

網路不沉迷 成癮遠離你

若出現無法控制上網時間、停止使用時產生焦躁不安，或因網路使用影響課業、人際及家庭生活等情形，即可能是網路成癮警訊，應及早尋求協助。



臺北市社區
心理衛生中心

諮詢專線

臺北市社區心理衛生中心

02-33937885

(請幫幫我)



臺北市政府衛生局 關心您

廣告