



Szanowni Mieszkańcy Województwa Opolskiego  
w trosce o zdrowie Wasze i Waszych rodzin rozpoczęła się

# BEZPŁATNA REHABILITACJA PO COVID-19




MARSZAŁEK  
Województwa Opolskiego

tak dla zdrowia  
**OPOLSKIE**



- ✓ jesteś mieszkańcem województwa opolskiego?
- ✓ masz ukończone 18 lat?
- ✓ odczuwasz dolegliwości po przebytych covid-19?  
(brak konieczności udokumentowania choroby)

## ZGŁOŚ SIĘ NA REHABILITACJĘ!

- ✓ wypełnij ankietę kwalifikacyjną na stronie:  
**[takdlazdrowia.opolskie.pl](https://takdlazdrowia.opolskie.pl)** lub
- ✓ idź do lekarza pierwszego kontaktu i umów się na bezpłatną wizytę kwalifikacyjną - lista lekarzy na stronie lub
- ✓ szukaj naszego stoiska na imprezach plenerowych lub
- ✓ zadzwoń do Centrum Diagnostyki i Usprawniania Pacjenta  
w godz. 8:00 - 15:00  77 4274784, 77 4274785, 77 4274786

Działania realizowane w ramach projektu pn.: "Rehabilitacja osób z deficytami zdrowotnymi wywołanymi przez COVID-19 w województwie opolskim – projekt pilotażowy"

# ODCZUWASZ NIEPOKOJĄCE OBJAWY PO PRZEBYCIU COVID - 19?

- ✓ odczuwasz "brak powietrza" lub masz utrzymujący się męczący kaszel
- ✓ odczuwasz duszności, bóle zamostkowe, kołatanie serca, zawroty głowy, występują incydenty omdlenia
- ✓ odczuwasz bóle stawów lub mięśni, drętwienie i mrowienie kończyn
- ✓ łatwo się męczysz, czujesz ogólne osłabienie
- ✓ trudność sprawiają Ci czynności, które wykonywałeś wcześniej bez problemu
- ✓ masz problemy z artykułowaniem myśli i utratą koncentracji, gorzej zapamiętujesz i kojarzysz fakty
- ✓ masz stany lękowe, poczucie niepokoju, gorszy nastrój lub cierpisz na bezsenność
- ✓ masz zaparcia, biegunki, wzdęcia lub bóle brzucha

## SPECJALNIE DLA CIEBIE PRZYGOTUJEMY PLAN POWROTU DO ZDROWIA

### MOŻLIWOŚCI REHABILITACJI

- stacjonarna
- domowa
- dzienna
- w gabinetach fizjoterapii
- terapia psychologiczna lub psychiatryczna

### INFORMACJA I REJESTRACJA:

Centrum Diagnostyki i Usprawniania Pacjenta

ul. Karola Miarki 14, 46-082 Kup

77 4274784 , 77 4274785 , 77 4274786

[www.takdlazdrowia.opolskie.pl](http://www.takdlazdrowia.opolskie.pl)