

# Mieli tėveliai,

**Stiprus ryšys su vaiku** – kiekvieno mūsų svajonė ir tikslas. Ypatingai svarbus jis tampa tada, kai norime apsaugoti vaikus nuo rizikingo ir pavojingo elgesio, tokio kaip psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas.

**Kviečiame pažiūrėti 10 trumpų videofilmų**, kuriuose rasite naudingos informacijos ir patarimų, padėsiančiais kalbėti su vaikais ir spręsti situacijas, susijusias su psichoaktyviosiomis medžiagomis.



**Kodėl vaikai pradeda vartoti psichoaktyvias medžiagas?**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/kodel-vaikai-vartoja](http://www.rplc.lt/kodel-vaikai-vartoja)



**Rizikos ir apsauginiai veiksniai, susiję su psichoaktyviųjų medžiagų vartojimu**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/rizikos-veiksniai](http://www.rplc.lt/rizikos-veiksniai)



**Kada, kur ir kaip pradėti pokalbį su vaiku?**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/informacija-tevams](http://www.rplc.lt/informacija-tevams)  
[www.rplc.lt/kaip-pradeti-pokalbi](http://www.rplc.lt/kaip-pradeti-pokalbi)



**Kaip išmokyti vaiką pasakyti "Ne"?**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/kaip-pasakyti-ne](http://www.rplc.lt/kaip-pasakyti-ne)  
[www.rplc.lt/padekime-atsispirti](http://www.rplc.lt/padekime-atsispirti)



**Kaip atpažinti, kad vaikas vartoja psichoaktyvias medžiagas?**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/kaip-atpazinti](http://www.rplc.lt/kaip-atpazinti)



**Patarimai: kaip kalbėti, jeigu vaikas vartoja psichoaktyvias medžiagas?**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/kaip-kalbeti](http://www.rplc.lt/kaip-kalbeti)  
<http://www.rplc.lt/ka-daryti-toliau>



**Pagalbos būdai vaikui**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/pagalbos-budai](http://www.rplc.lt/pagalbos-budai)  
[www.rplc.lt/informacine-pagalba](http://www.rplc.lt/informacine-pagalba)



**Pagalbos būdai tėvams**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/kur-kreiptis-tevams](http://www.rplc.lt/kur-kreiptis-tevams)



**Nepatogūs vaikų klausimai: kaip atsakyti?**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/nepatogus-klausimai](http://www.rplc.lt/nepatogus-klausimai)  
[www.rplc.lt/bendravimas-paaugliai](http://www.rplc.lt/bendravimas-paaugliai)  
[www.rplc.lt/vaikai-seka-tevu-pavyzdziu](http://www.rplc.lt/vaikai-seka-tevu-pavyzdziu)



**Reagavimas laiku: visada būtina padėti kitam**

**Papildoma medžiaga:**  
[www.rplc.lt/reagavimas-laiku](http://www.rplc.lt/reagavimas-laiku)  
[www.rplc.lt/skubi-pagalba](http://www.rplc.lt/skubi-pagalba)  
[www.rplc.lt/pagalba-apsinuodijus](http://www.rplc.lt/pagalba-apsinuodijus)



LIETUVOS RESPUBLIKOS  
SVEIKATOS APSAUGOS MINISTERIJA



REPUBLIKINIS  
PRIKLAUSOMYBĖS LIGŲ  
CENTRAS