

**Regionalny Interwencyjny Telefon Zaufania  
dla Dzieci i Młodzieży**

**POGADAJMIY**

Zadzwoń codziennie w godz.  
15<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup>

**726 611 611**



W kontakcie na  
Snapchacie i Messengerze  
**(pogadajmytutaj)**  
napisz w godz. 18<sup>00</sup> - 21<sup>00</sup>



## **Drodzy Uczniowie, Rodzice, Opiekunowie!**

Z inicjatywy Samorządu Województwa Łódzkiego został uruchomiony **Regionalny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży.**

Telefon **(726 611 611)** i czat **(prowadzony w aplikacji Snapchat i Messenger - pogadajmytu!aj)** obsługiwane są przez 7 specjalistów pedagogów, psychologów, interwencji kryzysowych i terapeutów, posiadających doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą.

Z Regionalnego Interwencyjnego Telefonu Zaufania **mogą korzystać dzieci i młodzież z województwa łódzkiego oraz ich rodzice i opiekunowie.** Interwencje prowadzone są w takich sytuacjach jak: obniżenie nastroju, stres, kryzysy emocjonalne, nagromadzenie negatywnych myśli czy konflikty, a także związanych bezpośrednio z zagrożeniem zdrowia lub życia: myśli i plany samobójcze, zachowania autoagresywne, autodestrukcyjne, ryzykowne (związane z nadużywaniem alkoholu, narkotyków i innych substancji psychoaktywnych) oraz wystąpienie przemocy w rodzinie.

**W każdych sytuacjach problemowych, trudnych zachęcam również do kontaktu ze mną! Jestem dostępna w szkole w pokoju nr 4 w każdy wtorek w godzinach 10.00 – 14.00 oraz w każdy inny dzień po wcześniejszym umówieniu się.**

**Można napisać indywidualną wiadomość do mnie o potrzebie kontaktu ze mną w dzienniku elektronicznym „Librus”, zawsze odpowiem. 😊**

**Uczniowie mogą także kontaktować się ze mną indywidualnie przez platformę „Teams” 😊 .**

**Pedagog szkolny- Iwona Adamczewska**