



Leczenie e-uzależnień u dzieci – pilotaż

Twoje dziecko jest uzależnione od komputera lub smartfona? Od teraz otrzymacie bezpłatną, profesjonalną pomoc psychologiczną w 10 pilotażowych ośrodkach w Polsce

Śledzenie godzinami mediów społecznościowych lub nałogowe granie na telefonie komórkowym wywiera negatywny wpływ na psychikę i zachowanie dzieci i młodzieży. Może prowadzić do uzależnienia.

Według danych Urzędu Komunikacji Elektronicznej z 2019 roku blisko 9 na 10 dzieci korzysta codziennie z internetu. Ponad 80% w wieku od 7 do 15 lat ma telefon komórkowy. Odsetek ten wzrasta wraz z wiekiem. Telefonu używa niemal 64% dzieci w wieku 7–9 lat. W grupie 10–12 lat to już prawie 92%. Własnym smartfonem może pochwalić się każdy nastolatek w wieku 13–15 lat.

Po co pilotaż

Cele pilotażu to:

- pomoc w wyjściu z uzależnienia
- zwiększenie wiedzy i samoświadomości na temat tego problemu
- przetestowanie nowych modeli opieki nad najmłodszymi pacjentami
- wypracowanie wzorcowej ścieżki terapeutycznej, którą będzie można wykorzystać na szeroką skalę w całej Polsce.

Dla kogo leczenie

Z leczenia w ramach pilotażu skorzystają:

- dzieci przed rozpoczęciem nauki w szkole
- dzieci i młodzież w wieku szkolnym – do czasu ukończenia nauki w szkołach ponadpodstawowych.

Czas trwania leczenia

Czas trwania leczenia będzie dostosowany do pacjenta. Może wynieść nawet ponad 12 tygodni.

Jak skorzystać z leczenia

Zgłoś się bezpośrednio do placówki realizującej program. Nie potrzebujesz skierowania. Pierwsza porada lub wizyta jest możliwa już 7 dni roboczych od zgłoszenia.

Gdzie skorzystać z leczenia

Lista ośrodków, które realizują program w danym województwie:

Dolnośląskie

- Centrum Neuropsychiatrii „NEUROMED”, SPZOZ
ul. Borowska 181, 50-553 Wrocław, www.neuropsychiatria.com
Kontakt:
71 786
tel. [43 44](tel:4344)
- Stowarzyszenie MONAR, Poradnia Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień
ul. Wolności 70, 58-500 Jelenia Góra, www.monar.biz.pl
Kontakt:
75 647 33
tel. [90](tel:90), e-mail monar@data.pl

Kujawsko-Pomorskie

- Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współzależnienia
ul. Szosa Bydgoska 1, 87-100 Toruń, www.wotuiw.torun.pl
Kontakt:
56 622 68
tel. [31](tel:31) lub [507 871 735](tel:507871735)

Lubuskie

- Lubuski Ośrodek Profilaktyki i Terapii Osób Uzależnionych i Współzależnionych LOPiT
ul. Jelenia 1A, 65-090 Zielona Góra, www.lopit.pl
Kontakt:
68 453 20
tel. [00](tel:00), e-mail lopit@lopit.pl

Łódzkie

- Stowarzyszenie MONAR, Poradnia Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień
ul. Tuszyńska 123/125, 93-376 Łódź
Kontakt:
884 882
tel. [558](tel:558), e-mail poradnia.tuszynska@gmail.com

Małopolskie

- Centrum Rehabilis Sp. z o.o.
ul. Zaborska 24B
32-600 Oświęcim
Kontakt:
tel. [663 206 334](tel:663206334)

Mazowieckie

- SZPZLO Młodzieżowa Poradnia Profilaktyki i Terapii „Poza Iluzją” Warszawa-Mokotów
ul. Dąbrowskiego 75a, 00-401 Warszawa
Kontakt:
22 844 94
tel. [61](tel:61), e-mail: pozailuzja@wo.pl, pozailuzja@gmail.com

Podlaskie

- ETAP Ośrodek Profilaktyki i Terapii dla Młodzieży i Dorosłych
ul. Włókiennicza 7, 15-464 Białystok
Kontakt:
85 744
tel. [5224](tel:5224), [85 7445026](tel:857445026), e-mail: etap@stowarzyszeniedroga.pl

Śląskie

- Śląska Fundacja Błękitny Krzyż z Bielska-Białej
 - ul. Ignacego Paderewskiego 3, 43-200 Pszczyna
Kontakt:
515 804
tel. [156](tel:156), e-mail bdm.pszczyna@bk-europe.pl
 - ul. Nad Białką 1b, 43-500 Czechowice-Dziedzice

Kontakt:

510 243

tel. 619, e-mail bdm.pszczyna@bk-europe.pl

Wielkopolskie

- Centrum Medyczne Multimed Tadeusz Jucyk
ul. Wojska Polskiego, 65-500 Konin

Kontakt:

63 243 67 63 244 43

tel. 67, 95, e-mail rejestracja@multimed24.pl

Zachodniopomorskie

- NZOZ Poradnia Profilaktyczno-Społeczna „NZOZ PPS”
ul. Klonowica 1A, 70-241 Szczecin, www.powrotzuszczecin.pl

Kontakt:

91 488 83 519 142

tel. 55, 906, e-mail powrotzuszczecin@interia.pl

Informacje o ośrodkach znajdziesz też na stronie
[Ministerstwa Zdrowia.](#)

Jakie świadczenia w ramach leczenia

Na leczenie składają się:

- porada lekarska diagnostyczna
- porada lekarska terapeutyczna
- porada lekarska
- porada psychologiczna-diagnostyczna
- porada psychologiczna
- sesja psychoterapii indywidualnej
- sesja psychoterapii rodzinnej
- sesja psychoterapii grupowej
- sesja psychoedukacyjna.

Z pomocy mogą skorzystać dzieci i ich rodzice.

Czas trwania pilotażu

Program pilotażowy trwa od grudnia 2021 do końca czerwca 2025 roku.

[Przeczytaj o e-uzależnieniach w poradniku dla rodziców i nauczycieli Klikam z głową.](#)

Za infor