

.....  
/Nazwa lub pieczęć/

## **Polityka ochrony młodocianych przed krzywdzeniem**

### **W IGLOO SP. Z O.O. wersja skrócona dla młodocianych**

#### **Preambuła, czyli wstęp do dokumentu**

Naczelną zasadą wszystkich działań podejmowanych przez naszą Firmę, jest działanie dla Waszego dobra i w Waszym najlepszym interesie. Pracodawca, Każdy pracownik, osoba współpracująca, klient, kontrahent traktuje Was z szacunkiem oraz uwzględnia Wasze potrzeby. Niedopuszczalne jest stosowanie przez kogokolwiek wobec Was przemocy w jakiegokolwiek formie. Każdy w naszej Firmie realizując te cele, działa w ramach obowiązującego prawa, przepisów wewnętrznych oraz swoich kompetencji.

Wprowadziliśmy procedury („polityka ochrony dzieci przed krzywdzeniem”) mające na celu ochronę młodzieży przed krzywdzeniem. Chodzi tu przede wszystkim o przestępstwa przeciwko życiu i zdrowiu, wolności seksualnej i obyczajności, przeciwko rodzinie i opiece, czci i nietykalności cielesnej oraz przestępstwa przeciwko wolności.

Polityka ochrony młodocianych przed krzywdzeniem obowiązuje od 15 lutego 2024r.

W Polityce znajdziecie zasady, które pomogą Wam tworzyć środowisko przyjazne, bezpieczne i wolne od przemocy.

### **Rozdział I Objaśnienie terminów**

#### **§1**

1. **Pracownikiem** jest osoba zatrudniona na podstawie umowy o pracę, umowy cywilnoprawnej, wolontariusz i stażysta.

2. **Osobą szkolącą** - jest pracodawca lub pracownik zatrudniony na podstawie umowy o pracę, posiadający uprawnienia do szkolenia pracowników młodocianych regulowane odpowiednimi przepisami prawa, który w imieniu pracodawcy prowadzi praktyczną naukę zawodu.
3. **Dzieckiem/młodocianym/ą** jest każda osoba do ukończenia 18. roku życia.
4. **Opiekunem młodocianego/ej** jest osoba uprawniona do reprezentacji młodocianego/ej, w szczególności jego rodzic lub opiekun prawny. W myśl niniejszego dokumentu opiekunem jest również rodzic zastępczy.
5. **Zgoda rodzica młodocianego/ej** oznacza zgodę, co najmniej jednego z rodziców /opiekunów prawnych. Jednak w przypadku braku porozumienia między rodzicami młodocianego/ej należy poinformować rodziców o konieczności rozstrzygnięcia sprawy przez sąd rodzinny.
6. **Procedura** – ustalony sposób przeprowadzenia działania.
7. Przez **krzywdzenie młodocianego/ej** należy rozumieć popełnienie czynu zabronionego lub czynu karalnego na jego szkodę przez jakąkolwiek osobę, w tym Właściciela/ pracownika IGLOO SP. Z O.O. lub zagrożenie dobra młodocianego/ej, w tym jego zaniedbywanie.
8. **Przemoc** – zamierzone działanie lub zaniechanie, jednej osoby wobec drugiej lub wobec samego siebie, które wykorzystując przewagę sił narusza prawa i dobra osobiste jednostki powodując cierpienia i szkody.
  - **Przemoc fizyczna:**

Wszelkiego rodzaju celowe działanie wobec małoletniego z użyciem siły, powodujące zadawanie bólu, uszkodzenie ciała np. nieprzypadkowe urazy, stłuczenia, złamania poparzenia, popychanie, przytrzymywanie, policzkowanie, bicie, kopanie, szarpanie, wykręcanie rąk, duszenie, obezwładnianie, szczypanie, przypalanie papierosem, polewanie żrącymi substancjami, użycie broni, pozostawienie w niebezpiecznym miejscu, nie udzielenie pomocy, metody kar, które przyjmują postać tortur lub innego okrutnego, niehumanitarnego, poniżającego traktowania dzieci.
  - **Przemoc emocjonalna:**

Rozmyślne długotrwałe zachowanie wobec młodocianego/ młodocianej, które powoduje znaczące obniżenie możliwości prawidłowego rozwoju, w tym zaburzenia osobowości, niskie poczucie własnej wartości, stany nerwicowe, lękowe. Do kategorii tego typu zaliczamy: wyzywiska, groźby, szantaż, straszenie, emocjonalne odrzucenie, nadmierne wymagania, które są nieadekwatne do wieku i możliwości psychofizycznych dziecka, wyśmiewanie opinii, poglądów, przekonań, religii, pochodzenia, stałe ocenianie, nadmierna krytyka, wmawianie choroby psychicznej, wymuszanie posłuszeństwa, podporządkowania, poniżanie, zawstydzanie.
  - **Przemoc seksualna:**

Każde działanie naruszające Twoją intymność, popełnione wbrew Twojej woli.
  - **Cyberprzemoc:**

prześladowanie, zastraszanie, nękanie, wyśmiewanie, innych osób z wykorzystaniem internetu i narzędzi typu elektronicznego takich jak: sms, e-mail, witryny internetowe, fora dyskusyjne w internecie, portale społecznościowe, itp.
  - **Zaniedbanie:**

Niezaspokojenie Twoich podstawowych potrzeb zarówno fizycznych ((np. niedożywienie, ubiór nieadekwatny do pory roku, zaniedbanie higieniczne, pozostawienie bez opieki

w godzinach wieczornych i nocnych, niedbanie o higienę snu i odpoczynku, nieposyłanie do szkoły, niezapewnienie opieki medycznej).

- **Przemoc ekonomiczna:**

Dotyczy sfery materialnej, polega na celowym niszczeniu własności, pozbawianiu środków lub tworzeniu warunków, gdy trudno jest zaspokoić podstawowe potrzeby m.in. odbieranie zarobionych pieniędzy, niszczenie rzeczy itp.

9. **Dane osobowe młodocianego/ej** to wszelkie informacje umożliwiające identyfikację młodocianego/ej.

## **Rozdział II**

### **Rozpoznawanie i reagowanie na czynniki ryzyka krzywdzenia młodocianych**

#### **§ 2**

1. Przemocy możesz doświadczyć ze strony innych młodocianych, rodziców, osób trzecich, oraz podczas praktycznej nauki zawodu u pracodawcy.
2. Pracodawca/Osoba szkoląca posiada wiedzę i w ramach wykonywanych obowiązków zwraca uwagę na czynniki ryzyka i symptomy krzywdzenia.
3. Pracodawca/Osoba szkoląca monitoruje sytuację i dobrostan młodocianego/ej.
4. Pracownicy znają i stosują zasady bezpiecznych relacji personel-dziecko i dziecko – dziecko ustalone w naszej Firmie

## **Rozdział III**

### **Procedury interwencji w przypadku podejrzenia krzywdzenia młodocianego/ej**

#### **§ 3.**

1. W przypadku doświadczenia jakiejkolwiek form krzywdzenia, wymienionych w pkt. 7 Rozdziału I (Objaśnienie terminów) ze strony osób dorosłych lub innych młodocianych, zawiadom Pracodawcę, Osobę szkolącą, pracownika firmy w której odbywasz praktyczną naukę zawodu.
2. Wówczas stosownie do zgłoszonej sytuacji zostanie uruchomiona odpowiednia procedura.

### **Zasady bezpiecznych relacji dorosłych z młodocianymi w naszej Firmie**

Zasady te obowiązują wszystkich pracowników naszej Firmy a także Pracodawcę, Osobę szkolącą i wszystkich dorosłych przebywających na terenie naszej Firmy i w miejscu wykonywania zleceń.

1. Przestrzegamy prawa małoletnich określone w obowiązujących przepisach prawa państwa polskiego. Obejmują one w szczególności:
  - Prawo ochrony Waszego życia i zdrowia;
  - Prawo do wolności sumienia, myśli oraz wyznania;

- Prawo rozwoju osobistego;
  - Prawo do utrzymywania kontaktów społecznych zwłaszcza z rówieśnikami;
  - Prawo do szacunku i uznania ze strony innych.
2. Nie można pozbawić Cię tych praw. Zdarzają się jednak wyjątkowe sytuacje, w których konieczne jest ich ograniczenie, jednak dzieje się tak tylko wtedy, gdy pozwalają na to przepisy prawa lub zagrożone jest czyjeś zdrowie, życie lub mienie. Na przykład w sytuacji, gdy to Ty popełniasz przestępstwo atakując innego młodocianego, wtedy Pracodawca, Osoba szkoląca lub pracownik naszej Firmy ma nie tylko prawo, ale obowiązek ograniczyć Twoją wolność, żeby powstrzymać Cię przed zrobieniem krzywdy innej osobie.
  3. Aby w naszej Firmie procedury odniosły skutek, niezbędne jest zgłaszanie przez Ciebie wszelkich zachowań zagrażających życiu, zdrowiu oraz godności, do Pracodawcy, Osoby szkolącej lub pracownika, do którego macie zaufanie – bez względu na to czy chodzi o innego małoletniego czy dorosłego – nawet jeśli ten dorosły nie pracuje w naszej Firmie, tylko jest dla Ciebie kimś bliskim, kimś z rodziny.
  4. Pamiętaj, że istnieje całkowity zakaz stosowania kar cielesnych w stosunku do młodocianych.
  5. Zabronione jest również stosowanie kar, które są upokarzające, poniżające, ośmieszające – zakaz ten obowiązuje wszystkich dorosłych, ale też Ciebie samego.
  6. Zabronione jest stawianie wobec Ciebie wymagań, którym nie jesteś w stanie sprostać ze względu na Twój wiek lub poziom umiejętności.
  7. Pracodawca oraz Pracownicy w tym Osoba szkoląca powinien traktować Cię z szacunkiem oraz szanować Twoją godność i potrzeby;
  8. Niedopuszczalne jest stosowanie przemocy w jakiegokolwiek formie.
  9. Działania podejmowane wobec Ciebie powinny być adekwatne do sytuacji, bezpieczne, uzasadnione i sprawiedliwe.
  10. Zarówno od pracowników naszej Firmy, Pracodawcy i Osoby szkolącej, jak i od rodziców/opiekunów prawnych masz prawo oczekiwać uwagi i właściwego wsparcia.
  11. Zabronione jest nękanie, prześladowanie, szantażowanie.
  12. Nikt nie może Cię bić, szturchać, popychać, zawstydząć, upokarzać, lekceważyć, obrażać, ani naruszać Twojej intymności wbrew Twojej woli.
  13. Dorośli na terenie naszej Firmy i w miejscu wykonywania zleceń, nie mogą używać wobec Ciebie wulgarnych słów, gestów, żartów, czynić obraźliwych uwag, kierować wypowiedzi dotyczących aktywności bądź atrakcyjności seksualnej oraz wykorzystywać władzę lub przewagę fizyczną nad Tobą (np. zastraszanie, groźby, przymuszanie).
  14. Zakazane jest wkraczanie w Twoją osobistą sferę seksualną - nie wolno tego robić ani słownie, ani fizycznie.
  15. Każdemu przysługuje prawo do prywatności, a wszelkie zachowanie naruszające Twoją prywatność, niezależnie od osoby, która naruszałaby to prawo – są zabronione.
  16. Pamiętaj, że w toaletach/miejscach gdzie się przebieramy zabronione jest fotografowanie oraz nagrywanie.
  17. Musisz wiedzieć, że siłę fizyczną można stosować wobec Ciebie wyłącznie w celu powstrzymania agresji, która zagraża życiu i zdrowiu oraz bezpieczeństwu Twojemu lub innych.
  18. Podstawową wartością obowiązującą w naszej Firmie jest zasada równego traktowania, która opiera się na zapewnieniu wszystkim młodocianym dostępu do edukacji.

19. Pracodawca ma obowiązek stanowczo reagować na różnego rodzaju przejawy dyskryminacji przez mowę nienawiści i zgłaszać takie zdarzenia policji lub prokuraturze.
20. Osoba dorosła pracująca w naszej Firmie nie może proponować Ci alkoholu, wyrobów tytoniowych ani nielegalnych substancji, jak również używać ich w Twojej obecności.
21. Jeśli czujesz się niekomfortowo w jakiejś sytuacji, wobec konkretnego zachowania czy słów osób dorosłych pracujących w naszej Firmie, możesz o tym powiedzieć Pracodawcy/Osobie szkolącej i możesz oczekiwać odpowiedniej reakcji/pomocy.
22. Pracodawca, Osoba szkoląca oraz pracownik naszej Firmy nie może zapraszać Cię do swojego miejsca zamieszkania ani spotykać się z Tobą poza godzinami pracy.
23. Właściwą formą komunikacji Pracodawcy lub osoby szkolącej z Tobą, Twoimi rodzicami lub opiekunami poza godzinami pracy, są kanały służbowe ( e-dziennik, telefon służbowy, e-mail służbowy).
24. Twój wizerunek nie może być utrwalany (filmowany, fotografowany, nagrywanie głosu) dla potrzeb prywatnych, jeśli Twój rodzice/ opiekunowi oraz Ty sam/sama nie wyraziliście na to zgody.

## Zasady bezpiecznych relacji pomiędzy młodocianymi

W relacjach z innymi młodocianymi:

1. Traktuj kolegów/koleżanki z należytym szacunkiem;
2. Słuchaj innych, gdy mówią; nie przerywaj innym, gdy się wypowiadają;
3. Pamiętaj, że każdy ma prawo do wyrażania swojego zdania, myśli i przekonań, jeśli nie naruszają one dobra osobistego innych osób.
4. Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa obowiązujących w naszej Firmie( nie narażaj innych na niebezpieczeństwo.
5. Konflikty rozwiązuj w sposób pokojowy.
6. Wycisz się, uspokój, zatrzymaj niepotrzebną kłótnię, zanim stracisz nad sobą kontrolę, a konflikt się nasili.
7. Powiedz o swoich uczuciach, emocjach, problemach o przyczynie nieporozumienia, o oczekiwaniach.
8. Słuchaj, co mówi druga osoba, jakie są jej odczucia, czego ona oczekuje i podsumuj to, co usłyszałeś/usłyszałaś.
9. Upewnij się, że Twój rozmówca powiedział wszystko odnośnie do swoich odczuć.
10. Wymyślcie rozwiązanie, które będzie satysfakcjonowało wszystkich.
11. Pamiętaj, jeśli nie uda Wam się rozwiązać konfliktu, zawsze poinformuj o tym Pracodawcę, Osobę szkolącą w naszej Firmie.
12. Nie bądź obojętny, gdy komuś dzieje się krzywda, zawsze poinformuj o tym Pracodawcę, Osobę szkolącą lub innego dorosłego w naszej Firmie.
13. Nasza Firma jest wspólnotą – nie stwarzaj sytuacji, w których Twój koledzy/koleżanki czuliby się celowo pomijani, izolowani.
14. **Zachowania niedozwolone** w relacjach pomiędzy młodocianymi w naszej Firmie i poza nią:
  - **Agresja fizyczna**, która obejmuje:
    - ✓ Bójki pomiędzy małoletnimi,

- ✓ Bicie,
  - ✓ Kopanie,
  - ✓ Policzkowanie,
  - ✓ Opluwanie,
  - ✓ Wszelkie działania powodujące ból fizyczny,
  - **Agresja słowna**, która obejmuje:
    - ✓ Używanie wulgarnych słów, gestów i żartów
    - ✓ Czynienie obraźliwych uwag,
    - ✓ Nawiązywanie w wypowiedziach do aktywności bądź atrakcyjności seksualnej,
    - ✓ Wykorzystywanie wobec drugiego młodocianego przewagi fizycznej (zastraszanie, przymuszanie, groźby)
  - **Cyberprzemoc**, która obejmuje:
    - ✓ Publikowanie poniżających filmów lub zdjęć w sieci
    - ✓ Publikowanie ośmieszających, wulgarnych komentarzy i postów, podszywanie się pod inne osoby,
    - ✓ Włamanie na czyjeś kont społecznościowe,
    - ✓ Prześladowaniem zastraszanie, nękanie za pomocą sieci internetowej, telefonu, wiadomości sms itp.
15. Nie wolno Ci naruszać integralności fizycznej innego młodocianego poprzez np. popychanie, szturchanie.
  16. Szanuj przestrzeń intymną swoich kolegów i koleżanek; nigdy nie dotykaj ich w sposób, który może być uznany za niestosowny;
  17. Nie wolno Ci wyśmiewać, obgadywać, ośmieszać, zawstydzać, upokarzać, lekceważyć i obrażać innych młodocianych.
  18. Nie wypowiadaj się w sposób obraźliwy o bliskich Twoich kolegów i koleżanek:
  19. Nie zwracaj się w wulgarny sposób do innych.
  20. Pamiętaj że żarty, które nie bawią drugiej osoby, nie są żartami i taką zabawę słowną natychmiast przerywaj;
  21. Bądź tolerancyjny – szanuj odmienny wygląd, przekonania, wierzenia i poglądy innych;
  22. Szanuj prawo innych do prywatności – nie przeglądaj ich prywatnych rzeczy;
  23. Szanuj rzeczy osobiste i mienie innych młodocianych, nie kradnij.
  24. Nie namawiaj innych do krzywdzenia;
  25. Nie przynoś do szkoły niedozwolonych substancji; nie zachęcaj innych do ich stosowania;
  26. Jeśli podejrzewasz, że kolega/koleżanka robi sobie krzywdę (np., autoagresja, spożywa niedozwolone substancje) poinformuj zaufaną osobę o tym fakcie.

## **Procedura postępowania w przypadku agresywnego zachowania młodocianego.**

1. Pracownik naszej Firmy, Pracodawca, Osoba szkoląca będący świadkiem agresywnego zachowania młodocianego, jest zobowiązany do zareagowania na zaistniałą sytuację.
2. Jeżeli słowna reakcja nie pomaga w/w osoba powinna odizolować zachowującego się agresywnie młodocianego/ną od reszty grupy.

3. W uzasadnionych przypadkach wzywa pomoc.
4. Udziela niezbędnej pomocy pokrzywdzonemu młodocianemu/ej.
5. Zapewnia bezpieczeństwo pozostałym młodocianym.
6. W toku dalszych czynności ustala przyczyny agresji oraz przeprowadza rozmowę ze stronami konfliktu wskazując na niestosowne zachowanie.
7. O zdarzeniu informowany jest Pracodawca/Osoba szkoląca oraz rodzice/opiekunowie prawni agresywnego młodocianego.
8. Jeżeli wymaga tego sytuacja Pracodawca/ Osoba szkoląca podejmuje decyzję o wezwaniu policji.
9. W przypadku braku poprawy w zachowaniu młodocianego/ej zostaje podjęta decyzja o zgłoszeniu się rodzica/opiekuna do naszej Firmy.
10. W przypadku, gdy zachowania młodocianego w dalszym ciągu stanowią realne zagrożenie dla innych (lub niego) Pracodawca podejmuje decyzję o skierowanie wniosku do sądu o zastosowanie środka wychowawczego.

## **Rozdział IV**

### **Zasady ochrony danych osobowych oraz wizerunku młodocianych w naszej Firmie**

#### **§ 9.**

1. Nasza Firma zapewnia najwyższe standardy ochrony danych osobowych młodocianych zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa.
2. Uznając prawo młodocianego/młodocianej do prywatności i ochrony dóbr osobistych, zapewniamy ochronę wizerunku młodocianego/ej.
3. Powinniśmy dysponować zgodą Twoich rodziców/opiekunów prawnych na przetwarzanie Twoich danych osobowych oraz danych dot. wizerunku.
4. Zgoda rodziców/opiekunów prawnych nie jest wymagana na rozpowszechnianie wizerunku osoby stanowiącej tylko szczegół całości takiej jak zgromadzenie, krajobraz, publiczna impreza.

## **Rozdział V**

### **Zasady bezpiecznego korzystania z internetu i mediów elektronicznych**

Zasady korzystania z urządzeń elektronicznych z dostępem do sieci internet powinny być obwarowane następującymi regułami:

- ✓ Nie powinniście ufać osobom poznanym za pośrednictwem internetu,
- ✓ Nie powinniście spotykać się z osobami poznanymi przez internet, jeżeli jednak bardzo chcecie się spotkać z taką osobą to pamiętajcie, żeby poinformować o tym rodzica/opiekuna, najlepiej pierwszy raz pod jego nadzorem, ewentualnie w towarzystwie kolegi/koleżanki i koniecznie w miejscu publicznym, np. restauracja, kawiarnia.
- ✓ Nie przekazujcie swoich danych osobowych nieznany osobom w internecie.

- ✓ Używane komunikatory w sieci, powinny służyć Wam jedynie do kontaktów ze znajomymi i rodziną.
- ✓ Musicie pamiętać, że hejt w internecie jest przestępstwem. Sąd rodzinny, może nałożyć na Was karę za jego stosowanie.

## **Rozdział VI**

### **Monitoring stosowania Polityki ochrony młodocianych przed krzywdzeniem**

1. Osobą odpowiedzialną za „Politykę ...” jest Dyrektor ds. szkoleń Tadeusz Wnęk.
2. Osoba ta jest odpowiedzialna za monitorowanie realizacji procedur *Polityki ochrony młodocianych przed krzywdzeniem* oraz za reagowanie na sygnały naruszenia zapisów tego dokumentu oraz prowadzi rejestr zgłoszeń jak również zaproponowanie zmian w przyjętych w Polityce ochrony młodocianych przed krzywdzeniem.

### **Zasady udostępniania Rodzicom i Młodocianym Polityki ochrony danych przed krzywdzeniem do zapoznania się z nimi i stosowania**

1. Niniejsza *polityka* jest dokumentem ogólnodostępnym dla pracowników, personelu, młodocianych i ich opiekunów.

## **Rozdział VII**

### **Przepisy końcowe**

#### § 15.

1. Polityka wchodzi w życie z dniem jej ogłoszenia tj. 10.08.2024r.
2. Ogłoszenie następuje w sposób dostępny dla pracowników, dzieci, rodziców/opiekunów prawnych, w szczególności poprzez wywieszenie w miejscu ogłoszeń dla pracowników lub poprzez przesłanie jej tekstu drogą elektroniczną oraz poprzez zamieszczenie jej na stronie internetowej (jeśli istnieje) i wywieszenie w widocznym miejscu w siedzibie, również w wersji skróconej przeznaczonej dla młodocianych.



## **PAMIĘTAJ !!!**

- ❖ **Każdy ma prawo do poszanowania swojej godności!**
- ❖ **Jeśli sam/a doznajesz krzywdy lub jesteś świadkiem krzywdzenia, to natychmiast powiedz o tym komuś dorosłemu!**

## **DODATKOWE WSPARCIE DLA MŁODOCIANYCH**

- ✓ Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę prowadzi **anonimowy i bezpłatny telefon wsparcia** czynny 24h / 7 dni w tygodniu, także w święta **116111**.

Wszelkie informacje znajdują się na stronie:

<https://fdds.pl/>,

<https://fdds.pl/jak-pomagamy.html#telefon-zaufania>

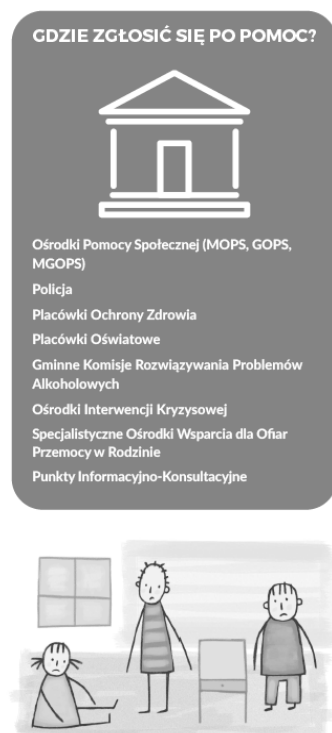
<https://116111.pl/>

- ✓ **Telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka** dostępny 24h / 7 dni w tygodniu








Czat internetowy: <https://czat.brpd.gov.pl/> dyżur pełnią eksperci z zakresu prawa, spraw socjalnych, edukacji i wychowania oraz ochrony zdrowia.

- ✓ **Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie.**



#### WAŻNE TELEFONY

-  Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” 800 120 002 (czynny całodobowo)  
Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie
-  **112** Numer alarmowy 112 (czynny całodobowo)  
W sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia wynikającego ze stosowania przemocy w rodzinie, w pierwszej kolejności należy skorzystać z numeru alarmowego 112 obsługiwane przez operatorów Centrum Powiadomiania Ratunkowego, którzy otrzymane zgłoszenie niezwłocznie przekazują bezpośrednio dyżurnym jednostkom Policji właściwym miejscowo dla miejsca zdarzenia, pobytu osoby doznającej przemocy w rodzinie.
-  Anonimowa Policyjna Linia Specjalna „Zatrzymać Przemoc”: 800 12 01 48 (czynny całodobowo)
-  Policyjny Telefon Zaufania dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie.  
Dla osób chcących uzyskać fachową poradę możliwym jest skorzystanie z Policyjnego Telefonu Zaufania dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie tel. 800 120 226, czynny w dni robocze w godzinach 09:30–15:30 obsługiwane przez policjantów z Biura Prewencji Komendy Głównej Policji.
-  Platforma „Policja E-usługi”  
Na stronie internetowej Komendy Głównej Policji (<http://www.policja.pl/>) dostępna jest platforma „Policja E-usługi” umożliwiająca kontakt z Policją. W ramach tego portalu dostępna jest Centralna Książka Telefoniczna, umożliwiająca wyszukiwanie danych kontaktowych jednostki organizacyjnej Policji właściwej dla miejsca zamieszkania.



#### ✓ 800 199 990 **Ogólnopolski Telefon Zaufania Uzależnienia**

wsparcie psychologiczne oraz informacje na temat leczenia, terapii i innych form pomocy dla osób zmagających się z uzależnieniem (bez względu na rodzaj substancji, od której są uzależnione) oraz członków ich rodzin

**czynny:** codziennie w godzinach 16–21

#### ✓ 22 823 65 31 **Telefon Zaufania Uzależnień Stowarzyszenia MONAR**

**czynny:** w dni powszednie w godzinach 9–21

#### ✓ 800 120 289 **Infolinia Stowarzyszenia KARAN**

informacja i pomoc w problemach związanych z narkotykami

**czynny:** w dni robocze w godzinach 9–17

#### ✓ 801 889 880 **Telefon zaufania dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych i ich bliskich**

Pierwszy w Polsce telefon zaufania dla osób cierpiących z powodu uzależnień behawioralnych – tj. uzależnienia od hazardu, Internetu, seksu, zakupów, pracy czy jedzenia

**czynny:** codziennie w godz. 17–22

✓ 801 140 068 **Pomarańczowa Linia**

Program informacyjno-konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki, którego głównym celem jest wstępna konsultacja telefoniczna lub on-line oraz pomoc w dotarciu do specjalistycznych placówek zajmujących się tego rodzaju problematyką

**czynny:** od poniedziałku do piątku w godz. 14–20

✓ 515 866 142 Telefon „Wsparcie Rodziców”

**koszt połączenia:** bezpłatne