SECTORUL 2

PRIMĂRIA SECTORULUI 2

D.G.A.S.P.C. SECTOR 2

Asociația Pentru Matei

MAT ...ADICȚII



EU SIMT → EU ALEG

- Conștientizez riscurile
- Îmi protejez sănătatea
- Aleg relații sănătoase
- Îmi construiesc viitorul

Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțare nerambursabilă în domeniul social – 2026.



BROȘURĂ PRACTICĂ PENTRU CADRE DIDACTICE

Profesorul care observă. Profesorul care sprijină.



Prevenirea adicțiilor, reacția în situații de risc și cultura grijii în școală.

Conceptul atelierului

EU SIMT
Recunosc emoția și presiunea.

EU ALEG
Iau o decizie care mă protejează.

EU ACȚIONEZ
Cer ajutor și am grijă de ceilalți.

UN MESAJ DE ÎNCEPUT

“ Nu trebuie să fim specialiști în adicții pentru a face diferența. Este suficient să observăm, să ascultăm fără judecată, să punem limite clare și să știm când cerem sprijin.

În această broșură

02 De ce contează profesorul?
03 Ce spune cadrul legal?
04 Responsabilități clare
05 Cum deschidem conversația?
06 Semnale de risc, nu etichete
07 Supradoza și intoxicația
08 Primul ajutor
09 Politici de prevenire
10 Unde cerem ajutor
11 Checklist, surse, angajament

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

02 #EU SIMT → EU ALEG

De ce contează profesorul?

Adolescenții învață nu doar din ceea ce spunem, ci și din ceea ce acceptăm, repetăm și modelăm zi de zi.



Un adult de încredere poate schimba traseul unei situații

1

Relație sigură

O relație sigură și predictibilă crește șansa ca un elev să vorbească înainte ca riscul să se agraveze.

2

Reguli consecvente

Regulile aplicate consecvent îi ajută pe elevi să înțeleagă limitele, fără să se simtă respinși.

3

Rol clar

Un profesor nu diagnostichează dependențe și nu desfășoară anchete; observă, protejează și activează sprijinul potrivit.

CÂND TĂCEREA DEVINE MESAJ

A trece cu vederea în mod repetat un comportament de risc poate fi interpretat de elevi ca acceptare. Nu orice abatere cere pedeapsă; fiecare situație cere însă un răspuns calm, proporțional și consecvent.

Exemplul personal, fără perfecționism

Felul în care vorbim despre alcool, fumat, pariuri sau utilizarea telefonului transmite norme. Evităm glumele care normalizează excesul, stigmatizarea și etichetele precum „problematic” sau „dependent”.

Ce poate spune profesorul

FORMULARE UTILĂ

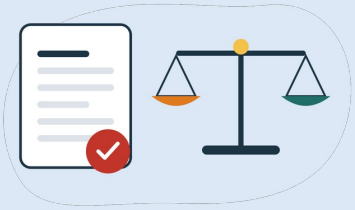
“Am observat ceva ce mă îngrijorează. Nu vreau să te judec. Vreau să înțeleg ce se întâmplă și să vedem împreună cum poți fi în siguranță.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

03 #EU SIMT → EU ALEG

Ce spune cadrul legal?

Repere de orientare pentru România. Aplicarea într-un caz concret se face potrivit procedurilor școlii și formei în vigoare a actelor normative.



Legea învățământului preuniversitar nr. 198/2023

Prevede protejarea siguranței elevilor, mecanisme de sesizare și intervenție și responsabilități ale conducerii școlii. Statutul elevului și regulamentele aplicabile interzic deținerea sau consumul de droguri, alcool și alte substanțe interzise în școală.

Text oficial: legislatie.just.ro

Ordinul ministrului educației nr. 6.235/2023

Aprobă procedura de management al cazurilor de violență și al situațiilor corelate, inclusiv suspiciunea de consum de substanțe psihoactive în rândul elevilor. Profesorul informează persoanele desemnate și urmează circuitul instituțional, cu protejarea elevului.

Text oficial: legislatie.just.ro

Alte repere

- **Legea nr. 272/2004** privind protecția și promovarea drepturilor copilului: interesul superior al copilului, protecție și sprijin. Text oficial
- **Legea nr. 143/2000** privind prevenirea și combaterea traficului și consumului ilicit de droguri: cadrul penal și măsurile specifice.
- Regulamentul intern, procedura școlii, mecanismele de sesizare și planul de siguranță trebuie cunoscute de întregul personal.

IMPORTANT

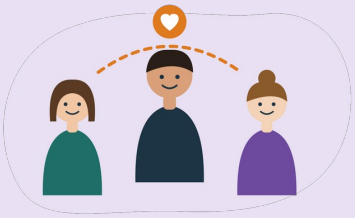
Suspiciunea nu înseamnă diagnostic și nu justifică expunerea publică a elevului. Dacă există pericol medical imediat, se apelează 112 înaintea oricăror demersuri administrative.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

04 #EU SIMT → EU ALEG

Responsabilități clare

O intervenție bună este una în care fiecare știe ce are de făcut, fără a lăsa profesorul singur.



Profesorul / dirigintele

- Observă fapte concrete, fără interpretări pripite; discută discret, într-un cadru sigur.
- Asigură supravegherea și siguranța imediată; nu lasă elevul vulnerabil singur.
- Informează conducerea și personalul responsabil potrivit procedurii; consemnează obiectiv observațiile.

Conducerea unității

- Coordonează aplicarea procedurii, informarea și colaborarea cu instituțiile competente, conform situației.
- Asigură măsuri de sprijin, protecția datelor și evitarea stigmatizării.

Consilierul școlar

Oferă evaluare educațională/psihopedagogică și sprijin în limitele competenței; recomandă servicii specializate când este necesar.

Cabinetul medical

Personalul medical evaluează situația medicală în limitele competenței.

Familia

Este implicată potrivit procedurii și interesului copilului.

DE REȚINUT

A ajuta nu înseamnă a promite secret absolut. Spunem elevului de la început că informațiile necesare protecției sale vor fi împărtășite doar persoanelor care trebuie să intervină.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

05 #EU SIMT → EU ALEG

Cum deschidem conversația?

Un dialog de câteva minute poate conta mai mult decât o prelegere lungă.



Tehnica O–A–R: observă, ascultă, răspunde

O

Observă

„În ultimele zile ai părut foarte obosit și ai lipsit de la ore.”

A

Ascultă

„Cum este pentru tine perioada aceasta?”

Folosește întrebări deschise și lasă timp de răspuns.

R

Răspunde

„Îți mulțumesc că mi-ai spus. Hai să găsim o persoană care te poate sprijini.”

Ce evităm

- ✕ „Știu eu sigur că te droghezi”, confruntarea în fața clasei, amenințările și moralizarea.
- ✕ Interogatoriile, promisiunile de confidențialitate absolută și solicitarea de „probe” de către profesor.

Când elevul refuză să vorbească

Nu forțăm mărturisiri. Reafirmăm disponibilitatea, stabilim un moment de revenire și urmăm procedura dacă există indicii de risc.

#EU SIMT → EU ALEG

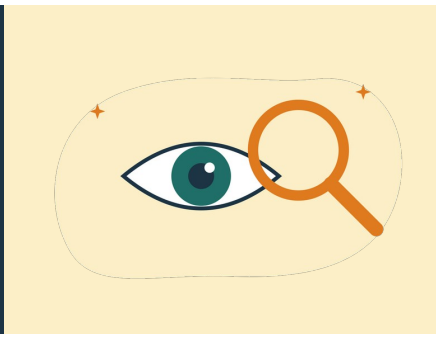
“Văd că îți este greu să vorbești acum. Este în regulă. Siguranța ta contează și nu trebuie să treci singur prin asta.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

06 #EU SIMT → EU ALEG

Semnale de risc, nu etichete

Un singur semn nu dovedește consumul. Privim schimbările în context și observăm dacă se repetă sau se asociază.



La ce putem fi atenți?

Comportament

Schimbări bruște, retragere, somnolență, agitație, conflicte, absențe frecvente.

Funcționare școlară

Dificultăți de concentrare, scăderea funcționării școlare, coordonare afectată sau vorbire neclară.

Semne fizice

Miros de alcool, vărsături, confuzie, comportament neobișnuit după pauze sau activități.

Ce poate avea și alte explicații?

Stresul, lipsa somnului, problemele familiale, afecțiunile medicale sau dificultățile emoționale pot produce semne asemănătoare. Nu deducem cauza din aparențe.

MICRO-DECIZIE

Întreabă-te: **„Este elevul în siguranță acum?”**
Dacă nu, intervii imediat. Dacă da, documentezi observațiile și activezi sprijinul conform procedurii.

Protejăm demnitatea

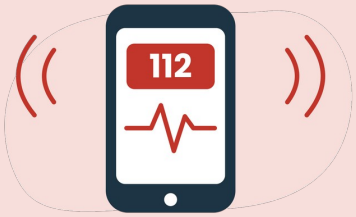
Nu discutăm suspiciunile în cancelarie ca zvonuri, în grupuri de mesagerie sau în fața colegilor. Informațiile circulă numai pe canale instituționale necesare.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

07 #EU SIMT → EU ALEG

Supradoza și intoxicația: recunoaștere

O supradoză sau intoxicație severă poate apărea cu alcool, opioide, sedative, stimulente sau combinații. Substanța poate fi necunoscută.



Semne pentru apel imediat la 112

1

Nu răspunde, este greu de trezit sau își pierde conștiența.

2

Respiră anormal: foarte lent, zgomotos, cu pauze sau nu respiră normal.

3

Convulsii, colaps, durere toracică, confuzie severă ori buze/piele albăstrui.

4

Vărsături repetate cu somnolență profundă sau imposibilitatea de a sta trează.

Alcool: un risc subestimat

Consumul rapid de alcool poate deprima respirația și reflexele de protecție. „Doarme și îi trece” este o presupunere periculoasă. Cafeaua și dușul rece nu tratează intoxicația.

Opioide: indiciu important

Respirația lentă sau absentă și lipsa de răspuns sunt semne critice. Naloxona poate inversa temporar supradoza cu opioide, dacă este disponibilă și administrată conform instruirii; 112 rămâne obligatoriu.

REGULA DE AUR

Nu aștepta să identifici substanța. Într-o urgență, primul obiectiv este menținerea vieții și solicitarea ajutorului specializat.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

08 #EU SIMT → EU ALEG

Primul ajutor: ce facem concret?

Acest rezumat nu înlocuiește instruirea practică de prim ajutor și indicațiile dispecerului 112.



1 Siguranță și apel

Verifică siguranța locului, apoi reacția persoanei. Sună la 112 sau roagă explicit pe cineva să sune. Spune locația exactă, vârsta aproximativă, starea de conștiență și respirația.

2 Verifică respirația

Dacă nu răspunde, deschide căile aeriene și verifică dacă respiră normal, maximum 10 secunde. Gâfâielile rare nu sunt respirație normală.

3 Acționează potrivit situației

- **Nu respiră normal:** începe resuscitarea cardio-pulmonară și folosește un DEA dacă este disponibil, urmând instrucțiunile 112/DEA.
- **Respiră normal, dar este inconștientă:** așaz-o în poziția laterală de siguranță dacă nu există suspiciune de traumă ce impune precauții; monitorizează continuu respirația.
- **Convulsii:** protejează capul și îndepărtează obiectele periculoase; nu imobiliza și nu introduce nimic în gură.

Ce NU facem

- ✕ Nu provocăm vărsături, nu oferim apă, cafea, alimente sau medicamente unei persoane somnolente/inconștiente.
- ✕ Nu o lăsăm singură și nu o obligăm să meargă pentru a „se trezi”.

PENTRU ȘCOALĂ

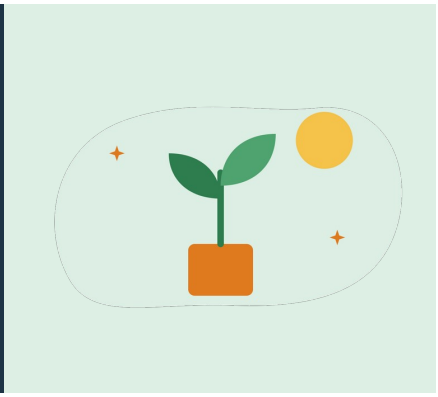
Organizați periodic cursuri practice de prim ajutor și stabiliți cine aduce trusa, cine sună la 112 și cine întâmpină ambulanța.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

09 #EU SIMT → EU ALEG

Politici de prevenire care funcționează

Prevenirea eficientă nu înseamnă doar transmiterea de informații despre pericole.



O școală protectivă

- Reguli clare, cunoscute, aplicate echitabil și însoțite de sprijin, nu doar de sancțiuni.
- Climat școlar sigur, relații de încredere, apartenență și implicarea reală a elevilor.
- Programe structurate, interactive, adecvate vârstei, cu exersarea abilităților socio-emoționale și de refuz.
- Implicarea familiilor, formarea profesorilor și trasee de referire către servicii.
- Monitorizarea implementării și evaluarea rezultatelor, nu doar numărarea participanților.

Ce evităm ca intervenție principală

Mesaje exclusiv bazate pe frică, mărturii șocante, prezentări punitive, expunerea elevilor vulnerabili sau evenimente izolate fără continuitate. Dovezile nu susțin utilizarea lor ca strategie suficientă de prevenire.

Repere europene: EUDA – European Prevention Curriculum

În loc de...

„Spune NU!”

...propuneți scenarii:

„Ce simți când grupul insistă? Ce opțiuni ai? Cui poți cere ajutor?”

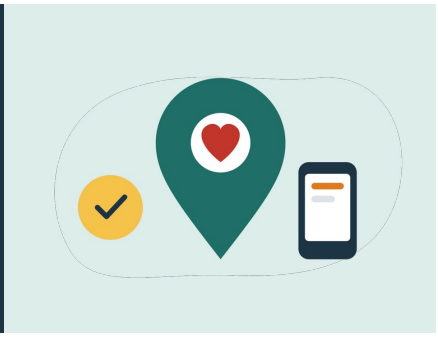
Acesta este spiritul #EU SIMT → EU ALEG.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

10 #EU SIMT → EU ALEG

Unde cerem ajutor

Resurse naționale gratuite pentru elevi, familii și profesori. Lipiți această pagină la avizier și în cancelarie.



PROIECTUL

Asociația „Pentru Matei” – Proiectul MAT... adicții

Inițiatorul atelierului #EU SIMT → EU ALEG și al acestei broșuri. Informații despre proiect, materiale și date de contact.

pentrumatei.ro · Contact

pentrumatei.ro

URGENȚĂ – NON-STOP

112 – Numărul unic pentru apeluri de urgență

Ambulanță, SMURD, poliție, pompieri. Pericol medical imediat: 112 înaintea oricărui demers administrativ.

112

119 – Numărul unic național pentru copii

Semnalarea abuzului, neglijării, exploatării sau violenței asupra unui copil, inclusiv bullying. Răspund specialiști DGASPC; pot suna copiii, familiile și instituțiile (școala).

119

SPRIJIN EMOȚIONAL PENTRU ELEVI

Telefonul Copilului – 116 111

Linie gratuită de consiliere pentru copii și adolescenți; pot suna și părinții. Programul de funcționare: pe site.

telefonulcopilului.ro · platforma 116111.ro

116 111

depreHUB Teens – linie pentru adolescenți

Sprijin prin telefon pentru adolescenți și tineri, 24/7 (Asociația Happy Minds). Pentru elevi, părinți și profesori: SchoolHUB, 0374 078 078.

deprehub.ro

0374 461 461

TelVerde Antisuicid – 0800 801 200

Alianța Română de Prevenție a Suicidului, pentru persoane de peste 18 ani, vineri–duminică, 19:00–07:00. E-mail: sos@antisuicid.ro. Pentru elevi: 116 111 sau depreHUB Teens.

0800 801 200

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

ALCOOL, DROGURI ȘI ALTE ADICȚII

CNSMLA – Harta serviciilor de sănătate mintală și adicții

Centrele de sănătate mintală și pentru prevenirea și tratarea adicțiilor (CSMPTA), spitale și DGASPC, pe județe. În CSMPTA serviciile sunt gratuite, indiferent de asigurare sau domiciliu.

Harta serviciilor · Ghid: unde pot cere ajutor părinții

Harta

Helpline ANtiDROG (depreHUB)

Pentru persoanele care se confruntă cu o adicție și pentru familiile lor, 24/7.

deprehub.ro

0374 456 444

ONLINE ȘI VIOLENȚĂ

Ora de Net – Salvați Copiii

Consiliere pentru probleme apărute online (ajutor@oradenet.ro) și linia de raportare a conținutului ilegal; materiale pentru profesori și părinți.

oradenet.ro · Linia de raportare

Online

Violență domestică, discriminare de gen, trafic de persoane

Linie gratuită cu număr unic național (ANES).

0800 500 333

Datele de contact și programul liniilor pot fi actualizate; verificați periodic pe site-urile furnizorilor (noiembrie 2026).

Traseul de sprijin în școală

De la observație la ajutor specializat – fără ca profesorul să rămână singur și fără ca elevul să fie expus. **Elevii pot cere ajutor și singuri:** 116 111 sau depreHUB Teens (0374 461 461) – puneți numerele la vedere în clasă.

1

Siguranța acum

„Este elevul în siguranță acum?” Dacă nu: 112, înaintea oricărui demers administrativ.

2

Discuție discretă

Tehnica O–A–R, într-un cadru sigur. Fără confruntare în fața clasei.

3

Informez

Conducerea și persoanele desemnate, conform procedurii OM 6.235/2023.

4

Sprijin în școală

Consilierul școlar și cabinetul medical, în limitele competenței.

5

Servicii specializate

Familia este implicată; referire către CSMPTA (Harta CNSMLA) sau DGASPC (119).

6

Revenim la elev

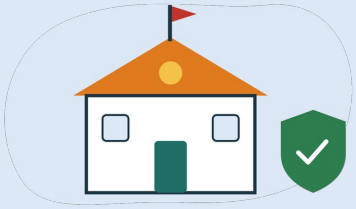
După incident, fără etichetare sau excludere automată.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”

11 #EU SIMT → EU ALEG

Checklist, surse și un angajament comun

Păstrați această pagină la îndemână în cancelarie și adaptați circuitul la procedurile unității.



Checklist pentru echipa școlii

- ☐ Știm cine primește sesizările și cine coordonează cazul.
- ☐ Avem la vedere numărul 112 și datele de contact interne.
- ☐ Personalul cunoaște procedura OM 6.235/2023.
- ☐ Avem un traseu de sprijin către consilier, cabinet medical și servicii specializate (vezi pagina 10).
- ☐ Revenim la elev după incident, fără etichetare sau excludere automată.

Surse utile și lecturi

- → Asociația „Pentru Matei” – Proiectul MAT... adicții
- → Ministerul Educației – managementul cazurilor
- → Legea nr. 198/2023 – Portal Legislativ
- → Procedura aprobată prin OM nr. 6.235/2023
- → Legea nr. 272/2004 – protecția copilului
- → CNSMLA – Harta serviciilor
- → ANPCDDA – Biblioteca
- → EUDA – European Prevention Curriculum
- → OMS – supradoza de opioide (fișă informativă)
- → Consiliul European de Resuscitare

ANGAJAMENTUL NOSTRU

Observăm fără să etichetăm.
Intervenim fără să umilim.
Aplicăm limite fără să rupem relația.

Când un elev este în pericol, alegem să acționăm.

„Proiect realizat cu sprijinul financiar al Primăriei Sectorului 2 al Municipiului București, prin Direcția Generală de Asistență Socială și Protecția Copilului Sector 2, în cadrul Programului de finanțări nerambursabile în domeniul social – 2026.”