

Fundamentem szczęścia jest zdrowie, także zdrowie psychiczne

Zdrowie psychiczne odbija się w samopoczuciu

i **wyglądzie zewnętrznym**. Równowagę wewnętrzną

może zaburzyć długotrwały stres i silne przeżycia np.:

żałoba po stracie bliskiej osoby, utrata pracy. Czasem

trudno odróżnić złe samopoczucie o podłożu

fizjologicznym od dyskomfortu psychicznego oraz określić moment, w którym należałoby zwrócić się o pomoc do specjalisty.

**Nerwice,
lęki, stres**

**Psychoza,
urojenia**

Jeżeli w Twoim otoczeniu są osoby potrzebujące wsparcia,

pomocy lub leczenia z powodu zaburzeń zdrowia

psychicznego lub sam czujesz, że taka pomoc jest Ci

potrzebna to możesz zwrócić się do jednej z placówek na

terenie powiatu bielskiego i miasta Bielska-Białej, które

świadczą pomoc w zakresie opieki

psychiatrycznej i leczenia uzależnień w ramach umowy z

Narodowym Funduszem Zdrowia a **wizyta u lekarza**

psychiatry nie wymaga skierowania.

Depresja

Schizofrenia

W celu uzyskania pomocy społecznej dla

osób z zaburzeniami psychicznymi w trudnej sytuacji

materialnej lub życiowej należy zwrócić się do najbliższego

względem miejsca zamieszkania ośrodka pomocy społecznej

lub skontaktować się z **Powiatowym Centrum Pomocy**

Rodzinie w Bielsku- Białej,

tel.: 33 813 69 30.

Osoby niepełnosprawne z powodu choroby psychicznej

często zostają wyłączone z pracy zawodowej i innych

form konstruktywnej aktywności życiowej, mają trudności

w codziennym funkcjonowaniu, w poprawnych relacjach

społecznych. Na rynku pracy mogą korzystać z różnych

form rehabilitacji społecznej i zawodowej oraz podejmować

**Zaburzenia
osobowości**

Uzależnienia

zatrudnienie w zakładach aktywizacji zawodowej, w zakładach

pracy chronionej albo na przystosowanych dla nich

stanowiskach pracy. O szczegóły dotyczące rynku pracy

można pytać w **Powiatowym Urzędzie Pracy w Bielsku-**

Białej, osobiście w pokoju B11 lub tel.: 33 496 51 56.

Szczegółowe informacje dotyczące opieki zdrowotnej i pomocy instytucjonalnej można uzyskać w „**Przewodniku o lokalnie dostępnych formach opieki zdrowotnej, pomocy społecznej i aktywizacji zawodowej dla osób z zaburzeniami psychicznymi w powiecie bielskim**”

zamieszczonym na stronie internetowej Powiatu Bielskiego i stronach internetowych urzędów miast i gmin Powiatu Bielskiego.

Wykaz placówek na terenie powiatu bielskiego i miasta Bielska - Białej, gdzie można uzyskać pierwszą pomoc i kontakt w zakresie opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień

Placówka	Adres	Telefon, strona internetowa
Opieka psychiatryczna dla dorosłych		
Bielskie Centrum Psychiatrii - Olszówka Punkty Zgłoszeniowo - Koordynacyjne	Bielsko-Biała ul. Olszówka 102 ul. Krasińskiego 28	33 811 84 12 w. 152, 602 391 719 https://www.psychiatria.bielsko.pl/ 33 811 64 11 w. 196 602 392 818
Bielskie Centrum Psychiatrii - Olszówka Poradnie Zdrowia Psychicznego	Bielsko-Biała ul. Olszówka 102 ul. Krasińskiego 28	33 814 91 96, w.135 513 497 347 https://www.psychiatria.bielsko.pl/ 33/811 64 11 w. 194, 507 492 214
Obwód Lecznictwa Kolejowego spzoz Poradnia Zdrowia Psychicznego	Bielsko-Biała ul. Traugutta 12	33 828 57 67 http://www.olk.bielsko.pl/
NZOO Centrum Medyczne "Zdrowie" mgr Maria Grygierzec Poradnia Zdrowia Psychicznego	Czechowice – Dziedzice ul. Traugutta 18 a	32 215 23 49 https://zdrowieczechowice.pl/
Opieka psychiatryczna dzieci i młodzieży		
Szpital Pediatryczny	Bielsko-Biała ul. Sobieskiego 83	33/828 40 00, 459 599 010 https://www.szpitalpediatryczny.pl/
Feniks Karel i Wspólnik sp. j	Bielsko – Biała ul. Piekarska 24	33/815 60 32 https://czpfeniks.pl/
Uzależnienia		
Śląska Fundacja Błękitny Krzyż	Bielsko - Biała ul. Mostowa 1 Czechowice-Dziedzice, ul. Nad Białką 1a	33/822 79 83 https://www.bk-europe.pl/index.php/pl/ 32/ 215 97 40
Bielskie Centrum Psychiatrii - Olszówka	Bielsko – Biała ul. Mostowa 1	33/811 84 12 w. 174, 513 032 266 https://www.psychiatria.bielsko.pl/
Sytuacje kryzysowe, trudne sytuacje życiowe		
Podbeskidzki Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Bielsko- Biała, ul. Piękna 2	33/814 62 21 https://poik.bielsko.pl/

