

Till dig som går i skolan!



Skolans personal och andra personer som arbetar med barn måste hjälpa barn att få hjälp, om de är utsatta eller har det svårt i sitt hem. Det är en del av deras arbete och det beror på att alla i vårt samhälle ska skydda barnen.

Flera barn lever i ett hem där de vuxna inte mår bra. Vuxna kan dricka för mycket alkohol eller missbruka droger. Vuxna kan må psykiskt dåligt eller göra barn illa. Känner du igen dig i detta? Då finns det hjälp och stöd att få.

- Prata med en vuxen som du litar på. Det kan vara en lärare, skolkurator, en kompis förälder eller en släkting. Berätta hur du har det!
- Alla barn har rätt till trygghet. Om dina föräldrar inte kan ge dig det så har du rätt att få det från samhället. Du kan vända dig till socialtjänsten för att få hjälp. Din skola, rektor, mentor eller elevhälsa hjälper dig gärna att ta kontakt. Telefonnummer till socialtjänsten i Gnesta är 0158-275 000.
- Det finns mycket hjälp att få via internet. Exempelvis: **bris.se**, **umo.se** och **maskrosbarn.org**. Det är organisationer som hjälper barn som har det svårt. De har chattar där du kan vara anonym. BRIS har en telefon dit du kan ringa, telefonnummer 116 111.
- Har du utsatts för brott kan du ringa till polisen, telefonnummer 114 14. Är du rädd och behöver snabb hjälp ska du ringa 112.

Tänk på att

- Ingen får slå eller hota dig.
- Ingen får ta på dina privata delar.
- Ingen får be eller tvinga dig att skicka bilder eller film på privata delar.
- Du ska inte behöva ta hand om dig själv eller dina syskon för att en vuxen inte orkar.
- Du ska inte behöva ta hand om vuxna som har missbruk eller mår dåligt.
- Om någon, barn eller vuxen, gör något mot dig som inte känns bra eller som gör dig rädd - berätta det då för en vuxen som du litar på! Det finns inga sådana hemligheter som du måste hålla, även om en vuxen har sagt det åt dig.