

NASILJE

OPAZI GA!

SLIŠI GA!

PRIJAVI GA!

INFORMATIVNA PUBLIKACIJA NA PODROČJU
PREPREČEVANJA NASILJA IN VEČJE VARNOSTI
OTROK TER MLADIH V MESTNI OBČINI CELJE

Kolofon

Naslov: NASILJE! Opazi ga! Sliši ga! Prijavi ga!

Podnaslov: Informativna publikacija na področju preprečevanja nasilja in večje varnosti otrok ter mladih v Mestni občini Celje

Izdajatelj: Humanitarno društvo Enostavno pomagam

Za izdajatelja: Milan Ninić

Oblikovanje: Filter urbane rešitve, agencija za marketing, d.o.o.

Tisk: Filter urbane rešitve, agencija za marketing, d.o.o.

Število izvodov: 1000

Leto: 2023

Publikacija je sofinancirana s strani Mestne občine Celje.

Vsebina informativne brošure je povzeta po prosto dostopni literaturi strokovnih organizacij in zavodov, ki so omenjeni v brošuri.

Kazalo

UVOD	4
NASILJE	5
Si žrtev medvrstniškega nasilja?	5
Si bil priča medvrstniškega nasilja?	6
Kaj lahko storiš sam?	7
Kontaktni podatki za pomoč	7
DRUŽINSKO NASILJE	8
Si žrtev družinskega nasilja?	9
Si priča družinskega nasilja?	10
Kaj lahko storiš sam?	10
Kontakti za pomoč	10
SPLETNO NASILJE	11
Si bil priča spletnemu nasilju?	12
Oblike spletnega nasilja	12
Kaj lahko storiš sam	15
Kontakti za pomoč	16
MOBILNO NADLEGOVANJE	17
Kako lahko preprečiš mobilno nadlegovanje	18
Kaj lahko storiš sam?	19
Kontakti za pomoč	19
SEKSTING	21
Pošiljanje nespodobnih fotografij ima posledice	23
Na spletu lahko kar hitro naletiš na svojo fotografijo	24
Kontakti za pomoč	25
GROOMING	26
Kaj počne groomer?	26
Kako lahko preprečiš groomin?	28
Kontakti za pomoč	28
ODVISNOST OD DROG MED MLADIMI	30
Kontakti za pomoč	32
EKSPLOZIVNA SREDSTVA	33
Kaj lahko storiš sam?	34
Kontakti za pomoč	35
VARNOST V PROMETU	35
Kaj moraš upoštevati za varno udeležbo v prometu	37
Kot kolesar upoštevaj naslednje napotke	37
Kot motorist upoštevaj naslednje napotke	38
Kontakti za pomoč	39

Uvod

Medvrstniško nasilje vključuje hoteno, praviloma ponavljajočo se, ali pa hujšo enkratno, uporabo telesnega, psiho-socialnega, spolnega, materialnega ali spletnega nasilja. Takšno nasilje lahko izvaja ena oseba ali skupina nad drugo osebo ali skupino.

Otroci, ki ste deležni medvrstniškega nasilja, lahko doživljate hude stiske. Prihaja do sprememb v vedenju in čustvovanju, poslabša se vaše psihično in fizično zdravje, spremenite svoj odnos do šole, prijateljev in družine. Mnogokrat pa prihaja do slabšega učnega uspeha. Doživljanje nasilja vsestransko škodljivo vpliva na vaš dobrobit in razvoj. Žrtve medvrstniškega nasilja se čutite prestrašene, nemočne, osramočene, ponižane, nesprejete, nevredne in obupane. Pogosto ste odrinjeni na rob vrstniške skupine in ste ob tem že tako čustveno prizadeti.

Pomembno je, da imate ob sebi odraslo osebo, ki ji lahko zaupate. Bodisi je to učitelj/učiteljica ali svetovalni delavec na šoli, starš ali pa sorodnik. V času doživljanja nasilja se morate komu zaupati, ta pa vam mora pomagati. Vse sumljive spremembe pri otroku in njegovem vedenju moramo odrasli čimprej in brez odlašanja preveriti ter poiškati vzrok zanje in mu pomagati.

In ne pozabite, v tej stiski niste sami.



Nasilje

Najsplošnejša definicija nasilja je, kadar gre za kakršnokoli zlorabo moči ene osebe nad drugo z namenom nadvlade in nadzora. Je dejanje nasilne osebe, ki te osramoti oz. te namerava osramotiti ali pa ponižati. V tem primeru si žrtev nasilja. Žrtev je izraz, s katero označimo osebo, ki trpi, utrpi ali pa preživi nasilje. Nasilje je kaznivo dejanje, ki na tebi (lahko) pusti nepopravljive posledice, kot so na primer razne poškodbe, psihična škoda, motnje v razvoju ali celo smrt.

Medvrstniško nasilje je vsaka oblika fizičnega, psihičnega, spolnega, materialnega ali spletnega nasilja, pri katerem se boš, kadar nad teboj nasilje izvajajo vrstnik oz. vrstniki, počutil ogroženo.

Medvrstniško nasilje je kadar te pretepajo, porivajo, brcajo, pljuvajo in ti omejujejo prosto gibanje. Tudi otipavanje je nasilje. Prav tako sodijo med oblike nasilja zmerjanje z različnimi vzdevki ali imeni, norčevanje pred prijatelji, širjenje govoric, obrekovanje, zafrkavanje, nespodobno nagovarjanje, žaljenje, grožnje, izključitev iz kroga prijateljev, zavračanje, izsiljevanje, kraja denarja ali oblačil. V zadnjem času pa je v porastu tudi nasilje in nadlegovanje preko spleta.

Si žrtev medvrstniškega nasilja?

To kar se ti dogaja, ni tvoja krivda. Tvoja pravica je, da se med vrstniki počutiš varno, zato nikoli ne čakaj in ne pristajaj na nasilje. O svojih težavah spregovori takoj, ne odlašaj, saj ti s trpljenjem ne bo nič lažje in bolje. Ne smeš dovoliti, da bi se nasilje nad teboj stopnjevalo, zato čimprej to povej osebi, kateri zaupaš. Lahko poveš tudi v šoli, poiščeš učitelja ali učiteljico in skupaj stopita k strokovnim delavcem in ravnatelju. O tem lahko govoriš tudi s prijatelji, morda se kdo od njih srečuje s podobno težavo in mu lahko pomagaš, da skupaj spregovorita. Vsekakor pa moraš to, da nad teboj nasilje izvajajo prijatelji ali sošolci, povedati takoj staršem ali skrbnikom.

Mogoče se boš pred pogovorom o nasilju počutil prestrašenega ali nemočnega, vendar je to povsem normalno. Vedeti moraš, da nasilje lahko ustaviš samo, če boš o tem spregovoril z osebo, ki ji zaupaš.

Če se počutiš ogroženega, se druži z osebami, ki jim lahko zaupaš in te zaščitijo na poti v šolo ali iz nje, na trening ali pa zunaj na igrišču. Nikamor ne hodi sam, zato prosi prijatelje ali starše, da te pospremijo.

Poskušaj se izogniti fizičnemu obračunu, še posebej takrat, kadar je tisti, ki ti grozi, oborožen. Včasih je že dovolj, da na ves glas pokličeš na pomoč, saj se v tem primeru nasilnež prestraši in zbeži. Pametno je, da se izogibaš krajev, kjer bi se lahko srečal s tistimi, ki te ustrahujejo ali pa so kako drugače nasilni do tebe.

Si bil priča medvrstniškemu nasilju?

Če veš, da nekomu grozijo, ga pretepajo, izsiljujejo ali pa kako drugače ustrahujejo, moraš to takoj povedati odrasli osebi, ki ji zaupaš. Pomagaj žrtvi nasilja, saj je lahko prestrašena in osamljena. Bodi njegov prijatelj, vključi ga v družbo, ga vprašaj o težavah in mu prisluhni. Lahko si njegova spodbuda, da o nasilju pove staršem ali kakšni odrasli osebi. Le tako mu boš pomagal iz začaranega kroga nasilja.

A photograph of four children in a library. On the left, a boy in a grey vest and white shirt points towards a boy on the right who is covering his face with his hands. In the center, a girl in an orange sweater also points towards the boy on the right. In the background, another boy in a blue jacket looks on with a shocked expression. Bookshelves are visible in the background.

SI ŽRTEV NASILJA?
SVOJO STISKO ZAUPAJ
PRIJATELJU, KI MU ZAUPAŠ.

Kaj lahko storiš sam?

1. Ne čakaj in ne pristajaj na nasilje.
2. Pogovori se s starši ali skrbniki ter skupaj poišči strokovnega delavca na šoli.
3. Pogovori se z odraslo osebo v šoli. Povej učiteljem ali pa strokovnim delavcem.
4. Svojo stisko zaupaj prijatelju, ki mu zaupaš.
5. Obvesti policijo na 113 ali na anonimni telefon 080 12 00 oz. oddaj anonimno e-prijavo, kjer ti ni potrebno razkriti svojega imena.
6. Pomagaj žrtvi nasilja. Spregovori, če si bil priča nasilju.

Kontaktne podatke za pomoč



Svetovalni telefon za otroke in mladostnike 116 111



#to sem jaz (skupnost za mlade z vprašanji, o katerih je lažje pisati)



Pokliči telefonsko številko policije 113 ali anonimni telefon policije 080 12 00. Na www.policija.si poišči okence za anonimno e-prijavo, kjer lahko nasilneža prijaviš policiji, pri tem pa ti ni treba razkriti svojega imena. Napiši čim več podatkov (kdo je nasilnež, kaj, kje in kdaj se dogaja ...).



Društvo SOS telefon 080 11 55 je namenjeno reševanju in lažšanju socialnih stisk in težav ter izvajanju različnih oblik psihosocialne pomoči za ženske in otroke - žrtve nasilja.



Družinski center Ljudske univerze Celje ponuja podporo za vse družinske člane. Vsebine za udeležence SO BREZPLAČNE, saj projekt sofinancira Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

Družinsko nasilje

Nasilje v družini je vsaka uporaba **fizičnega, spolnega, psihičnega ali ekonomskega nasilja enega družinskega člana proti drugemu družinskemu članu ali zanemarjanje drugega družinskega člana ne glede na starost, spol ali druge osebne okoliščine**. Med žrtvami so najpogosteje ženske, starejši in otroci oziroma mladi. Družinsko nasilje v družini največkrat ni enkratni dogodek, temveč traja dlje časa in običajno sledi dinamiki in krogu nasilja. Zate kot otroka/mladostnika velja, da si žrtev nasilja tudi v primeru, če si zgolj prisoten pri izvajanju nasilja nad drugimi družinskimi člani ali živiš v okolju, kjer se izvaja nasilje. **Za nasilje nisi nikoli odgovoren ti!**

Nasilje nad otroki je ena **najbolj grobih kršitev** otrokovih pravic. Pomembno je vedeti, da pri visoki stopnji agresivnosti, ima lahko že samo eno izkustvo enako usodne posledice zate, kot če se večkrat ponavlja. Pri manj hudem nasilju pa je prizadetost otroka tem večja, čim večkrat se ponavlja in čim dlje traja. Vsi otroci žrtve nasilja utrpita dolgoročne negativne vedenjske in zdravstvene težave zaradi izpostavljenosti nasilju v družini.

Otroci in mladi morate biti zaščiteni pred zlorabo, nasiljem in zane-marjanjem. Pomembno je, da otroci/mladostniki nasilje prepoznate in nemudoma poiščete pomoč.

Si žrtev družinskega nasilja?

To kar se ti dogaja, ni tvoja krivda. Tvoja pravica je, da se v družinskem okolju počutiš varno, zato nikoli ne čakaj in ne pristajaj na nasilje. O svojih težavah spregovori takoj, ne odlašaj, saj ti s trpljenjem ne bo nič lažje in bolje. Ne smeš dovoliti, da bi se nasilje nad teboj stopnjevalo, zato čimprej to povej osebi, kateri zaupaš. Lahko poveš tudi v šoli, poiščeš učitelja ali učiteljico in skupaj stopita k strokovnim delavcem. V primeru, da se nasilje stopnjuje in ti osebe, ki si jim zaupal, niso uspele pomagati, se umakni na varno in pokliči policijo.



**SPREGOVORI IN
PRIJAVI NASILJE!**

Si priča družinskemu nasilju?

Če veš, da tvoj družinski član grozi, pretepa ali izsiljuje drugega družinskega člana to čimprej povej osebi, kateri zaupaš. Lahko poveš tudi v šoli, poiščeš učitelja ali učiteljico in skupaj stopita k strokovnim delavcem. V primeru, da se nasilje stopnjuje in ti osebe, ki si jim zaupal, niso uspele pomagati, se umakni na varno in pokliči policijo. Kadar si priča trenutnemu nasilju, se nemudoma umakni na varno in pokliči policijo in po potrebi reševalno službo.

Kaj lahko storiš sam?

1. Ne čakaj in ne pristajaj na nasilje.
2. Pogovori se z odraslo osebo v šoli. Povej učiteljem ali pa strokovnim delavcem.
3. Svojo stisko zaupaj prijatelju, ki mu zaupaš.
4. Obvesti policijo na 113 ali na anonimni telefon 080 12 00 oz. oddaj anonimno e-prijavo, kjer ti ni potrebno razkriti svojega imena.
5. Pomagaj žrtvi nasilja. Spregovori, če si bil priča nasilju.

Kontaktne podatki za pomoč



Svetovalni telefon za otroke in mladostnike 116 111



#to sem jaz (skupnost za mlade z vprašanji, o katerih je lažje pisati)



Pokliči telefonsko številko policije 113 ali anonimni telefon policije 080 12 00. Na www.policija.si poišči okence za anonimno e-prijavo, kjer lahko nasilneža prijaviš policiji, pri tem pa ti ni treba razkriti svojega imena. Napiši čim več podatkov (kdo je nasilnež, kaj, kje in kdaj se dogaja ...).



Društvo SOS telefon 080 11 55 je namenjeno reševanju in lajšanju socialnih stisk in težav ter izvajanju različnih oblik psihosocialne pomoči za ženske in otroke - žrtve nasilja.



Družinski center Ljudske univerze Celje ponuja podporo za vse družinske člane. Vsebine za udeležence SO BREZPLAČNE, saj projekt sofinancira Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

Spletno nasilje

Na spletu si lahko deležen nasilja kot žrtev ali pa kot priča. Spletno nasilje je, kadar nad teboj ali skupino tvojih prijateljev nasilje izvaja druga oseba ali skupina preko spleta. Najpogosteje si lahko deležen ustrahovanja, trpinčenja ali pa nadlegovanja preko sporočil, aplikacij, klepetalnic, družabnih omrežij in iger. Velikokrat gre za pošiljanje ali deljenje škodljivih vsebin, s katerimi te želijo ponižati ali pa spraviti v zadrego.

Vsaka oblika spletnega nasilja lahko na tebi pusti posledice, čeprav si v tistem trenutku misliš, da je to povsem nedolžno. Vsekakor pa ne smeš dovoliti, da se nasilje začne stopnjevati. O tem ne smeš molčati! Svojo stisko moraš zaupati odrasli osebi (staršem/skrbnikom ali uči-

teljem v šoli), saj te lahko molk spravi v stisko, ki se bo stopnjevala. Stiska te lahko vodi tudi do depresije, izolacije od prijateljev in vse do samopoškodovanja ali samomorilnih misli. Pomembno je, da se proti nasilnežu preko spleta ne ubraniš z nasiljem, saj to lahko povzroči samo še več nasilja.

Si bil priča spletnemu nasilju?

Na spletu si lahko tudi priča nasilju nad nekom drugim. Pomembno je, da se ne obrneš stran in ukrepaš. Na družabnih omrežjih lahko to storiš tako, da nasilne komentarje ali pa uporabnike prijaviš (lastnikom družabnega omrežja). V kolikor pa gre za hujše oblike nasilja, kot je na primer deljenje intimnih fotografij mladoletnih oseb, grožnje s smrtjo, izsiljevanje, objavljanje posnetkov brez dovoljenja ipd., pa moraš takoj obvestiti odrasle osebe, ki jim zaupaš in skupaj obvestite policijo. Žrtvi ponudi podporo, poskusi vzpostaviti prijateljski odnos in pridobiti njeno zaupanje. Lahko se tudi pogovarjata preko klepetalnic na družabnih omrežjih in ji svetuješ, kako si lahko pomaga ali pa jo usmeriš na odraslo osebo.

Kadar nasilneža opozoriš na njegova dejanja, pazi, da se v želji pomagati drugemu ne postaviš v položaj, ki bi lahko bil nevaren zate. Nikoli se ne pridruži in sodeluj pri nasilju. Tudi na družabnih omrežjih ne vsečkaj in ne deli objav, ki vsebujejo nasilne ali žaljive vsebine. Lahko si tudi shraniš posnetke zaslona in slike, ki so lahko kot dokazno gradivo v primeru pravnega postopka.

Oblike spletnega nasilja (safe.si):


- 1. Žaljiva sporočila (flaming) in komentarji** – žaljenje, zmerjanje ali posredovanje sovražnih vsebin, usmerjenih v točno določeno osebo.
- 2. Izključevanje iz skupin** – skupina vrstnikov izloči vrstnika iz skupine na družabnem omrežju ali v aplikaciji za sporočanje, ali pa mu prepreči vstop. V skupini se o njem pogovarjajo, o čemer ga informirajo. Vzrok za izključitev je lahko drugačnost.

3. **Ustvarjanje sovražnih skupin** – posamezniki ustvarijo skupino, v katero vabijo druge z namenom širjenja sovraštva proti posamezniku ali drugi skupini posameznikov.
4. **Lažni profili** – storilec ustvari lažen profil žrtve in v njenem imenu objavlja vsebine, ki to osebo spravljajo v zadrego ali jo ponižujejo. Druga možnost je, da lažni profil uporablja za prevare ali žaljenje drugih in s tem očrni prizadeto osebo.
5. **Deljenje intimnih posnetkov in izsiljevanje z intimnimi posnetki** – storilec gole fotografije ali videoposnetke izmenjuje z drugimi, o izsiljevanju pa govorimo, ko storilec žrtvi grozi, da bo te posnetke objavil, če mu ne pošlje denarja ali še več takšnih posnetkov.
6. **Fotografiranje in snemanje ter objavljanje posnetkov brez dovoljenja** – fotografiranje je poseg v zasebnost posameznika in tega brez dovoljenja po zakonu ne smemo izvajati. Enako velja za objavo posnetkov na družabnih omrežjih ali drugje na internetu. Fotografije nekoga drugega brez njegovega dovoljenja ne smemo objaviti ali deliti preko aplikacij za sporočanje (npr. Snapchat, Viber, Messenger, ...).
7. **Predelave fotografij na žaljiv način** – žaljiva predelava fotografije ali video posnetka prizadene tistega, ki je na fotografiji, lahko pa tudi avtorja.
8. **Žaljivi memi** - ustvarjanje memov s fotografijami, podatki vrstnika z namenom žaljenja, posmehovanja, poniževanja ...
9. **Zloraba zaupanja** – storilec na internetu javno ali v zaprti skupini razkrije zasebne informacije, ki mu jih je žrtev zaupala v prepričanju, da jih ne bo delil z drugimi.
10. **Obrekovanje** – storilec širi neresnice (laži) o nekom po družabnih omrežjih, preko aplikacij za sporočanje itd.
11. **Vdiranje v profile (račune)** – vdiranje (hekanje) je kaznivo. Je poseg v zasebnost posameznika in bi ga lahko primerjali z vlomom v stanovanje.


- 12. Kraja gesel** – storilec pridobi geslo žrtve brez njene vednosti.
- 13. Spletno zalezovanje (cyberstalking)** – zalezovanje prek spleta (družabnih omrežij, forumov in podobno), ki lahko postane tudi fizično.
- 14. Grožnje** – grožnje preko sporočil ali javnih objav, v skrajnem primeru se pojavljajo tudi grožnje s smrtjo.
- 15. Izsiljevanje** – pošiljanje izsiljevalskih sporočil, v katerih storilec od žrtve nekaj zahteva. Zelo pogosto je izsiljevanje za gole oz. intimne posnetke.
- 16. Trolanje** – objavljanje žaljivih, sovražnih in provokativnih (izzivalnih) sporočil v spletnih skupnostih in klepetih z namenom provociranja ali pritegovanja pozornosti.
- 17. Doxing** – razkrivanje osebnih podatkov o nekom, ne da bi nam ta oseba to dovolila.
- 18. Happy slapping** - objavljanje posnetkov nasilja, kjer nekdo napade žrtev, drugi to snemajo, posnetek pa potem objavijo na spletnih straneh, kot je YouTube in tako spravijo žrtev v zadrego.
- 19. Pošiljanje nasilnih ali grozljivih fotografij in videoposnetkov** – prizori nasilja in strašljivi prizori imajo lahko na prejemnika zelo močan negativen vpliv, ki se lahko pokaže tudi v obliki nočnih mor in strahu.
- 20. Prepošiljanje verižnih pisem in sporočil** – večina verižnih pisem in sporočil, ki se širijo, je narejena z namenom, da prejemnika prestrašijo. Čeprav gre za neresnične zapise, pa se marsikdo takšne vsebine prestraši.
- 21. Spletni izzivi** – izzivi, kjer se zahteva, da nekdo počne nekaj ponižujočega ali celo nevarnega, to pa običajno posname in posnetke deli na spletu.
- 22. Spletni grooming** – navezovanje stikov z otroki z namenom spolne zlorabe.




**NE PUSTI SE IZSILJEVATI!
NADLEGOVANJE
PRIJAVI POLICIJI!**



Ana, vsem bom poslal tvojo fotografijo!




Jure, prosim ne .. kaj hočeš v zameno?



Pošlji mi še par svojih golih fotografij.



Ampak Jure .. prosim no! :(



Pošlji nove ali pa jaz to pošljem dalje!

Kaj lahko storiš sam?

1. Ne čakaj in ne pristajaj na nasilje.
2. Zahtevaj, da nadlegovalec preneha z nadlegovanjem oz. jasno postavi mejo.
3. Blokiraj nadlegovalca na spletnih straneh in prijavi njegov profil.
4. Naredi sliko zaslona in jo shrani, saj ti bo v pomoč pri prijavi ali pri iskanju pomoči.
5. Povej v šoli, učiteljem ali pa strokovnim delavcem.
6. Povej staršem in skupaj poiščite strokovnega delavca na šoli.
7. Svojo stisko zaupaj prijatelju, ki mu zaupaš.
8. Pomagaj žrtvi nasilja. Spregovori, če si bil priča nasilju.
9. Obvesti policijo na 113 ali na anonimni telefon 080 12 00 oz. oddaj anonimno e-prijavo, kjer ti ni potrebno razkriti svojega imena.

Kontaktne podatki za pomoč



Svetovalni telefon za otroke in mladostnike 116 111



#to sem jaz (skupnost za mlade z vprašanji, o katerih je lažje pisati)



Pokliči telefonsko številko policije 113 ali anonimni telefon policije 080 12 00. Na www.policija.si poišči okence za anonimno e-prijavo, kjer lahko nasilneža prijaviš policiji, pri tem pa ti ni treba razkriti svojega imena. Napiši čim več podatkov (kdo je nasilnež, kaj, kje in kdaj se dogaja ...).



<https://www.spletno-oko.si/>
Točka za prijavo posnetkov spolnih zlorab otrok na internetu.



**VARNI
NA INTERNETU**
Od mene je odvisno vse.

Program Varni na internetu, ki ga izvaja Nacionalni odzivni center za kibernetno varnost SI-CERT.



Safe.si je osrednja informativna spletna točka za najstnike, otroke, starše in učitelje o varni uporabi interneta.



Družinski center Ljudske univerze Celje ponuja podporo za vse družinske člane. Vsebine za udeležence SO BREZPLAČNE, saj projekt sofinancira Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

Mobilno nadlegovanje

Mobilno nadlegovanje je ponavljajoče se medvrstniško nasilje ene ali pa več oseb nad drugo osebo ali skupino oseb preko mobilnega telefona.

Mobilno nadlegovanje je:

- v kolikor ti kdo pošilja žaljiva, grozilna ali ustrahovalna sporočila,
- kadar te kličejo in ti pišejo sporočila s skrite številke,
- kadar ti pošiljajo fotografije ali videoposnetke, ki te vznemirijo in prizadenejo,
- kadar te fotografirajo ali snemajo brez tvoje vednosti in dovoljenja,
- kadar razpošiljajo tvoje fotografije in videoposnetke brez tvoje vednosti in dovoljenja,
- kadar predelajo tvoje fotografije na žaljiv in posmehljiv način,
- kadar ti vdrejo v telefon in ti ukradejo identiteto preko mobilnega telefona ter v tvojem imenu kontaktirajo prijatelje ali pa na spletnih omrežjih objavljajo v tvojem imenu,
- seksting in izsiljevanje oz. kadar od tebe zahtevajo pošiljanje golih fotografij,
- kadar delijo tvoje intimne fotografije in videoposnetke,
- kadar nekdo brez tvoje vednosti širi vsebino zaupnega pogovora,
- kadar nekdo ustvari sovražne skupine proti tebi ali drugi osebi,
- kadar tebe ali koga drugega izključijo iz skupine zaradi osebnostnih lastnosti.

Kako lahko preprečiš mobilno nadlegovanje?:

1. Svojih podatkov, kot so naslov, telefonska številka ali spletni naslov, ne izdajaj na spletu. Če druge osebe ne dostopajo do teh podatkov, jih tudi ne morejo zlorabiti.
2. Svoje telefonske številke ne objavljaj javno in jo ne dajaj vsem. Tvojo telefonsko številko naj imajo samo družinski člani in prijatelji, s katerimi se družiš.
3. Za prijatelje na družabnih omrežjih sprejemaj le osebe, ki jih poznaš in se z njimi tudi dobro razumeš.
4. Svojega mobilnega telefona ne puščaj odklenjenega, saj ga lahko kdo uporabi za krajo tvoje identitete. Zato si izberi zelo močno geslo za zaklepanje svojega mobilnega telefona.
5. Svojih profilov na spletnih omrežjih ne puščaj odprtih na javnih računalnikih.
6. Svojih gesel za profile ne zaupaj nikomur.
7. Upoštevaj pravila obnašanja na spletu. To je vzorno in odgovorno vedenje na spletu in tak odnos do drugih ljudi, kot ga želiš zase.



**NADLEGOVANJE
PRIJAVI!**

**BLOKIRAJ NADLEGOVALCA
NA SPLETNIH STRANEH IN
PRIJAVI NJEGOV PROFIL.**

Kaj lahko storiš sam?

1. Ne pusti se izsiljevati!
2. Zahtevaj, da nadlegovalec preneha z nadlegovanjem oz. jasno postavi mejo.
3. Na sporočila ne odgovarjaj z žalitvami in s sovražnimi sporočili, saj to nadlegovalca še dodatno spodbudi, kar pa lahko privede do še več nasilja.
4. Blokiraj telefonsko številko nadlegovalca. Sodobnejši telefonski aparati z Android in iOS operacijskim sistemom omogočajo blokiranje posameznih števil.
5. Nadlegovalca blokiraj na spletnih profilih.
6. Nadlegovalca na spletnih profilih lahko prijaviš.
7. Naredi sliko zaslona in jo shrani, saj ti bo v pomoč pri prijavi ali pri iskanju pomoči.
8. Povej v šoli, učiteljem ali pa strokovnim delavcem.
9. Povej staršem in skupaj poiščite strokovnega delavca na šoli.
10. Svojo stisko zaupaj prijatelju, ki mu zaupaš.
11. Pomagaj žrtvi nasilja. Spregovori, če si bil priča nasilju.
12. Obvesti policijo na 113 ali na anonimni telefon 080 12 00 oz. Oddaj anonimno e-prijavo, kjer ti ni potrebno razkriti svojega imena.

Kontaktne podatke za pomoč



Svetovalni telefon za otroke in mladostnike 116 111



#to sem jaz (skupnost za mlade z vprašanji, o katerih je lažje pisati)



Pokliči telefonsko številko policije 113 ali anonimni telefon policije 080 12 00. Na www.policija.si poišči okence za anonimno e-prijavo, kjer lahko nasilneža prijaviš policiji, pri tem pa ti ni treba razkriti svojega imena. Napiši čim več podatkov (kdo je nasilnež, kaj, kje in kdaj se dogaja ...).



<https://www.spletno-okos.si/>
Točka za prijavo posnetkov spolnih zlorab otrok na internetu.



**VARNI
NA INTERNETU**

Od mene je odvisno vse.

Program Varni na internetu, ki ga izvaja Nacionalni odzivni center za kibernetično varnost SI-CERT.



Safe.si je osrednja informativna spletna točka za najstnike, otroke, starše in učitelje o varni uporabi interneta.



Družinski center Ljudske univerze Celje ponuja podporo za vse družinske člane. Vsebine za udeležence SO BREZPLAČNE, saj projekt sofinancira Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

Seksting

Seksting je izdelava in pošiljanje fotografij, videoposnetkov ali besedila s seksualno vsebino preko sporočil ali družabnih omrežjih. Med mladimi je to pogosto in običajno vedenje. V pubertetnem obdobju mladi doživljate stiske, ki jih povzročijo t.i. družbene norme. Tovrstne norme zahtevajo, da se vedete na določen način in sebe prikažete v specifični luči pred drugimi sovrstniki in sovrstnicami, kjer pa se skriva veliko nevarnosti. Nekaterim se to zdi normalno in zabavno ter se ne zavedate posledic. Na ta način iščete stik z drugo osebo ali pa se čutite prisiljene v to, saj mislite, da boste izgubili priljubljenost ali možnost za zvezo s simpatijo, v kolikor to ne boste storili. Velikokrat do sekstinga privede tudi izsiljevanje in pritisk vrstnikov, saj imate občutek, da ste dolžni poslati svojo golo fotografijo ali videoposnetek, če vas zanjo prosijo. Paziti pa moraš, da se tvoje fotografije ali videoposnetki ne znajdejo na spletnem omrežju oz. se začnejo širiti med prijatelji. Tukaj pa lahko nastopijo težave. **Seksting lahko ima tudi pravne posledice, v kolikor se širi vsebina na kateri je oseba, kadar je ta vsebina bila ustvarjena, mladoletna. Takrat gre za zlorabo, ki je kazniva.**

Varnega sekstinga ni! Posledice pa so lahko zelo hude, saj kadar pošlješ svoje fotografije ali videoposnetke, nad njimi izgubiš nadzor. Prejemnik lahko tvoje slike in videoposnetke objavi na spletu ali pa jih deli dalje med svoje prijatelje. Čeprav si misliš, da imaš s prejemnikom ali sprejemnico zaupljiv odnos, lahko kar hitro zlorabi tvoje zaupanje. Obstaja tudi možnost, da svojo sliko pošlješ nekemu, ki je ravno v družbi s prijatelji ter jo nehote vidijo tudi oni. Obstaja tudi nevarnost, da bodo tvojemu prijatelju ali prijateljici vdrli v telefon in dostopali do vajinih sporočil.

Pomembno je, da se zavedaš, da v takšni obliki komunikacije obstaja zelo veliko tveganja. Če kljub vsemu še vedno vztrajaš pri takšnem pogovoru, upoštevaj naslednje:

- če posnameš fotografijo, pazi, da na njej ne bo viden tvoj obraz - lahko ga tudi izrežeš s fotografije,
- razkriješ se lahko tudi s svojimi posebnostmi na fotografiji, kot so na primer tattooji, znamenja, brazgotine, ...
- preden se odločiš za to obliko pogovora, se prepričaj, ali si prejemnik to tudi želi, saj je pošiljanje seksualne vsebine brez privolitve spolno nadlegovanje,
- prepričaj se, da imata s prejemnikom enake poglede na zasebnost, intimnost, zaupanje in spoštovanje,
- jasno postavi meje, da slike ne deli z drugimi osebami,
- kadar si pod vplivom alkohola se ne odloči za sekstanje, saj lahko alkohol močno vpliva na tvojo presojo,
- svojih fotografij ne shranjuj na telefonu ali računalniku, saj ti lahko fotografije ukradejo. Raje jih shranjuj na USB ključku, do katerega dostopaš samo ti.



Hej! Lahko dobim eno sliko zgoraj brez? Samo zame ...



Hmm ne vem. Kaj če jo še komu pošilješ?



Mi ne zaupaš?



Ti, ampak me skrbi ...



Daj no .. samo ena slika :)

VARNEGA SEKSTINGA NI!
ZATO RECI NE
SEKSTINGU!

Pošiljanje nespodobnih fotografij ima posledice

Pri pošiljanju razgaljenih fotografij bodi zelo previden, tudi če jih pošiljaš osebi, s katero se dobro poznata in razumeta. Svojih fotografij nikoli ne pošiljaj osebam, ki jih ne poznaš! Sekstanje ima lahko hude posledice, kadar tvoje fotografije ali videoposnetki pristanejo na spletu.

Posledice so lahko:

- izključitev iz družbe,
- javno poniževanje in žaljenje,
- medvrstniško nasilje na spletu in v šoli,
- prejemanje nespodobnih ponudb,
- s tvojimi fotografijami lahko ustvarijo lažne profile na družabnih omrežjih, ali pa se znajdejo na pornografskih straneh in v pedofilskih zbirkah,
- tvoje fotografije in videoposnetke lahko vidijo tudi starši, sorodniki in učitelji.

Poleg sramu, jeze in samoobtoževanja lahko doživljaš tudi samomorilne ali samopoškodovalne misli. Seksting te lahko privede tudi v izsiljevanje in/ali zalezovanje. Prejemnik tvojih fotografij in videoposnetkov se ti lahko po končanem pogovoru ali odnosu začne maščevati in te bo začel izsiljevati. Lahko pa jih tudi pošlje drugi osebi, ki te bo kasneje izsiljevala z namenom pridobitve novih fotografij, denarja ali pa z zahtevami po spolnih uslugah. **V primeru izsiljevanja mladoletnih oseb za izdelavo in izmenjavo njenih intimnih fotografij in videoposnetkov gre za kaznivo dejanje, kar se lahko kaznuje tudi z zaporno kaznijo.**

Prepošiljanje golih in razgaljenih fotografij ali videoposnetkov je kaznivo dejanje! Tudi vsi, ki fotografijo ali videoposnetek pošiljajo, delijo in objavljajo naprej, so odgovorni, so del kaznivega dejanja.



Na spletu lahko kar hitro naletiš na svojo fotografijo

V primeru, da ugotoviš, da se tvoja fotografija nahaja na spletu ali pa si jo skupina prijateljev izmenjuje, **moraš hitro reagirati!** Ne čakaj, da se tvoja fotografija začne množično deliti ali objavljati. Hitreje kot boš ukrepal, manj ljudi bo tvojo fotografijo videlo. Če opaziš, da se fotografija nahaja na družabnem omrežju, lahko podaš prijavo. V kolikor fotografija krši pravila in smernice, ki jih lastniki družabnih omrežij postavijo, bo slika kar hitro odmaknjena s spleta. Ne pozabi pa preveriti še vsa ostala družabna omrežja. **Stiske ne zadržuj v sebi**, poišči pomoč in podporo pri osebi, ki ji zaupaš! Čeprav te je strah odziva, poišči pomoč pri svojih starših, saj ti bodo lahko pomagali le, če jim poveš, v kakšni situaciji si se znašel. Zadevo lahko prijaviš tudi policiji, še posebej takrat, če si mladoleten in storilec z deljenjem tvoje fotografije izvaja kaznivo dejanje.

**TVOJA FOTOGRAFIJA
LAHKO HITRO
POSTANE
JAVNA.**

**ZATO RECI NE
SEKSTINGU!**



Kontaktne podatke za pomoč



Svetovalni telefon za otroke in mladostnike 116 111



#to sem jaz (skupnost za mlade z vprašanji, o katerih je lažje pisati)



Pokliči telefonsko številko policije 113 ali anonimni telefon policije 080 12 00. Na www.policija.si poišči okence za anonimno e-prijavo, kjer lahko nasilneža prijaviš policiji, pri tem pa ti ni treba razkriti svojega imena. Napiši čim več podatkov (kdo je nasilnež, kaj, kje in kdaj se dogaja ...).



<https://www.spletno-oko.si/>
Točka za prijavo posnetkov spolnih zlorab otrok na internetu.



**VARNI
NA INTERNETU**
Od mene je odvisno vse.

Program Varni na internetu, ki ga izvaja Nacionalni odzivni center za kibernetično varnost SI-CERT.



Safe.si je osrednja informativna spletna točka za najstnike, otroke, starše in učitelje o varni uporabi interneta.



Družinski center Ljudske univerze Celje ponuja podporo za vse družinske člane. Vsebine za udeležence SO BREZPLAČNE, saj projekt sofinancira Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.

Grooming

Grooming je pojav, ko nekdo s teboj zgradi spletno ali pa resnično zvezo in te v odnosu skuša preslepiti oz. prisiliti v določeno seksualno dejanje, kot je npr. deljenje videoposnetka ali fotografije s spolno vsebino. Velikokrat se začne z nedolžnim pogovorom, nato pa preide na pogovore s seksualno tematiko. Začneš pošiljati svoje gole fotografije ali posnetke, spolna dejanja prenašaš prek spletne kamere ali se s storilcem celo dobiš v živo. Storilec s teboj najprej zgradi zaupanje, preden začne govoriti o spolnih tematikah. Te osebe, ki bodo s teboj želele vzpostaviti takšen pogovor, so zelo dobre v pretvarjanju. Oseba uporablja iste spletne strani, aplikacije in igre kot ti. Želel te bo čim boljše spoznati, da bi lahko s teboj zgradil odnos.

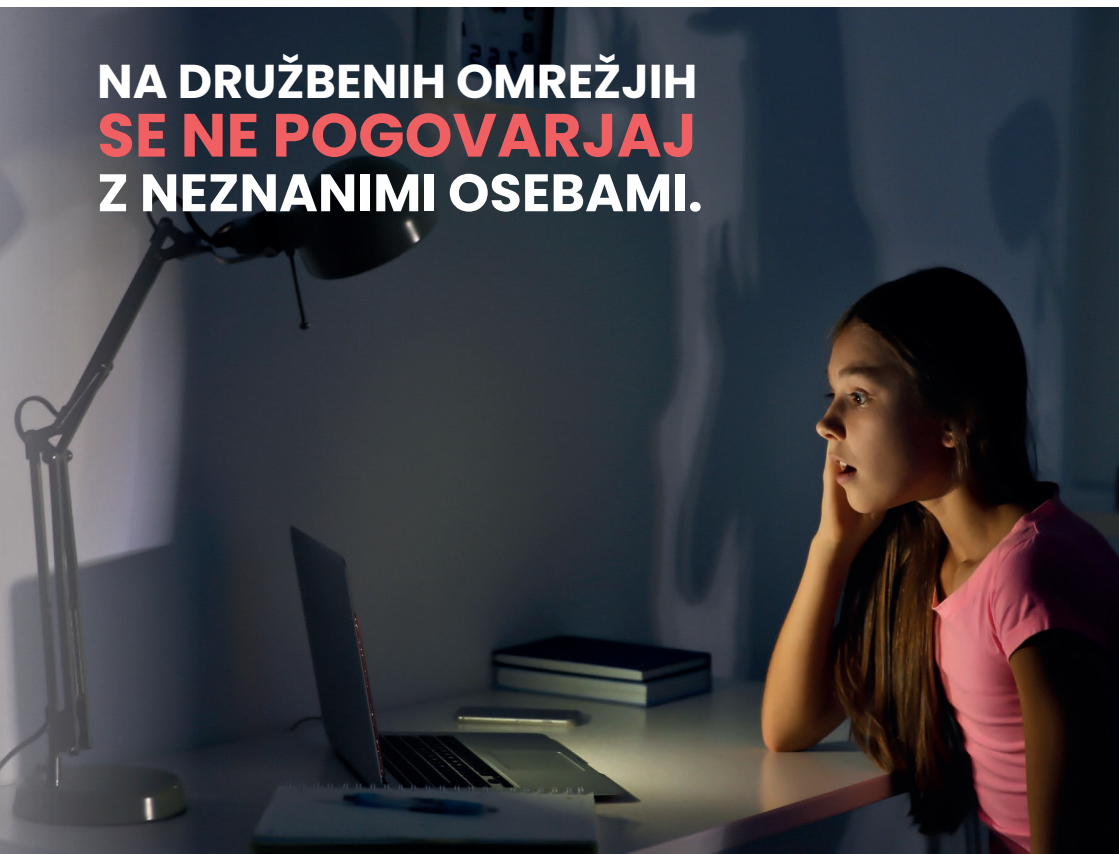
Kaj počne groomer?

- Pošiljal ti bo veliko sporočil preko različnih družabnih omrežjih. Pogovor bo najprej skušal vzpostaviti na družabnem omrežju ali pa v klepetalnici.
- Večkrat ti bo rekel, da sta vajin pogovor in odnos skrivnost. Skušal te bo prepričati, da je on edina oseba, ki mu lahko zaupaš.
- Želel se bo prepričati, kdo poleg tebe še uporablja tvoj računalnik, telefon ali tablični računalnik, saj si ne želi, da bi ga pri svojem dejanju ujeli tvoji starši ali skrbniki.
- Postavljal ti bo vprašanja s spolno vsebino, ki se bodo nanašala na tvoj izgled in telo.
- Začel te bo spraševati o osebnih podatkih, domačem naslovu, katero šolo obiskuješ in podobno.

- Začel te bo izsiljevali za fotografije ali videoposnetke s spolno vsebino z izgovorom, da bo jezen ali žalosten, če tega ne boš poslal. Nato pa bo nadaljeval z izsiljevanjem, saj želi dobiti čim več tvojih fotografij ali videoposnetkov.

Nekatere odrasle osebe zakrijejo svojo identiteto in se izdajajo za tvoje vrstnike ter uporabljajo splet z namenom, da bi te lahko preslepili, prisilili ali prepričali v to, da bi jim poslal svoje gole fotografije ali videoposnetke. Ni pa rečeno, da se bo grooming začel ravno na spletu. Groomerja lahko spoznaš tudi v realnem svetu. So prijazni, ti namenijo pozornost, kupujejo darila in te peljejo na izlet. In ko jim začneš zaupati, bodo tvoje zaupanje izkoristili in ga zlorabili, njihov odnos do tebe pa bo prerastel v seksualno dejanje. Kasneje ti lahko grozijo z nasiljem ali pa ti kupujejo materialne stvari z namenom, da o tem odnosu ne bi spregovoril z drugo odraslo osebo ali policijo. **Nekateri otroci, ki so žrtve groominga, hkrati postanejo še žrtve spolnih zlorab, izkoriščanja ali trgovine z ljudmi.**

**NA DRUŽBENIH OMREŽJIH
SE NE POGOVARJAJ
Z NEZNANIMI OSEBAMI.**



Kako lahko preprečiš grooming?

1. Na družabnih omrežjih in v spletnih klepetalnicah se ne pogovarjaj z neznanimi osebami.
2. Za prijatelje na družabnih omrežjih sprejemaj le osebe, ki jih poznaš in se z njimi tudi dobro razumeš.
3. Svojih podatkov, kot so naslov, telefonska številka ali spletni naslov, ne izdajaj na spletu.
4. Nadlegovalca blokiraj na spletnih profilih.
5. Nadlegovalca na spletnih profilih lahko prijaviš.
6. Naredi sliko zaslona in jo shrani, saj ti bo v pomoč pri prijavi ali pri iskanju pomoči.
7. Povej v šoli, učiteljem ali pa strokovnim delavcem.
8. Povej staršem in skupaj poiščite strokovnega delavca na šoli.
9. Svojo stisko zaupaj prijatelju, ki mu zaupaš.
10. Obvesti policijo na 113 ali na anonimni telefon 080 12 00 oz. oddaj anonimno e-prijavo, kjer ti ni potrebno razkriti svojega imena.

Kontaktne podatke za pomoč



Svetovalni telefon za otroke in mladostnike 116 111



#to sem jaz (skupnost za mlade z vprašanji, o katerih je lažje pisati)



<https://www.spletno-oko.si/>
Točka za prijavo posnetkov spolnih zlorab otrok na internetu.



Pokliči telefonsko številko policije 113 ali anonimni telefon policije 080 12 00. Na www.policija.si poišči okence za anonimno e-prijavo, kjer lahko nasilneža prijaviš policiji, pri tem pa ti ni treba razkriti svojega imena. Napiši čim več podatkov (kdo je nasilnež, kaj, kje in kdaj se dogaja ...).



VARNI NA INTERNETU

Od mene je odvisno vse.

Program Varni na internetu, ki ga izvaja Nacionalni odzivni center za kibernetско varnost SI-CERT.



Safe.si je osrednja informativna spletna točka za najstnike, otroke, starše in učitelje o varni uporabi interneta.



Družinski center Ljudske univerze Celje ponuja podporo za vse družinske člane. Vsebine za udeležence SO BREZPLAČNE, saj projekt sofinancira Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti.





RECI NE DROGAM.

Odvisnost od drog med mladimi

Popolnoma varna uporaba alkohola in drog ne obstaja. Z dobrim ozaveščanjem in preventivo pa lahko sami poskrbimo, da je naša uporaba manj tvegana. Sprva se je potrebno zavedati, da ste za **uporabo odgovorni sami** in vas vanjo **ne sme nihče siliti**. Droga ni simbol hrabrosti, odraslosti, upora ali moči. Pomembno je, da imamo do samega sebe dovolj samospoštovanja in ljubezni ter se zavedamo, da z uživanjem drog svojim težavam ne bomo ubežali za vedno.

Droge so **psihoeaktivne snovi**, ki zaradi svoje kemične sestave povzročijo spremembe v človekovi duševnosti (čustva, motivacijo, vedenje

itd.) in telesu. Škodljivost od drog zato ni odvisna samo od količine, vrste in pogostosti uživanja, ampak tudi od vsake osebe posebej. Na to, kdo bo pričel z rednim uživanjem drog ali alkohola in bo od tega postal odvisen, vpliva veliko dejavnikov. Eni izmed teh so osebnostne značilnosti, dednost, družina, vrstniki, osebnostne situacije, mediji, način uživanja, intenzivnost uporabe, razlog za začetek uživanja, vedenjske motnje, osamljenost, šolska neuspešnost in upornišтво.

Dejstvo je, da droge zelo povišajo raven dopamina (hormona sreče) na intenzivnejši in hitrejši način kot naravni povzročitelji. Možgani posledično razvijejo določeno potrebo in spremenijo svojo strukturo, kar sproži, da svoje funkcije opravljajo samo še ob prisotnosti droge. **Ko od droge postanemo odvisni, vedno težje uresničujemo svoje sanje, uničujemo svoje telesno in duševno zdravje ter se znajdemo v večjih konfliktih z bližnjimi.**

Uživanje drog največkrat sledi precej predvidljivemu vzorcu prehajanja z ene droge na drugo. Začne se z rekreativno uporabo ali eksperimentiranjem alkohola ali tobačnih izdelkov, sledijo marihuana in ostale prepovedane droge.

V zgodnjih najstniških letih je uživanje drog bistveno bolj nevarno, saj lahko zaradi njihove uporabe opustiš določene dejavnosti, ki so bistvenega pomena za tvoj nadaljnji razvoj. Kajenje marihuane v zgodnjem mladostništvu je pomemben napovednik kasnejšega uživanja ostalih nevarnejših drog.

Ena izmed najpogostejših drog, s katero se mladi najprej spoznate, so tobačni izdelki. Tobak vsebuje izredno zasvojljiv nikotin, škodljiva pa sta tudi katran in ogljikov monoksid. Uživa se ga s kajenjem cigaret, cigar in pip ter žvečenjem. Takojšnji učinki kajenja sta pospešen srčni utrip in povišan krvni pritisk, pri dolgotrajnem uživanju pa kajenje tobaka vpliva na nastanek različnih vrst raka, bolezni srca, ožilja in pljuč. Za zdravje je škodljivo tudi vdihavanje cigaretnega dima, ko kadi nekdo poleg nas (pasivno kajenje).

Odvisnost je lahko duševna ali telesna, največkrat pa je oboje hkrati. Ko je uživalec telesno odvisen od droge, je odvisnost že zelo nevarna za naše življenje. Porast tolerance povzroči, da vsakič zaužijemo večjo dozo in je to največkrat vzrok smrti.

Najpogostejše posledice odvisnosti od drog so:

1. nespečnost in depresija,
2. manjša koncentracija,
3. nasilno vedenje,
4. težave v socialni integraciji (težave navezovanja pristnih odnosov),
5. slabše samozaupanje,
6. slabše samonadzorovanje,
7. finančne težave,
8. slabša šolska uspešnost,
9. nepopravljive poškodbe možganov,
10. okvara organov, itd.

Kontaktne podatki za pomoč



Svetovalni telefon za otroke in mladostnike
116 111



#to sem jaz (skupnost za mlade z vprašanji,
o katerih je lažje pisati)



UP društvo za pomoč
zasvojevcem in njihovim svojcem
01 434 25 70



Združenje DrogArt je zasebna neprofitna
volonterska organizacija, ustanovljena leta
1999 z namenom zmanjševanja škodljivih
posledic drog in alkohola med mladimi.

Naročanje na prvi svetovalni pogovor:
01 439 72 70 ali 041 730 800, vsak delovnik
od 9h do 16h; ali na svetovanje@drogart.org

Eksplozivna sredstva

Pirotehnični izdelek je vsak izdelek, ki vsebuje eksplozivne snovi, pirotehnične snovi ali eksplozivno mešanico snovi, ki proizvajajo zvok, toploto, svetlobo, plin ali dim, ki so posledica eksotermnih reakcij.

Verjetno tudi ti čas novega leta povezuješ s pisanim in od raket barvitim nebom. Veliko ljudi se v tem času kot obliko razvedrila in dokazovanja pred prijatelji poslužuje uporabe pirotehničnih sredstev. **Ravno mladi ste najpogostejše žrtve poškodb ob uporabi eksplozivnih sredstev.** Pogosto živite v veri lastne neranljivosti, češ »Saj se kaj takega meni ne more zgoditi.«. Nepremišljena, nepredvidna in neodgovorna raba pirotehničnih sredstev je lahko za vas predvsem **zelo**



**ČE RESNIČNO NI POTREBNO,
SE NE POSLUŽUJ UPORABE
PIROTEHNIČNIH SREDSTEV.**

nevarna. Pogosto povzroči telesne poškodbe, ki so lahko blage (opeklina), lahko pa pride tudi do hujših poškodb kot so poškodbe kosti, tkiva, žil, ki lahko privedejo tudi do amputacije. Kar hude posledice za tistih nekaj sekund razvedrila, kajne?

Če se kljub vsem nevarnostim odločiš za uporabo pirotehničnih sredstev, obvezno preberi navodila za uporabo. Poskrbi, da pirotehnični izdelek ne bo eksplodiral na vnetljivem prostoru (listje/suha trava), hkrati pa izdelka, ki se ni aktiviral, ne poskušaj prižgati ponovno.

Obstaja več kategorij pirotehničnih izdelkov, ki se lahko prodajajo le ljudem določenih starosti. V nakup se odpravi s starši in ne pozabi prebrati tudi navodil za uporabo, ki določajo, kdaj se lahko izdelek uporablja. Uporaba pirotehničnih izdelkov kategorije 1, katerih glavni učinek je pok, je dovoljena le v času od 26. decembra do 1. januarja.

Izdelkov ne uporabljaj v strnjenih stanovanjskih naseljih, v zgradbah in vseh zaprtih prostorih, v bližini bolnišnic, v prevoznih sredstvih za poštneški promet in na površinah, na katerih potekajo javni shodi in javne prireditve. Za vse kršitve si lahko tudi denarno kaznovan.

Če se tej izkušnji ne moreš upreti, pirotehnične izdelke uporabljaj vsaj tako, da to drugih ne moti in ne ogroža. Mnogim ljudem (in predvsem živalim) je namreč uporaba pirotehničnih izdelkov neprijetna in jim vzbuja strah, nelagodje in občutek nevarnosti!

Kaj lahko storiš sam?

1. Če resnično ni potrebno, se ne poslužuj uporabe pirotehničnih sredstev.
2. Ob morebitni želji se na nakup pirotehničnih sredstev odpravi s staršem ali skrbnikom.
3. Uporabljal jih le ob prisotnosti staršev. Sam jih nikoli ne prižigaj!
4. Poskrbi za varnost narave in ostalih mimoidočih.
5. Če opaziš, da nekdo neodgovorno uporablja pirotehnične izdelke, o tem obvesti policijo.
6. V primeru poškodb nemudoma pokliči reševalno službo.

Kontaktne podatke za pomoč



Svetovalni telefon za otroke in mladostnike 116 111



#to sem jaz (skupnost za mlade z vprašanji, o katerih je lažje pisati)



Pokliči telefonsko številko policije 113 ali anonimni telefon policije 080 12 00. Na www.policija.si poišči okence za anonimno e-prijavo, kjer lahko nasilneža prijaviš policiji, pri tem pa ti ni treba razkriti svojega imena. Napiši čim več podatkov (kdo je nasilnež, kaj, kje in kdaj se dogaja ...).

Varnost v prometu

Otroci ste v prometu najpogosteje udeleženi kot potniki v vozilih, in vas morajo odrasli zaščititi in ustrezno zavarovati. Pogosto pa ste v prometu udeleženi kot pešci in kolesarji.

Kot otrok promet **dojemaš drugače** kot odrasli. Tja do 10. leta ne znaš samostojno sodelovati v prometu. Pogosto te lahko premami, kar se npr. nahaja na drugi strani ceste, ob tem pa pozabiš na pravila in ostali promet, ki se odvija okoli tebe. Poleg tega si kot otrok manjši, posledično manj opazen, nespreten pri hoji, teku in vožnji kolesa.

Odrasli udeleženci prometa in starši morajo skrbeti za vašo varnost v prometu in vas seveda učiti varnega ravnanja v prometu.

Mladi v prometu spadate med ogrožene skupine, saj je v splošnem kot tudi na globalni ravni prometna nesreča glavni vzrok umrljivosti mladih (po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije). Mladi od 18-24 let starosti ste v povprečju pogosteje udeleženi v prometnih nesrečah.

Razloge za to lahko iščemo v nekaterih dejavnikih, ki so pri mladih še posebej izraženi, kot so: vozniška neizkušenost, neprijetost (predvsem na zadnjih sedežih), uporaba mobilnih telefonov in avdio-video naprav, vožnja pod vplivom alkohola in drog, neprilagojena hitrost, vožnja po nasprotnem pasu, neuporaba zaščitnih sredstev ter želja po dokazovanju.

Med posebej problematičnimi je **uporaba mobilnih naprav med vožnjo ali hojo**. Uporaba le-teh **zmanjša tvoje sposobnosti** zaznavanja (vid in sluh), usmerjanja pozornosti na prometno signalizacijo in ravnanja ostalih udeležencev v prometu. Zato nisi sposoben pravočasno in pravilno ukrepati.

A close-up photograph of a person's hand buckling a seatbelt. The hand is positioned over the black plastic buckle, which is partially inserted into the red fabric strap. The background is blurred, showing the texture of the car seat fabric.

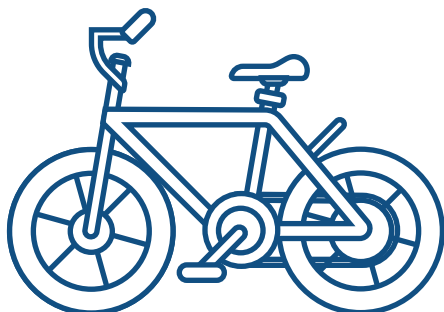
**SAMO EN KLIK JE POTREBEN.
VEDNO BODI PRIPET
NA VSEH SEDEŽIH!**

Kaj moraš upoštevati za varno udeležbo v prometu

1. Kot voznik se zavedaj odgovornosti in svojih sposobnosti.
2. Ne vozi prehitro ali z neprilagojeno hitrostjo.
3. Vedno bodi pripet z varnostnim pasom na vseh sedežih.
4. Ne vozi pod vplivom alkohola ali drog.
5. Med vožnjo ne uporablaj mobilnega telefona.
6. Med vožnjo ne uporablaj slušalk.
7. Na kolesu, skiroju ali motorju uporablaj zaščitno čelado.
8. Kot pešec ali kolesar v nočnem času uporablaj odsevna telesa.

Kot kolesar upoštevaj naslednje napotke

1. Uporablaj tehnično brezhibno kolo z vso obvezno opremo, čelado in drugo odsevno opremo.
2. Bodi pozoren na cesti in upoštevaj cestnoprometne predpise.
3. Pred spremembo smeri vožnje preveri, kaj se dogaja za tabo in pravočasno nakaži spremembo smeri vožnje.
4. Kjer ni kolesarske steze, vozi ob desnem robu vozišča v smeri vožnje in čim bližje robu (ne več kot 1 m od roba) vozišča.
5. Ne vozi v nasprotni smeri vožnje.
6. Ne vozi pod vplivom alkohola. Ne uporablaj telefona med kolesarjenjem.



Kot motorist upoštevaj naslednje napotke

1. Hitrost prilagodi razmeram na cesti.
2. Vozi spočito in trezen.
3. Vedno uporabljalj zaščitno čelado.
4. Bodi viden - prižgi luči in nosi odsevni telovnik.
5. Ne precenjuj svojih voznih sposobnosti.
6. Ne podcenjuj voznih razmer.

**VARUJ SVOJO GLAVO.
NA KOLESU, SKIROJU ALI
MOTORJU VEDNO NOSI**

**ZAŠČITNO
ČELADO!**



Kontaktne podatki za pomoč



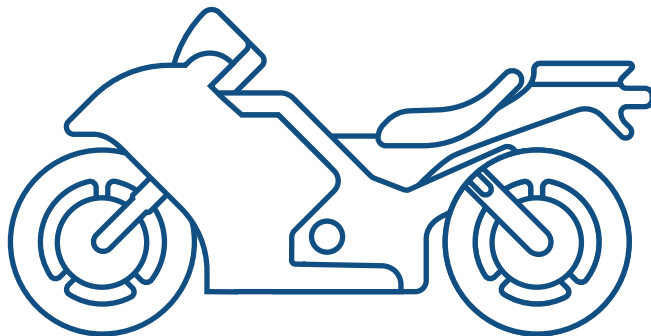
Javna agencija za varnost
prometa Republike Slovenije
(www.avp-rs.si)



Nasveti Policije na spletu
www.policija.si



Zavod Vozim
(www.vozim.si)



enostavno
pomagam
humanitarno društvo



MESTNA OBČINA CELJE