

Auta kaveriasi kirjoittamaan viesti ja toimittakaa se yhdessä luotettavalle aikuiselle. Viestin kirjoittaminen paperille ja paperin ojentaminen luotettavalle aikuiselle on usein helpompaa kuin asiasta puhuminen. Voit myös lähettää viestin luotettavalle aikuiselle yksityisenä tekstiviestinä, sähköpostina tai vaikka Wilman kautta. Asioita voi helpottaa myös se, että kodin tai koulun aikuinen on valmistautunut kuulemaan ahdistavan salaisuutesi, joten voit kopioida ja liittää hänelle viestin loppuun myös tämän oppaan: [Ohjeistus opetusalan ammattilaisille lapseen kohdistuneen seksuaaliväkivallan ilmetessä \(suojellaanlapsia.fi\)](https://www.suojellaanlapsia.fi/ohjeistus-opetusalan-ammattilaisille-lapseen-kohdistuneen-seksuaaliväkivallan-ilmetessa)

Alla viestipohjia, jotka voit kopioida ja lähettää aikuiselle. Täytä viestiin nimet ja muut tiedot ja lähetä sen jälkeen aikuiselle.

1. Viestipohja, jonka voit täyttää ja lähettää yhdessä kaverisi kanssa.

*Hei **[turvallisen aikuisen nimi]**,*

*Minulla on ahdistava salaisuus, josta on vaikea kertoa kenellekään. Kaverini **[kaverisi nimi]** tukee minua asiassa ja kehottaa kertomaan luotettavalle aikuiselle.*

<Valitse joku näistä tai kerro omin sanoin mitä on tapahtunut>

Olen joutunut seksuaalisen häirinnän uhriksi ja tarvitsen aikuisen apua.

TAI

Olen joutunut seksuaaliväkivallan uhriksi ja tarvitsen aikuisen apua.

TAI

Nudeni on levinnyt netissä ja tarvitsen aikuisen apua.

*Terveisin, **[NIMI JA LUOKKA]***

2. Viestipohja, jonka voit täyttää ja lähettää kaverisi puolesta.

*Hei **[turvallisen aikuisen nimi]**,*

*Olen huolissani kaveristani, **[kaverisi nimi]**, jolla on ahdistava salaisuus, ja josta on vaikea kertoa kenellekkään.*

<Valitse joku näistä tai kerro omin sanoin mitä on tapahtunut>

***[kaverisi nimi]** on joutunut seksuaalisen häirinnän uhriksi ja tarvitsee aikuisen apua.*

TAI

***[kaverisi nimi]** on joutunut seksuaaliväkivallan uhriksi ja tarvitsee aikuisen apua.*

TAI

***[kaverisi nimi]** nude on levinnyt netissä ja hän tarvitsee aikuisen apua.*

*Terveisin, **[NIMI JA LUOKKA]***