

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	Bielsko-Biała ul. Olszówka 102	33 811 84 12 w. 152, 602 391 719 https://www.psychiatria.bielsko.pl/
Punkty Zgłoszeniowo - Koordynacyjne	ul. Krasieńskiego 28	33 811 64 11 w. 196 602 392 818
Bielskie Centrum Psychiatrii - Olszówka	Bielsko-Biała ul. Olszówka 102	33 814 91 96, w.135 513 497 347 https://www.psychiatria.bielsko.pl/
Poradnie Zdrowia Psychicznego	ul. Krasieńskiego 28	33/811 64 11 w. 194, 507 492 214
Obwód Lecznictwa Kolejowego spzoz	Bielsko-Biała ul. Traugutta 12	33 828 57 67 http://www.olk.bielsko.pl/
Poradnia Zdrowia Psychicznego		
NZOZ Centrum Medyczne "Zdrowie" mgr Maria Grygierzec	Czechowice – Dziedzice ul. Traugutta 18 a	32 215 23 49 https://zdrowieczechowice.pl/
Poradnia Zdrowia Psychicznego		
Opieka psychiatryczna dzieci i młodzieży		
Szpital Pediatryczny	Bielsko-Biała ul. Sobieskiego 83	33/828 40 00, 459 599 010 https://www.szpitalpediatryczny.pl/
Feniks Karet i Wspólnik sp. j	Bielsko – Biała ul. Piekarska 24	33/815 60 32 https://czpfeniks.pl/
Uzależnienia		
Śląska Fundacja Błkitny 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/

