

Till ALLA barn:

Många barn lever i hem där vuxna inte alltid är snälla. Det kan vara en vuxen som slår eller hotar barn eller en annan vuxen. Det kan vara en vuxen som dricker alkohol så att de inte kan ta hand om sina barn på rätt sätt. Det kan också vara så att en vuxen är sjuk och därför inte kan ta hand om sina barn. Eller att barnen måste ta hand sig själva eller sina syskon.

Om du känner dig rädd hemma eller orolig för dig själv eller någon annan, gör då såhär:

1

Prata med en vuxen du litar på! Det kan vara en lärare, kuratorn på skolan, en kompis förälder eller någon du känner. Berätta hur du har det!

2

Ring till BRIS på telefonnummer 116 111.

3

Ring till socialtjänsten och berätta hur du har det. Telefonnummer finns på din kommuns hemsida.

Kom ihåg att du alltid får berätta om dåliga hemligheter för någon vuxen du litar på! Även om någon sagt att du inte får berätta! Dåliga hemligheter känns dåliga i kroppen, som i magen eller bröstet och kan göra dig ledsen eller orolig.

Du har alltid rätt att bestämma över din egen kropp!



Ingen vuxen får slå eller hota dig.



Ingen vuxen får ta på dina privata delar.



Ingen vuxen eller barn får be om eller tvinga dig att skicka bilder eller film på privata delar.



Ingen vuxen får dricka alkohol så att de inte kan ta hand om dig eller dina syskon.

Om någon vuxen gör något mot dig som inte känns bra eller som gör dig rädd - berätta då för en vuxen du litar på!



HUSKURAGE

En förening som verkar för att alla ska få leva i hem fria från rädsla och våld.