

1

Řeš vzniklou situaci okamžitě.
Na nic nečekej!

2

Na vulgární, útočné nebo výhrůžné
zprávy rozhodně nereaguj.

3

Kontaktuj technickou podporu služeb, kde se
závadný obsah nachází, a žádej jeho smazání.

4

Pokud tě kontaktují neznámí lidé a obtěžují tě,
vkládej si je do ignore, nezvedej cizí čísla.

5

Snaž se působit klidně a v případě posměchu
dávej najevo, že ti daná situace nevadí.

6

Svěř se blízké osobě (kamarádům, rodičům
nebo učitelům) a popros je o pomoc.

7

Pokud se budou útoky stupňovat, je dobré mít důkaz (zálohu,
screenshot...), můžeš se obrátit na specializované poradny.

8

V některých případech se
můžeš obrátit na policii.

Nezapomeňte, nikdy na to nejste sami.
Každá situace má řešení!

