

W ostatnich dniach roku szkolnego zrealizowałyśmy w klasach siódmych i ósmych zajęcia w ramach kampanii edukacyjnej **DOPALACZOM MÓWIMY STOP-WYBIERAM ZDROWIE pod patronatem Powiatowej Stacji Sanitarno Epidemiologicznej w Łodzi.**

Treści poruszane na warsztatach pozwoliły uczniom uporządkować informacje na temat środków psychostymulujących i ich szkodliwych skutkach wpływających na zdrowie psychiczne i fizyczne. Mamy nadzieję, że wiedza, którą dzieliłyśmy się podczas warsztatów będzie wystarczająca, aby zrozumieć szkody jakie powodują dopalacze i inne środki psychoaktywne, i ci młodzi ludzie zawsze wybiorą SIEBIE-swoje marzenia, przekonania i wolne od używek życie. Podczas przeprowadzonych zajęć, uczniowie pokazali, że są świadomi negatywnych skutków używek i nie chcą z tej formy wspomaganie korzystać. Wiemy jednak, że ciekawość nowych doświadczeń, chęć zaistnienia w nowej grupie jest czasami dla nastolatków bardzo trudnym doświadczeniem i staje się problemem trudnym do udźwignięcia. Dlatego Państwo, jako rodzice czy opiekunowie, macie być dla nich wsparciem w tym niełatwym okresie szukania akceptacji, tożsamości czy niezależności. Jest to trudne i wymaga czujności w spostrzeganiu życia dziecka, wiedzy o tym co może świadczyć o jego problemach, co możecie zrobić, aby pomóc mu poradzić sobie. Prosimy jednak pamiętać, że pomimo naszych chęci, oddaniu dziecku, nasze umiejętności nieraz są niewystarczające, wtedy warto sięgnąć po pomoc do innych. Chcemy pomóc Państwu być bardziej świadomym rodzicem, dlatego proponujemy trochę informacji na temat środków psychoaktywnych. Na co zwrócić uwagę w funkcjonowaniu dziecka, co może świadczyć o jego kłopotach oraz co mogą Państwo zrobić, aby pomóc dziecku poradzić sobie z problemami.

Poniżej umieściłyśmy linki, pod którymi znajdą Państwo informacje na temat dopalaczy (co to jest, jak działają) oraz co mogą Państwo robić, aby ochronić swoje dziecko przed szukaniem rozwiązań poprzez zażywanie środków psychoaktywnych. Niektóre z tych pozycji to strony z kolejnymi odnośnikami tematycznymi do różnych informacji, artykuły, filmy. Zamieszczone są również broszury. Mamy nadzieję, że w każdej z tych propozycji mogą Państwo znaleźć pomocne informacje.

JEŚLI JEDNAK POCZUJECIE BEZSILNOŚĆ, ZAGUBIENIE I NIEPEWNOŚĆ, NIE BÓJCIE SIĘ PROSIĆ O POMOC DLA SIEBIE CZY DZIECKA (BĄDŹCIE DLA NICH PRZYKŁADEM, ŻE TO NIE WSTYD).

Na stronie szkoły znajdują się również telefony, pod którymi Państwo, jak i dzieci, możecie znaleźć pomoc.

Życzymy jednak, aby ten wolny czas był dla Państwa, dzieci i młodzieży okresem wspólnych kontaktów, wzmocnił zaufanie i przekonanie, że zawsze razem znajdziecie wyjście z problemów albo ich unikniecie.

Małgorzata Góralska (psycholog)

Monika Workert (pedagog)

Linki (jeśli nie ma bezpośredniego przekierowania, prosimy skopiować i wkleić w przeglądarce):

<https://dopalaczeinfo.pl/>

<https://www.youtube.com/watch?v=g8Ve1Sq19Dw>

<https://victor.com.pl/2021/dopalaczom-mowimy-nie/>