

Dragi učenke in učenci,

začetek novega šolskega leta prinaša veliko pričakovanj, a včasih tudi nemir in skrbi. Morda občutiš tesnobo, si pod pritiskom ali preprosto ne veš, kako izraziti vse, kar čutiš. To je povsem normalno.

Pomembno je, da veš - takšne občutke doživlja prav vsak izmed nas. Vsi imamo dobre in slabe dneve. Obstaja varen prostor, kjer ti lahko nekdo prisluhne. Lahko se oglasiš pri nas ali pa v spletni svetovalnici. To sem jaz anonimno deliš svoje misli in občutke ter prejmeš brezplačen nasvet.

Strokovnjaki ti bodo prisluhnili z razumevanjem, brez obsojanja in ti pomagali najti pot naprej. Vedno obstaja možnost, da se stvari izboljšajo.

Obišči www.tosemjaz.net ali skeniraj QR



kodo. Piši, vprašaj, povej – tudi če ne veš,

kako začeti.

Nisi sama, nisi sam. Pomembno je, da poiščeš pomoč, ko jo potrebuješ. Tu smo zate.