

Pomoč ob stiski v času izobraževanja na daljavo

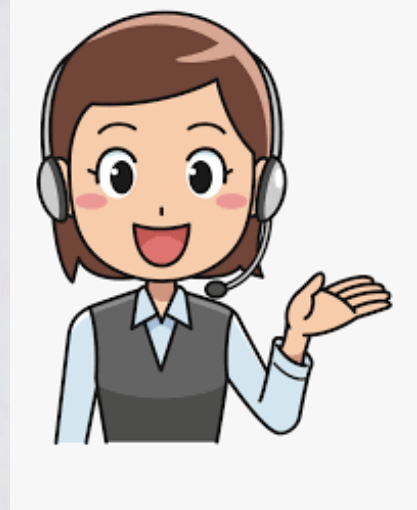
Učenje na daljavo, manj stikov s sošolci, manj druženja s prijatelji, strah pred okužbo ... so izzivi, s katerimi se srečujemo v tem času. Če nam postane težko, je pomembno, da o težavah spregovorimo, oziroma poiščemo pomoč. Že kratek pogovor z osebo, ki nas razume, pomaga, da nam je lažje in se počutimo boljše.

ŠOLSKA SVETOVALNA SLUŽBA

Šolska svetovalna delavca sva vam v pomoč na voljo tudi na daljavo. Pišite nam preko e-pošte in dogovorili se bomo za pogovor.

Psiholog Zdravko Kunič: zdravko.kunic@os-loka-crnatelj.si

Socialna pedagoginja Sonja Štefanič: sonja.stefanic@os-loka-crnatelj.si



Psihološka podpora ZD Črnomelj

Vsak delovnik od 10. do
14. ure

030 369 459
030 369 453

Brezplačna linija za psihološko podporo (NIJZ)

24 ur na dan (brezplačno)

080 51 00

Tom telefon za otroke in mladostnike

Vsak dan med 12. in 20. uro
(brezplačno)

116 111

Spletna stran za mlade
www.tosemjaz.net

Ob nasilju lahko pokličete na ...

Društvo SOS

- Vsak dan od 12. do 22. ure
 - Ob sobotah, nedeljah in praznikih od 18. do 22. ure
- SOS TELEFON 080 11 55** (brezplačno)

- Vsak delavnik od 9. do 15. ure
- SOS OSEBNO SVETOVANJE 031 699 333**

- svetovanje po e-pošti
- drustvo-sos@drustvo-sos.si**

Svetovalnica za žrtve nasilja

- Ponedeljek, torek, sreda od 8. do 16. ure
 - Četrtek od 8. do 18. ure
 - Petek 8. do 14. ure
- svetovalnica.bk@gmail.com**
051 201 760

Društvo za nenasilno komunikacijo

Vsak dan od 8. do 16. ure
031 770 120

Nujna medicinska pomoč

112

Policija

113

Še več telefonskih števil, na katere lahko pokličete za pogovor najdete

TUKAJ