Informacja prasowa Warszawa, 15 maja 2025r.

**W ciągu trzech lat liczba pacjentów między 13. i 18. rokiem życia z zaburzeniami psychicznymi wzrosła o 168%. Powody? Brak świadomości społecznej na temat zaburzeń psychicznych, mała dostępność specjalistycznej pomocy i trudna sytuacja życiowa w wielu polskich domach.**   
  
**W Międzynarodowym Dniu Rodzin Polska Akcja Humanitarna apeluje o włączenie się do działań na rzecz dzieci i młodzieży w Polsce.**

W ciągu ostatnich trzech lat aż o 2,5 razy zwiększyło się rozpoznanie zaburzeń depresyjnych, a o półtora - zaburzeń lękowych oraz zaburzeń odżywiania w Polsce – alarmują eksperci. Jednocześnie w ponad 40% placówek oświatowych brakuje choćby jednego psychologa, a na przyjęcie do poradni psychologiczno-pedagogicznej czeka się nawet rok. Według statystyk policyjnych w 2023 r. odnotowano 2139 prób samobójczych wśród dzieci i młodzieży, co daje wzrost o ponad 150% w stosunku do 2020 r.

– Na świecie co siódma osoba w wieku 10–19 lat cierpi na zaburzenia zdrowia psychicznego, które w dużej mierze pozostają nierozpoznane i nieleczone – mówi Helena Krajewska, rzeczniczka PAH. – Tymczasem my już za 180 zł finansujemy indywidualną konsultację z psychologiem, a za 160 zł godzinę zajęć grupowych. Pomagamy, na tyle, na ile mamy środków.

Odpowiedzią PAH na kryzys zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w Polsce jest Program Pajacyk, który od lat pomaga najmłodszym w trudnej sytuacji życiowej. Jednym z kluczowych elementów programu jest zapewnienie dostępu do specjalistycznej pomocy psychologicznej: darmowe konsultacje indywidualne, zajęcia grupowe, wyjazdy integracyjne, a także wsparcie dla rodziców.

– Tylko w 2024 roku udało nam się dotrzeć ze wsparciem psychospołecznym do ponad 2,5 tys. dzieci i nastolatków – wyjaśnia Julia Włodarska, koordynatorka Programu Pajacyk – pomoc psychospołeczna. – Trudno przecenić wagę tej pomocy, bo każdego dnia widzimy, jak wielkie są potrzeby w polskich szkołach i rodzinach. Swoje dołożyła do tego zeszłoroczna powódź, tam wiele dzieci wciąż żyje w poczuciu zagrożenia i z traumą utraty własnego domu.

Z okazji Międzynarodowego Dnia Rodzin Polska Akcja Humanitarna przypomina, że pomoc i solidarność zaczynają się tu, gdzie mieszkamy – w naszych domach, szkołach i lokalnych społecznościach. Dlatego PAH zachęca do wsparcia choćby symboliczną kwotą swoich działań na rzecz polskich rodzin i dzieci, szczególnie tych zmagających się z trudnościami ekonomicznymi i kryzysami życiowymi lub odbudowujących swoje życie po tragicznej powodzi.

**Wesprzyj działania PAH:**

- Wpłać poprzez portal Siepomaga: <https://www.siepomaga.pl/pajacyk>

- Przekaż przelew na stronie Pajacyka: <https://www.pajacyk.pl/wesprzyj/>

- Przekaż darowiznę na konto: Alior Bank 02 2490 0005 0000 4600 8316 8772 z dopiskiem „Pajacyk” w tytule przelewu.

**Kontakt dla mediów:**

Magdalena Irzycka, specjalistka ds. współpracy z mediami / tel. 501 66 33 33 /  
e-mail: [magdalena.irzycka@pah.org.pl](mailto:magdalena.irzycka@pah.org.pl)

Helena Krajewska, rzeczniczka prasowa PAH / e-mail: [helena.krajewska@pah.org.pl](mailto:helena.krajewska@pah.org.pl)