

POMOC PSYCHOLOGICZNA I PSYCHIATRYCZNA

Centrum Terapii CBT Ursynów

Konsultacje psychologiczne: wsparcie psychologiczne, spotkania psychoedukacyjne

Psychoterapia indywidualna dla dzieci i młodzieży

Konsultacje lekarza psychiatry dzieci i młodzieży

ul. Na Uboczu 28C/U6,

02-791 Warszawa

Kontakt

Usługi w ramach NFZ:

+48 22 150 25 90

E-mail: poradnia_nauboczu@cbt.pl

Godziny pracy

Pon - Pt:08:00 - 21:00

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Wilanów

- Poradnictwo rodzicielskie/konsultacje
- Psychoterapia dzieci i młodzieży
- Psychoterapia rodzin
- Psychoterapia par
- Psychoterapia grupowa dzieci, młodzieży oraz osób dorosłych
- Psychoterapia indywidualna osób dorosłych
- Grupy i warsztaty psychoedukacyjne

ul. Branickiego 15

536 244 059 (w godz.8-16) e-mail poradniawilanow@spr.waw.pl

<https://centrumwspieraniarodzin.pl/spr/specjalistyczna-poradnia-rodzinna-wilanow/>

EZRA UKSW

Podmiot leczniczy, który od kilku lat z sukcesem wdraża autorski model psychologicznej opieki środowiskowej dla dzieci i młodzieży. Udziela wsparcia dzieciom, młodzieży i ich rodzinom, które doświadczają kryzysu psychicznego. EZRA UKSW prowadzi Środowiskowe Centra Zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży oraz poradnie psychologiczne dla dzieci i młodzieży – m.in. w Warszawie, Piasecznie, Ożarowie Mazowieckim. Ośrodki przyjmują pacjentów w ramach kontraktów z Narodowym Funduszem Zdrowia.

PORADNIE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

Warszawa Żoliborz

ul. Dolnośląską 3

01-738 Warszawa

rejestracja.zoliborz@ezrauksw.pl
tel: 536-777-251

Warszawa Bielany
ul. Hłaski 10A
01-689 Warszawa
rejestracja.bielany@ezrauksw.pl
tel: 795-033-099

Przychodnia Specjalistyczna dla Dzieci i Młodzieży
al. Wyzwolenia 6
00-570 Warszawa
tel. (22) 83 05 498
tel. (22) 83 05 499

Warszawa Bemowo
ul. Człuchowska 66
01-360 Warszawa
rejestracja.bemowo@ezrauksw.pl
tel: 576-661-777

Piaseczno
ul. Powstańców Warszawy 29
ul. Jarząbka 26
05-500 Piaseczno
rejestracja.piaseczno@ezrauksw.pl
tel: 570-666-940

Centrum Małego Dziecka i Rodziny

oferuje nieodpłatną pomoc psychologiczno-psychoterapeutyczną, bez skierowania, dla dzieci do lat 5 oraz dla ich rodzin

ul. Dolnośląska 3

Zapisy pod numerem telefonu: 536-777-251

Oddział Dzienny Psychiatryczny i Rehabilitacyjny dla Dzieci i Młodzieży Piaseczno

Adres:

ul. Szkolna 20
oraz ul. Powstańców Warszawy 29
05-500 Piaseczno
tel.: 576 477 700

Poliklinika – Poradnia Zdrowia psychicznego dla dzieci, młodzieży i ich rodzin
ul. Żwirki i Wigury 63A

tel. 22 460 80 00

e-mail: psychiatria.dsk@uckwum.pl

Klinika Psychiatrii Dzieci i Młodzieży w Centrum Zdrowia Dziecka

Poradnia Psychiatryczna dla dzieci i młodzieży zajmuje się diagnozowaniem i leczeniem dzieci do 18 r.ż. z podejrzeniem różnych zaburzeń psychicznych.

W poradni - możliwość przeprowadzenia diagnozy lekarskiej - psychiatrycznej, psychologicznej, objęcia pacjenta psychoterapią indywidualną i objęcia rodziny terapią systemową.

W ramach poradni działa:

- Gabinet Zaburzeń Snu dla Dzieci i Młodzieży - skierowany do pacjentów w wieku 0-18, którzy mają różnego rodzaju trudności ze snem -bezsenność (trudności w zaśnięciu lub/i utrzymaniu ciągłości snu), nadmierną senność, parasomnie, zaburzenia ruchowe podczas snu (zespół niespokojnych nóg, zaburzenia z rytmicznymi ruchami podczas snu), zaburzeniami rytmu okołodobowego (zespołem opóźnionej fazy snu).
- Gabinet diagnozy autyzmu – konsultacje diagnostyczne dzieci w wieku 0-12 r.ż., bez postawionej dotychczas diagnozy całościowych zaburzeń rozwoju lub z rozpoznaniem zaburzeń spektrum autyzmu budzących wątpliwości.

Zapisy: **+48 22 815 71 61**

Adres e-mail: poradnia.psychiatria@ipczd.pl

Oddział dzienny

Oferta Oddziału obejmuje:

- diagnostykę psychiatryczną i psychologiczną,
- psychoterapię indywidualną i grupową,
- terapię zajęciową,
- terapię rodzinną,
- psychoedukację dla rodziców/opiekunów pacjentów.

Sekretariat tel: **+48 22 815 13 74**

Adres e-mail: dzienna.psychiatria@ipczd.pl

Oddział Psychiatrii Dzieci i Młodzieży

Poradnia zdrowia psychicznego w Szpitalu Dziecięcym im. prof.dr med. Jana Bogdanowicza ul. Niekłańska 4/24 tel. +48 22 50 98 390

Udziela pomocy psychologicznej i psychiatrycznej dzieciom, młodzieży i ich rodzinom.

Przeprowadza diagnozę różnicową w zakresie psychopatologii rozwojowej.

Leczenie zaburzeń pod postacią somatyczną, zaburzeń lękowych i zaburzeń depresyjnych u dzieci i młodzieży.

Prowadzi następujące formy działalności klinicznej:

- diagnozę psychologiczną i psychiatryczną
- konsultacje i psychoterapię rodzinną
- psychoterapię indywidualną dzieci i młodzieży
- terapię grupową w zależności od możliwości i potrzeb
- poradnictwo psychologiczne

- psychologiczne i psychiatryczne konsultacje szpitalne (dla potrzeb oddziałów szpitalnych)

Poradnia Rehabilitacji Neurologii, Szpital Kopernika

Przychodnia Przyszpitalna

ul. Mikołaja Kopernika 43

00-328 Warszawa

tel. (22) 83 05 333

tel. (22) 83 05 334

Ośrodek Diennej Rehabilitacji Neurologicznej "Przytulas"

ul. Przykoszarowa 16 tel. +48 519 448 610

ul. Mikołaja Kopernika 43 I i II piętro bud. C tel. (22) 83 05 397

(22) 83 05 398

Rehabilitacja dzieci z różnorodnymi zaburzeniami wieku rozwojowego - kompleksowe leczenie usprawniające, obejmujące terapię fizjoterapeutyczną, neurologopedyczną, surdologopedyczną, surdopedagogiczną, psychologiczną i tyflopedagogiczną oraz terapię zajęciową. Całością procesu usprawniania kierują lekarze. Pomoc znajdują dzieci z:

- wrodzonymi wadami układu nerwowego,
- chorobami metabolicznymi OUN,
- zespołami genetycznymi,
- obciążeniami okresu ciąży - okołoporodowego,
- deformacjami narządu ruchu w wyniku następstw urazów i chorób zapalnych OUN,
- zaburzeniami koordynacji ruchowej pochodzenia centralnego,
- zespołem mikrozaburzeń OUN,
- zaburzeniami integracji sensorycznej,
- wielowodziem,
- zaburzeniami zmysłów wzroku, słuchu i mowy.

Ośrodek środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży - Centrum Rozwoju Twojego Potencjału TOGO

al. Wyzwolenia 6

00-570 Warszawa

tel. 501 408 407

e-mail: togo1@wsdz.pl

Ośrodek środowiskowej opieki psychologicznej i psychoterapeutycznej dla dzieci i młodzieży - Centrum Rozwoju Twojego Potencjału TOGO

ul. Przykoszarowa 16

03-260 Warszawa

tel. 501 408 409

e-mail: togo2@wsdz.pl

Centrum TOGO zapewnia różne opcje konsultacji i wsparcia:

- bezpośrednio w placówkach Centrum Rozwoju Twojego Potencjału TOGO,
- zdalnie, z wykorzystaniem narzędzi teleinformatycznych,
- w środowisku domowym.

Centrum TOGO oferuje:

- konsultacje psychologiczne obejmujące: diagnozę poznawczą, neuropsychologiczną, systemu rodzinnego,
- wsparcie psychospołeczne,
- psychoterapię indywidualną,
- terapię rodzinną - pracę w diadzie,
- terapię środowiskową,
- pracę z rodzinami z małymi dziećmi,
- terapię grupową dla dzieci i młodzieży,
- warsztaty dla rodziców.

Poradnia Psychologiczna Fundacji Twarze Depresji

Al. Solidarności 79

Oferta komercyjna, niektóre działania nieodpłatne np. konsultacje psychologiczne w 4 językach (ukraiński, angielski, rosyjski, polski)

<https://twarzedepresji.pl/poradnia-psychologiczna/>

Towarzystwo Pomocy Młodzieży

Oferta bezpłatna dla młodzieży i młodych dorosłych (15-26 lat) w ramach programów

- „Pomoc szansą na zmianę” – program dla młodzieży i rodziców zagrożonych problemem alkoholowym w latach 2024-2027
- Zapewnienie pomocy specjalistycznej osobom i rodzinom doświadczającym różnych form przemocy 2024-2027
- „Pomoc i wsparcie w kryzysie psychicznym – program dla młodzieży i młodych dorosłych doświadczających zaburzeń psychicznych i ich rodzin

ul. Nowolipki 2

tel. 508 350 320 (poniedziałek – piątek, godz. 10.00 –15:00)

tpm@tpm.org.pl

<https://tpm.org.pl/>

Stowarzyszenie Aslan – Ośrodek Pomocy Psychologicznej Rodzinie.

Oferuje bezpłatną pomoc psychologiczną i pedagogiczną, skierowaną dla dzieci, młodzieży, młodych dorosłych oraz rodziców.

W ofercie m.in. psychoterapia, konsultacje psychologiczne i pedagogiczne, grupy rozwojowe i terapeutyczne, warsztaty wychowawcze oraz grupy wsparcia dla rodziców.

<https://aslan.org.pl/>

ul. Nowolipie 18
22 636 49 04
stowarzyszenie@aslan.org.pl

Fundacja Zobacz....Jestem

Oferuje bezpłatną pomoc w ramach projektu finansowanego przez Urząd m. st. Warszawy:

- terapia indywidualna
- terapia rodzinna
- grupa terapeutyczna dla młodych dorosłych 18-26 lat
- warsztaty i wykłady dla rodziców i opiekunów,
- grupy wsparcia dla rodziców dzieci z depresją i zaburzeniami odżywiania

ul. Dobra 5 lok. 2

tel. 883-337-883, kontakt@zobaczjestem.pl

<https://zobaczjestem.pl/projekty/pomoc-to-moc/>

Fundacja „La Fontaine”

Fundacja La Fontaine, która otrzymała środki finansowe z Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej na realizację projektu pt. **„Kolorowa Fontanna. Ośrodek Wsparcia dla Dzieci i Młodzieży Doświadczających Kryzysu Psychicznego”** w ramach zadania publicznego z zakresu integracji społecznej i wsparcia osób zagrożonych wykluczeniem w latach 2025–2027.

W związku z powyższym, wzmiankowana fundacja prowadzi w latach 2025-2027 w Warszawie, przy ul. Wandy Rutkiewicz 2 (Wilanów), **Specjalistyczny ośrodek wsparcia dla dzieci i młodzieży z województwa mazowieckiego**. Celem zadania jest poprawa zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży oraz ich funkcjonowania w środowisku rodzinnym, edukacyjnym i społecznym.

W ramach programu ośrodka przewidziane są m.in. bezpłatne dla odbiorców:

- Indywidualne i grupowe poradnictwo psychologiczne i terapeutyczne
- Terapia SI, WWR, TUS, TZA, socjoterapia, arteterapia, wsparcie dla dzieci z ADHD i zaburzeniami emocjonalnymi
- Pomoc w nauce i wyrównywaniu braków edukacyjnych
- Zajęcia relaksacyjne, integracyjne i wycieczki edukacyjno-terapeutyczne
- Wsparcie i poradnictwo dla rodzin

Szczegółowe informacje na temat projektu znajdują się na

stronie: <https://fundacjafontaine.org/project/kolorowa-fontanna-osrodek-wsparcia-dla-dzieci-i-mlodziezy-doswiadczajacych-kryzysu-psychicznego/>

PSYCHOTERAPIA

Środowiskowe Centra Zdrowia Psychicznego dla dzieci i młodzieży:

- ☛ Kaarmed -Ośrodek opieki psychologiczno- psychoterapeutycznej
ul. Dembowskiego 6 tel 535 154-731 – usługi na NFZ

☔ CBT ul. Na Uboczu 28/c usługi w ramach NFZ 22 150 25 90



MOP Poradnia specjalistyczna dla młodzieży – od 15 r.ż. ul. Boryszewska 4 515 103 831
• 22 646 57 25

poniedziałek-piątek 8.00-19.00 • sobota 9.00-13.00

TOP ul. Raszyńska 8/10 tel. 22 822 77 17 - psychoterapia od 14 r. ż;

Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży Warszawa – Wola ul. Kasprzaka 17 tel. 22 389 48 74

Towarzystwo Pomocy Młodzieży - od 15 r. ż.

ul. Nowolipki 2 tel. 508 350 320

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Wilanów

ul. Branickiego 15

536 244 059 (w godz.8-16) e-mail poradniawilanow@spr.waw.pl

<https://centrumwspieraniarodzin.pl/spr/specjalistyczna-poradnia-rodzinna-wilanow/>

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Wawer

Włókiennicza 54, 04-974 Warszawa

22 277 11 98

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Bemowo

gen. T. Pełczyńskiego 28 E

22 664 13 42 , 22 664 08 49 , 509 953 508 , fax: 22 664 13 42

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Bielany

Aleja Zjednoczenia 11 (wejście od ul. Daniłowskiego)

01-829 Warszawa 22- 864-73-06

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna Praga Południe

ul. Dwernickiego 22, 04-391 Warszawa. tel. 536 783 213.

MEDIACJE

Komitet Ochrony Praw Dziecka prowadzi mediację w sprawach rodzinnych, rozwodowych, separacyjnych oraz opiekuńczych.

ul. Oleandrów 6, <https://kopd.pl/o-kopd/oferta/mediacje/>

OPTA specjalistyczna Poradnia

Mediacje rodzicielskie dla rodziców którzy : są aktualnie **w trakcie lub po rozwodzie, po rozstaniu, w separacji**, mają trudności w porozumiewaniu się w sprawach dziecka z drugim rodzicem, poszukują neutralnej przestrzeni, gdzie obie strony będą mogły nawzajem się usłyszeć, chcą sprawdzić, w jakich obszarach mogą współpracować na rzecz dobra dziecka, chcą wypracować najlepszy dla dziecka plan opieki i wzajemnych kontaktów, chcą omawiać sposoby wzajemnej komunikacji, metody wychowawcze, inne sprawy chcą lepiej zrozumieć swoje dziecko w nowej rzeczywistości, chcą dowiedzieć się, co służy a co nie służy ich dziecku, jakie są jego potrzeby.

Tel. **22 826-39-16, 506-399-683** w godz. 8-20 oraz w soboty w godz. 9-13.

PUNKTY WSPARCIA DLA DOROSŁYCH

Spółdzielnia Socjalna 4Smart

ul. Rakietników 10/1 w Warszawie (Ursus) - Fundacja „Dobra Przestrzeń”;
12) ul. Fasolowa 33 w Warszawie (Włochy) - Fundacja „Dobra Przestrzeń”;
13) ul. Drzymały 18/24 w Warszawie (Ursus) - Fundacja „Dobra Przestrzeń”;
14) ul. Św. Wincentego 85 w Warszawie (Targówek) - Bródnowskie Stowarzyszenie
Przyjaciół i Rodzin Osób z Zaburzeniami Psychicznymi Pomost

TRENING UMIEJĘTNOŚCI WYCHOWAWCZYCH

Uniwersytet dla rodziców ul. Karolkowa 53 a 01-197 Warszawa tel. 512 388 571

<https://www.sppp-udr.org/>

TOP – ul. Raszyńska 8/10 tel. 22/ 822-60-47; 822-36-01; 822-06-11 wew. 114 lub 112.

INTERWENCJE KRYZYSOWE I PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY

Warszawski Ośrodek Interwencji Kryzysowej

- interwencja kryzysowa i krótkoterminowa pomoc psychologiczna
- przeciwdziałanie przemocy domowej

<https://woik.waw.pl/>

tel./fax: 22 643 26 15

email: sekretariat@woik.waw.pl

ul. 6-go Sierpnia 1/5

Poradnia ds. Przeciwdziałania Przemocy Domowej

ul. Madalińskiego 45/47

667 833 400

782 835 303

email: poradnia-przemocdomowa@woik.waw.pl

<https://woik.waw.pl/poradnia-ds-przeciwdzialania-przemocy-w-rodzinie/>

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna ds. Przeciwdziałania Przemocy

ul. Belgijska 4

22 845 12 12

667 833 400

poradnia-przemocdomowa@woik.waw.pl

Ogólnopolskie Pogotowie Dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” IPZ PTP

email: sekretariat@niebieskalinia.pl

Kontakt z sekretariatem/zapisy: (+48) 22 824-25-01

Całodobowa poradnia telefoniczna: 116 123 lub 22 668 70 00

<https://www.niebieskalinia.pl/>

Fundacja Mederi

Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”

Al. Dzieci Polskich 20, 04-730 Warszawa

Filia: ul. Złota 7/20, Warszawa

Tel: 22 111 00 36; 505 576 189

E-mail: kontakt@fundacjamederi.pl

Sekretariat czynny: pon.-pt. w godz. 9.00-15.00

<https://fundacjamederi.pl/>

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę

Wizyta możliwa tylko po wcześniejszym umówieniu się

ul. Mazowiecka 12/25

00-048 Warszawa

Tel.: 22 616 02 68

Fax: 22 266 85 30

biuro@fdds.pl

<https://fdds.pl/>

DIAGNOZA I TERAPIA UZALEŻNIENIA OD MEDIÓW CYFROWYCH

Młodzieżowa poradnia profilaktyki i terapii "Poza Iluzją"

ul. Dąbrowskiego 75 a

tel. 22 844-94-61 tel. 669-544-344.

<https://www.zozmokatow.pl/index.php/mlodziezowa-poradnia-profilaktyki-i-terapii-poza-iluzja>

DIAGNOZA I TERAPIA AUTYZMU

SOTIS

- bezpłatne badania przesiewowe dla dzieci w wieku 15- 48 miesięcy

Pozostałe diagnozy i terapie są odpłatne

<https://sotis.pl/konsultacje/badania-przesiewowe/>

Fundacja Synapsis

- bezpłatne teleporady dla rodziców dzieci w wieku 1-5 lat

<https://synapsis.org.pl/nasze-dzialania/oferta/>

Instytut Psychiatrii i Neurologii

- Poradnia dla Dzieci Autystycznych i Ich Rodzin

[e-mail: autyzm@ipin.edu.pl](mailto:autyzm@ipin.edu.pl)

- Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży

ul. Goplańska 44 Tel. 731 11 06 50,

[e-mail: poradniadim@ipin.edu.pl](mailto:poradniadim@ipin.edu.pl)

Mazowieckie Centrum Neuropsychiatrii

Poradnia dla Osób z Autyzmem Dziecięcym w Warszawie

Poradnia realizuje świadczenia dla osób w wieku od 3 do 18 roku życia z całościowymi zaburzeniami rozwoju, autyzmem dziecięcym oraz zespołem Aspergera. W zakresie kompetencji Poradni pozostaje:

- diagnostyka psychiatryczna i psychologiczna (porady diagnostyczne),
- konsultacje psychiatryczne i psychologiczne (porady kompleksowo–konsultacyjne),
- terapia grupowa i indywidualna w orientacji poznawczo–behawioralnej w ramach programu terapeutycznego,
- zajęcia psychoedukacyjne dla rodziców pacjentów Poradni,
- współpraca z rodziną oraz placówkami oświatowymi (przedszkola, szkoły, inne placówki) w celu umożliwienia dzieciom z autyzmem lub zespołem Aspergera generalizacji zdobytych w czasie terapii umiejętności i wykorzystywania ich w grupach rówieśniczych i na kolejnych szczeblach edukacji.

<http://www.centrumzgorze.pl/psychiatria-i-uzaleznienia/poradnia-dla-osob-z-autyzmem-dzieciwym-w-warszawie>

ul. Koszykowa 79 B

Rejestracja: 22 468 25 00

E-mail: poradnia.koszykowa@centrumzgorze.pl

Poradnia dla Osób z Autyzmem Dziecięcym w Józefowie

<http://www.centrumzgorze.pl/psychiatria-i-uzaleznienia/poradnia-dla-osob-z-autyzmem-dzieciwym-w-jozefowie>

Rejestracja: 22 468 25 00

email: autyzm.jozefow@centrumzgorze.pl

Poradnia Autyzmu Krasnal

ul. Śreniawitów 12

Poradnia świadczy niektóre usługi w ramach kontraktu z NFZ

tel. 228844330

email autyzm@krasnal.org.pl

<https://www.krasnal.org.pl/poradnia-autyzmu>

Poradnia Psychiatryczna dla dzieci i młodzieży Centrum Zdrowia Dziecka

Gabinet diagnozy autyzmu – konsultacje diagnostyczne dzieci w wieku 0-12 r.ż., bez postawionej dotychczas diagnozy całościowych zaburzeń rozwoju lub z rozpoznaniem zaburzeń spektrum autyzmu budzących wątpliwości.

Zapisy: +48 22 815 71 61

Adres e-mail: poradnia.psychiatria@ipczd.pl

Ośrodek Wczesnej Interwencji

Opieka nad dziećmi od urodzenia do 7 r.ż.

ul. Pilicka 21

tel: 22/844-06-37,

email: owi@psoni.org.pl

<https://owi-pilicka.psoni.org.pl/>

BADANIE SŁUCHU I PRZETWARZANIA SŁUCHOWEGO

Instytut Fizjologii i Patologii Słuchu w Kajetanach Poradnia Audiologiczno -
Foniatryczna (www.ifips.org.pl tel. 22 358 03 01 lub 03)

Filia IFiPS ul. Mochnackiego 10. (tel. 22 3560301, 22 3560303,

e-mail: rejestracja.warszawa@ifips.org.pl),

Centrum Zdrowia Dziecka Al. Dzieci Polskich 20

Zapisy: infolinia 801 051 000 lub +48 22 815 10 00, e-mail: wizyta@ipczd.pl

Sekretariat tel: +48 22 815 16 14

Adres e-mail: poradnia.foniatria@ipczd.pl

Centrum Słuchu i Mowy Medincus ul. Kopernika 5 tel. 666333222

Przed wizytą w IFiPS lub CZD należy zgłosić się do lekarza pediatry / lekarza rodzinnego w celu uzyskania skierowania do Poradni Audiologiczno- Foniatrycznej wybranego ośrodka.