Szanowni Państwo,

Gdański Ośrodek Promocji Zdrowia i Profilaktyki Uzależnień rozpoczyna działania w ramach „Poradni Zdrowego Życia” Proponujemy Państwu dwa programy wczesnej interwencji:

**Program profilaktyki uzależnień behawioralnych (cyfrowych)- do trzech spotkań.**

Dla dzieci i młodzieży w wieku 6 – 18 lat, program opiera się na maksymalnie **trzech** spotkaniach odbywających się w dwutygodniowych odstępach, skierowanych do dzieci i rodziców.

Do udziału w programie zapraszamy gdy:

* Istnieje podejrzenie, że dziecko zbyt wiele czasu poświęca na korzystanie z komputera czy telefonu,
* Zachowanie dziecka w przypadku prób ograniczenia tego czasu jest niepokojące,
* Dziecko zaniedbuje swoje obowiązki, ciężko jest się z nim porozumieć,
* Zmieniło się zachowanie dziecka, co wzbudza niepokój,

**Program profilaktyki uzależnień od substancji psychoaktywnych – do czterech spotkań**

Dla młodzieży w wieku 13 – 18 lat, program opiera się na maksymalnie **czterech** spotkaniach odbywających się w tygodniowych bądź dwutygodniowych odstępach, skierowanych do dzieci i rodziców.

Do udziału w programie zapraszamy gdy:

* Istnieje podejrzenie, że dziecko miało kontakt z alkoholem, marihuaną lub innymi substancjami (legalnymi lub nielegalnymi),
* Dostrzegalne są niepokojące zmiany w funkcjonowaniu dziecka (zmiana środowiska, nawyków),
* Istnieje obawa, że dziecko się uzależni,
* Otoczenie uważa, że czas, aby skorzystać z pomocy specjalisty

Poradnia Zdrowego Życia to programy prowadzone przez dedykowanych specjalistów ( w tym psychologów i psychoterapeutów), mających doświadczenie z zakresu profilaktyki lub terapii uzależnień. Pomoc uzyskuje zarówno dziecko, jak również rodzic, który ma możliwość skorzystania z bezpłatnych spotkań edukacyjnych wzmacniających kompetencje rodzicielskie.

Dane kontaktowe:

Gdański Ośrodek Promocji Zdrowia i Profilaktyki Uzależnień

Ul. Wrzeszczańska 29 80-409 Gdańsk

Poradnia Zdrowego Życia -Tel. 58 320 44 04

Prosimy o przekazanie informacji o programie wychowawcom, psychologowi, pedagogowi szkolnemu oraz wszystkim osobom zainteresowanym.