



**Vet du vad en bra  
och dålig hemlis är?**



**Rädda Barnen**

**Hur känns en bra hemlis?**

**Hur känns en dålig hemlis?**

**Har du någon du kan prata med om det inte känns bra i magen?**

Dåliga hemligheter ska du inte hålla för dig själv. Man får alltid berätta för en vuxen om något inte känns bra!

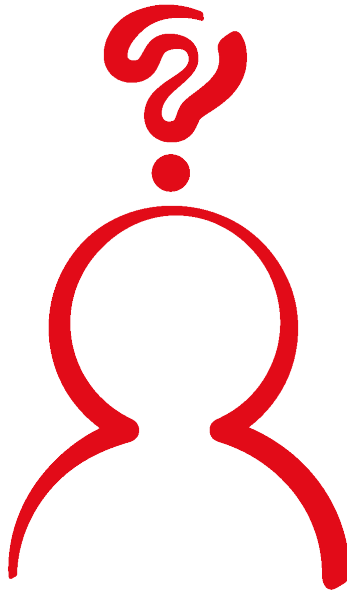
Hit kan du vända dig för råd och hjälp:

Elevhälsan på din skola

[lilla.raddabarnen.se](http://lilla.raddabarnen.se)



**Rädda Barnen**



**Vet du vad som är okej/  
inte okej på nätet?**

**Kan man vara säker på  
vem man chattar med?**

**Får man vara dum mot någon  
i ett spel eller chatt?**

**Får man sprida nakenbilder?**

Du har alltid rätt att säga nej och du har alltid rätt att ångra dig. Om du blivit utsatt för något som inte känns bra på nätet, har du rätt att berätta det för en vuxen.

Hit kan du vända dig för råd och hjälp:

Elevhälsan på din skola

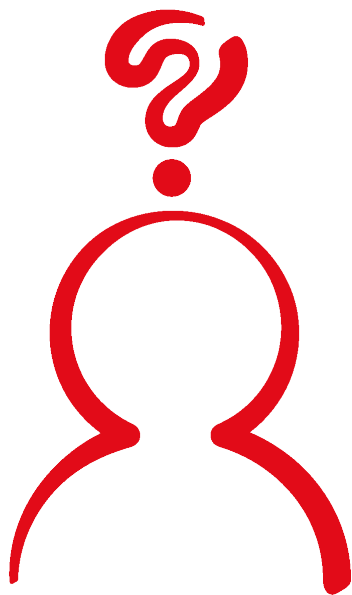
[lilla.raddabarnen.se](http://lilla.raddabarnen.se)

[ecpat.se](http://ecpat.se)

[bris.se](http://bris.se)



**Rädda Barnen**



**Vad menas med våld?**

**Vet du på vilket sätt våld  
kan utövas eller förekomma?**

**Har du använt dig av våld i  
någon form?**

**Vet du vad exposekonto är?**

Våld kan förekomma i många olika former. Om du har blivit utsatt eller utsatt någon annan för våld har du rätt till att få hjälp och stöttning.

Hit kan du vända dig för råd och hjälp:

Elevhälsan på din skola

[ecpat.se](http://ecpat.se)

[bris.se](http://bris.se)

[raddabarnen.se/rad-och-kunskap/](http://raddabarnen.se/rad-och-kunskap/)

[karleken-ar-fri/](http://karleken-ar-fri/)