

Pastāsti!

Ja redzi
pāridarījumu,
pastāsti skolotājam
vai uzticības personai,
lai situācija tiktu risināta.

**Sniedz
palīdzību un
esi draugs!**

Aicini cilvēku, kurš tiek izraidīts
no grupas, iesaistīties
aktivitātēs kopā ar Tevi.



**Respektē
atšķirības!**

Atgādinī citiem, ka katrs ir citādāks.
Tas nav iemesls, lai apceltu.



**Neesi
vērotājs!**

Ja draugi vai
klasesbiedri smejas kopā ar pāridarītāju, pasaki,
ka viņi ir daļa no problēmas. Neiesaisties arī Tu!



Apceltajam smagus
pārdzīvojumus var izraisīt
gan emocionāli,
gan fiziski nodarījumi.

Palīdzi!

**RĪKOJIES,
ja redzi, ka kādam
tiek darīts pāri!**

**Neizplati
aizvainojošas
ziņas!**

Ja kāds
izplata nepatiesas vai aizvainojošas ziņas,
izstāsti, ka tas nav nedz smieklīgi, nedz forši.

**Aicini
ziņot!**



Aicini cietušo:
★ runāt ar uzticības personu,
zvanīt uz bērnu un
jauniešu uzticības tālruni

★ **116111**

zvanīt
Valsts policijai

★ **112**