

PIEDĀVĀJUMS:

Atkarības profilakses speciālistu konsultācijas atkarības jautājumos:

- individuālas un ģimenes
- grupu nodarbības

Narkologa konsultācijas

gadījumos, ja ir jāveic atkarības problēmas novērtēšana un motivācija

Speciālā pedagoga konsultācijas

gadījumos, ja skolas kavējumu vai citu iemeslu dēļ ir nepieciešama palīdzība mācību vielas apgūšanā

Grupas pieaugušajiem:

Atbalsta grupas vecākiem

Paredzēta vecākiem, kuriem ir nepieciešams uzlabot attiecības ģimenē, kad bērna uzvedība liecina par attieksmes maiņu, vielu vai procesu lietošanu u.c. problēmām.

Remisijas programma atkarīgajiem

palīdzība noturēt ilgstošu remisiju (skaidrību)

Atbalsta grupas līdzatkarīgajiem

palīdzība atkarīgu cilvēku tuviniekiem

Individuālas un ģimenes konsultācijas ietver:

- atkarības un līdzatkarības veidošanās procesu skaidrojumu;
- psiholoģisku un emocionālu atbalstu;
- motivēšanu atkarību veicinoša dzīvesveida pārtraukšanai;
- remisijas uzturēšanu;
- atbalstu atveseļošanās plāna sastādīšanā,
- atbalstu atkarīgā cilvēka tuviniekiem (līdzatkarīgajiem);
- problēmu risināšanu attiecībās ar ģimeni, skolu un/vai vienaudžiem;
- uzvedības izmaiņu veicināšanu un sociāli pieņemamas uzvedības nostiprināšanu bērniem un jauniešiem.

Atbalsta grupa līdzatkarīgajiem

Gaidām ikvienu, kam nācies saskarties ar atkarības problēmu ģimenē, kas vēlas saņemt atbalstu, informāciju un iemaņas problēmas risināšanā.

Uzvedības intervences grupas bērniem un jauniešiem:

„Jauniešu datoratkarības intervence” paredzēta tiem, kuriem ikdienā ir grūtības sadalīt savu laiku starp mācībām, brīvo laiku un laiku pie datora.

„Atkarības profilakse skolēniem”, ja ir tendence bieži pārkāpt noteikumus un tendence pakļaut sevi atkarību izraisošo vielu lietošanas riskam.

„Jauniešu smēķēšanas intervence” programma, lai radītu izpratni par smēķēšanu kā problēmu un veicinātu smēķēšanas pārtraukšanu.

„Motivācijas sarunas jauniešiem”, lai palīdzētu mainīt attieksmi pret apreibinošo vielu lietošanu, justies droši un pārliecināti dažādās dzīves situācijās.

Atbalsta grupa bērniem un jauniešiem:

“Brīvība būt pašam” paredzēta tiem, kuru dzīvi ir ietekmējusi tuvinieku vai draugu psihoaktīvo vielu lietošana un/vai procesu atkarības, arī tad, ja tie pārtraukuši aktīvu lietošanu un/vai spēlēšanu.

Konsultācijas iespējams pieteikt darba dienās tuvākajā rajona nodaļā:

1. Latgales raj. **Hanzas** iela 7, 32.kab., tālr.: 67037109
2. Ziemeļu raj. – **Hanzas** iela 7, 33.,35. kab., tālr.: 67012153, 67037477
3. Pārdaugavas raj. **Eduarda Smiļga** iela 46, 205. kab., tālr.: 67181374

Vairāk informācijas:

APS sektora vadītāja
Anete Jansone tālr.: 67037110
E-pasts: anete.jansone@riga.lv

Konsultācijas un grupu nodarbības ir **bezmaksas** un **anonīmas**

ld.riga.lv
veseligsridzinieks.lv



Rīgas Sociālais dienests

Atkarības profilakses sektors



**RĪGAS DOMES
LABKLĀJĪBAS
DEPARTAMENTS**

2026