



## 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](http://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](http://www.monar.biz.pl)  
Kontakt:  
75 647 33  
tel. [90](tel:90), e-mail [monar@data.pl](mailto:monar@data.pl)

#### Kujawsko-Pomorskie

- Wojewódzki Ośrodek Terapii Uzależnień i Współuzależnienia  
ul. Szosa Bydgoska 1, 87-100 Toruń, [www.wotuiw.torun.pl](http://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 Współuzależnionych LOPiT  
ul. Jelenia 1A, 65-090 Zielona Góra, [www.lopit.pl](http://www.lopit.pl)

Kontakt:

68 453 20

tel. 00 \_\_\_\_\_, e-mail [lopit@lopit.pl](mailto:lopit@lopit.pl)

#### Łódzkie

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

#### Małopolskie

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

#### Mazowieckie

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

#### Podlaskie

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

#### Śląskie

- Śląska Fundacja Błękitny Krzyż z Bielska-Białej
  - ul. Ignacego Paderewskiego 3, 43-200 Pszczyna  
Kontakt:  
515 804  
tel. 156 \_\_\_\_\_, e-mail [bdm.pszczyna@bk-europe.pl](mailto: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](mailto: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](mailto:rejestracja@multimed24.pl)

#### Zachodniopomorskie

- NZOZ Poradnia Profilaktyczno-Społeczna „NZOZ PPS”  
ul. Klonowica 1A, 70-241 Szczecin, [www.powrotzuszczecin.pl](http://www.powrotzuszczecin.pl)  
Kontakt:  
91 488 83 519 142  
tel. 55 \_\_\_\_\_, 906 \_\_\_\_\_, e-mail [powrotzuszczecin@interia.pl](mailto: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.

