

**Ja tu par kaut ko
šaubies – runā!**



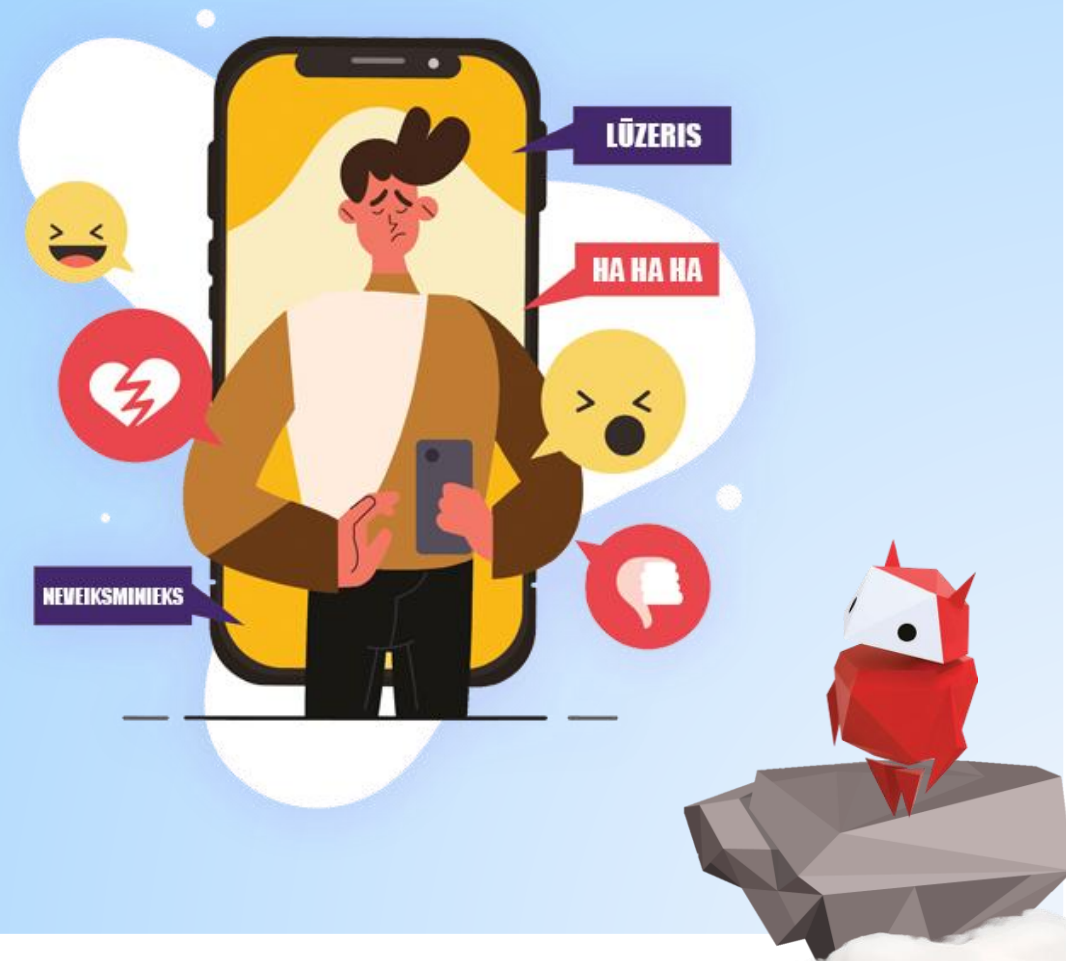
Uzticības tālrunis



**Bērnu
un pusaudžu
uzticības
tālrunis**

116111

Katru dienu
Jebkurā laikā



ZINI, KUR MEKLĒT PALĪDZĪBU!

116111 zvanu un čata konsultāciju statistika	2022	2023	2024
Kibermobings	339	153	126
Saskarsme ar pornogrāfiju	8	9	9
Saskarsme ar bērnu seksuālas izmantošanas saturošiem materiāliem	28	9	10
Vardarbība	38	14	14
Personas datu drošība	91	50	34
Reputācijas aizskārums	87	38	38
Seksuāla rakstura piedāvājumi, pavedināšana (<i>grooming</i>)	35	19	14
Seksuāla rakstura ziņu apmaiņa (<i>sexting</i>)	32	25	23



**Bērnu
un pusaudžu
uzticības
tālrunis**

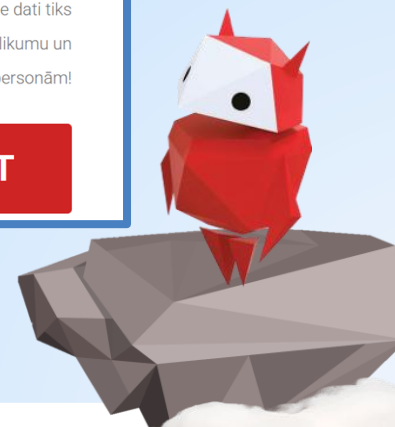
116111

Katru dienu
Jebkurā laikā

Ziņojumu līnija



DROSSINTERNETS.LV



Ziņot

1. Pretlikumīgās informācijas saturs

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Bērnu seksuāla izmantošana, to saturoši materiāli | <input type="checkbox"/> Vardarbīga rakstura materiāli |
| <input type="checkbox"/> Pornogrāfija pieejama bez „18+” brīdinājuma | <input type="checkbox"/> Naida kurināšana, rasisms |
| <input type="checkbox"/> Emocionāla vardarbība pret bērnu | <input type="checkbox"/> Finanšu krāpniecība |

2. Vieta, kur atklāts pārkāpums:

- | | |
|--|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Tīmekļa vietne, forums, blogs | <input type="checkbox"/> E-pasts |
| <input type="checkbox"/> Sociālo tīklu vietne | <input type="checkbox"/> Cits |
| <input type="checkbox"/> Failu apmaiņas programma | |

- Vēlos palikt anonīms!

Vārds, Uzvārds:

E-pasta adrese:

Ziņojums var būt anonīms.

Personas datu sniegšana nav obligāta! Jūsu sniegtie dati tiks aizsargāti saskaņā ar Fizisko personu datu apstrādes likumu un netiks izpausti trešajām personām!

ZIŅOT

Uzticības persona

Uzticības persona palīdz, atbalsta, rīkojas tavā labā un kopā ar tevi. Tas ir cilvēks, pie kā varam vērsties pēc palīdzības vai padoma, kad esam nonākuši mulsinošā vai bīstamā situācijā



Problēmsituācijas

Iepazinos internetā ar sievieti, viņa izgērbās kameras priekšā, es arī. Tad mani sāka šantažēt citi cilvēki, ka nosūtīs visiem maniem draugiem. Prasa naudu, es jau 300 Eur pārskaitīju, bet vairāk man nav. Ko man darīt? Ja tas video tiks izplatīts, tad man dzīves vairs nebūs.

(Puisis, 16 gadi)

Mana bilde tika ielikta instagramā joku lapā ar ļoti rupjiem uzrakstiem. Un cilvēki atbildēja ar rupjiem komentāriem. Ceru, ka jūs varēsiet palīdzēt izdzēst. Paldies!!!

(Puisis, 11 gadi)

Bērns ielicis video neapzinoties sekas, kādas nāksies pārdzīvot vienaudžu vidē. Paroli neatceras, lai dzēstu video. Lūdzu palīdziet risināt šo situāciju, jo skatījumi aug ik stundu.

(Mamma 12 gadīgam bērnam)

Vīrietis WhatsApp uzrakstīja un pavadināja 12 gadīgu meiteni, zinot, ka viņa ir nepilngadīga, un prasīja viņai, lai sūta kailfoto, meitene nosūtīja. Vīrietis pārsūtīja to citiem bērniem. Tagad viņš sācis uzmākties arī man, zinot, ka man ir 14, un saka, ka viņam ir 28, lai gan izskatās daudz vairāk. Ko man darīt? Vecākiem baidos stāstīt.

(Meitene, 14 gadi)



Padomi
bērniem un
jauniešiem

BĪSTAMĀ

DRAUDZĪBA INTERNETĀ

- 1 Internetā cilvēki mēdz izlikties par kādu citu.
- 2 Reizēm sarakste sociālajos tīklos vai iecienītākajā spēļu platformā var kļūt pārāk privāta un vairs nav tikai vienkārša parunāšanās.
- 3 Internetā pieaugušie mēdz iepazīties un uzsākt draudzību ar bērniem.
- 4 Uzmākšanās, pavadināšana un vardarbība diemžēl notiek arī internetā.



BĪSTAMĀ
DRAUDZĪBA INTERNETĀ

IETEIKUMI,

KAS PALĪDZĒS PASARGĀT SEVI INTERNETĀ

UZMANIES, JA:

- ⚠ Uzrunā tevi privāti un mēģina "ievilināt" privātā sarakstē;
- ⚠ Vēlas, lai jūsu attiecības paliktu noslēpumā;
- ⚠ Uzstāj, ka vēlas tevi satikt reālajā dzīvē un aicina satikties;
- ⚠ Vēlas ar tevi runāt par tavu ķermeni un nereti arī par tava ķermeņa intīmajām daļām;
- ⚠ Lūdz tavus fotoattēlus vai video;
- ⚠ Vēlas uzzināt privātu informāciju – kur tu dzīvo, kurā skolā mācies, kur šobrīd atrodies u.tml.;
- ⚠ Piedāvā tev naudu vai dāvanas;
- ⚠ Mudina tevi ieslēgt kameru;
- ⚠ Nepieņem "nē" kā atbildi un ir ļoti uzstājīgs.

RĪKOJIES NEKAVĒJOTIES:

- sos** Saglabā pierādījumus un nekādā gadījumā tos neizdzēs! Uzņem ekrānuzņēmumus/foto ar sarakstes vēsturi.
- sos** Bloķē personu, kas veikusi pret tevi neatļautas darbības.
- sos** Ziņo pieaugušajam, kam uzticies – mammai, tētim, radniekiem, skolotājam u.tml.
- sos** Meklē palīdzību, zvani pa Bērnu un jauniešu uzticības tālruni **116111** vai **[uzticibastalrunis.lv](https://www.uzticibastalrunis.lv)** raksti čātā un saņem atbalstu!
- sos** Ja piedzīvoji pavadināšanu internetā vai saņēmi draudus, nekavējoties ziņo Valsts policijai 110!

Ja tev ir sajūta, ka kaut kas nav kārtībā, labāk saziņu un draudzību internetā nekavējoties pārtrauc!

Notestē draudzību, ienāc [sos.drossinternets.lv](https://www.sos.drossinternets.lv)

BĪSTAMĀ

DRAUDZĪBA INTERNETĀ

Izglītojoša īsfilma par grūminga riskiem 1



GRŪMINGŠ

Varmākas veikta apzināta rīcība, veidojot emocionālu saikni ar upuri interneta vidē, lai bērnu vai jauniešu padarītu izolētu no ierastās vides un cilvēkiem, atkarīgu no varmākas, viegli ievainojamu un vadāmu. Bērnu uzticība tiek izmantota ļaunprātīgu mērķu sasniegšanai.

ZINI, KUR MEKLĒT PALĪDZĪBU!



DROSSINTERNETS.LV

**Bērnu
un pusaudžu
uzticības
tālrunis
116111**

Katru dienu
Jebkurā laikā

