# Wsparcie psychologiczne dla dzieci, młodzieży i dorosłych – bezpłatna pomoc Fundacji ITAKA

12.11.2026

Fundacja ITAKA, w porozumieniu z Ministerstwem Zdrowia oraz Ministerstwem Edukacji Narodowej, przekazuje do szkół i placówek informacje nt. możliwości skorzystania ze wsparcia psychologicznego udzielanego dzieciom i młodzieży oraz dorosłym przez Fundację.

Telefon Zaufania Młodych jest odpowiedzią na rosnące zapotrzebowanie na wsparcie psychologiczne osób młodych. Linia ta zapewnia wsparcie zdrowia psychicznego dzieci, nastolatków oraz młodych dorosłych (do 25 r. ż.).

Pod numerem 22 484 88 04 można uzyskać bezpłatne wsparcie psychologa, seksuologa lub terapeuty zaburzeń odżywiania.

Telefon Zaufania Młodych działa codziennie w godzinach 13.00-20.00, z kolei czat czynny jest w soboty od 17.00-20.00.

W ramach projektu Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży Fundacja oferuje także wyjątkową, w pełni darmową formę wsparcia – indywidualne pakiety 7 sesji psychologicznych online.

Szczegóły dotyczące tej formy pomocy znaleźć można pod linkiem: https://telefonmlodych.pl/nieodplatne-sesje-wsparciowe-online/

Z kolei pod numerem telefonicznym 800 70 2222 działa Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Stanie Kryzysu Psychicznego, a więcej szczegółów zamieszczono na stronie internetowej: https://centrumwsparcia.pl/.

Zadanie realizowane przez Ministerstwo Zdrowia.

## Pliki do pobrania

Plakat Telefon Zaufania Młodych
1.93 MB

Data publikacji 12.11.2026
Data modyfikacji 12.11.2026

Osoba wytwarzająca/odpowiadająca za informację:
Materiały Organizatorów

Osoba udostępniająca informację:
Hanna Krzyżostaniak - Pilarz