

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.: żaloba 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, 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.**

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 zatrudnienie

**Zaburzenia
osobowości**

Depresja

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.

Wydanie siódme, sierpień 2023 rok

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	Kontakt
Opieka psychiatryczna dla dorosłych		
Bielskie Centrum Psychiatrii-Olszówka w Bielsku-Białej Punkt Zgłoszeniowo - Koordynacyjny	Bielsko-Biała ul. Olszówka 102 Bielsko-Biała ul. Mostowa 1	33/811 84 12 602 391 719 https://www.psychiatria.bielsko.pl/ 33/811 64 11 602 392 818, 573 291 222
Bielskie Centrum Psychiatrii-Olszówka w Bielsku-Białej Poradnia Zdrowia Psychicznego	Bielsko-Biała ul. Olszówka 102 Bielsko-Biała ul. Mostowa 1	33/814 91 96, w.135 513 497 347 https://www.psychiatria.bielsko.pl/ 33/811 64 11, 602 392 818
Obwód Lecznictwa Kolejowego S.p. z.o.z Poradnia Zdrowia Psychicznego	Bielsko-Biała ul. Traugutta 12	33/828 57 67 http://www.olk.bielsko.pl/
NZOZ Centrum Medyczne "Zdrowie" mgr Maria Grygierzec Poradnia Zdrowia Psychicznego	Czechowice-Dziedzice ul. Traugutta 18 a	32/215 23 49 https://zdrowieczehowice.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 spółka jawna	Bielsko-Biała ul. Piekarska 24	32/375 02 12 https://czpfeniks.pl/
Uzależnienia		
Śląska Fundacja Błękitny Krzyż Oddział Leczenia Zespołów Abstynencyjnych - Oddział detoksykacyjny	Bielsko-Biała ul. K Miarki 11	33/812 65 04 https://www.bk-europe.pl/index.php/pl/
Sytuacje kryzysowe, trudne sytuacje życiowe		
Podbeskidzki Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Bielsko-Biała ul. Piękna 2	33/814 62 21 https://poik.bielsko.pl/