2 października to Międzynarodowy Dzień bez Przemocy, święto ustanowione przez Zgromadzenie Ogólne ONZ 15 czerwca 2006 roku w celu „szerzenia idei życia bez przemocy, umacniania pokoju, głoszenia tolerancji i zwiększania świadomości społeczeństwa m.in. poprzez edukację.”

W tak ważnym dniu, zastanówmy się przez chwilę, jakie są nasze relacje z innymi ludźmi.  Czy sposób w jaki się ze sobą komunikujemy oraz rodzaje zachowań, które w stosunku do siebie przejawiamy są prawidłowe?  Niekiedy nie zdajemy sobie sprawy, że nasze konkretne działanie już jest przemocą wobec drugiego człowieka. Bo czym właściwie jest przemoc? Przemoc to intencjonalne działanie lub zaniechanie jednej osoby wobec drugiej, które wykorzystując przewagę sił narusza prawa i dobra osobiste jednostki, powodując cierpienia i szkody. Z powyższej definicji wynika, iż kształtują się dwie role: "sprawcy", który sprawuje przemoc i jest w ataku oraz "ofiary", która ponosi szkody i jest w obronie. Należy przy tym pamiętać, że za przemoc zawsze odpowiada sprawca i nic nie usprawiedliwia stosowania przemocy!!

„ STOP PRZEMOCY”

**UCZNIOWIE POSZCZEGÓLNYCH KLAS WŁACZYLI SIĘ W SZKOLNĄ AKCJĘ „STOP PRZEMOCY” – po krótkich pogadankach na temat form przemocy i sposobów jej zapobiegania przygotowano prace:** klasa IV przygotowała swoją wizję superbohaterów którzy walczą z przemocą, natomiast starsze klasy VI, VII i VIII pracowały nad hasłami propagującymi zasady właściwego zachowania**.**

*Jeżeli czujesz się zagrożona/zagrożony, ktoś Cię bije, popycha, rzuca w Ciebie przedmiotami, ciągnie za włosy, wyzywa, obraża, ośmiesza, ogranicza Twoje kontakty z rodziną, zabiera Ci pieniądze lub inną twoją własność, możesz skorzystać ze wsparcia instytucji oferujących specjalistyczną pomoc, a także telefonów zaufania czy aplikacji mobilnych. Poniżej znajdują się niektóre z nich.*

**Gdzie szukać pomocy w sytuacji zagrożenia przemocą:**

* **Wychowawca/Pedagog szkolny**
* **Policja**
* **800 100 100 - telefon - dla Rodziców i Nauczycieli w sprawie Bezpieczeństwa Dzieci**
* **800 12 12 12 Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka**
* **800 080 222 – całodobowa, bezpłatna, ogólnopolska linia dla dzieci, młodzieży, rodziców**

**Telefon Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży**  
Tel. 116 111 (bezpłatny, całodobowy/7 dni w tygodniu)  
Zadzwoń, gdy coś Cię martwi, masz jakiś problem, nie masz z kim porozmawiać lub wstydzisz się o czymś opowiedzieć. Pod wskazanym numerem telefonu możesz porozmawiać o wszystkim: o przyjaźni, miłości, dojrzewaniu, kontaktach z rodzicami czy rodzeństwem, problemach w szkole, a także o przemocy, której być może doświadczasz lub jesteś jej świadkiem.  
Możesz też, poprzez stronę [www.116111.pl](http://www.116111.pl/) przesłać wiadomość.  
  
**Aplikacje mobilne**  
  
1. „Twój parasol” – aplikacja mobilna dla osób poszkodowanych przemocą w rodzinie.  
Można ją pobrać za darmo na telefon poprzez Google Play i Apple Store. Program jest też dostępny na stronie internetowej https://twojparasol.com/. Aplikacja oferuje dostęp do materiałów edukacyjnych oraz do bazy organizacji oferujących wsparcie osobom dotkniętym przemocą. Ponadto, umożliwia  przesyłanie informacji o zdarzeniach przemocowych do ewentualnego wykorzystania później oraz możliwość kontaktu z wcześniej skonfigurowanym adresem email lub możliwość szybkiego wybrania telefonu alarmowego.  
  
2. „Avon Alert” – aplikacja mobilna dla kobiet doświadczających przemocy.  
Przeznaczona jest dla kobiet doświadczających przemocy. Dostępna jest pod adresem https://avonalert.pl/. Można ją pobrać za darmo na telefon poprzez Google Play.  
Umożliwia:  
- szybki kontakt z telefonem wsparcia, który zapewnia bezpłatną i profesjonalną pomoc  
(tel. 888-88-33-88, czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-20.00),  
- skorzystanie z chatu 24 h przez 7 dni w tygodniu,  
- uzyskanie informacji na temat przemocy, jej rodzajów, skutków oraz przykłady i instrukcje krok po kroku, jak powinniśmy postępować w konkretnych sytuacjach.

Pedagog

Jadwiga Rataj