowej nr 1 w Kostrzynie najważniejsze jest to, aby każdy z Was czuł się bezpiecznie, dobrze i był szanowany. Oto najważniejsze zasady, które u nas obowiązują:

Masz prawo do:

- **Szacunku:** Niki nie ma prawa Cię wyzywać, wyśmiewać ani obrażać.
- **Nietykalności:** Twój plecak i Twoje ciało należą do Ciebie – nikt nie może ich dotykać ani niszczyć bez Twojej zgody.
- **Pomocy:** Jeśli dzieje się coś złego (w szkole, w domu lub w internecie), zawsze masz prawo o tym głośno powiedzieć.

Czego nie wolno dorosłym i innym uczniom?

- Stosować przemocy (bić, popychać, szarpać).
- Krzyczeć, straszyć ani zawstydzać.
- Robić ani przysyłać zdjęć lub filmów bez Twojej wiedzy i zgody.

Co zrobić, gdy czujesz się źle lub widzisz, że ktoś krzywdzi innego?

1. **Powiedz o tym głośno:** Masz prawo powiedzieć „NIE” lub „STOP”, kiedy ktoś przekracza Twoje granice.
2. **Zgłoś to dorosłemu:** Idź do wychowawcy, pedagoga, psychologa szkolnego, dyrektora lub dowolnego nauczyciela, któremu ufasz. Oni są tu po to, żeby Ci pomóc.
3. **Pamiętaj:** Szukanie pomocy to nie skarżenie – to odwaga i dbanie o siebie!

Szkoła Podstawowa nr 1 w Kostrzynie – dbamy o siebie nawzajem!

STREFA BEZPIECZEŃSTWA



OCHRONA

- Masz prawo do szacunku i opieki.
- Nikt nie może Cię bić ani prześladować.
- Twój telefon i plecak są prywatne.
- Nie zgadzaj się na dotyk, który Ci przeszkadza.
- Jesteś bezpieczny w szkole.



KOMUNIKACJA

- Jeśli czujesz się źle, powiedz dorosłemu.
- Powiedz 'NIE!', kiedy ktoś przekracza granice.
- Skarżenie to nie donoszenie – to odwaga!
- Rozmawiaj o swoich uczuciach i emocjach.
- Wychowawca jest tu, by Ci pomóc.



SZACUNEK I PRAWA

- ★ Każdy uczeń ma równe prawa.
- ★ Szanuj kolegów i ich prywatność.
- ★ Jesteśmy ważni i unikalni.
- ★ Prawa człowieka to Twoje prawa.
- ★ Wspieraj innych, kiedy są smutni.

Szkoła Podstawowa nr 1 w Kostrzynie

NUMERY ALARMOWE

ZAPAMIĘTAJ! W SYTUACJI ZAGROŻENIA WEZWIJ POMOC

112

OGÓLNY NUMER ALARMOWY

Zagrożenie życia, zdrowia
lub bezpieczeństwa.



997

POLICJA



998

STRAŻ POŻARNA



999

POGOTOWIE RATUNKOWE



991

POGOTOWIE ENERGETYCZNE



992

POGOTOWIE GAZOWE



JAK WEZWAĆ POMOC?

1



Zadzwoń
z bezpiecznego
miejsca.

2



Powiedz, gdzie
jesteś i co się stało.

3



Odpowiadaj
na pytania
operatora.

4



Nie rozłączaj się
pierwszy.

NUMERY ALARMOWE NIE SŁUŻĄ DO ZABAWY!

WAŻNE NUMERY POMOCY

DLA UCZNIÓW I CAŁEJ SPOŁECZNOŚCI SZKOLNEJ

DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

112

ZAGROŻENIE ŻYCIA LUB ZDROWIA

pilna pomoc służb:

- pogotowie ratunkowe
- straż pożarna
- policja



116 111

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

- bezpłatnie, 24/7
- anonimowo
- rozmowa z psychologiem
- wsparcie w trudnych sytuacjach



800 12 12 12

DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA

- bezpłatnie, 24/7
- anonimowo
- pomoc i wsparcie
- gdy coś Cię niepokoi lub martwi



DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI

800 100 100

WSPARCIE DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI

- pomoc w sytuacjach trudnych wychowawczo
- informacje i porady specjalistów
- sprawdź godziny dyżurów na 800100100.pl



116 123

WSPARCIE EMOCJONALNE DLA DOROSŁYCH

- bezpłatnie
- anonimowo
- rozmowa ze specjalistą
- w sytuacji kryzysu emocjonalnego



800 70 2222

CENTRUM WSPARCIA DLA DOROSŁYCH W KRYZYSIE PSYCHICZNYM

- bezpłatnie, 24/7
- profesjonalna pomoc psychologiczna
- dla osób w kryzysie emocjonalnym
- wsparcie i rozmowa



DOŚWIADCZASZ PRZEMOCY, HEJTU LUB LĘKU?

Powiedz wychowawcy, pedagogowi, psychologowi lub zaufanej osobie dorosłej.

➤ Nie zostawaj z problemem sam! ➤

