W związku z rozpoczętą kwarantanną narodową przypadającą na okres ferii zimowych i związanymi z tym licznymi ograniczeniami, zgodnie z wytycznymi MEN, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Rypinie proponuje dzieciom i młodzieży następujące formy wsparcia:

Konsultacje dla dzieci, młodzieży i rodziców:

* Jak pokonać trudności w nauce i uczyć się efektywnie.
* Jak poprawnie prowadzić pracę w domu nad pokonywaniem specyficznych trudnościw czytaniu i pisaniu.
* Rozpoznawanie predyspozycji zawodowych – dla uczniów klas VIII.
* Wspieranie dziecka w planowaniu ścieżki edukacyjno-zawodowej – dla rodziców uczniów klas VIII.
* Budzenie motywacji uczniów do nauki.
* Jak pomóc dziecku poradzić sobie z lękiem, którego doświadcza w sytuacji izolacji domowej.
* Jak wzmocnić poczucie własnej wartości u dziecka.
* Zarządzanie stresem, szczególnie stresem szkolnym (możliwość kontynuacji
w formie warsztatowej po feriach).

Z uwagi na sytuację epidemiczną i wynikające z niej ograniczenia ilości osób przebywających na terenie poradni, zgłoszenia przyjmujemy telefonicznie pod numerem 54 280 50 48.

Pomoc można uzyskać również telefonicznie pod podanymi numerami telefonów :

* 116 111 –Bezpłatny kryzysowy telefon dla dziecii młodzieży
* 800 12 12 12 –Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka
* 800 70 22 22 – Linia wsparcia dla osób w stanie kryzysupsychicznego
* 800 100 100 – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawiebezpieczeństwa
 dzieci
* 800 120 002 – Ogólnopolski Telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska
 Linia”
* 22 594 91 00 – Antydepresyjny Telefon Zaufania ForumPrzeciw Depresji
* 800 199 990 – Ogólnopolski Telefon Zaufania „Narkotyki – Narkomania”
* 800 108 108 – Bezpłatna linia wsparcia dla osób po straciebliskich

Więcej informacji o pomocy telefonicznej można znaleźćna stronie<https://www.porozmawiajmy.edu.pl/czytelnia/pomoc-bez-wychodzenia-z-domu>.