

CENTRUM JA TO JA

STANDARDY OCHRONY MAŁOLETNICH

wersja skrócona dla dzieci i młodzieży

Najważniejsze

Masz prawo czuć się bezpiecznie, być traktowanym z szacunkiem i prosić o pomoc.

Centrum Ja To Ja – Roszkowska Sp. z o.o.

ul. Obrońców Wybrzeża 8/14, 81-367 Gdynia

kontakt@centrumjatoja.pl | 58 500 83 17

Ta wersja jest przeznaczona dla dzieci szkolnych i młodzieży. Młodsze dziecko może przeczytać ją razem z rodzicem lub inną zaufaną osobą. Możesz też poprosić o wyjaśnienie, większy druk, obrazki albo inny sposób przedstawienia zasad.

1. Najważniejsze zasady

Nie musisz znać przepisów, żeby poprosić o pomoc.

W Centrum masz prawo:

- być traktowanym spokojnie i z szacunkiem;
- wiedzieć, co będzie działo się podczas spotkania i dlaczego;
- zadawać pytania, powiedzieć „nie” lub „stop” i poprosić o przerwę;
- mieć swoje granice, prywatność i zdanie;
- powiedzieć o tym, co Cię niepokoi – nawet jeśli nie wiesz, czy było to krzywdzenie.

○ Nie musisz

- mieć dowodów ani znać nazwy przemocy;
- opowiadać wszystkiego od razu;
- samodzielnie rozmawiać z osobą, której się boisz;
- zgłaszać sprawy tylko słowami – możesz też napisać, pokazać albo narysować, co się wydarzyło.

Gdy zagrożone jest życie lub zdrowie

- Nie czekaj na odpowiedź e-mailową. **Zadzwoń pod numer 112** albo poproś o to dorosłego, któremu ufasz.

2. Jak dorośli powinni Cię traktować

○ Szacunek, wyjaśnienia i Twoje granice

- Dorośli powinni rozmawiać z Tobą spokojnie, jasno i z szacunkiem.
- Przed spotkaniem, ćwiczeniem lub badaniem powinni wyjaśnić Ci, co będą robić i dlaczego.
- Powinni słuchać Twojego zdania i poważnie traktować Twoje granice.
- Gdy powiesz „nie rozumiem”, „stop” albo „potrzebuję przerwy”, powinni się zatrzymać i wyjaśnić, co można zrobić.
- Powinni chronić Twoją prywatność i pamiętać, że pomagają Ci jako osoby wykonujące swoją pracę.

○ Czego dorosłym nie wolno

- bić, popychać, szarpać ani karać fizycznie;
- krzyczeć na Ciebie, grozić, wyzywać, wyśmiewać lub zawstydzać;
- flirtować, składać seksualnych propozycji ani prosić o intymne zdjęcia;
- pokazywać treści pornograficznych lub nieodpowiednich dla Twojego wieku;
- proponować alkoholu, nikotyny lub innych substancji;
- prosić Cię o ukrywanie tego, jak Cię traktują, albo o ukrywanie Waszego kontaktu;
- kontaktować się z Tobą przez prywatne profile społecznościowe;
- spotykać się z Tobą poza Centrum bez zawodowego powodu i uzgodnienia;
- wykorzystywać tego, co o Tobie wiedzą, przeciwko Tobie lub dla własnej korzyści.

3. Dotyk, nagrywanie i prywatność

○ Dotyk

- Dotyk może być użyty tylko wtedy, gdy jest potrzebny podczas usługi albo dla bezpieczeństwa.
- Specjalista powinien wcześniej powiedzieć, czego chce dotknąć, dlaczego i jak będzie wyglądała czynność.
- Możesz powiedzieć, że nie chcesz dotyku, czujesz dyskomfort albo potrzebujesz przerwy. Twoja reakcja powinna zostać potraktowana poważnie.
- Dotyk seksualny, karzący, przemocowy, niepotrzebny lub naruszający intymność jest zawsze niedozwolony.

Wyjątek: nagłe niebezpieczeństwo

- Dorosły może podjąć krótkie działanie ochronne tylko wtedy, gdy jest to konieczne, aby zapobiec natychmiastowemu urazowi. Może zrobić wyłącznie tyle, ile jest potrzebne dla bezpieczeństwa.

○ Zdjęcia, nagrania i kontakt online

- Spotkań co do zasady się nie fotografuje ani nie nagrywa.

- Jeżeli nagranie jest potrzebne do diagnozy, terapii lub superwizji, jego cel musi zostać wyjaśniony i muszą zostać uzyskane wymagane zgody. Twoje zdanie i sprzeciw powinny być uwzględnione.
- Twojego zdjęcia, głosu ani nagrania nie wolno publikować w reklamie lub mediach społecznościowych bez odrębnej zgody.
- Osoby pracujące w Centrum nie powinny zapraszać Cię do znajomych na prywatnych profilach ani prowadzić z Tobą ukrytych rozmów.
- Spotkania online nie wolno nagrywać bez zgody wszystkich uczestników.

○ **Czy Specjalista zachowa tajemnicę?**

Rozmowy ze Specjalistą są poufne. Informacji o Tobie nie przekazuje się przypadkowym osobom.

Ważny wyjątek

- Jeżeli Twoje życie, zdrowie lub bezpieczeństwo – albo bezpieczeństwo innej osoby – jest poważnie zagrożone, Specjalista może przekazać potrzebne informacje bezpiecznemu dorosłemu lub właściwym służbom. Jeśli jest to bezpieczne, powinien wyjaśnić Ci, co robi i dlaczego.

4. Bezpieczeństwo między dziećmi i nastolatkami

Te zasady obowiązują podczas zajęć, warsztatów, spotkań rodzinnych, w poczekalni oraz w Internecie.

○ **Nie wolno krzywdzić innych osób**

- bić, popychać, grozić, wymuszać ani szantażować;
- wyśmiewać, poniżać, wykluczać lub rozsiewać krzywdzących plotek;
- naruszać czyjeś intymności lub podejmować zachowań seksualnych bez zgody albo nieodpowiednich do wieku;
- robić i udostępniać zdjęć lub nagrań bez zgody;
- obrażać, nękać, podszywać się pod kogoś ani rozpowszechniać prywatnych lub intymnych materiałów;
- namawiać do samouszkodzeń, używek lub innych niebezpiecznych zachowań.

○ **Jak reaguje Centrum**

- Dorosły powinien przerwać przemoc i zadbać o bezpieczeństwo wszystkich dzieci.
- Z osobami uczestniczącymi w zdarzeniu rozmawia się osobno i bez publicznego zawstydzania.
- Nie zmusza się osoby krzywdzonej do przeprosin, pojednania ani mediacji.
- Pomocy może potrzebować zarówno osoba krzywdzona, jak i dziecko, które krzywdziło innych.

Pamiętaj

- Możesz zgłosić także przemoc w Internecie, szantaż zdjęciami, uwodzenie, groźby albo rozpowszechnianie prywatnych materiałów.

5. Jak poprosić o pomoc

○ Komu możesz powiedzieć

- dowolnemu Specjaliście albo innej osobie pracującej w Centrum;
- Koordynatorowi Standardów – Małgorzacie Roszkowskiej;
- Julii Roszkowskiej, gdy sprawa dotyczy Koordynatora lub wolisz porozmawiać z inną osobą;
- rodzicowi, opiekunowi, nauczycielowi albo innemu dorosłemu, któremu ufasz;
- Policji lub innej instytucji pomagającej dzieciom.

○ Jak możesz to zrobić

- powiedzieć podczas spotkania lub poprosić o rozmowę na osobności;
- napisać wiadomość, pokazać albo narysować, co się wydarzyło;
- poprosić zaufaną osobę, aby zgłosiła sprawę razem z Tobą.

E-mail Centrum	kontakt@centrumjatoja.pl
Telefon Centrum	58 500 83 17

Pocztą i telefon Centrum nie są monitorowane przez całą dobę. W nagłym zagrożeniu zadzwoń pod numer 112.

○ Co stanie się po zgłoszeniu

- 1. Wysłuchamy Cię.** Nie będziemy Cię obwiniać ani prowadzić przesłuchania.
- 2. Sprawdzimy, czy jesteś bezpieczny.** Zadamy tylko pytania potrzebne do ustalenia, czy potrzebujesz natychmiastowej pomocy.
- 3. Ustalimy dalszą pomoc.** Sprawą zajmie się Koordynator albo inna bezstronna osoba. Centrum może skontaktować się z bezpiecznym dorosłym i wskazać dalsze wsparcie.
- 4. W razie potrzeby zawiadomimy służby.** Gdy wymaga tego bezpieczeństwo lub prawo, Centrum skontaktuje się z Policją, sądem rodzinnym lub inną właściwą instytucją.

Jeżeli zagrożenie jest bezpośrednie

- Dorośli wezwą pomoc pod numerem 112, Policję lub pogotowie. Bezpieczeństwo ma pierwszeństwo przed wypełnianiem dokumentów i wewnętrznymi ustaleniami.

6. Gdzie jeszcze możesz szukać pomocy

W nagłym zagrożeniu

- 112 – numer alarmowy. Zadzwoń, gdy zagrożone jest życie lub zdrowie albo potrzebna jest natychmiastowa pomoc Policji, pogotowia lub straży pożarnej.

116 111	Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży – bezpłatnie, 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu
800 12 12 12	Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka – bezpłatnie i całodobowo

○ Pełna wersja i dostępność

- Pełna i skrócona wersja Standardów są dostępne na stronie internetowej Centrum oraz w widocznym miejscu w lokalu.
- Możesz poprosić o wyjaśnienie dowolnego punktu albo o wersję w większym druku, prostszym języku, z obrazkami lub w innym dostępnym dla Ciebie sposobie.
- Standardy są sprawdzane co najmniej raz na dwa lata, a także wtedy, gdy zmieniają się przepisy lub pojawi się potrzeba poprawy ochrony dzieci.

Najważniejsze zdanie

- **Jeżeli coś sprawia, że czujesz się niebezpiecznie, nieswojo albo jesteś krzywdzony – powiedz o tym. Masz prawo prosić o pomoc, a dorosły powinien potraktować Twoją informację poważnie.**

Standardy obowiązują od 15 lipca 2026 r.

Podstawa prawna: art. 22b i art. 22c ustawy z dnia 13 maja 2016 r. o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym i ochronie małoletnich (t.j. Dz.U. z 2026 r. poz. 110 ze zm.).