

INFORMACJE DLA MAŁOLETNIICH PACJENTÓW

Jesteśmy tutaj po to, aby Ci pomagać:

- 1) Pamiętaj jako nasz Pacjent jesteś dla nas bardzo ważny
- 2) Naszym celem jest leczenie i pomaganie
- 3) Chcemy, żebyś czuł/a się tutaj jak najlepiej
- 4) Opiekujemy się Tobą teraz, bo potrzebujesz pomocy
- 5) Nasz Personel jest po to, aby pomagać dzieciom i udzielać im wsparcia. Jeśli masz jakiegokolwiek pytania, czy prośby zwróć się do któregoś z naszych pracowników
- 6) Możesz nam powiedzieć, jak powinniśmy się do Ciebie zwracać
- 7) Masz prawo wiedzieć, jak nazywa się osoba, która Cię leczy i czym się zajmuje. Jeśli sama zapomni się przedstawić, możesz ją o to spytać
- 8) Jeżeli czegoś nie rozumiesz lub nie wiesz, na czym polega Twoje leczenie, a chcesz się tego dowiedzieć - pytaj śmiało! Postaramy się to wyjaśnić
- 9) Jesteś naszym pacjentem, więc chcemy, żebyś zawsze czuł/czuła, że Twoje zdrowie, potrzeby i uczucia są dla nas ważne
- 10) Jeśli chciał/a/byś powiedzieć nam o tym, co Ci się podoba lub nie podoba w naszym zachowaniu, Jednostce - zrób to, postaramy się wysłuchać Cię z uwagą
- 11) Staramy się wykonywać badania w sposób taki, aby nie sprawiać Ci bólu, nie zawsze jest to możliwe, czasami musimy działać szybko w trosce o Twoje zdrowie. Będziemy Cię traktować z szacunkiem. Nie będziemy Ci mówić, że nie boli, jeśli może zabołec. Będziemy starali się badać Cię delikatnie i dać Ci czas na oswojenie się z sytuacją. Czasem może to jednak nie być możliwe, jeżeli będziemy musieli udzielić tej pomocy szybko z uwagi na Twoje zdrowie
- 12) Jeśli jest Ci smutno, tęsknisz za kimś, po prostu powiedz nam o tym, postaramy się Ci pomóc. Jeżeli potrzebujesz przytulenia lub pocieszenia, możesz nas o to poprosić. Nie zawsze będziemy mogli dać Ci tyle czasu, ile potrzebujesz, ale będziemy się starać. Nie będziemy Cię przytulać bez Twojej zgody
- 13) Opiekujemy się wszystkimi pacjentami tak samo, nie zawsze będziemy mieli tyle czasu, dla Ciebie, ile może być chciał, ale będziemy się starali, aby mieć go jak najwięcej
- 14) Pamiętaj, o tym, że będziemy starali się pytać Cię o Twoje zdanie w sprawach, w których możemy dać Ci wybór

Prosimy Cię pamiętać, aby przebywając w naszym Jednostce:

- 1) Zachowywać się z kulturą
- 2) Szanować innych w tym swoich rówieśników
- 3) Przestrzegać obowiązujących zasad i reguł porządkowych
- 4) Wykonywać polecenia naszego Personelu
- 5) Szanować sprzęt i wyposażenie znajdujące się w Jednostce
- 6) Nie hałasować. śmiało nam o tym powiedz
- 7) Jeśli ktoś Cię skrzywdził albo zachował się w sposób nieodpowiedni możesz poprosić nas o pomoc
- 8) Jeśli coś Cię martwi, niepokoi albo masz tajemnicę, z którą źle się czujesz możesz z nami o tym porozmawiać i poprosić nas o pomoc
- 9) Postaramy się rozwiązać Twój problem i zapewnić Ci bezpieczeństwo.

Uwaga! Przeczytaj uważnie:

Jeśli w domu albo w naszej Jednostce spotkało Cię coś czego nie akceptujesz:

Przemoc fizyczna

To przemoc, w wyniku której dziecko doznaje faktycznej fizycznej krzywdy lub jest nią potencjalnie zagrożone. Krzywda ta następuje w wyniku działania bądź zaniechania działania ze strony rodzica lub innej osoby odpowiedzialnej za dziecko. Może być czynnością powtarzalną lub jednorazową. To bicie, szarpanie, popychanie, rzucanie przedmiotami, kopanie dziecka, potrząsanie nim lub rzucanie, drapanie, szczypanie, gryzienie, ciągnięcie za włosy/uszy, zmuszanie do przebywania w niewygodnej pozycji, głodzenie, przypalanie, poparzenie lub zmuszanie do zjedzenia/połknięcia czegoś.

Przemoc emocjonalna

Przewlekła, nie fizyczna, szkodliwa interakcja pomiędzy dzieckiem a opiekunem, obejmująca zarówno działania, jak i zaniechania. Zaliczamy do niej m.in.: niedostępność emocjonalną, ignorowanie potrzeb emocjonalnych dziecka, relację z dzieckiem opartą na wrogości, obwinianie, oczernianie, odrzucanie, upokarzanie, straszenie, rozwojowo lub niekonsekwentne interakcje z dzieckiem, niedostrzeganie lub nieuznawanie indywidualności dziecka i granic psychicznych pomiędzy rodzicem/opiekunem a dzieckiem. Przemocą jest także nieodpowiednia socjalizacja, demoralizacja, a także sytuacja, gdy dziecko jest świadkiem przemocy.

Przemoc seksualna

Każda czynność seksualna podejmowana z dzieckiem poniżej 15 rż. Włączanie dziecka w aktywność seksualną: którą nie jest ono w stanie w pełni zrozumieć i udzielić na nią świadomej zgody, i/lub na którą nie jest dojrzałe rozwojowo i nie może zgodzić się w ważny prawnie sposób, i/lub która jest niezgodna z normami prawnymi lub obyczajowymi danego społeczeństwa. Aktywność seksualna między dzieckiem a dorosłym lub dzieckiem a innym dzieckiem, jeśli te osoby ze względu na wiek bądź stopień rozwoju pozostają w relacji opieki, zależności, władzy. Kontakt fizyczny (dotykanie intymnych części ciała, penetracja). Bez kontaktu fizycznego — ekshibicjonizm, wszelkie formy werbalnego molestowania i skłaniania do kontaktu z treściami pornograficznymi, grooming (uwodzenie w Internecie w celu nawiązania kontaktu). Komercyjne kontakty seksualne z dzieckiem (wyzyskiwanie seksualne dziecka), gdy w zamian za udział w czynnościach seksualnych dziecko otrzymuje korzyść lub obietnicę korzyści. Niestosowane i gorszące wypowiedzi o charakterze seksualnym. Niezaspokajanie podstawowych potrzeb dziecka i/lub nierespektowanie jego podstawowych praw przez rodziców, opiekunów, lub inne osoby zobowiązane do opieki, wychowania i ochrony dziecka. Obejmuje zarówno pojedyncze sytuacje, jak i schemat funkcjonowania, w którym rodzic/opiekun nie zapewnia odpowiednich warunków rozwoju i dobrostanu dziecka. Może to dotyczyć takich obszarów jak: zdrowie, edukacja, rozwój emocjonalny, odżywianie, schronienie i bezpieczne warunki życia.

Zaniedbanie

Niezaspokajanie podstawowych potrzeb dziecka i/lub nierespektowanie jego podstawowych praw przez rodziców, opiekunów, lub inne osoby zobowiązane do opieki, wychowania i ochrony dziecka. Obejmuje zarówno pojedyncze sytuacje, jak i schemat funkcjonowania, w którym rodzic/opiekun nie zapewnia odpowiednich warunków rozwoju i dobrostanu dziecka. Może to dotyczyć takich obszarów jak: zdrowie, edukacja, rozwój emocjonalny, odżywianie, schronienie i bezpieczne warunki życia.

**INFORMACJE O MOŻLIWOŚCI UZYSKANIA BEZPŁATNEJ POMOCY
PRZEZ DZIECKO**

POPROŚ O POMOC, TO NIE WSTYD! POMOC OGÓLNA

116 111 **Telefon Zaufania Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę** Czynny całą dobę

Darmowy, anonimowy telefon zaufania. Dzieci i nastolatki mogą zgłaszać dowolny problem m.in. kwestie związane ze szkołą, domem, relacjami, przemocą fizyczną lub seksualną, zdrowiem psychicznym, nadużywaniem alkoholu przez rodzica. W razie zgłoszenia sytuacji zagrażającej życiu dziecka, pracownicy linii podejmują interwencję.

800 12 12 12 **Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka** Czynny całą dobę

Pracownicy linii mogą udzielić ogólnej porady, skierować do specjalisty lub podjąć interwencję. W wybrane dni przy telefonie w godz. od 9:00 do 14:00 dyżurują specjaliści:

- poniedziałki – ekspert od spraw socjalnych (świadczenia, sprawy mieszkaniowe, zakłady opiekuńcze),
- wtorki – ekspert od ochrony zdrowia (świadczenia zdrowotne),
- środy i piątki – ekspert prawa rodzinnego (sprawy nieletnich, postępowanie karne),
- czwartki – ekspert z zakresu edukacji i wychowania (sprawy szkolne, przemoc w szkole).

800 119 119 **Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Towarzystwa Przyjaciół Dzieci** Czynny codziennie od godz. 14:00 do 22:00

Na telefon można zgłaszać dowolny problem lub uzyskać poradę m.in. psychologa lub psychoterapeuty.

22 484 88 01 **ITAKA – Telefon Zaufania Młodych** Czynny od pon. do sob. od godz. 11:00 do 21:00

Wśród dyżurujących ekspertów znajdują się m.in. prawnicy, psychologowie i pedagodzy. Z numeru mogą również korzystać nauczyciele, rodzice i opiekunowie dzieci.

800 120 226 **Bezpłatna linia policji ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie.** Telefon działa od pon. do pt. w godz. 9:30-15:30.

Specjaliści przyjmują zgłoszenia przemocy w rodzinie (uruchomienie procedury Niebieskiej Karty), podejmują interwencje i doradzają w sytuacjach kryzysowych.

22 668 70 00 **Poradnia Telefoniczna Niebieskiej Linii** Czynny całą dobę

RELACJE, ZWIĄZKI, PRZEMOC SEKSUALNA

19 288 **Młodzieżowy Telefon Zaufania** Telefon działa od pon. do pt. w godz. od 15:00 do 19:00

22 635 93 92 **Piątkowe Pogotowie Pontonowe** Telefon działa w piątki w godz. od 16:00 do 20:00

MŁODZIEŻOWY TELEFON ZAUFANIA DO ROZMÓW O SEKSIE I ZWIĄZKACH

116 111 **Telefon Zaufania Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę** Czynny całą dobę

Darmowy, anonimowy telefon zaufania. Dzieci i nastolatki mogą uzyskać pomoc m.in. w kwestiach związanych z relacjami, przemocą fizyczną lub seksualną, zdrowiem psychicznym, oraz wsparciem osób LGBT+.

ALKOHOL, NADUŻYWANIE SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH

519 047 370 **Specjalistyczna Poradnia** Telefon działa w piątki w
Profilaktyczno-Terapeutyczna dla godz. od 10:00 do 14:00
Dzieci i Młodzieży ze Środowisk
Zagrożonych Alkoholizmem
"OPTA".

Telefon przeznaczony dla dzieci i młodzieży w wieku do 21 lat oraz rodziców nastolatków borykających się z uzależnieniami.

ZDROWIE PSYCHICZNE, DEPRESJA DZIECKA, POMOC PSYCHOLOGICZNA

22 594 91 00 **Antydepresyjny Telefon Forum** Czynny w każdą środę i
Przeciw Depresji czwartek od godz. 17:00 do
 19:00

22 484 88 04 **ITAKA, Telefon Zaufania Młodych** Czynny od poniedziałku do
 soboty od godz. 12:00 do
 20:00

22 425 98 48 **Telefoniczna Pierwsza Pomoc** Czynny od poniedziałku do
Psychologiczna piątku od godz. 17:00 do
 20:00 oraz soboty od godz.
 15:00 do 17:00