



Ośrodek Pomocy
Społecznej
Gminy Oświęcim

POMOC DLA SIEBIE I BLISKICH

NIE MUSISZ BYĆ SAM

**INFORMATOR DLA OSÓB DOTKNIĘTYCH
CHOROBAŃ PSYCHICZNAŃ I ICH RODZIN**

OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ GMINY OŚWIĘCIM

Miejsca udzielające pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi i ich rodzinom w Oświęcimiu i Gminie Oświęcim

I. Centrum Zdrowia Psychicznego w Oświęcimiu działa w strukturze Zespołu Opieki Zdrowotnej w Oświęcimiu i realizuje od 1 października 2022 roku Program Pilotażowy w Psychiatrii dla dorosłych mieszkańców Powiatu Oświęcimskiego.

Centrum Zdrowia Psychicznego nie prowadzi leczenia uzależnień oraz nie przyjmuje osób przed ukończeniem 18 roku życia.

Kompleksowa opieka psychiatryczna w Centrum odbywa się w warunkach:

1. ambulatoryjnych:

a) **Punkty Zgłoszeniowo — Koordynacyjne (PZK)**, do których może się zgłosić każda osoba poszukująca pomocy w kryzysie zdrowia psychicznego, **bez wcześniejszego ustalenia terminu**. Punkt jest czynny od poniedziałku do piątku, poza dniami ustawowo wolnymi od pracy, w godzinach od **8:00** do **18:00**. Pracownik socjalny przyjmuje w piątek od 14:00 – 18:00. Udzielana pomoc jest **bezpłatna**. W PZL osoba otrzyma wstępną pomoc w zgłaszanych problemach zdrowotnych, plan dalszego leczenia, termin przyjęcia do lekarza psychiatry, pomoc pracownika socjalnego lub asystenta zdrowienia.

Dane teleadresowe Punktów Zgłoszeniowo — Koordynacyjnych:

Punkt Zgłoszeniowo – Koordynacyjny w Oświęcimiu

ul. Żwirki i Wigury 5, 32-600 Oświęcim

tei: +48 574 965 059, +48 574 964 971

e-mail: pzk-oswiecim.czp@szpitaloswiecim.pl

Punkt Zgłoszeniowo – koordynacyjny w Kętach

ul. Jana III Sobieskiego 45, 32 – 550 Kęty

tel. +48 793 431 116, +48 793 431 140

e-mail: pzk.kety@szpitaloswiecim.pl

Punkt Zgłoszeniowo – Koordynacyjny w Chełmku

ul. Staicha 1, 32-660 Chełmek

tel. +48 508 824 808, +48 508 825 850

e-mail: pzk.chelmek.czp@szpitaloswiecim.pl

b) **Poradnia Zdrowia Psychicznego (PZP)**, do której przyjęcie następuje po wcześniejszym uzgodnieniu terminów w rejestracji. Do psychologa i psychoterapeuty **wymagane jest skierowanie wystawione przez lekarza, np. lekarza POZ. Do psychiatry nie jest wymagane skierowanie.**

Dane teleadresowe:

NZOZ Integritas Poradnia Zdrowia Psychicznego
ul. Żwirki i Wigury 5, 32-600 Oświęcim
tel.: (+48) 33 842 48 10

2. leczenia środowiskowego (domowego):

a) **Zespół Leczenia Środowiskowego (ZLŚ)**, który prowadzi wizyty w miejscu zamieszkania pacjenta. Do ZLŚ pacjent może zgłosić się sam, zgłoszenia może dokonać także lekarz z PZP, inny lekarz, osoba bliska lub pracownik ośrodka pomocy społecznej. Do przyjęcia **nie jest wymagane skierowanie**. Kwalifikacja odbywa się na podstawie wizyty lekarza psychiatry. ZLŚ jest czynne od **poniedziałku do piątku (poza dniami wolnymi od pracy)** w godzinach od **8:00 - 18:00**.

Dane teleadresowe:

Zespół Leczenia Środowiskowego znajduje się przy Poradni Zdrowia
Psychicznego „Integritas” Sp. z o.o. ul. Żwirki i Wigury 5, 32-600
Oświęcimiu
Zespół Leczenia Środowiskowego w Kętach
ul. Sobieskiego 45, 32-650 Kęty

3. stacjonarnych (całodobowo):

a) **Oddział Psychiatryczny stacjonarny**, na który przyjęcie następuje na podstawie **skierowania lekarskiego**, a także **bez wymaganego skierowania** w stanach nagłych i przypadkach pilnych wymagających niezwłocznej hospitalizacji.

Dane teleadresowe:

Szpital Powiatowy im. Św. Maksymiliana w Oświęcimiu
ul. Wysokie Brzegi 4, 32-600 Oświęcim Tel. +48 33 8448 200
Budynek nr IV, Piętro 1, Piętro II
Ordynator: +48 33 8448 372, Oddziałowa: +48 33 8448 291
Sekretariat: +48 33 8448 290

4. dziennych:

a) **Oddział Psychiatryczny Dzienny**, do którego przyjęcie odbywa się po ustalonej **wcześniej telefonicznie kwalifikacji i ustaleniu terminu rozpoczęcia terapii**. Przy przyjęciu **niezbędne jest skierowanie** od lekarza psychiatry lub lekarza rodzinnego. Zajęcia odbywają się przez 5 dni w tygodniu, od **poniedziałku do piątku**, w godzinach **8.00 – 14.00**. Długość pobytu zależy od indywidualnych potrzeb pacjenta i wynosi około 12 tygodni.

Dane teleadresowe:

Szpital Powiatowy im. Św. Maksymiliana w Oświęcimiu
ul. Wysokie Brzegi 4, 32-600 Oświęcim
Budynek nr IV, Piętro 1
Tel. +48 33 8448 300

5. **pomocy doraźnej**, w stanach nagłych i przypadkach pilnych realizowanej w Psychiatrycznej Izbie Przyjęć Szpitala Powiatowego przez dyżurnego lekarza psychiatrę (SOR)

Dane teleadresowe:

Szpital Powiatowy im. Św. Maksymiliana w Oświęcimiu
ul. Wysokie Brzegi 4, 32-600 Oświęcim

II. **Środowiskowy Dom Samopomocy dla Osób z Zaburzeniami Psychicznymi w Oświęcimiu** jest **placówką pobytu dziennego**, przeznaczoną dla **osób po 18 roku życia**. Pomoc świadczona jest **bezpłatnie** od **poniedziałku do piątku** w godzinach od **7:30 do 15:30**. O pobyt w ośrodku mogą się ubiegać następujące osoby:

- przewlekle chore psychicznie (typ A)
- z niepełnosprawnością intelektualną (typ B)
- wykazujące inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych (typ C).

Dane teleadresowe:

Środowiskowy Dom Samopomocy dla Osób z Zaburzeniami Psychicznymi
w Oświęcimiu
ul. Słowackiego 1a, 32- 600 Oświęcim
tel. (33) 842 45 35
e-mail: sds@oswiecim.um.gov.pl

III. Warsztaty psychoterapeutyczne dla rodzin i bliskich osób z problemami psychicznymi przeznaczone dla bliskich osób zmagających się z zaburzeniami psychicznymi. W ramach warsztatów można podzielić się swoimi emocjami i przeżyciami, zdobyć wiedzę o problemach zdrowia psychicznego, dowiedzieć się, jak sobie radzić w sytuacji choroby bliskiej osoby, jak ją wspierać i zrozumieć.

Warsztaty odbywają się w **każdą ostatnią środę miesiąca w godzinach 13:00 do 14:00 w Oddziale Dziennym Centrum Zdrowia Psychicznego ul. Wysokie Brzegi 4 w Oświęcimiu**. Udział jest **bezpłatny**. Więcej informacji na temat warsztatów, zapisów i terminu udzielane są pod numerem telefonu **(+48) 33 8448300**.

Pozostałe placówki udzielające pomocy m.in. osobom chorującym na zaburzenia psychiczne i ich rodzinom

IV. Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Oświęcimiu świadczy pomoc dla mieszkańców Powiatu Oświęcimskiego, którzy znaleźli się w trudnej sytuacji życiowej – sytuacji kryzysowej.

Zespół Powiatowego Ośrodka Interwencji Kryzysowej tworzą: specjaliści pracy z rodziną, interwencji, pracownik socjalny/interwent, pedagogzy, psycholog, prawnik, terapeuta prowadzący Program psychologiczno – terapeutyczny dla osób stosujących przemoc domową.

Pomoc świadczona jest **bezpłatnie** od **poniedziałku** do **piątku** w godzinach od **7:00 do 22:00 (w dni robocze)**, **nie jest wymagane ubezpieczenie zdrowotne** czy też skierowanie od lekarza.

Dane teleadresowe:

Powiatowy Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Oświęcimiu
ul. Bema 4, pokój nr 9, 32-600 Oświęcim
tel. +48 510-374-573, (33) 476 01 03,
e-mail: oik@pcproswiecim.pl lub wsparcie@akcja.pl

V. Ośrodek Pomocy Społecznej Gminy Oświęcim realizuje zadania z zakresu pomocy społecznej. W stosunku do osób zaburzonych psychicznie świadczone są **specjalistyczne usługi opiekuńcze dla osób z zaburzeniami psychicznymi**. Ponadto świadczona jest bezpłatna pomoc specjalistyczna:

Dyżury prawnika dla mieszkańców Gminy Oświęcim w pierwszą i trzecią środę miesiąca w godz.16.00 - 19.00 w sali sesyjnej na IV piętrze Urzędu Gminy przy ul. Zamkowej 12 w Oświęcimiu.

Informacje można uzyskać pod numerami telefonu : +48 (33) 846 64 27, 846 64 28.

Dyżur Pedagoga terapeuty: wizytę należy wcześniej umówić za pośrednictwem pracowników Ośrodka Pomocy Społecznej Gminy Oświęcim pod numerami telefonu: +48 (33) 846 64 38, 846 64 37, 846 64 28, 846 64 27.

Dane teled adresowe:

Ośrodek Pomocy Społecznej Gminy Oświęcim

ul. Beskidzka 100, 32-600 Oświęcim, Grojec

Fax : +48 (33) 846 64 32

E'mail : ops@ops.gminaoswiecim.pl

Elektroniczna Skrzynka Podawcza: i6u995eomz

Godziny urzędowania : poniedziałek, środa, czwartek i piątek: 7.00-15.00, wtorek: 7.00-17.00

Telefon : +48 (33) 846 64 20, +48 (33) 846 64 21

Wykaz terenowych punktów przyjęć pracowników socjalnych:

Babice: Dom Ludowy ul. Topolowa 10 w poniedziałki w godz. 7⁰⁰-11⁰⁰

Brzezinka: pomieszczenie naprzeciwko Biura Sołtysa przy ul. Czernichowskiej 4 w środy w godz. 7⁰⁰-11⁰⁰

Poręba Wielka: Dom Ludowy ul. Wadowicka 79 w poniedziałki w godz. 7⁰⁰-11⁰⁰

Rajsko: Biuro sołtysa w remizie OSP ul. Rabatowa 2 w środy w godz. 7⁰⁰-11⁰⁰

Włosienica: Świetlica w remizie OSP ul. Suskiego 31 w czwartki w godz. 11⁰⁰-13⁰⁰

Zaborze: Świetlica wiejska w Zaborzu ul. Grojecka 5 w czwartki w godz. 7⁰⁰ - 11⁰⁰

VI. Stowarzyszenie „Bratnich Serc” dla Ludzi Chorych w Oświęcimiu udziela wsparcia dla dorosłych osób zaburzonych psychicznie i ich rodzin. Pomoc świadczona jest **bezpłatnie, nie jest wymagane ubezpieczenie zdrowotne czy też skierowanie od lekarza.**

Zakres świadczonej pomocy:

- praca terapeutyczna – przede wszystkim w zakresie wspierania psychicznego, aktywizacji psycho-fizycznej i społeczno-zawodowej, podnoszenie kompetencji osobistych, rozwijania zainteresowań i działań samopomocowych
- praca socjalna – informacja, doradztwo, towarzyszenie w załatwianiu spraw życiowych, koordynacja z siecią społeczną
- działania integracyjne – spotkania, wyjazdy kulturalne, organizacja pikniku oraz zajęć zgodnie z aktualnymi projektami, Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego w OCK – będącego lekcją tolerancji
- wycieczki terapeutyczne
- turnusy rehabilitacyjne

Dane teleadresowe:

Stowarzyszenie „Bratnich Serc” dla Ludzi Chorych w Oświęcimiu
ul. Słowackiego 1a, 32-602 Oświęcim
tel. +48 780 538 305
e-mail: stowbratnichserc@tlen.pl

VII. Fundacja PrzytulJA prowadzi działania z obszaru promocji zdrowia, zwłaszcza zdrowia psychicznego, podnosi świadomość społeczną w zakresie problemów zdrowia psychicznego i minimalizacji zjawiska marginalizacji społecznej osób z zaburzeniami psychicznymi.

Fundacja prowadzi **Klub Pacjenta „PRZYTULNIA”**, w którym osoby chorujące mają możliwość spotkań, wymiany doświadczeń, doświadczania korygujących interakcji, zarówno w gronie osób z podobnym doświadczeniem choroby jak i integracji z osobami które takiego doświadczenia nie mają. Klub prowadzony jest przez wykwalifikowanych Asystentów Zdrowienia, pod nadzorem Zarządu Fundacji.

Dane teleadresowe:

tel. 691 673 986 z-ca Prezesa Zarządu - Beata Bisaga-Piętka
tel. 500 675 765 - Asystenci zdrowienia, dyżurujący w Klubie Przytulnia
e-mail: fundacjaprytulja@gmail.com

Pomoc dla dzieci i młodzieży

I. Poradnia Zdrowia Psychicznego Dzieci i Młodzieży zlokalizowana w budynku nr II parter w Szpitalu Powiatowym im. Św. Maksymiliana w Oświęcimiu ul. Wysokie Brzegi 4, 32-600 Oświęcim.

Dane teleadresowe:

Rejestracja telefoniczna: (+48) 33 8448 266, (+48) 33 8448465,
(+48) 33 8448 471

Godziny rejestracji poniedziałek - piątek od 7:00 do 14:35

II. Wiodący Ośrodek Koordynacyjno – Rehabilitacyjno – Opiekuńczy – WOKRO przy Specjalnym Ośrodku Szkolno – Wychowawczym im. Zofii Posmysz w Oświęcimiu ul. Obozowa 31.

Jednym z najważniejszych obszarów ujętych w Programie Kompleksowego Wsparcia dla Rodzin „Za życiem” jest wczesne wspomaganie rozwoju dziecka i jego rodziny. W ramach tego priorytetu utworzono Wiodący Ośrodek Koordynacyjno-Rehabilitacyjno-Opiekuńczy (WOKRO).

Beneficjentami programu realizowanego przez WOKRO są dzieci w wieku od 0 m.ż do 6 r. ż., kwalifikowani na zajęcia na podstawie aktualnej opinii o potrzebie wczesnego wspomaganie rozwoju, wydanej przez Poradnię Psychologiczno-Pedagogiczną i/lub zaświadczenia lekarskiego (zgodnie z ustawą „Za Życiem”) lub w trakcie diagnozy.

W ramach proponowanych zajęć specjalistycznych można skorzystać ze wsparcia specjalistów m.in.:

- Logopedów i neurologopedów
- Pedagogów – oligofrenopedagogów/surdopedagogów
- Psychologów
- Fizjoterapeutów i rehabilitacji
- Terapeutów z zakresu Integracji Sensorycznej
- Hipoterapeutów
- Trenerów pływania

Dane teleadresowe:

Ośrodek Koordynacyjno-Rehabilitacyjno-Opiekuńczy przy Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym im. Zofii Posmysz
Oświęcim ul. Obozowa 31

tel. (+48) 33 8 42 21 47 wew. 50 (p. 119)

<http://wokro-soswoswiecim.pl/>

Bezpośrednie wsparcie dla osób w stanie kryzysu psychicznego



800 70 2222

CENTRUM WSPARCIA DLA OSÓB
W STANIE KRYZYSU PSYCHICZNEGO

24 GODZINY NA DOBĘ 7 DNI W TYGODNIU

Linia wsparcia dla osób w stanie kryzysu psychicznego - linia całodobowa i bezpłatna dla osób dzwoniących. Pod telefonem, mailem i czatem dyżurują psycholodzy Fundacji ITAKA udzielający porad i kierujący dzwoniące osoby do odpowiedniej placówki pomocowej w ich regionie.

Poza wykonaniem połączenia na numer 800 70 2222 można poprzez stronę internetową <https://liniawsparcia.pl/> nawiązać chat lub wysłać e-mail do specjalisty.

Z pomocy Centrum wsparcia osób w stanie kryzysu psychicznego mogą skorzystać wszystkie osoby, które potrzebują pomocy, rozmowy, porady, wsparcia psychologicznego lub rozmowy z psychiatrą. Ponadto pod numerem Centrum Wsparcia można umówić się na rozmowę z prawnikiem lub pracownikiem socjalnym.

KIEDY DZWONIĆ NA NUMER 800 70 2222

- czujesz się stale przygnębiony,
- nie dajesz sobie rady z codziennością,
- przeżywasz kryzys emocjonalny,
- znajdujesz się w sytuacji „bez wyjścia”,
- nie radzisz sobie ze stresem,
- nie chce Ci się żyć,
- jesteś ofiarą przemocy,
- zamartwiasz się o swój stan zdrowia,
- myślisz, że „jest coś z Tobą nie tak”,
- nie możesz pogodzić się ze stratą bliskiej osoby.

Uzyskaj orzeczenie o stopniu niepełnosprawności

Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności w Oświęcimiu zajmuje się wydawaniem orzeczeń o stopniu niepełnosprawności dla mieszkańców powiatu oświęcimskiego, dla osób bezdomnych, osób przebywających poza miejscem stałego pobytu ponad dwa miesiące ze względów rodzinnych lub zdrowotnych, osób przebywających w domach pomocy społecznej i ośrodkach wsparcia.

Osoby niepełnosprawne zgłaszające się do Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie mogą otrzymać szeroki zakres wsparcia skierowanego do nich, m.in. wiele form dofinansowania ze środków PFRON.

Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności wydaje:

- orzeczenia o niepełnosprawności dla osób, które nie ukończyły 16 roku życia;
- orzeczenia o stopniu niepełnosprawności dla osób, które ukończyły 16 rok życia;
- orzeczenia o wskazaniach do ulg i uprawnień (wyłącznie osobom, które posiadają już orzeczenie organu rentowego – ZUS, KIZ);
- karty parkingowe;
- legitymacje osoby niepełnosprawnej.

Dane teleadresowe:

Powiatowy Zespół do Spraw Orzekania o Niepełnosprawności
w Oświęcimiu ul. Bema 4, 32-600 Oświęcim
tel. (+48) 33 842 57 13, 697 030 321

NIE CZEKAJ! DAJ SOBIE POMÓC!

Ubezpieczenie zdrowotne

Zgodnie z ustawą z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych prawo do świadczeń w Polsce mają osoby ubezpieczone obowiązkowo, osoby ubezpieczone dobrowolnie i inne osoby uprawnione - po spełnieniu warunków określonych w tej ustawie.

Zgłoś członka rodziny do ubezpieczenia zdrowotnego, jeśli:

- nie ma on obowiązkowego ubezpieczenia zdrowotnego, np. jako pracownik, zleceniobiorca, osoba prowadząca pozarolniczą działalność gospodarczą, bezrobotny itp.
- nie jest uprawniony do świadczeń opieki zdrowotnej na podstawie przepisów o koordynacji systemów zaopatrzenia społecznego w zakresie udzielania rzeczowych świadczeń zdrowotnych.

Za członka rodziny – dla celów ubezpieczenia zdrowotnego – uważa się:

- dziecko własne, dziecko małżonka, dziecko przysposobione, wnuka albo dziecko obce, dla którego ustanowiono opiekę, albo dziecko obce w ramach rodziny zastępczej lub rodzinnego domu dziecka, do ukończenia przez nie 18 lat, a jeżeli uczy się dalej w szkole lub zakładzie kształcenia nauczycieli lub odbywa kształcenie w uczelni lub szkole doktorskiej – do ukończenia 26 lat, natomiast jeśli dziecko ma orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności lub inne traktowane na równi – bez ograniczenia wieku,
- małżonka,
- wstępnych (np. rodziców, dziadków itp.), którzy są we wspólnym gospodarstwie domowym z osobą ubezpieczoną.

Potrzebujesz bezpłatnej opieki zdrowotnej, a nie jesteś ubezpieczony? Uzyskaj decyzję uprawniającą do bezpłatnych świadczeń opieki zdrowotnej

Wniosek składamy w

ośrodku pomocy społecznej, który obsługuje miejscowość w której mieszkasz lub w której przebywasz – jeśli jesteś osobą bezdomną.

W przypadku osób mieszkających na terenie gminy Oświęcim złóż wniosek do **Ośrodka Pomocy Społecznej Gminy Oświęcim ul. Beskidzka 100 Oświęcim, Grojec.**

Kto może skorzystać z usługi

Każdy kto spełni warunki tj. mieszka w Polsce, nie ma ubezpieczenia (nie podlega obowiązkowi ubezpieczenia zdrowotnego), nie jest członkiem rodziny osoby ubezpieczonej i nie zawarł umowy o dobrowolnym ubezpieczeniu zdrowotnym, spełnia kryterium dochodowe, nie występuje różnica między udokumentowaną wysokością dochodu a sytuacją majątkową osoby lub rodziny.

Kryteria dochodowe:

1. dla osoby samotnie gospodarującej – w wysokości 1.010,00zł.
2. dla osoby w rodzinie – w wysokości 823,00zł.

Uwaga!

- **W nagłym przypadku** możesz uzyskać świadczenie, mimo braku decyzji potwierdzającej prawo do świadczeń. W takiej sytuacji natychmiast po udzieleniu świadczenia, świadczeniodawca powinien złożyć taki wniosek.
- Wójt (burmistrz, prezydent) gminy, w której mieszkasz, może rozpocząć postępowanie o wydanie decyzji również z urzędu lub na wniosek oddziału wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia.

Ile będziesz czekać:

Decyzja zostanie wydana w ciągu **miesiąca** od złożenia wniosku, jeśli Twoja sprawa jest szczególnie skomplikowana **nie później niż w ciągu 2 miesięcy** od dnia złożenia wniosku.

Pracownik socjalny przeprowadzi z Tobą rodzinny wywiad środowiskowy nie później niż **14 dni roboczych** od złożenia wniosku,

Decyzję potwierdzającą Twoje prawo do świadczeń opieki zdrowotnej lub decyzję o odmowie dostaniesz **na piśmie.**

Warto wiedzieć !!!

Masz prawo do bezpłatnych świadczeń opieki zdrowotnej przez **90 dni od dnia złożenia wniosku.**

Uwaga! Jeśli decyzję wydano na wniosek świadczeniodawcy w związku z udzieleniem świadczenia **w trybie nagłym**, masz prawo do świadczeń przez 90 dni **od dnia udzielenia świadczenia.**