

WAT HEB JE NODIG OM OP TE GROEIEN...

Vink aan:



- Ouders of verzorgers liefde en zorg
- Een opvoeding met normen en waarden en het goede voorbeeld krijgen
- Ontwikkeling verantwoordelijkheidsgevoel leren voor jezelf te zorgen en voor anderen en leren met geld om te gaan
- Elke schooldag naar school gaan
- Goed onderwijs krijgen
- Beschermd worden tegen te hoge verwachtingen
- Geaccepteerd worden
- Ruimte en tijd voor jezelf
- Ruimte en tijd om te spelen
- Gezond eten genoeg beweging genoeg slaap
- Lichamelijke verzorging
- Hulp bij het bereiken (of behouden) van een gezond gewicht
- Een gezonde omgeving een rookvrije omgeving

- Bescherming tegen gehoorbeschadiging
- Beperkte tijd achter beeldschermen
- Bescherming tegen schadelijke informatie met name op internet en tv
- Mee kunnen doen meepraten en meebeslissen thuis op school in de buurt
- Extra hulp krijgen als je het nodig vindt
- Het verschil leren tussen grappen maken en pesten en niet steeds gepest worden
- Niet geslagen worden niet uitgescholden worden niet vernederd worden
- Niet bij een vechtscheiding betrokken worden
- Niet mishandeld worden niet verwaarloosd worden
- Niet uitgebuit worden geen ongewenst lichamelijk contact
- Voorlichting over seksualiteit drugs en alcohol gokken en internet en social media
- Serieus genomen worden naar jouw mening wordt geluisterd en gevraagd jouw mening krijgt aandacht

Als je denkt dat er iets niet goed gaat met jou of met je vriendje of vriendinnetje, of bij een klasgenoot of iemand uit je buurt, dan is er voor jou de **KINDERHULPCODE**

Is jouw omgeving 'Kinderrechtenproof' of moet er iets verbeterd worden?

AAN DE SLAG!

Informatie kun je vinden op:

<https://8-12.infovoorjou.nl>

Of vraag advies aan je burgemeester
burgemeester@.....nl

Je kunt ook **DE KINDERTELEFOON**
bellen: **0800 0432**



Zoek een volwassene die je vertrouwt, die naar je luistert en die je helpt.

JE STAAT ER NIET ALLEEN VOOR!

Heel veel mensen kunnen luisteren en helpen!

Je moeder, je vader, de juf, de meester, familie, buren, vrienden, de dokter, de politie, de burgemeester of... je weet vast nog wel iemand die je kunt vertrouwen.

