ПАМ’ЯТКА ДЛЯ УЧНІВ

Школа без страху та образ

Твій простір безпеки: Що робити, якщо ти зіткнувся з булінгом, кібербулінгом або насильством

- **Булінг — це не гра і не «просто жарти».** Це ситуація, коли когось систематично (два чи більше разів) ображають, залякують, принижують, штовхають, ігнорують або шантажують. Це може відбуватися в класі, на коридорі або в інтернеті (**кібербулінг**).
- **Ти не винен.** Хто б і що б тобі не говорив — ніхто не має права тебе ображати, торкатися без твого дозволу чи змушувати робити те, чого ти не хочеш.
- **Не мовчи — це не «стукацтво», це самозахист.** Розкажи тому дорослому, кому ти довіряєш: батькам, класному керівнику, психологу школи чи директору. Вони знають, як діяти, і захистять тебе.
- **Побачив образи інших — не стій осторонь.** Якщо ти став свідком того, як знущаються з однокласника чи іншої дитини, не підтримуй кривдника і не смійся. Повідом про це вчителя. Твоя сміливість може врятувати когось.
- **Як повідомити школу?** Ти можеш підійти до будь-якого вчителя чи адміністратора особисто, написати записку або попросити батьків допомогти. Школа розгляне будь-яке звернення (навіть анонімне) протягом 1 дня.

Куди ще можна звернутися за безкоштовною і таємною допомогою:

- **116 111** або **0 800 500 225** — Національна дитяча «гаряча лінія»
- **102** — Поліція (якщо тобі загрожує пряма небезпека)