

## Telefon zaufania dla Dzieci i Młodzieży

Każdy człowiek ma swoje prawa. Dzieci są bardziej narażone na doznawanie krzywdy niż dorośli, dlatego chronią je szczególne prawa. Młode osoby mają także szczególne potrzeby, których realizację również gwarantuje prawo.



### **RÓŻNE PROBLEMY, RÓŻNE ROZWIĄZANIA.**

Telefon 116 111 działa przez 7 dni w tygodniu, w godzinach 12:00-2:00, można także zarejestrować się na stronie <https://116111.pl/> oraz napisać wiadomość e mail.

### **ZASADY ABCD FUNKCJONOWANIA TELEFONU 116 111:**

- Anonimowo - dzwoniąc, nie musisz podawać swojego imienia, nazwiska ani adresu zamieszkania;
- Bezpłatnie - połączenie jest bezpłatne zarówno z telefonów komórkowych, jak i stacjonarnych;
- Chętnie - konsultanci 116 111 gotowi są rozmawiać o każdej ważnej sprawie. Jeśli będzie to potrzebne, mogą umówić się na kolejną rozmowę;
- Dyskretnie - wszystko, o czym powiesz lub napiszesz, zostanie między Tobą a konsultantami 116 111. Jeśli poprosisz o pomoc w rozwiązaniu Twoich problemów lub zgodzisz się na to, żeby Ci pomóc – konsultanci 116 111 zajmą się tym

### **KIM SĄ KONSULTANCI TELEFONU 116 111?**

Grupa pedagogów i psychologów dyżurujących przy Telefonie Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111. Każdy ma doświadczenie w pracy z osobami w trudnych sytuacjach życiowych i potrzebującymi pomocy. Potrafią słuchać i rozumieją młodych ludzi.

Pomagają dzieciom i młodzieży rozmawiając o sprawach dla nich ważnych i trudnych. Nie dają gotowych rad i rozwiązań. Razem z rozmówcami zastanawiają się, co mogą zrobić, by przezwyciężyć kłopoty i problemy.

#### **NA JAKI TEMAT MOŻNA POROZMAWIAĆ LUB NAPISAĆ?**

- skontaktuj się w chwili, gdy potrzebujesz wsparcia i rozmowy o tym, co jest dla Ciebie ważne lub sprawia Ci kłopot;
- możesz porozmawiać o przyjaźni, miłości, kontaktach z rodzicami, czy problemach w szkole;
- czujesz złość, smutek, zniechęcenie, żal - podziel się tym, co właśnie przeżywasz;
- dojrzewasz i masz związane z tym pytania;
- doświadczasz przemocy lub jesteś w niebezpiecznej sytuacji;
- jest jakiś inny problem, którym chcesz się podzielić.

**Konsultanci 116 111 czekają na Twój telefon!**

**Nie będą Cię oceniać ani pouczać. Wysłuchają Twojego problemu i razem z Tobą zastanowią się nad najlepszym jego rozwiązaniem!**