

Witamy:

1. Przypominamy, że każdego dnia pełnimy dyżury dla uczniów, nauczycieli i rodziców poprzez dziennik elektroniczny.
2. W przypadku potrzeby konsultacji z psychologiem lub pedagogiem szkolnym zapraszamy, oprócz kontaktu przez e-dziennik, do kontaktu telefonicznego. Prosimy o przesłanie informacji przez e-dziennik o potrzebie wsparcia. Oddzwonimy do Państwa w godzinach dyżuru:

Nazwisko	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
M. Czypek pedagog Kl.VI-VIII	14.30- 16.30	8.00 –10.00	9.00 -11.00	8.00-10.00	8.00-10.00
M. Żuławska pedagog Kl.IV-V	8.00 -10.00	8.00-10.00	8.00 - 10.00	14.00-16.00	8.00- 10.00
A.Reszkowska odziały przedszkolne i kl.I-III	10.00- 12.00	14.30-16.30	9.30 - 11.30	7.30- 9.30	11.00- 13.00
W. Korbutt- Sulek psycholog	-----	-----	-----	12.00-14.00	14.00- 16.00

Ponadto polecamy:

[Oferta Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej](#)

[Koronawirus-pomoc; propozycje Poradni Psychologicznej- Pedagogicznej](#)

Pomoc - wykaz instytucji (adresy telefony) – *tu zamieścić plik pdf*

Od psychologa:

W związku z trudną dla nas wszystkich sytuacją przypominam o konieczności zadbania o własną kondycję psychiczną.

Zapraszam do konsultacji ze mną poprzez e-dziennik.

Polecam również stronę Instytutu Ericksonowskiego

<http://www.p-i-e.pl/wsparcie-w-kryzysie/chwile-wytchnienia/>

W zakładce „Chwile wytchnienia” można znaleźć do wysłuchania specjalne audycje podnoszące na duchu: sprawdziłam i jeszcze raz polecam!

[Stres u dziecka - zapraszam rodziców do obejrzenia krótkiego filmu](#)

Sposób na trudne emocje- dla wszystkich:

TRUDNE EMOCJE



NIE UDAWAJ,
ŻE ICH NIE MA



NIE WALCZ
Z NIMI



NIE ZAJADAJ ICH



NIE ZAMIATAJ ICH
POD DYWAN



NIE ZAPRZECZAJ IM

ZAUWAŻ JE



OBSERWUJ



ODDYCHAJ



I PO PROSTU POBĄDŹ Z NIMI ...

MYŚLORYSY - Marta WRó

Lp.	Nazwa instytucji/podmiotu	Adres instytucji/podmiotu	Telefon
1.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Toruniu Zespół Interwencji Kryzysowej	ul. Konstytucji 3 Maja 40c, 87-100 Toruń ul. M.Skłodowskiej-Curie 82-84	tel. czynny całą dobę 56/4770091/92
2.	Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie - Telefon Zaufania	87-100 Toruń	tel.od poniedziałku do piątku w godz.17:00-21:00 56/6220000
3.	Zespół Interwencyjno-Motywuujący na rzecz osób nadużywających alkoholu oraz w sprawach dotyczących przemocy w rodzinie, działający przy Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych	ul. Fałata 39, 87-100 Toruń	tel. 56/6118454
4.	Toruńskie Centrum Caritas, Program Interwencyjny	ul. Sz. Bydgoska 1a, 87-100 Toruń	tel. 56/6540543
5.	Biuro ds. Polityki Prorodzinnej i Przeciwdziałania Przemocy	ul. M. Skłodowskiej-Curie 73, 87-100 Toruń	tel. /56/ 656 10 83, /56/ 659 13 99
6.	Komisariat Policji Śródmieście	ul. PCK 2, 87-100 Toruń	tel. 56/ 641-24-52
7	Komisariat Policji Rubinkowo	ul. Kociewska 87-100 Toruń	tel. 56/ 641-25-70
8	Komisariat Policji Podgórz	ul. Poznańska 127-129 87-100 Toruń	tel. 56/ 641-24-70
9	Prokuratura Toruń-Wschód	ul. Grudziądzka 47 87-100 Toruń	tel.56/ 611-77-59
10	Prokuratura Toruń-Zachód	ul. Grudziądzka 45 87-100 Toruń	tel.56/ 611-76-00
11	III Sąd Rodzinny i Nieletnich w Toruniu	ul. Piastowska 87-100 Toruń	tel. 56 / 61-05-815