



Potrzebuję Waszej
troski, miłości,
uwagi i bliskości..

Mamo, Tato Kochajcie Mnie

Jeżeli potrzebujesz wsparcia w sprawach swojej rodziny i dzieci skontaktuj się z nami. W Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie w Gdańsku pracują psycholodzy, pedagodzy, asystenci rodziny i pracownicy socjalni, którzy zawsze służą radą i pomocą.

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie
Gdańsk, ul. Leczkowa 1a
tel. 58/347 82 85, 797 909 118
www.mopr.gda.pl
mopr@gda.pl

Ośrodek Interwencji Kryzysowej MOPR
Gdańsk, Plac Gustkowicza 13
tel. 58/511 01 21



Stwórzcie warunki dla
mojego prawidłowego
rozwoju i edukacji.
Zapewnijcie zabawki
dostosowane do mojego
wieku, które będą
sprzyjać mojemu
rozwojowi.

Doceniajcie mój rozwój i
moje osiągnięcia na
każdym etapie -
chwalcie, nagradzajcie,
okazujcie radość
i dumę.

Podążajcie za mną:
rozpoznawajcie moje
potrzeby i starajcie
się je zabezpieczać,
rozpoznawajcie moje
zainteresowania, pasje
i je rozwijajcie.

Rozmawiajcie ze mną
o zagrożeniach, np. o
niebezpieczeństwie
surfowania w sieci i
możliwości zetknięcia
się ze szkodliwymi
treściami.

Ustalcie wspólnie ze
mną zasady, np.
dotyczące korzystania
z dostępu do
komputera, telefonu,
Internetu.

Umówcie się ze mną, że
za każdym razem, jeśli
natrafię w sieci na
nieodpowiednie treści
lub coś, co mnie
zaniepokoi, natychmiast
Was poinformuję.

Mądrze stawiajcie mi
granice i bądźcie
konsekwentni -
wówczas czuję, że
troszczycie się o mnie
i chronicie mnie.

Okazujcie mi
wrozumiałość i
serdeczność, nie
stosujcie wobec
mnie siły i przemocy
fizycznej.

Dbajcie o mój rozwój
społeczny, o kontakty
z rówieśnikami i dalszą
rodziną. Rodzice,
dziadkowie, kuzynowie
są dla mnie ważnymi
osobami. Jeśli nie mogę
mieszkać z jednym z
rodziców, to bardzo
tęsknię, dlatego
umożliwaj mi dobre
kontakty z nim.

Dbajcie i troszczcie się
o moje zdrowie i nie
lekceważcie objawów
mojej choroby. Zdrowe
odżywianie i kondycja
fizyczna są dla mnie
bardzo ważne.

Bądźcie moimi
towarzyszami - gdy
mam problemy,
nie lekceważcie
i nie umniejszajcie
ich, pomagajcie je
rozwiązywać.

Nie rezygnujcie z bycia
rodzicami i wspólnie
zaangażujcie się w
moje wychowanie.

Rozmawiajcie ze mną,
a przede wszystkim
słuchajcie mnie. To jest
ważne, bo wtedy wiem,
że się mną
interesujecie.

Rozmawiajcie ze mną o
tym, czego nie
akceptujecie: picia
alkoholu przez dzieci i
młodzież, zażywania
narkotyków, palenia
papierosów.