

Regionalny Interwencyjny Telefon Zaufania

Szanowni Państwo,

20 kwietnia 2020 r. (poniedziałek) samorząd województwa łódzkiego uruchomił **Regionalny Interwencyjny Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży**. Na telefony od młodych ludzi czekają specjaliści: psychologowie, psychoterapeuci, osoby specjalizujące się w interwencjach kryzysowych.

Wsparcie można uzyskać dzwoniąc na numer **726 611 611** w godzinach 12.00 – 20.00. Z kolei od godziny 20.00 do północy specjaliści dyżurują na Snapchacie i Messengerze (pogadajmytutaj). W sumie to aż 12 godzin dyżuru dziennie – 7 dni w tygodniu!!!

Telefon jest odpowiedzią i wsparciem w sytuacjach kryzysowych, które narastają wśród wielu młodych osób w okresie pandemii.

Dzieci i młodzież uzyskają wsparcie w następujących obszarach:

- Stres i wydarzenia o traumatycznym potencjale (zaliczyć do nich można sam fakt wystąpienia pandemii)
- Dokonywanie samouszkodzeń
- Myśli, plany i zamachy samobójcze
- Konflikty i nieporozumienia
- Straty, w tym rozstania i żałoba
- Kryzysy wieku adolescencji.

Telefon działać będzie w okresie od 20 kwietnia do 14 czerwca br.

Samorząd Województwa Łódzkiego chce odpowiadać na potrzeby dzieci i młodzieży z województwa łódzkiego. Konieczność pozostania przez dzieci i młodzież w domach, zamknięcie, brak możliwości wychodzenia, korzystania z aktywności fizycznej, instytucji kultury, ale przede wszystkim brak kontaktu z rówieśnikami. Ciągłe przebywanie z osobami dorosłymi w ograniczonej przestrzeni życiowej. Wszystkie te sytuacje związane z brakiem zaspokojenia potrzeb powodują u młodych ludzi frustrację, niechęć do nauki, próby samodzielnego wyjścia z domu. Nieodnajdywanie się w nowych warunkach może przyczynić się do powstania lub pogłębienia się np. stanów kryzysu emocjonalnego. Młodzież nie ma z kim porozmawiać o tym co przeżywa, o swoich obawach, o swoim stanie psychofizycznym. Powstał więc pomysł uruchomienia „szybkiej linii pomocy”.

Oferta wsparcia świadczonego w ramach Regionalnego Interwencyjnego Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży jest komplementarna z istniejącą siecią i ją wzmacnia, ale przede wszystkim wprowadza aktywności dotychczas nieprowadzone – pomoc przez media społecznościowe, telefon czynny w weekend, webinaria.

Prosimy o zaangażowanie w działania promocyjne (np. przez dziennik elektroniczny LIBRUS). Niech dzieciaki, które przeżywają trudności wiedzą, że mogą otrzymać pomoc i wsparcie.

W załączniku jest grafika, którą można wykorzystać publikując informacje m.in. na stronach www.

Z poważaniem,
Ewelina Fabijańska
Wydział ds. Przeciwdziałania Uzależnieniom
Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi
ul. Snycerska 8, 91-302 Łódź
tel. 42 203 48 42 e-mail: e.fabijanska@rcpslodz.pl

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

POGADAJMY

Zadzwoń codziennie w godz.
12⁰⁰ - 20⁰⁰
726 611 611

W kontakcie na
Snapchacie i Messengerze
(pogadajmytutaj)
napisz w godz. **20⁰⁰ - 00⁰⁰**