

*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 psychiatrii nie wymaga skierowania.**

**Depresja**

**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
Bielskie Centrum Psychiatrii - Olszówka w Bielsku Białej	Bielsko-Biała ul. Olszówka 102 Bielsko – Biała ul. Mostowa 1	33/814 91 96 wew. 135 33 811 84 12 602 391 719 <a href="http://www.psychiatria.bielsko.pl">www.psychiatria.bielsko.pl</a> 33/811 64 11 602 392 818
Szpital Świętego Łukasza S. A.	Bielsko-Biała ul. Bystrzańska 94b	33/815 11 13 <a href="http://www.lukasza.pl">www.lukasza.pl</a>
Centrum Leczenia Nerwic i Innych Zaburzeń Psychiczych	Czechowice- Dziedzice ul. Wąska 23	796 202 008 <a href="http://www.leczenie-nerwic.pl">www.leczenie-nerwic.pl</a>
Obwód Lecznictwa Kolejowego s.p.z.o.z Zespół Poradni Specjalistycznych	Bielsko-Biała ul. Traugutta 12	33/828 57 67 <a href="http://www.olk.bielsko.pl">www.olk.bielsko.pl</a>
NZOZ Centrum Medyczne "Zdrowie" mgr Maria Grygierzec	Czechowice –Dziedzice ul. Traugutta18 a	32/215 23 49 <a href="http://www.zdrowieczehowice.pl">www.zdrowieczehowice.pl</a>

Placówka	Adres	Kontakt
Śląska Fundacja Błękitny Krzyż Miejski Ośrodek Leczenia Uzależnień	Bielsko-Biała ul. Mostowa 1  Czechowice- Dziedzice ul. Nad Białką 1	33/822 79 83 513 465 729  32/215 97 40 519 452 998 <a href="http://www.bk-europe.pl">www.bk-europe.pl</a>
<b>Opieka psychiatryczna dzieci i młodzieży</b>		
Szpital Pediatryczny	Bielsko-Biała ul. Sobieskiego 83	33/828 40 74 33/828 40 00 <a href="http://www.szpitalpediatryczny.pl">www.szpitalpediatryczny.pl</a>
Feniks Karef i Wspólnik spółka jawna	Bielsko – Biała ul. Piekarska 24	32/375 02 12 <a href="http://www.czpfeniks.pl">www.czpfeniks.pl</a>
<b>Sytuacje kryzysowe, trudne sytuacje życiowe</b>		
Podbeskidzki Ośrodek Interwencji Kryzysowej	Bielsko- Biała, ul. Piękna 2	33/814 62 21 <a href="http://www.poik.bielsko.pl">www.poik.bielsko.pl</a>

### 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 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.**

### Zaburzenia osobowości

### Uzależnienia

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.