

**LINIE DE CONSILIERE GRATUITĂ PENTRU PĂRINȚI**

**FAMILY TEL 0800.070.009 – CONSILIERE PENTRU PĂRINȚI**

În această perioadă, oricât am dori să ne protejăm de evenimentele care zdruncină ritmul obișnuit al vieții, este imposibil. Pe măsură ce răspândirea Covid–19 produce din ce în ce mai multă îngrijorare în rândul nostru, al adulților, este firesc să ne gândim și la felul în care această pandemie poate afecta echilibrul emoțional al copiilor.  
   
Pentru aceștia, pe lângă măsurile imediate de intervenție și sprijin material, Salvați Copiii a deschis această [**linie telefonică gratuită**](https://www.digiromania.ro/), unde părinții și tutorii copiilor pot suna pentru a fi consiliați psihologic și ajutați să gestioneze cât mai bine starea emoțională  a copiilor.  **De luni până vineri, între orele 11.00 -19.00, o** echipă de 16 psihologi ai Organizației Salvați Copiii din București, Suceava, Iași, Timișoara și Târgu Mureș este pregătită să ofere consiliere și suport psihologic, conform unui protocol specific pentru situațiile generate de criză.  
   
   
**Dragi părinți,**  
Este absolut necesar să normalizăm emoțiile trăite în acest context, fără a încerca să minimizăm situația, însă accentul trebuie pus pe aspectele pozitive, care țin de ceea ce poate face fiecare dintre noi, pentru a depăși criza și a-și menține echilibrul emoțional.  
   
Copiii trăiesc uneori momentele dificile diferit de adulți și au nevoie să învețe cum să le facă fată. Important este să-i învățăm să-și recunoască emoțiile pe care le trăiesc, să le înțeleagă, să le accepte și să le exprime într-o manieră adecvată.  
   
În această perioadă, izolarea socială și schimbarea rutinelor produce asupra copiilor și adolescenților dificultăți de gestionare emoțională și comportamentală. De aceea, dumneavoastră deveniți sursa lor de siguranță și confort.  
   
*Pentru a vă veni în sprijin și pentru a vă răspunde întrebărilor despre ceea ce puteți face și despre ceea simt copiii,****psihologii de la Salvați Copiii așteaptă apelurile dumneavoastră****. De asemenea, puteți accesa și recomandările noastre la secțiunile ”*[*Recomandări pentru părinți*](https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/situatii-de-urgenta/coronavirus/resurse-pentru-parinti)*” și ”*[*Resurse educaționale utile*](https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/situatii-de-urgenta/coronavirus/resurse-utile)*” de pe acest site.*