

„Wsparcie pedagoga szkolnego”

Drodzy Uczniowie!

Pamiętajcie, że w tym trudnym dla nas wszystkich czasie możecie liczyć na moje wsparcie.

Wszystkich, którzy potrzebują pomocy proszę o kontakt ze mną poprzez adres:

n.rudzkaa@gmail.com

Jestem dostępna w godzinach:

- **poniedziałek 8.00-13.00**
- **wtorek 8.00-13.00**
- **środa 8.00-13.00**
- **czwartek 8.00-13.00**
- **piątek 8.00-13.00**

Istnieje możliwość rozmowy telefonicznej po uprzednim ustaleniu terminu.

Pomocy psychologicznej udziela:

- Poradnia Psychologiczno- Pedagogiczna w Pławanicach, która zapewnia dzieciom i młodzieży oraz ich rodzinom telefoniczne konsultacje i wsparcie psychologiczne w **godz. 8.00-16.00, tel. 82 566 80 88.**

Przypominam o dostępnych infoliniach pomocowych:

- Bezpłatny telefon zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111,
- Ogólnopolski telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie Niebieska Linia 800 120 002,
- Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji 22 594 91 00,
- ITAKA – Antydepresyjny telefon zaufania 22 484 88 01,
- Bezpłatna linia wsparcia dla osób po stracie bliskich 800 108 108,
- Całodobowa bezpłatna infolinia dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli 800 080 222,
- POMARAŃCZOWA LINIA – program informacyjno-konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki 801 140 068,
- Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci 800 100 100,

- Całodobowa bezpłatna infolinia dla dzieci, młodzieży, rodziców i nauczycieli
800 080 222,
- Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12,
- Młodzieżowy Telefon Zaufania 19288,
- Telefon dla dzieci i nastolatków zaniedbanych, seksualnie wykorzystywanych, których rodzice piją – Telefon Stowarzyszenia Opta 22 27 61 72,
- Telefon w sprawie zaginionego dziecka i nastolatka 116 000,
- Młodzieżowy telefon zaufania do rozmów o seksie- Piątkowe Pogotowie Pontonowe 22 635 93 92 (w piątki od godz. 16.00 do 20.00).

Życzę Wam dużo siły, energii oraz motywacji do działania, ale przede wszystkim zdrowia.