**Центр  
 сопровождения замещающих семей**

В нашем Центре

замещающие семьи могут

получить помощь различных

специалистов:

*юрист,*

*психолог,*

*социальный педагог,*

*врач – педиатр*

Специалисты Центра ведут прием

6 дней в неделю, и гарантируют

конфиденциальность информации

о кандидатах и других членах семей.

Вас мучают сомнения, тревоги,

неразрешимые вопросы?

Мы выслушаем, подскажем,

поможем!

Приходите! Звоните! Пишите!

e-mail:centrczc.momo@mail.ru

ЦСЗС (Коломна) 8(496) 613-12-10

**Центр**   
состоит из ***семи зональных объединений***, каждое из которых обслуживает   
несколько районов:

***Орехово-Зуевское*** Тел. 8(496)424-28-28

Электросталь, Электрогорск, Орехово-Зуево, Железнодорожный, Реутов, Черноголовка, Орехово-Зуевский р-он, Павлово-Посадский р-он,   
Ногинский р-он, Балашиха.

***Ивантеевское***

Фрязино, Лосино-Петровский, Королев, Юбилейный, Красноармейск, Ивантеевка, Сергиево-Посадский р-он, Мытищинский р-он, Щелковский р-он,   
Пушкинский р-он.

***Люберецкое***

Лыткарино, Котельники, Дзержинский, Жуковский, Бронницы, Рошаль, Раменский р-он, Воскресенский р-он, Люберецкий р-он, Шатурский р-он

***Дмитровский***

Лобня, Долгопрудный, Дубна,   
Дмитровский р-он, Клинский р-он, Солнечногорский р-он. Химки, Красногорский р-он,   
Талдомский р-он.

***Ступинское*** 8 (49664) 2-35-55

Коломна. Коломенский р-он, Ступинский р-он, Озерский р-он, Луховицкий р-он, Серебряно-Прудский р-он, Зарайский р-он, Каширский р-он,   
Егорьевский р-он

***Одинцовское***

Краснознаминск, Звенигород, Одинцовский р-он, Истринский р-он, Наро-Фоминский р-он, Можайский р-он, Рузский р-он, Волоколамский р-он, Лотошинский р-он, Шаховской р-он.

***Подольское***

Климовск, Троицк, Серпухов, Подольск, Пущино, Протвино, Щербинка, Домодедовский р-он, Серпуховский р-он, Подольский р-он, Ленинский р-он,   
Чеховский р-он.

**Министерство образования   
Московской области**

Московский государственный  
 социально-психологический институт

**Центр  
 сопровождения замещающих семей**

****

**Памятка для опекунов,   
попечителей,   
приемных родителей.**

**Детскому суициду НЕТ!!!**

***Суицид -*** намеренное, умышленное лишение себя жизни, может иметь место, если проблема остается актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.

**Советы по профилактике подростковых суицидов:**

* 1. Установите заботливые взаимоотношения с ребенком.
  2. Будьте внимательным слушателем.
  3. Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации.
  4. Рассказывайте о своих детских переживаниях в том возрасте, в котором сейчас ваш ребенок.
  5. Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить.
  6. Проявляйте ласку к детям, демонстрируйте им свою любовь.
  7. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
  8. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.

**Признаки готовности ребенка к суициду:**

1. Утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
2. Пренебрежение собственным видом, неряшливость;
3. Появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
4. Резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь;
5. Внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
6. Склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
7. Проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
8. Стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощение за все, что было;
9. Шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

**Если замечена склонность   
несовершеннолетнего   
к суициду,   
следующие советы помогут изменить ситуацию.**

1. Внимательно выслушайте подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.

2. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать воли чувствам, скрывая свои проблемы, но в, то, же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

3. Постарайтесь аккуратно спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.

***"Будьте искренними и честными в своём отношении к детям и к самим себе"***