

Zdrowie



Centrum Zdrowia Psychicznego

„Zasady zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dla grup zawodowych zaangażowanych w działania na rzecz walki z nadwagą i otyłością”

<https://elearning.pzh.gov.pl/>

Więcej informacji na stronie: <https://www.pzh.gov.pl/>

„Profilaktyka to męska sprawa”

[Rak jądra głównie u młodych mężczyzn – co musisz wiedzieć?](#)

Więcej informacji w poradniku: [Poradniku Pacjenta o profilaktyce męskich nowotworów](#)



W związku z rozszerzeniem obszaru działania CZP Urząd Miejski w Kocku informuje, iż jednostką właściwą udzielającą świadczeń w zakresie zdrowia psychicznego jest SP ZOZ w Radzynie Podlaskim, ul. Wisznicka 111, 21-300 Radzyń Podlaski, tel. 83 413 22 67, 83 413 22 00, sekretariat@spzozrp.pl.

<https://czp.org.pl/index.php/o-czp/>

CENTRUM ZDROWIA PSYCHICZNEGO

BEZPŁATNE, SZYBKIE WSPARCIE BLISKO DOMU

czynne w godz.: 8:00-18:00 od poniedziałku do piątku



Pierwsza wizyta w Centrum Zdrowia Psychicznego to rozmowa z psychologiem w Punkcie Zgłoszeniowo-Koordynacyjnym.



PAMIĘTAJ! Nie obowiązują żadne zapisy. Nie trzeba zapowiadać swojego przyścia ani rejestrować się wcześniej.



Na podstawie rozmowy specjalista opracuje dla Ciebie plan leczenia. Jeśli Twój przypadek zostanie uznany za pilny, leczenie rozpocznie się nie później niż 72 godziny od konsultacji i będzie dopasowane do Twoich potrzeb.



Może się okazać, że będą potrzebne regularne konsultacje z psychiatrą, terapia – indywidualna lub grupowa, leczenie w trybie dziennym, wizyty domowe pielęgniarki środowiskowej, wsparcie od asystenta zdrowienia, osoby po kryzysie psychicznym, która po przeszkoleniu służy pomocą osobom, którzy w kryzysie trwają i ich bliskim.



Pomoc może uzyskać każdy, kto skończył 18 lat i mieszka na terenie rejonu objętego działaniem Centrum. Wsparciem otacza się również osoby nieubezpieczone.



Rzecznik Praw Pacjenta

Pełna lista centrów i obszar ich działania znajduje się na stronie czp.org.pl w zakładce mapa centrów, Centra mają też swój profil na fb - Pilotaż Centrów Zdrowia Psychicznego.

Teleplatforma pierwszego kontaktu



Teleplatforma Pierwszego Kontaktu TPK

800 137 200
JEDEN, BEZPŁATNY NUMER DLA CAŁEJ POLSKI

Teleplatforma Pierwszego Kontaktu (TPK) jest dostępna:

poza godzinami pracy Podstawowej Opieki Zdrowotnej, czyli:

- ▶ od poniedziałku do piątku w godzinach od 18:00 do 8:00 następnego dnia
- ▶ w soboty i niedziele oraz inne dni ustawowo wolne od pracy, w godzinach od 8:00 do 8:00 następnego dnia.

Z TPK możesz skorzystać w sytuacji:

- ▶ nagłego zaostrzenia, poza godzinami pracy POZ
- ▶ nagłego pogorszenia stanu zdrowia, gdy nie ma obsłony i sugerujących stan bezpośredniego zagrożenia życia, a zastawione środki lub leki dostępne bez recepty nie przyniosły spodziewanej poprawy
- ▶ gdy zachodzi obawa, że oczekiwanie na omiarze przychodzić POZ może znacząco niekorzystnie wpłynąć na Twój stan zdrowia.

Profilaktyka chorób zakaźnych to dobra praktyka CSR w firmach i samorządach

[Profilaktyka chorób zakaźnych to dobra praktyka CSR - Informacja prasowa 21.10.2020](#)

[Informacje o projekcie ZdrowieCzłowiekProfilaktyka](#)

Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej





**CENTRUM ONKOLOGII ZIEMI LUBELSKIEJ
im. św. JANA z DUKLI**

ST. JOHN OF DUKLA CANCER CENTER, LUBLIN, POLAND



Szanowni Państwo

W imieniu Dyrektora Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej im. św. Jana z Dukli w Lublinie prof. dr n. med. Elżbiety Starosławskiej serdecznie zapraszam Państwa do skorzystania z bezpłatnych badań profilaktycznych, które odbywają się w Ośrodku Profilaktyki Nowotworów i Promocji Zdrowia.

Odpowiemy na każde Państwa pytanie związane z profilaktyką, umówimy dogodny termin badań.

Kontakt w sprawie badań profilaktycznych:

- sekretariat tel. 81 454 1570

- adres e-mail: mdyrda@cozl.pl

- link do strony internetowej: <https://cozl.eu/pacjent/osrodki/osrodek-profilaktyki-nowotworow-i-promocji-zdrowia>

Serdecznie Zapraszamy

KIEROWNIK
Ośrodka Profilaktyki i Promocji Zdrowia
Centrum Onkologii Ziemi Lubelskiej
im. św. Jana z Dukli

mgr. Mariola Dyrda

UWAGA!

Urząd Miejski w Kocku informuje, że nie podejmował żadnych działań w celu finansowania programu szczepień przeciwko HPV.

[Biała Księga szczepień HPV](#)

<http://cioz-dobrostan.pl/biala-ksiega-szczepien-hpv/>