

Szanowni Rodzice, pedagog szkolny jest do Waszej dyspozycji, gdy:

- niepokoi Was zachowanie dziecka, nie wiecie, do kogo możecie zwrócić się o pomoc;
- zauważacie u dziecka problemy w uczeniu się;
- potrzebujecie wsparcia, czujecie się bezradni i nie znajdujecie wyjścia z jakiejś trudnej sytuacji;
- znajdujecie się w trudnej sytuacji materialnej.

Co możemy zrobić? Co Państwo mogą zrobić jako rodzice?

- Najsilniejszym czynnikiem chroniącym przed ryzykownymi zachowaniami jest więź dzieci i rodziców. Wyraża się ona w jednoczesnym stawianiu granic i dawaniu wsparcia „kochaj i wymagaj”. Państwa dzieci, choć są na progu dorosłości, nadal potrzebują środowiska wychowawczego, które Państwo zapewniacie. Umiejętne podtrzymywanie relacji rodzice-dzieci jest warunkiem skutecznej ochrony.
- Dzieci zawsze biorą z nas przykład. Jeśli sami działamy ryzykownie- upijamy się , palimy tytoń, bierzemy narkotyki czy nadmierne ilości leków, to możemy sądzić, że nasze dzieci przejmą te zachowania. Czasami warto rozważyć zmianę własnego sposobu bycia, aby nie cierpiały nasze dzieci.
- Dzieci powinny wiedzieć jaka jest Państwa opinia o zachowaniach ryzykownych. Dajmy do zrozumienia naszym im, że nie akceptujemy takich zachowań , warto wtedy podkreślić, że motywem Państwa stanowiska jest troska o ich dobro. Przy dzisiejszym zabieganiu mogą nie zauważyć, że są kochane.

Dzisiejsze okoliczności życia sprzyjają odsuwaniu się ludzi od siebie. Bycie w kontakcie, bycie razem, tworzenie wspólnoty może wymagać wysiłku, który bardzo się opłaca. Chociaż Państwa dzieci są już niemal dorosłe, to nadal najważniejszym azylem jest dla nich rodzina. Tam mogą się schronić przed burzami życia. Ważne, aby Państwa dzieci widziały i czuły, że ich dom rodzinny jest zawsze takim cennym azylem, pewnym schronieniem, miejscem pozbawionym przemocy i ryzyka. Miejscem, w którym każdy czuje się w pełni akceptowany w swoim człowieczeństwie.

WAŻNE ADRESY

Wykaz instytucji i placówek świadczących pomoc rodzinie na terenie powiatu oleckiego

- **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Olecku**, ul. Gołdapska 23, 19-400 Olecko, pn.-pt. 7.30-15.30, (87) 520 34 302
- **Specjalistyczny Ośrodek Wsparcia dla Ofiar Przemocy w Rodzinie** przy PCPR w Olecku, ul. Gołdapska 23, 19-400 Olecko, pn.-pt. 7.30-15.30, (87) 520 34 302
- **Ośrodek Interwencji Kryzysowej** przy PCPR w Olecku, ul. Gołdapska 23, 19-400 Olecko, pn.-pt. 7.30-15.30, (87) 520 34 302
- **Młodzieżowy Klub Integracji Społecznej** przy PCPR w Olecku, ul. Gołdapska 23, 19-400 Olecko, pn.-pt. 7.30-15.30, (87) 520 34 302
- **Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Olecku**, ul. Zamkowa 2, 19-400 Olecko, (87) 523 93 38

- **Niepubliczna Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna przy ŚDS w Olecku**, ul. Armii Krajowej 26, 19-400 Olecko, (87) 520 33 85
- **Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Olecku**, ul. Kolejowa 31, 19-400 Olecko, (87) 520 42 33
- **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kowalach Oleckich**, ul. Kościuszki 44, 19-420 Kowale Oleckie, (87) 523 82 48
- **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Świętajnie**, Świętajno 104, 19-411 Świętajno, (87) 521 54 18
- **Punkt Konsultacyjny dla Osób Uzależnionych w Świętajnie**, 19-411 Świętajno, (87) 521 54 20
- **Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wieliczkach**, ul. Lipowa 16, 19-404, Wieliczki, (87) 521 42 37
- **Środowiskowy Dom Samopomocy w Olecku**, ul. Armii Krajowej 26, 19-400 Olecko, (87) 520 33 85
- **Środowiskowy Dom Samopomocy we Wronkach**, Wronki 36, 19-411 Świętajno, dni robocze w godz. 7.30 – 15.30, (87) 520 14 92
- **Środowiskowy Dom Samopomocy w Kowalach Oleckich**, ul. Kościuszki 29, 19 -420 Kowale Oleckie, (87) 610 01 69
- **NZO Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu, Narkotyków i Współuzależnienia w Olecku**, ul. Nocznickiego 15, 19-400 Olecko, (87) 520 45 91
- **Punkt konsultacyjno-informacyjny dla Ofiar Przemocy w Rodzinie w Olecku**, ul. Nocznickiego 15, 19-400 Olecko, (87) 520 15 03, 520 45 91
- **Środowiskowe Ognisko wychowawcze „Puchatek” TPD W Olecku**, 19-400 Olecko, (87) 520 33 95
- **Poradnia Zdrowia Psychicznego w Olecku**, ul. 11 Listopada 23, 507 125 845

Szanowni Państwo!

Sięganie przez młodzież po substancje psychoaktywne, w tym dopalacze, to palący problem współczesności. Warto w związku z tym wiedzieć, gdzie poszukiwać pomocy w sytuacjach zagrożenia zdrowia dzieci i młodzieży spowodowanych zażyciem dopalaczy.

800 060 800 – bezpłatna, całodobowa infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego. Znajdziecie tu Państwo informacje na temat negatywnych skutków zażywania dopalaczy, możliwości leczenia.

800 100 100 , pomoc@800100100.pl – bezpłatna, anonimowa pomoc telefoniczna oraz online dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci. Otrzymacie tu Państwo wsparcie w sytuacjach związanych między innymi z zagrożeniem nowymi technologiami, cyberprzemocą, kontaktem z substancjami psychoaktywnymi, uzależnieniem, zaburzeniami odżywiania, depresją. Telefon prowadzi Fundacja: Dzieci Niczyje, linia dostępna od poniedziałku do piątku w godzinach: 12.00 – 18.00.

801 199 990 – Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania. Pod tym numerem specjaliści udzielają wsparcia w sytuacjach trudnych, informują na temat ryzyka używania narkotyków i dopalaczy. Telefon jest prowadzony przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii i czynny jest codziennie w godzinach: 16.00 – 21.00.

Poradnia internetowa www.narkomania.org.pl – anonimowa pomoc online lekarza psychiatry, psychologa i prawnika. Poradnia prowadzona na zlecenie Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii.

Stop dopalaczom

Krajowe Biuro Do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii, w ramach Kampanii Ministerstwa Zdrowia i Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii, umieściło na swojej stronie internetowej ulotkę dla rodziców - [Nasze dzieci i zagrożenia - Dopalacze - wypalacze.](#)

Zachęcamy wszystkich rodziców do zapoznania się z jej treścią.

