

Pololetník Oborové zdravotní pojišťovny zaměstnanců bank, pojišťoven a stavebnictví

BONUS^{info}

zima 2010 | jaro 2011

Tereza Kostková:

„Stárnutí
je nutné.“



ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA
i pro vás!

SLEVA 500 Kč

pro pojištěnce OZP

(slevu lze kombinovat)



kovotour plus
cestovní kancelář

Čerpejte výhody z katalogu Léto 2011, který vychází již 2. listopadu 2010!

Katalog Léto 2011 s cenami last minute a slevou až 30%!

Pro pojištěnce OZP kombinovatelná sleva 500 Kč!

Využijte odlety z Prahy, Brna a Ostravy nebo odjezdy luxusním autobusem z celé ČR!



volejte z celé ČR 14 001

(volání za cenu místního hovoru)

Prodejní místa:

Ostrava: OC Futurum, Novinářská 6a

Ostrava: Nádražní 22

Brno: OC Futurum, Vídeňská 100

Olomouc: Horní nám. 371/1

... a dalších 1900 prodejců po celé ČR



Ing. Ladislav Friedrich, CSc.
generální ředitel OZP

OBSAH

Kolik stojí zdraví, paní doktorko?	4
Putování vaší tisícikoruny	6
Asistenční služba OZP – novinky v roce 2011	8
Výhody pro pojištěnce OZP v roce 2011	10
Nová pracoviště OZP	14
Akce v regionech	16
Přímohrádkové pobyty pro děti 2011	19
Elektronické služby OZP	20
Aktivní pojištěnec	21
Člověče, hýbej se, než bude pozdě!	22
Pojištění na cesty 2011	24
Kalendář akcí pro klienty a příznivce OZP	26
Co se děje v OZPáčkově	28
Rozhovor s Terezą Kostkovou	30
Představujeme vám smluvní zdravotnická zařízení	32

Vážení přátelé, vážení klienti,

ve dnech, kdy píšu tyto řádky, si připomínáme 18 let od doby, kdy si zaměstnanci a zaměstnavatelé bank a pojišťoven založili vlastní zdravotní pojišťovnu. Od té doby se toho hodně změnilo. Z třiceti tisíc pojištěnců je nás nyní téměř 700 000. Medicína neuvěřitelně pokročila. V roce 1995 jsme financovali nákup jedné z prvních magnetických rezonancí do Všeobecné fakultní nemocnice Praha. Nyní je těchto a mnohem modernějších přístrojů tolik, že je ani nemůžeme plně využít. V roce 1998 jsme vysvětlovali, že léčba lupénky u Mrtvého moře za 40 000 Kč je moc drahá a postačí léčba tehdejšími léky dostupnými v ČR. Nyní totéž onemocnění zvládají naše nemocnice dobře. Roční léčba ovšem stojí přes 800 000 Kč. Takových příkladů bychom našli spoustu. Na jedné straně tak vidíme obrovský pokrok a na straně druhé věčné hledání, jak do systému rychle získat další peníze a co se systémem solidárního pojištění dál. Dlouho stačilo, že se jen zvyšovaly příjmy. Sice málo, vždy až v krizi, ale nakonec přece jen. Letošní rok je ale v něčem asi skutečně přelomový. Náklady dosud rostou, ale příjmy se už třetí rok nezvyšují a asi se to jen tak nezmění. Pro rok příští už opravdu budeme v českém zdravotnictví muset vystačit jen s tím, co máme. Naše zdravotní pojišťovna připravila plán na příští rok tak, že je schopna i tuto situaci zvládnout. Začali jsme s úsporami u sebe. Na provoz vyčleníme opravdu jen to, co nelze odkládat, hledáme cesty, jak nakupovat zdravotní péči za výhodné ceny, a posilujeme kontrolní systémy. Spoléháme samozřejmě hlavně na zdravotnická zařízení, protože ta nejlépe vědí, kde nelze na péči šetřit, ale také kde úspora nikoho nepoškodí. Spoléháme však samozřejmě i na Vás, Vaše pevné nervy a zdravý úsudek. Okolo úhrad na příští rok se ještě jistě odehrají velká jednání a padnou silná slova. Počítejte s tím, že podle některých vyjádření ve sdělovacích prostředcích to bude vypadat, že nastává konec zdravotnictví. Nic takového však v roce 2011 ještě určitě nehrozí. Jen se zkrátka bude muset více šetřit.

Vývoj zdravotnictví nás sice netěší, ale předvídám jsme jej. I proto vstupujeme do roku 2011 s již plně funkční, celostátně dostupnou Asistenční službou OZP. Základní funkce této služby a rozsáhlé preventivní programy opět nabízíme bezplatně, nadstandard v asistenční službě zkusíme nabídnout se spoluúčastí z Vaší strany a ověřit tak Váš zájem. Také systém základní preventivní péče, bonusy i veškeré výhody pro maminky s dětmi a další skupiny pojištěnců zůstanou v roce 2011 zachovány. Solidarita má panovat nejen v systému zdravotní péče. Nutná je i ta normální mezilidská. Proto OZP po srpnových povodních věnovala libereckému kraji 100 000 Kč na nápravu škod.

Hodně by se mělo zlepšit v možnostech elektronické komunikace a zpřístupnění informací. Pro pojištěnce přichází nabídka naší VITAKARTY, pro kterou sice nebudeme získávat zájemce doslova rovnou na ulici, jak jste někteří z Vás už možná od jiných pojišťoven zažili, ale o to víc do naší elektronické karty budeme vkládat co nejvíce užitečných informací a nových funkcí. Pro smluvní lékaře současně nabídneme možnost využít přístup k informacím OZP ke zlepšení zdravotní péče. Pojišťovna Vitalitas Vám pak současně nově nabídne výrazné zlepšení prodeje cestovního pojištění prostřednictvím internetu.

Než však začnete listovat v tomto čísle Bonusu, rád bych Vám ještě popřál krásné prožití adventu i Vánoc a pevně věřil v roce 2011.

Ing. Ladislav Friedrich, CSc.
generální ředitel

Redakční rada: Mgr. Mario Böhme, MUDr. Tařana Břetřšová, Ing. Ladislav Friedrich, CSc., Romana Marmazinská, Ing. Milena Najmanová, Jan Paroubek, Ing. Vladimřir Turek, Ing. Aneta Wolfová

Vydavatel: Oborová zdravotní pojiřřovna zamřřstnanců bank, pojiřřoven a stavebnictví

Redakční a DTP zpracování: Reklamní atelier AREA, s.r.o.

Registrace MK ČR 6866 ze dne 27. 8. 2003.

Vydavatel neručí za obsah inzerce.

Foto na titulní straně Lenka Hatařšová



ISO
9001

Kolik stojí zdraví, paní doktorko?

Lidé sedí před televizí a z „doktorských seriálů“ nabývají dojmu, že čím více vyšetření, tím lépe a že jen neschopný lékař nepředepíše magnetickou rezonanci. Nebo jsou v televizní osvětě i výjimky?

Nejsem vášnivým vyznavačem televizních programů. Jeden nejmenovaný mne však velmi oslovil. Sledovala jsem jej jako lékař i laik najednou. Vyprávěl příběhy o nemoci i víře. Zmiňoval také finanční náklady na léčbu daného onemocnění, kterou hradí zdravotní pojišťovny.

Jaký je princip financování zdravotní péče u jednotlivce?

Žijeme ve státě s vysokou mírou solidarity. Ti z nás, kteří jsou zdraví, tj. zatím nečerpají finanční prostředky ze společného měšce, přispívají jiným, kteří to šťestí být zdravý dočasně či trvale ztratili. Říká se – „sytý hladovému nevěří“. Tak se také setkáváme s názorem klienta „proč mám já ze svého hradit péči druhým?“. A přitom si mnohdy nepřipouští,

že život píše různé romány. Teď nepotřebuji, přišťe já nebo někdo z mých blízkých může potřebovat.

A co stále se zvyšující finanční nároky moderní medicíny?

To je druhá strana mince. V současné době celosvětově vnímáme útlum ekonomiky. Mile řečeno. S tím však souvisí i snížení výběru pojistného na zdravotní pojištění, tedy snížení finančních prostředků na zdravotní péči. My se ale přece chceme léčit podle moderních metod. Kdo to zaplatí? Zdokonalující se medicína, která si leckdy poradí i s dříve téměř neléčitelným onemocněním, přináší s sebou bohužel i zvyšující se náklady. Zdravotní pojišťovny tak z příjmů hradí stále větší část zdravotní péče za stále se zužující počet klientů. Výsledkem je pak fakt, že na úhradu zdravotní péče jednoho pacienta, léčeného např. pomocí biologické léčby, ať je jeho diagnóza roztroušená skleróza, revmatická artritida, lupénka či onkologické onemocnění, se musí často v rámci solidarity spolupodílet i několik tisíc zdravých klientů.

NÁKLADY NA ZDRAVOTNÍ PÉČI U VYBRANÝCH DIAGNÓZ ČI VÝKONŮ

Průměrné náklady na operaci žlučníku

Operace žlučníku (klasická, nebo laparoskopická)	5 000 – 30 000 Kč (dle použitého operačního postupu)
--	---

Průměrné náklady na náhradu kyčelního kloubu, tzv. totální endoprotézu kyčle (TEP)

Základní cena za TEP kyčle	63 000 – 99 000 Kč (dle typu použitého materiálu)
Včasná pooperační následná rehabilitace	10 000 Kč/týden
Lázeňská péče komplexní	30 245 Kč/měsíc

Průměrné náklady na léčbu roztroušené sklerózy pro klienta na rok

Vyšetření pomocí magnetické rezonance	až 10 000 Kč za 1 vyšetření
Bez biologické léčby	60 000 Kč
S biologickou léčbou	až 400 000 Kč (dle typu preparátu)

Průměrné náklady na léčbu lupénky pro klienta na rok

Bez biologické léčby	35 000 Kč
S biologickou léčbou	až 600 000 Kč (dle typu preparátu)

Co na to OZP?

OZP je seriózní zdravotní pojišťovnou. A právě v souladu s tímto principem musíme upozornit na některá úskalí, se kterými se pacienti mohou v příštím roce setkat. Může to být v některých nemocnicích delší čekací doba na plánovanou operaci, výjimečně i omezená dostupnost lékařské péče apod. **V každém případě je OZP přivřena takové situace řešit.**

Občas se setkáváte s nabídkou na změnu zdravotní pojišťovny. Buď proto, že někdo pomlouvá tu vaši nebo zdůrazňuje nějaké výhody té nové. Ten, kdo vás přemlouvá, může mít své dobré (třeba finanční) důvody, ale tyto důvody nemusí být dobré pro vás.

I u zavedené a solidní zdravotní pojišťovny se může stát, že vás lékař odmítne převzít do své péče nebo vám na-

staví jiné omezení. V takovém případě si vyžádejte jeho písemné potvrzení o nemožnosti poskytnout vám zdravotní péči a pošlete je na adresu OZP. Váš problém určitě vyřešíme, třeba právě za pomoci naší asistenční služby.

Rok 2011 nebude jednoduchý. Staráme se o své klienty v oblasti prevence. Poskytujeme příspěvky klientům s nízkými náklady na zdravotní péči. Jsme si více než vědomi, že právě tito zdraví umožňují léčbu nemocným. Proto jim nabízíme řadu produktů, které průběžně prezentujeme. Ale to není vše. Máme připraven i vyšší stupeň Asistenční služby OZP, v rámci které chceme klienty provázet souklím systému zdravotnictví.



Putování vaší tisícikoruny

Co vše se děje s vaší tisícikorunou, kterou měsíčně vydáte na zdravotní pojištění. Co se děje s dalšími dvěma tisíci Kč, které za vás do tohoto systému doplní váš zaměstnavatel?

Překvapuje vás, kolik peněz zaplatíte každý měsíc za pojištění na veřejné zdravotní pojištění a jak je pak možné, že je peněz v systému nedostatek? Minimálně polovina všech osob, které jsou v České republice pojištěny, jsou tzv. státní pojištěnci, za které je ze státní pokladny nyní odváděno jen 723 Kč měsíčně, a přitom mnoho z nich je, vzhledem ke svému onemocnění nuceno čerpat zdravotní péči za miliony ročně.

Zaplatíte-li ze své měsíční výplaty 1 000 Kč na veřejné zdravotní pojištění, ještě to neznamena, že tato částka se dostane na nějaký váš osobní účet ve zdravotní pojišťovně, odkud by případně mohla být použita na vaši zdravotní péči.

V České republice funguje tzv. systém stoprocentního přerozdělování, což znamená, že veškeré vybrané pojistné za všechny zdravotní pojišťovny je dáno dohromady a rozděleno podle speciálního klíče. Ten je sestaven podle věkových skupin a pohlaví – 25letý pojištěnec je většinou zdravější a ekonomicky méně zatěžuje zdravotní systém pojišťoven než pojištěnec ve věku 75 let. Určitá část společných prostředků je rozdělována na tzv. „velmi nákladné pojištěnce“ – jedná se např. o drahou onkologickou léčbu apod. Zdravotní pojišťovna tedy neohospodář s odvedeným pojistným, ale s částkou, která odpovídá počtu pojištěnců tak, jak jsou rozvrstveni ve věkových skupinách. Složitě?

Byl jednou jeden pán... aneb Pravdivý příběh ze života

Pan Josef. Zdravý muž, absolvent VŠ, zaměstnanec velké firmy, s měsíčním výdělkem 30 000 Kč hrubého, 6 let pojištěn u OZP, blíží se kulatým padesátým narozeninám, plný života, s pocitem „nerozbitnosti“, začíná při námaze vnímat zvláštní tíhu na prsou. Není si jist, občas ho trápí bolesti hrudní páteře. A kondice už také není, co bývala. Po několika dnech střídavých obtíží přeče jen na nátlak své manželky navštěvuje praktického lékaře. EKG jeví známky drobné nesrovnalosti. Lékař pro jistotu Josefa odesílá ke kardiologickému vyšetření, na sono srdce, po-

slže dojde i na zátěžový test. Je indikován ke koronární katetrizaci k vyloučení stenózy srdeční tepny. Následně k operačnímu výkonu by-passu. Josef bojuje sám se sebou. Dosud zdravý, s velkými plány do budoucnosti, navštěvující lékaře jen při chřipce, prochází rozsáhlou procedurou předoperačních vyšetření. Po operaci se zotavuje na jednotce intenzivní péče, poté na pracovišti časné rehabilitace. Domů odchází vybaven řadou léků. Lékaři doporučují lázeňskou péči.

Odvody na zdravotní pojištění za dobu jeho pojištění u OZP

pan Josef	1 350 Kč/měsíc	16 200 Kč/rok, tj. 97 200 Kč/6 let pojištění
jeho zaměstnavatel	2 700 Kč/měsíc	32 400 Kč/rok, tj. 194 400 Kč/6 let pojištění
CELKEM		48 600 Kč/rok, tj. 291 600 Kč/6 let pojištění

V souladu se systémem stoprocentního přerozdělování však OZP na Josefovu zdravotní péči obdržela nesrovnatelně nižší částku. Vzhledem k tomu, že pan Josef patřil téměř celou dobu do věkové skupiny 45–50 let, činila měsíční částka cca 1 208 Kč, tj. 14 496 Kč ročně. **Celkem tedy za 6 let zaplatil pan Josef a jeho zaměstnavatel na pojistném 291 600 Kč a pojišťovna „na něj“ obdržela 86 976 Kč.**

Výdaje na jeho léčbu v tomto roce

předoperační vyšetření, operace, hospitalizace	528 000 Kč
následná lázeňská péče	34 000 Kč
Léky	18 000 Kč
CELKEM	580 000 Kč

Znamená to, že za výkon, který pan Josef podstoupil, jeho zdravotní pojišťovna vydala o 493 024 Kč více, než získala za celou dobu jeho pojištění.



A závěr?

Moderní medicína pomohla. Pan Josef má zase šanci. Před onemocněním náklady na zdravotní péči minimální, odvody do zdravotního pojištění přiměřené, součtem za ta léta však naprosto nepokryvající zdravotní péči,

související s léčbou. Na nákladech se spolupodílí nejenom soused odnaproti, zdravý, skoro padesátiletý muž, ale v rámci solidarity i mnozí další zdraví klienti OZP.

Asistenční služba OZP

novinky v roce 2011

Výjimečná nabídka OZP • Komplexní asistence při řešení vašich zdravotních problémů • K dispozici ve všech krajích ČR

Asistenční služba OZP (AS OZP) vstupuje do třetího roku svého fungování. Za uplynulých 12 měsíců koordinátoři AS OZP vyřídili tisíce telefonátů, objednali stovky pacientů ke specialistům a pomohli celé řadě klientů, kteří se octli v nesnázích.

I v roce 2011 naším hlavním cílem zůstává snižování rizika nedostupnosti zdravotní péče a zajišťování kvality poskytované péče. Kam jít dál? Od ledna 2011 nabízíme několik novinek, z nichž nejdůležitější je možnost úhrady vyšších stupňů služeb AS OZP.

Co vše získáte registrací do AS OZP

24 hodin denně koordinátor call centra AS OZP na telefonu

Hledáte informace? Máte zdravotní problém? Ztrácíte se v latinských výrazech, zkratkách a odborných termínech? Speciálně vyškolení koordinátoři AS OZP vám ochotně poskytnou radu a pomoc.

24 hodin denně lékař na telefonu

Služba je určena k rychlé konzultaci vašeho zdravotního stavu.

UPOZORNĚNÍ: AS OZP NENAHRAZUJE RYCHLOU ZÁCHRANNOU SLUŽBU!

Pokud máte akutní zdravotní potíže, např. krvácení či prudké bolesti, volejte přímo linku 155 nebo 112.

Objednání k lékaři

Potřebujete objednat ke specialistovi a nevíte, na koho se obrátit? Poradte se s naším koordinátorem. Ten kontaktuje smluvní lékaře sítě AS OZP a objedná vás. Termín objednání vám pak telefonicky potvrdí.

Jednorázová odborná konzultace

Jste již v péči lékaře, ale přece jen potřebujete poradit? Pak prostřednictvím koordinátora AS OZP zadejte požadavek na konzultaci dlouhotrvajících obtíží, které se zatím nedaří úspěšně vyřešit. Na váš problém se podívá náš expertní lékař, který se pokusí shrnout všechny příznaky a najít řešení.

Interakce léků

Jde o posouzení předepisovaných léků, jejich vzájemných interakcí a případných nežádoucích účinků včetně doporučení dalšího postupu.

Supervize

Jste dlouhodobě léčeni a uvítali byste pomocnou ruku lékaře, který vás provede řešením vašeho zdravotního problému? Obráťte se na AS OZP.

Koordinovaná péče

Nemáte zdravotní problémy, ale u vás v rodině se vyskytují závažná onemocnění? Tápete v otázce správné životosprávy? Nevíte, jaká preventivní vyšetření by pro vás byla vhodná? Chcete se poradit? Pak právě tato služba je pro vás ta pravá.

Rozšířené preventivní programy OZP

Klienti AS OZP si v roce 2011 mohou vybírat z rozšířené nabídky čerpání kreditů, popřípadě využít služby stanovení rizika formou dotazníku (viz článek Výhody pro pojištěnce OZP v roce 2011).

Přednostní nabídka VITAKARTY

VITAKARTA – elektronická zdravotní knížka pro klienty OZP.

UPOZORNĚNÍ:

- Pro zajištění ochrany osobních údajů můžeme informace o vašem zdravotním stavu a zdravotní péči poskytnout pouze vám, u dětí do 18 let věku i zákonnému zástupci.
- Účast v Asistenční službě OZP je možná pouze po písemné registraci.
- Jednotlivé služby AS OZP, které jsou k dispozici v rámci různých stupňů AS OZP, názorně přibližuje následující schema.

Struktura služeb AS OZP v roce 2011

ZLATÉ SLUŽBY

- koordinovaná péče – individuální komplexní prevence
- supervize diagnostického a léčebného procesu odborníkem

STŘÍBRNÉ SLUŽBY

- interakce předepsaných léků
- jednorázová odborná konzultace dlouhodobých obtíží

STANDARDNÍ SLUŽBY

- nonstop koordinátor AS OZP na telefonu
- nonstop lékař na telefonu
- objednání k lékaři

*omezení se nevztahuje na

- konzultaci dostupnosti zdravotní péče hrazené z veřejného zdravotního pojištění
- služby poskytované pouze call centrem AS OZP (tj. pokud jde pouze o informace, které může po telefonu poskytnout koordinátor AS OZP sám bez přepojení na lékaře)

GOLD = SILVER + ZLATÉ SLUŽBY

SILVER = STANDARD + STŘÍBRNÉ SLUŽBY



Výhody pro pojištěnce OZP v roce 2011

Proč být u OZP? Protože má tradičně nejlepší nabídku pro chytré klienty, kteří vědí, jak je důležitá prevence, jak je důležité dbát na správný životní styl. V tom jim chce OZP pomáhat.

Proto je v roce 2011 připraveno pro všechny věkové skupiny „něco navíc“. Očkování, nejširší paleta preventivních vyšetření, příspěvky na produkty a aktivity, které povzbudí péči o správný postoj ke zdraví.

Základní přehled přinášíme na následujících stranách. Podrobné informace, podmínky čerpání a formuláře pro uplatnění nároku najdete na www.ozp.cz, poskytnou vám je též na všech pracovištích OZP a na infolince 261 105 555.

OZP pro prevenci...

... NÁDOROVÝCH ONEMOCNĚNÍ

Včasný záchyt rakoviny prsu	pro ženy od 40 do 45 let	1 x za dva roky
Včasný záchyt nádorů tlustého střeva a konečníku	pro ženy i muže od 40 do 49 let	1 x za rok
Včasný záchyt rakoviny kůže	pro všechny klienty	1 x za rok
Včasný záchyt nádorů ledvin a nádorů břišních orgánů	pro ženy i muže od 50 let	1 x za 2 roky
Včasný záchyt rakoviny prostaty	pro muže od 40 do 60 let	1 x za rok
Včasný záchyt nádorů krku	pro ženy i muže od 40 do 65 let	1 x za rok

... ONEMOCNĚNÍ SRDCE

Kardio prevence	pro ženy i muže od 40 do 60 let	1 x za rok
-----------------	---------------------------------	------------

... METABOLICKÝCH ONEMOCNĚNÍ

Včasný záchyt osteoporózy	pro ženy i muže od 50 let	1 x za 2 roky
Včasný záchyt celiakie	pro všechny klienty	1 x za rok

NOVÉ!

STANOVENÍ MÍRY RIZIKA FORMOU DOTAZNÍKU

Pro klienty registrované v AS OZP je na www.ozp.cz připraven dotazník na zdravotní stav a případné rizikové faktory. Vyplněný dotazník vyhodnotí lékař, který vás kontaktuje a poradí, jak s výsledkem naložit.

OZP pro své malé pojištěnce



Kredit pro děti ve výši 1 000Kč lze čerpat na produkty a aktivity podporující zdravý život.

TYP PRODUKTU	VŠEM DĚTEM	DĚTEM, REGISTROVANÝM V ASISTENČNÍ SLUŽBĚ OZP NAVÍC...
OČKOVÁNÍ věk od 1 do 18 let	<ul style="list-style-type: none"> ✓ proti meningokoku typu AC ✓ proti klíšťové encefalitidě ✓ proti žloutence typu AB 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ proti planým neštovicím ✓ proti spalničkám, příušnicím, planým neštovicím a zarděnkám (očkovací látka Priorix Tetra pro děti do 2 let) ✓ proti papilomavíru
PLAVÁNÍ DĚTÍ věk od 1 do 6 let		<ul style="list-style-type: none"> ✓ předplatní a časové vstupenky do bazény ✓ kurzy plavání pro děti
OČNÍ PROGRAM věk od 1 do 6 let		<ul style="list-style-type: none"> ✓ preventivní vyšetření zraku předškolních dětí
DĚTSKÝ METABOLISMUS věk od 1 do 6 let		<ul style="list-style-type: none"> ✓ preventivní měření lipidových parametrů z kapky krve

OZP pro maminky a novorozence



Kredit do výše až 1 500 Kč/rok lze čerpat na úhradu Asistenční služby OZP GOLD či SILVER a také na produkty a aktivity podporující zdravý život.

TYP PRODUKTU	VŠEM MAMINKÁM	MAMINKÁM REGISTROVANÝM V ASISTENČNÍ SLUŽBĚ OZP NAVÍC...
OČKOVÁNÍ DĚTÍ věk od 0 do 1 roku	<ul style="list-style-type: none"> ✓ proti meningokoku typu AC ✓ proti rotavírům 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ proti pneumokokové nákaze (Prevenar 13)
OSTATNÍ	<ul style="list-style-type: none"> ✓ vitaminové preparáty pro těhotné ✓ ultrazvukové vyšetření plodu ✓ předporodní kurzy ✓ náklady spojené s porodem ✓ ultrazvukové vyšetření kyčlí novorozence 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ náklady spojené s odběrem pupečnickové krve ✓ příspěvek na přípravky ke snížení nadváhy po porodu ✓ screening vrozených vývojových vad ✓ kurzy plavání

OZP Vitakredit

Kredit pro pojištěnce s nízkými náklady na zdravotní péči ve výši 500Kč můžete čerpat na úhradu Asistenční služby OZP SILVER a také na produkty a aktivity podporující zdravý život.



VĚKOVÉ SKUPINY	VŠEM POJIŠTĚNCŮM SE ZÁKLADNÍM KREDITEM (možnosti čerpání)	POJIŠTĚNCŮM SE ZÁKLADNÍM KREDITEM, REGISTROVANÝM V AS OZP NAVÍC... (možnosti čerpání)
STUDENTI A MLÁDEŽ věk od 18 do 25 let	OČKOVÁNÍ ✓ proti meningokoku typu AC ✓ proti klíšťové encefalitidě ✓ proti žloutence typu AB	OČKOVÁNÍ ✓ proti planým neštovicím ✓ proti tetanu ✓ proti papilomaviru
		ECHO SRDCE PRO SPORTOVCE
	OSTATNÍ ✓ příspěvek na antikoncepci	OSTATNÍ ✓ příspěvek na kontaktní čočky
DOSPĚLÍ věk od 26 do 64 let	OČKOVÁNÍ ✓ proti tetanu	OČKOVÁNÍ ✓ proti chřipce
	OSTATNÍ ✓ preventivní vyšetření, hrazená v hotovosti ve zdravotnických zařízeních ✓ úhrada fyzioterapeutických výkonů	OSTATNÍ ✓ příspěvek na alternativní medicínu (homeopatie, akupunktura apod.)
SENIORŮ od 65 let	OČKOVÁNÍ ✓ proti tetanu	OČKOVÁNÍ ✓ proti klíšťové encefalitidě
	OSTATNÍ ✓ úhrada fyzioterapeutických výkonů ✓ úhrada předplatných a časových vstupenek do plaveckého bazénu	OSTATNÍ ✓ příspěvek na zdravotnické pomůcky ✓ zdravotnická prohlídka způsobilosti k řízení motorového vozidla ✓ příspěvek na alternativní medicínu (homeopatie, akupunktura apod.)

OZP pro onkologicky nemocné klienty

Jednorázový kredit OZP do výše až 3 000 Kč/rok na epitézy, paruky

OZP pro dárce

Kredit lze čerpat na úhradu Asistenční služby OZP GOLD či SILVER a také na produkty a aktivity podporující zdravý život.



Kredit pro dárce krve	<ul style="list-style-type: none">✓ min. 3 bezplatné odběry v roce 2011✓ v případě získání medaile prof. MUDr. Jana Jánského v roce 2011	500 Kč/rok 2 000 Kč
Kredit pro dárce kostní dřeně	darováno v roce 2011	3 000 Kč
Kredit pro dárce orgánů	darováno v roce 2011	4 000 Kč

I v roce 2011 jsou pro vás připraveny preparáty pro podporu krvetvorby, které si na pracovištích OZP můžete vyzvednout po každém odběru.

OZP si vyhrazuje právo měnit obsah a podmínky čerpání všech programů. To ale není věta malým písmem „pro strýčka příhodu“ – umožní nám to přidat zajímavý program či stanovit nové skupiny klientů, kterým chce OZP přispět. Nehodláme měnit pravidla uprostřed hry, ale budeme jednat na rovinu podle možností a dostupných zdrojů.



Vidíš, jdeme dobře! Za zdravotní pojišťovnou s dlouhou tradicí.

Pečlivě se o nás stará, nabízí jedinečný komfort a širokou nabídku služeb pro každého.

Nevěříte? Přesvědčte se na www.ozp.cz nebo volejte 261 105 555.

ozp ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA
i pro vás!



Pobočka OZP v Českých Budějovicích na nové adrese v centru města

4. října 2010 byl zahájen provoz v nových prostorách pobočky na adrese **Rudolfovská 1817/2**. Klienti jsou obsluhováni v moderním, prostorném a příjemném pracovišti profesionálním týmem zaměstnanců.

Milena Najmanová

OZP přichází za svými klienty

V září a v říjnu 2010 rozšířila svá klientská centra o tři nové expozitury – v Benešově, Mostě a Trutnově.

Provozní doba nově otevřených expozitur:

Středa 12.00 – 17.00 hod.

Služby poskytované na nově otevřených expoziturách:

„OZPoint“

- ▶ Vystavení bezdlužnosti;
- ▶ Vystavení výpisu z účtu pojištěnce;
- ▶ Služby registru
 - Provedení veškerých změn v registru
 - Pořízení přihlášek osob i zaměstnavatelů
 - Tisk prozatímního potvrzení;
- ▶ Služby v rámci EU;
- ▶ Tisk duplikátu kreditu.

Pojištění Vitalitas

- ▶ Sjednávání všech druhů pojištění Vitalitas.

Propagační a informační činnost

- ▶ Poskytnutí komplexních informací o OZP, příspěvcích z fondu prevence a podmínkách jejich čerpání, výhodách pro pojištěnce;
- ▶ Poskytnutí základních informací z oblasti kontroly plateb pojistného;
- ▶ Informace o Asistenční službě OZP.

Podatelna

- ▶ Převzetí všech podání od pojištěnců, plátců i zdravotnických zařízení;
- ▶ Výdej vitaminů dárčům krve;
- ▶ Výdej formulářů, prospektů a propagačních materiálů.

Tyto a mnohé další služby vám poskytneme ve všech klientských centrech OZP.



Benešov: Tyršova 2071 – 1. patro Obchodní pasáže



Most: Bankovní 1300 – v prostorách České spořitelny



Trutnov: Krakonošovo náměstí 21/15 –
2. patro v sousedství České spořitelny

Slavnosti Vodního království Hodonín

Tato významná akce se konala dne 17. července 2010 v Hodoníně. Slavnosti se zúčastnili zástupci pohádkových a zážitkových regionů z celé České republiky i zástupci pohádkových regionů ze Slovenska, Rakouska, Polska a Itálie.

Slavnosti proběhly v areálu u ramene řeky Moravy a Masarykova muzea Hodonín, kde probíhal bohatý program. Dopoledne byl otevřen jarmareční stánkový prodej, probíhaly raftové závody, bylo připraveno historické ležení, atrakce pro děti, královská zvířecí farma, kejklíři atd. Odpolední program byl zahájen slavnostním průvodem



všech účastníků summitu v čele s královnou Blankou I. a její družinou z Masarykova náměstí až k ramenu řeky Moravy. V areálu oslav se konaly „Summitové hry“, do kterých se zapojili účastníci summitu spolu s návštěvníky. Bohatý program pokračoval čokoládovou bitvou, šermířským turnajem, siláckou show, orientálním tancem atd. Večerní program byl zakončen ohňostrojem.

rých se zapojili účastníci summitu spolu s návštěvníky. Bohatý program pokračoval čokoládovou bitvou, šermířským turnajem, siláckou show, orientálním tancem atd.

Večerní program byl zakončen ohňostrojem.



Těchto slavností se prostřednictvím Pohádkového království jižních Čech a Šumavy zúčastnila i Oborová zdravotní pojišťovna se svým maskotem OZPáčkem. Ten procházel areálem, rozdával dětem balónky a pohledy, dospělým propagační letáčky OZP a stal se oblíbenou postavíčkou, se kterou se děti často fotily.



Po stopách kocoura Mikeše

Za krásného slunečného dne babího léta se v sobotu 18. září 2010 uskutečnil v Mnichovicích 7. ročník turistického pochodu Po stopách kocoura Mikeše. Účastníci se na jednotlivých trasách pochodu setkávali s pohádkovými postavíčkami, jak je mistrně ztvárnil malíř a spisovatel Josef Lada. Proto se i letos vydávali po Mikešových stopách nadšené děti s rodiči na tradičních trasách, jakými jsou kratší trasy Mikešova, Bobešova a Pašíkova i nejdelší 25 km trasa Hastrmanova. V cíli se pochodníci



potkávali s našim pohádkovým OZPáčkem, který nadšeným a spokojeným účastníkům předával zajímavé dárečky. OZPáček se velmi rychle skamarádil s pohádkovými postavíčkami kocourem Mikešem, prasátkem Pašíkem, kozlíkem Bobešem a Mařenkou Kudláčkovou, se kterými se také vydal mezi účastníky pochodu a na průzkum mnichovického náměstí. Nakonec se dohodli, že za rok se v Mnichovicích opět na pochodu sejdou.

OZPáček na Kompas



Jihočeskou turistickou nabídku představil třetí ročník veletrhu Jihočeský kompas, který proběhl 8. a 9. října 2010 v Domu kultury Metropól v Českých Budějovicích. Kromě známých turistických lákadel se prezentovali například výrobci tradiční bechyňské keramiky či dřevěných hraček nebo osobnosti, které k regionu neodmyslitelně patří.

Mezi těmito osobnostmi nechyběl ani maskot OZPáček, který lákal na losování a ceny a kamarádil se s dalšími významnými osobnostmi, jako třeba s pohádkovým králem Zdeňkem Troškou nebo světově známým cestovatelem Pavlem Pavlem.



OZP na mezinárodním turistickém srazu v Poličce

Jednou za dva roky pořádá KČT tradiční mezinárodní letní turistický sraz, nejen pro své členy, ale pro všechny zájemce o turistiku. V letošním roce proběhl ve dnech 4. až 8. srpna v Poličce. A OZP byla při tom. I když bylo většinou deštivé počasí, akce turistů se zúčastnilo mnoho nadšenců, kteří se vydali na různě dlouhé trasy pochodů. Náš stánek jako tradičně poskytoval všem zájemcům bez ohledu na příslušnost ke zdravotní pojišťovně měření tělesného tlaku a tuku, účastníci pochodu obdrželi dárkový

set náplastí pro turisty, děti pak balóčky a pexesa, pojištěnci OZP navíc dostali multivitaminový přípravek. OZP zajistila i měření saturace krve kyslíkem na oxygenometru a měření glykemie z krve, o které byl největší zájem. Přítomný lékař tak mohl hned reagovat na naměřené hodnoty a zájemce poučit, jak s uvedenou zjištěnou hodnotou cukru v krvi dále pracovat.

A na to vše dohlížel a mezi pochodníky vzbuzoval zájem o fotografování náš OZPáček.



Dvoustranu připravili:
Eva Koubová, Lubomír Zemánek a Vladimír Turek



Tancuj a nedrob!



V září 2008 odstartoval po celé České republice projekt s názvem „Tancuj a nedrob!“. Ukazuje dětem jiné možnosti trávení volného času než jsou dlouhé hodiny trávené hraním her na PC nebo bezdýché toulání se městem. Děti se učí poslední trendy moderních tanečních stylů, a to zábavnou formou. Navíc je k dispozici i bohatý program mimo taneční aktivity.

Název kampaně „Tancuj a nedrob!“ vychází z toho, že každé dítě je osobnost a dělá občas v životě špatné věci. Ty špatné věci jsou oněmi „drobky“, které bohužel nejdou tak snadno vyluxovat, jako běžné drobky z koberce.



Music Club Óčko v Praze 4 se v sobotu 16. října proměnil v taneční parket při srazu tanečních skupin Dancing Crackers. Zapojil se i náš OZPáček - v rytmu hudby předával vítězům ceny a u stánku OZP pak drobné dárečky.

Den zdraví na Petříně

V den státního svátku naší republiky a v předvečer 18. narozenin OZP uspořádala společnost Prague Towers, Pohádkové království a Oborová zdravotní pojišťovna Den zdraví pro děti a rodiče na pražském Petříně. Podívejte se, jak hezká akce to byla.

Mario Böhme



OZP dětem

Přímořské ozdravné pobyty Chorvatsko

Ozdravné pobyty u moře, které bude i v roce 2011 OZP organizovat, jsou určeny dětským alergikům a ekzematikům, dětem s chronickým onemocněním dýchacích cest, dětem s poruchou imunitního systému či poruchou pohybového aparátu.

Kam se společně podíváme?

Do Chorvatska na ostrov Dugi Otok, kde v překrásném pobřeží moře střední Dalmácie děti stráví 14 dnů. Oblázkové pláže mírně se svažující do moře s průzračnou vodou přímo vyzývají děti k ozdravnému pobytu. V hotelovém komplexu Luka je k dispozici vlastní pláž, hřiště na volejbal a fotbal, stolní tenis, minigolf, ruské kuželky a společenská místnost s televizí. Po celou dobu pobytu je pro děti připraven zdravotně rehabilitační, ale i kulturní a sportovní program.

Jak své dítě můžete přihlásit?

Nejpozději do 31. března 2011 zašlete „Návrh na umístění dítěte v ozdravně“, vyplněný registrujícím lékařem pro děti a dorost (formulář by měl mít lékař v ordinaci), spolu s uvedením termínu ozdravného pobytu na adresu:

**OZP
oddělení zdravotních programů a marketingu
Roškotova 1225/1
140 21 Praha 4**

Délka pobytu:	2 týdny
Věková kategorie:	7–15 let (7leté děti musí mít ukončenou 1. třídu ZŠ)
Organizační zajištění:	OZP ve spolupráci s NZZ KOVOTOUR PLUS, s.r.o., Ostrava
Doprava:	autokary (nástup: Praha, Ostrava, Brno, Olomouc, České Budějovice + lodní trajekt na ostrov)
Ubytování:	hotel LUKA, třílůžkové pokoje s vlastní koupelnou a WC
Stravování:	plná penze s odpolední svačinou, plnohodnotný pitný režim
Cena zahrnuje:	ubytování, stravování, dopravu, pojištění, 1 celodenní výlet, náklady spojené s pedagogickým a zdravotnickým doprovodem



Termíny	Spoluúčast rodičů
7. 6.–23. 6. 2011	7 000 Kč
21. 6.–7. 7. 2011	9 000 Kč
5. 7.–21. 7. 2011	9 200 Kč
19. 7.–4. 8. 2011	9 200 Kč
2. 8.–18. 8. 2011	9 200 Kč
16. 8.–1. 9. 2011	9 000 Kč

Slevy	
Dítě pojištěné u OZP nejpozději k 1. 1. 2009	10%
Oba zákonní zástupci (příp. samoživitel/ka, doloženo fotokopii úředního dokladu), pojištění u OZP nejpozději k 1. 1. 2011	10%

Max. sleva 20% jen při splnění obou uvedených podmínek.

Služby Portálu OZP

V rámci zkvalitňování elektronické komunikace a dalších služeb vyvíjí OZP nové aplikace, které usnadní život klientům i plátcům pojistného a zrychlí vyřizování jejich záležitostí.

Od 24. ledna 2011 se veřejnosti představí dva nové elektronické nástroje:

- Potvrzení o bezdlužnosti
- Vitakarta

Které další aplikace budou postupně přibývat, se dozvíte na www.ozp.cz. Informace o způsobu registrace a používání aplikací najdete na našem webu a průběžně vás budeme informovat všemi obvyklými způsoby.

Co je VITAKARTA?

Fungující elektronická zdravotní knížka

- Osobní účet pojištěnce
- Předepsané léky
- Záznamy o hospitalizaci
- Možnost vedení osobního zdravotního deníku
- Propojení s informačními systémy u lékařů a v nemocnicích a s Portálem zdravotních pojišťoven



ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA
i pro vás!

Aktivní pojištěnec

Předmětem zájmu OZP je každý náš klient. Nejsou to jen jednotlivci, ale i celé rodiny, skupiny zaměstnanců, sportovní kolektivy, kolektivy sdružené v klubech turistů, či jiných sportovních asociacích a zájmových sdruženích. Pro všechny tyto skupiny se snažíme dělat akce i zdravotní programy tak, aby se zde každý náš pojištěnec našel.



Všem těmto pojištěncům OZP nabízí akci „Aktivní pojištěnec“. Již druhým rokem nabízíme těm pojištěncům, kteří jsou starší 15 let a přesvědčí ke vstupu do OZP nového klienta, získat pro sebe, či svoji rodinu 1 000 Kč ve formě mimořádného kreditu od našeho Sdružení PREVICENCE, a to za každého takového nového pojištěnce. Uvedenou částku lze čerpat na vše, co slouží ke zlepšení vašeho zdraví a zdravotní kondice. V roce 2010 využila dosud této možnosti řada našich klientů. I v roce 2011 budeme v této akci dále pokračovat, protože má mezi klienty úspěch, a je jen na vás, zda této možnosti získat něco pro své zdraví, využijete. Podrobnosti o této akci najdete na webových stránkách OZP, nebo je obdržíte na všech našich kontaktních místech OZP či na naší infolince 261 105 555.

Ale být aktivním pojištěncem, který jen získá nového klienta, nemůže být přece pro vás plně uspokojivý. Aktivní pojištěnec dbá průběžně o své zdraví, aktivně sportuje, dodržuje správnou životosprávu, dodržuje prevenci a zdravě se hýbe. Jak se zdravě hýbat, najdete na následující straně

Člověče, hýbej se, než bude pozdě!

Toto motto mohli číst cestující pražské MHD v tramvajích a metru od ledna 2010. OZP a Klub českých turistů je zvaly na pochody za poznáním Prahy i za zvýšením tělesné kondice. V podobném duchu se odehrávají aktivity evropského projektu PA-CZion, který má zmírnit následky nebo předejít syndromu vyhoření u pedagogů, a na kterém s českobudějovickou pedagogickou fakultou a s univerzitou v německém Pasově OZP spolupracuje.

Výsledky takových akcí nemusejí být zachovány jen v podobě tabulek, grafů a protokolů, které jsou zapomenuty kdesi v šanoncích. Mohou mít praktický význam nejen pro přímé účastníky, ale i pro širší veřejnost. Některé z návodů, rad a výsledků nabízíme nejen pro hubnutí před Vánoci, po nich nebo pro novoroční předsevzetí – i když zrovna takové by nemuselo být na škodu.

Takže pro začátek si změřte svou kondici. Třeba pomocí Ruffierovy zkoušky, která je založena na měření tepové frekvence před zatížením a po něm.

Postup:

- ✓ nejprve vsedě změřte na zápěstí počet tepů za 15 sekund (hodnota TF1)
- ✓ proveďte 30 dřepů v pravidelném tempu 1 dřep za sekundu
- ✓ ihned po výkonu usedněte a změřte počet tepů za 15 sekund (hodnota TF2)
- ✓ v klidu sedíte a odpočíváte po dobu 1 minuty
- ✓ pak změřte počet tepů za 15 sekund (hodnota TF3)

Hodnoty dosadíme do vzorce tzv. Ruffierova indexu (RI):

$$RI = [(TF1 + TF2 + TF3) \times 4 - 200] / 10$$

Výsledek značí počet bodů, kterých jsme dosáhli. Pohledem do tabulky jednoduše zjistíme, jaká je naše zdatnost.

Vyhodnocení výpočtu:

index	zdatnost
nižší než 0	výborná
0,1–5	velmi dobrá
5,1–10	průměrná
10,1–15	podprůměrná
vyšší než 15	nedostatečná

Jak jste dopadli? Chce to upevnit dobrý výsledek, nebo se snažit o dosažení lepšího čísla?



Zde je několik jednoduchých cviků, které vám pomohou rozhybat některé tělesné partie a které můžete provádět jednoduše doma a některé třeba i v práci...

Šlapání na kole: **BŘICHO**

Tento cvik vzdáleně připomíná šlapání na kole, je velmi účinný, protože procvičuje všechny svaly na břichu. Lehněte si na podložku a dejte dlaně za hlavu. Přitáhněte kolena k hrudi a zvedněte ramena a hlavu od země. Narovnejte levou nohu a zároveň natočte tělo tak, abyste se levým loktem dotkli pravého kolena (nebo se k němu alespoň přiblížili). Stejný postup opakujte na druhou stranu. Celý cvik proveďte 10-15krát.

STEHNA, HÝŽĎĚ **Stoupání na židli:**

Pro tento cvik si připravte židli zhruba do výšky kolen. Položte jednu nohu na židli a záda mějte narovnaná. Stoupněte na židli a druhou nohou se neopírejte o židli. Pohyb by měl být plynulý. Pro udržení stability se můžete jednou rukou dotýkat zdi.

Dýchání: V základní pozici se nadechněte a při pohybu nahoru vydechnete.

Superman: **ZÁDA**

V základní pozici ležte na podložce břichem dolů a natáhněte ruce i nohy. Ruce i nohy současně zvednete, ale poté, co se vrátíte zpět do základní polohy, nepokládáte je na zem. Tento cvik je výborný na zpevnění zad i hýždových svalů.

Dýchání: V základní pozici se nadechnete a při zvedání rukou a nohou vydechnete.

Věšení prádla:

Známy, jednoduchý, ale účinný cvik, který většina zná už z mateřské školy.

Postavte se a zdvihněte paže nad hlavu. Představte si, že se snažíte pověsit prádlo na šňůru, na kterou nemůžete dosáhnout, a vytahujte tak paže i celé tělo, co nejvíce to jde.

Dotyky prstů: **PRSTY A RUKA**

Tento cvik ruky pomáhá zlepšit pohyblivost prstů. Je jednoduchý a dělá se u stolu několikrát denně.

Provádějte každou rukou zvlášť. Dotýkejte se postupně špičkou palce špiček dalších prstů téže ruky. Dotkněte se jedné špičky, natáhněte dlaň, dotkněte se druhé špičky, natáhněte dlaň, od ukazováčku po malíček.

Zvedání prstů:

Položte ruce dlaněmi na stůl. Postupně zvedejte jednotlivé prsty jako hlavy pohádkové saně co nejvýše to jde. Cvik opakujte několikrát, mezi opakováním vždy sevřete ruce v pěst.

Psaní očima: **OČI**

Cvik je nenáročný na pomůcky i na prostředí, můžete jej provádět prakticky kdekoli a vaším očím to pomůže.

Pohybujte očima ze strany na stranu, nahoru a dolů i křížem. Představte si, že očima kreslíte písmena X, O a H v různých směrech, každé písmeno alespoň třikrát. Cvičte s otevřenými a zavřenými očima.

Znáte podobné cviky? Máte s nimi dobré zkušenosti? Napište nám na bonus@ozp.cz, vybrané cviky a rady zveřejníme na webu a v dalším čísle časopisu Bonus info. Autory odměníme OZP knihami.

Pojištění na cesty 2011

Pojištěnci OZP si již za více než 6 let zvykli na slevy a příspěvky na pojištění při cestách do zahraničí, či na dětské úrazové pojištění, které hradíme novorozencům a prvňáčkům již po 4 roky.

V roce 2010 jsme na těchto příspěvcích za naše klienty zaplatili řádově více jak 6 mil. korun komerční Pojišťovně Vitalitas z prostředků vlastní podnikatelské činnosti vymezených pro zdravotní pojišťovny zákonem.

I v roce 2011 chceme zachovat pro naše pojištěnce všechny slevy ve stejném rozsahu jako v roce 2010. Jsme si vědomi toho, že cestovní pojištění léčebných výloh šetří cestovatelům do zahraničí vlastní peníze, a chceme také posílit i jejich odpovědnost za své zdraví, aby bez uzavření cestovního pojištění nikam do světa nejezdili.

Proto v roce 2011 poskytujeme:

Všem pojištěncům OZP bez ohledu na věk 50% příspěvek na pojištění léčebných výloh v zahraničí při turistických cestách po Evropě na dobu max. 30 dnů. Příspěvek 50 % poskytneme i při dalších opakovaných cestách vždy na max. 30 dnů v kalendářním roce.

Navíc v roce 2011 tento příspěvek jako pojištěnec OZP získáte nejen při uzavření cestovního pojištění na přepážkách OZP, ale jako novinku pro naše klienty od 1. 1. 2011 i při uzavření cestovního pojištění prostřednictvím internetu. Dokonce můžete toto pojištění nově zaplatit i online platební kartou.

- ▶ pro děti a mládež –pojištěnce OZP ve věku do 17 let (16 let + 364 dní v době uzavření pojištění) příspěvek 100 Kč na roční pojištění opakovaných turistických cest po Evropě, takže při sjednání tohoto pojištění na přepážce OZP zaplatíte jen 500 Kč.
- ▶ Pro všechny pojištěnce OZP jsou zachovány pro rok 2011 i všechny další stávající produkty cestovního pojištění (dlouhodobé pojištění, skupinové slevy apod.)

Novorozencům – pojištěncům OZP budeme dále i v roce 2011 hradit dětské úrazové pojištění pro první rok života uzavřené u pojišťovny Vitalitas. Od roku 2007 do současnosti tento produkt využilo již přes 12 tisíc novorozenců. Ke sjednání bezplatné smlouvy navštivte kterékoli kontaktní místo a současně při nahlášení novorozence do registru OZP zdarma obdržíte toto pojištění. Také lze využít internetu, kde na www.vitalitas.cz můžete toto pojištění uzavřít. Na těchto stránkách najdete také podrobné informace o všech pojistných produktech.



NA INTERNETU PLATBA KARTOU

Od listopadu 2010 mají všichni, kteří využívají uzavřené cestovního pojištění prostřednictvím internetu, novou možnost – uhradit pojistné platební kartou. Postup je velmi jednoduchý: při sjednávání pojištění si zvolíte online platbu kartou a zadáte údaje potřebné pro realizaci platby. Je možné využít karty **VISA, VISA Electron, V Pay, Maestro a Master Card**.

NOVINKY V CESTOVNÍM POJIŠTĚNÍ PRO ROK 2011

DVOJNÁSOBNÁ OCHRANA ZA STEJNÉ PENÍZE

- zvyšujeme pojistnou částku pro léčebné výlohy v zahraničí na 5.000.000 Kč v Evropě i ve světě.

BEZPLATNÉ PRODLOUŽENÍ POJISTNÉ SMLOUVY V PŘÍPADĚ PŘÍRODNÍ KATASTROFY

- pokud se nebudete moci z Vaší zahraniční cesty vrátit v původně plánovaném termínu z důvodů přírodních katastrof (vzpomínáte na problémy, které nejen v Evropě způsobila na jaře letošního roku islandská sopka Eyjafjallajökull), stačí nám e-mailem na info.cesty@vitalitas.cz nahlásit číslo Vaší pojistné smlouvy a my Vám zdarma prodloužíme pojistnou smlouvu až do doby, kdy se budete moci bezpečně vrátit domů.

VYŠŠÍ POJISTNOU OCHRANU I BEZPLATNÉ PRODLOUŽENÍ SMLOUVY ZÍSKÁTE ZA STEJNÉ POJISTNÉ JAKO V LETOŠNÍM ROCE!

S VITALITAS NA LYŽE

- nezapomeňte, že na lyžařskou dovolenou je nezbytné nejen pojištění léčebných výloh, ale i sportovní přípojištění. Vřele doporučujeme rovněž pojištění odpovědnosti za škody: za 5 Kč na 1 den za Vás uhradíme škody až do 1.500.000 Kč!



program 
ZVONEK

PROGRAM ZVONEK VSTUPUJE DO PÁTÉHO ROKU

V roce 2010 se pod ochranu Zvonečku uchýlilo již téměř 5.000 dětí! Postupně v jednotlivých letech programu čerpají děti (a jejich rodiče) řadu výhod: pojištění zdarma, knížku s básničkami, zvýhodněné pojistné a poukázky ve výši 200 Kč na bezpečnostní pomůcky. Hlavní dárek pak bude čekat na nové prvňáčky – po uhrazení pojistného na 6. rok programu budeme rozdávat školní aktovky. Program Zvonek mohou bezplatně využít všechna miminka narozená v roce 2011. Sjednání pojištění je velmi snadné: k dispozici jsou Vám kontaktní místa OZP nebo online sjednání na www.vitalitas.cz

Těšíme se na další nové Zvonečky!

VÁNOČNÍ SOUTĚŽ S VITALITAS

Využili jste v roce 2010 jakékoli pojištění u Vitalitas?

Pošlete nám obrázek, příběh nebo fotografii z dovolené (z té letošní, příští nebo třeba té vysněné). Soutěžte s námi a těm nejuspěšnějším předáme dárky, které zpříjemní cestování celé Vaší rodiny.

Umělecká díla nejen Vašich dětí čekáme do 31. 12. 2010 na adrese:

Vitalitas pojišťovna, a.s. | Kuta centrum | Zelený pruh 95/97 | 140 00 Praha 4
nebo na soutez@vitalitas.cz

Kalendář akcí pro klienty a příznivce OZP

únor–květen 2011

Karlovarský kraj

5. 2.

Zimním krajem léčivých vod
21. ročník turistického pochodu
Mariánské Lázně

7. 5.

Májovým Chebskem
15. ročník turistického pochodu
Cheb

4. 6.

Karlovarská padesátka
40. ročník turistického pochodu
Karlovy Vary

Moravskoslezský kraj

2. 4.

15. ročník Otevírání jara
a turistické sezóny 2011
Hradec nad Moravicí

7. 5.

turistický pochod Okolo Mořkova
Mořkov

Olomoucký kraj

28. 5.

35. putování za Loštickým tvarůžkem
Loštice

Pardubický kraj

7. 5.

Přes tři hrady
Turistický pochod KČT
Sopotnice-Žampach

Plzeňský kraj

1. 4.

12. Apriiáda
Plzeň

Vysočina

19. 3.

20. zahájení jarní turistické sezóny
v KČT Vysočina
Měřín

Ústecký kraj

19. 3.

Mistrovství republiky v tancích – 6. ročník
Roudnice nad Labem

20.– 22. 5.

Setkání mládeže Ústeckého kraje
Soutěže žactva a dorostu v brännballu



Nově otevřena Lékárna Vitapharma

v budově

Oborové zdravotní pojišťovny

Praha 7 Holešovice, Tusarova 1152/36

Široký sortiment léčiv
a zdravotnických prostředků

Odborné poradenství
ve spolupráci s lékaři specialisty

Akční slevy pro pojištěnce



Oborové zdravotní
pojišťovny



Milé děti, milí rodiče a kamarádi.

Už několik měsíců se s vámi denně setkávám prostřednictvím internetové sítě pod křídly naší zdravotní pojišťovny. Na www.ozp.cz je pod tajuplným rozcestníkem umístěno území OZPáčkova, kterému velím a starám se, abych vám v té zábavnější podobě nabídl všední i nevšední informace mnoha podob. Snažím se přinášet řadu praktických rad nejen od odborníků, zajímavých tipů na výlety anebo třeba různé soutěže.

V uplynulých měsících jste se tak mohli se mnou vydat na turistické pochody, veletřhy, za odpočinkem, za historií, za poznáváním památek. Ve spolupráci s Pohádkovým královstvím jsme navštívili pohádková místa, festivaly a účastnili se soutěží v rámci seriálu Kulinářských zážitků. S odborníky jsme řešili, jak na alergeny nebo pyly, a dostali jsme několik dobrých rad, jak bojovat s nachlazením a bacily. A to není zdaleka vše. V OZPáčkově najdete vždycky nějaký ten BONUS navíc. Sledujte pravidelně moje stránky a nechte se nasměrovat tím správným směrem.



facebook

OZPáček vám chce být ještě blíží, a tak si založil svůj profil i na Facebooku. Přidejte si ho do oblíbených stránek. Dozvíte se leccos nového, můžete vyhrát zajímavé ceny a dovedeme i poradit.

OZPáček se skamarádil s panáčkem turistou z našeho partnerského portálu www.turistika.cz. Společně tak nabízejí zajímavé tipy na výlety a akce, kterých by bylo škoda se nezúčastnit. Portál www.turistika.cz je výjimečný tím, že cestovatelům a výletníkům nabízí unikátní zdroj informací mnoha druhu pro ještě větší požitek z cestování a hlavně bezpečný návrat z tuzemska i zahraničí.



turistika.cz
pro větší zážitek z lesů i výhledů

Veršovánky...

OZPáček zdravý tvor,
plave, běhá, sjiždí z hor.
Příklad si z něj můžeš vzít,
co dělat, jak zdravě žít.
(Hana Kujalová, Hradec Králové)

V minulém čísle našeho časopisu jsem vyhlásil veršovánkovou soutěž. Do mé e-mailové schránky dorazilo nesčetné uměleckých příspěvků, rýmovaček a čtyřverší na moji poštávičku. Všem moc děkuji. V těchto dnech jsou k dispozici na našich kontaktních místech OZPáčkovy omalovánky s vybranými básničkami a jejich autory.

Dvoustranu připravila Romana Marmazinská

Co jste se mnou zažili...

OZPáčkova cesta ZOO

Abychom vám ještě více zpříjemnili pobyt v zoologických zahradách (Jihlava, Brno, Dvůr Králové, Hluboká nad Vltavou), připravil si OZPáček pro vás v letních měsících svoji dobrodružnou cestu. Úkolem bylo sledovat naše kontaktní místa po různých trasách ZOO, u hostesek zodpovědět jednoduché otázky a do rozcestníčkového plánu si nechat dát speciální razítka. Po nasbírání všech razítek obdržel každý u našeho stánku odměnu. Seriál cest po ZOO se návštěvníkům moc líbil a OZPáček slíbil, že někdy v budoucnu si rád akci zopakuje. Fotografie najdete na Facebooku.



Bylo nebylo, ale jen v jižních Čechách a na Šumavě mohlo být „... v jednom Pohádkovém království, kde vládné mocný pohádkový král, který své říši www.pohadkovekralovstvi.cz moudře panoval...“ Máte tak jako já rádi pohádky? S Pohádkovým královstvím není nouze o pohádkové příběhy a nezapomenutelné zážitky, ba naopak. Přesvědčit jste se o tom mohli

na akcích, které jsem pro vás s Pohádkovým královstvím zorganizoval. Během léta jsme projeli světa kraj, viděli nevidané a slyšeli neslychané. Některé fotografie najdete na facebooku, zvláště z akcí, které jsem si poznamenal do svého zápisníčku. A pozor, příští rok moje spolupráce s Pohádkovým královstvím pokračuje. Těšte se už teď na pohádkové šílenství...

Hořovice dětem a Rajčatobraní, 3. 7. 2010; pozn.: Zdeněk Troška, král

Slavnosti Vodního království Hodonín, 17. 7. 2010;

Buchtobraní a Selské slavnosti v Holašovicích, 24. 7. 2010; pozn.: domácí buchty mňam

Poznávání památek za letních úplíků, 24. 8. 2010; pozn.: baterku s sebou

Země živitelka, České Budějovice, 28.-29. 8. 2010

Festival Jičín - město pohádky, 11.-12. 9. 2010; pozn.: les Řáholec

Plackobraní, Hořovice, 25. 9. 2010

Bramboriáda, Ukončení pohádkové sezony na Šumavě, 3. 10. 2010

Jihočeský kompas, Veletrh turistických možností, zážitků a vizí, 8.-9. 10. 2010; pozn.: veletrh

Lampionový průvod pohádkovým lesem, Dobříš, 23. 10. 2010; pozn.: nezapomeň lampion

OZPáčkova listárna...

Napište mi, podělte se se mnou i o své zážitky. Byli jste na našich akcích, vyfotili jste se s OZPáčkem? Fotografie můžete uveřejnit na Facebooku. Zajímají mě vaše podněty. Budu rád i za vaše nápady.

Váš OZPáček

Kontaktní data:



ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA
i pro vás!

internet: www.ozp.cz

(OZPáčkova stránka pro děti a rodiče)

profil: Facebook / OZPáček

e-mail: ozpacek@ozp.cz

Tereza Kostková: „Stárnutí je nutné.“

Herečka, moderátorka, patronka nadačního fondu Veselý senior a tvář Studia pro ženy Magdaleny Mikulandové. Velmi příjemná mladá žena, která si ve svém velmi nabitém programu našla čas na rozhovor pro náš časopis.

Terezo, jaká byla vaše cesta k nadaci Veselý senior?

Stručná, přišla nabídka a já si s vědomím toho, že v neziskovém sektoru je seniorské pole orané málo jak málo co, řekla proč ne. Jdeme něco dělat, aby ta snaha o zvelebení „světa“ nebo alespoň přítomnosti začala být i pro starší věkovou kategorii trochu vyrovnaná.

Já si myslím, že právě vaši rodiče jsou příkladem veselých seniorů.

Jsou především příkladem lidí moudrých, charakterních a aktivních. Díky této kombinaci a „nezabalení fidlátek“ jen pro starší datum v občanse jsou také příkladem lidí „nestárnoucích“. A o to jde. Ta „veselosť“ v názvu našeho nadačního fondu by neměla být zaměňována s něčím povrchním nebo nedej bože naivním.

Co vy a stárnutí?

Které přesně myslíte? Vrásky na čele nebo v hlavě? Víím jen o těch prvně jmenovaných. Naštěstí. Zatím. A pozor: jisté stárnutí je v mnoha ohledech příjemné, ba přímo nutné! Bavíme-li se v rovině zkušenosti a zrání.

Můžete nám trochu představit projekt Burza vzájemné pomoci?

Kvůli podrobnostem odkazuji hned na naše webové stránky www.veselysenior.cz nebo přímo na místo možného setkání i sídlo fondu v Trojické ulici. Ale ve stručnosti: nabídka, poptávka. Služby, nadání, schopnosti, zkušenosti k dispozici. Těch dříve narozených komukoli, kdo hledá. Taková anonce. Ale face to face, nejen virtuálně. Mnozí mají co nabídnout a ostýchají se nebo nevědí, kde to říct. Už je komu: nám. Už je kde: v Trojické.

Co vás přivedlo do Studia pro ženy?

Mé těhotenství, nalezená brožurka a okamžitá spokojenost.



Co říkáte tomu, že OZP poskytuje všem svým pojištěncům, kteří navštíví Studio pro ženy, 15% slevu?

Že je to od nich šlechetné.



Zbývá vám ještě nějaký čas na hraní na klavír a flétnu?

S pravidelným brnkáním jsem skončila někdy v 18 letech, s flétnou jakbysmet. Byly to podstatné nástroje při mé přípravě na profesi učitelky v mateřské škole. Dráha byla odkloněna, „Luisiny polky“ zapomenuty, ale k písničkám doprovodím... Hlavně děti.

Myslím, že všichni vědí, jak umíte výborně tancovat. Ale zřejmě ne každý ví, že i dobře stepujete.

A není to totéž? Tap dance je druh tance. Ba dokonce srovnáme-li se standardem a latinou, jsem rozhodně daleko silnější v kramflecích ve stepu. To druhé nemám na úrovni vyšší než jsou taneční. A i u stepu trochu „bejvávalo“. I když, tak by šlo něco oprášit.

V roli paní doktorky v seriálu Ordinace v růžové zahradě působíte velmi přirozeně (slyšel jsem i názor, že prý to ani nehrajete), čím je vám ta seriálová postava nejbližší?

Smyslem pro humor, schopností nadhledu.

Váš tříletý syn Toniček. Dá se již pozorovat nějaké větší nadšení pro konkrétní činnost nebo věc?

U každého se projevuje nějaká dispozice, něco, co jde snadněji, ale v tak malém věku je dobré ještě posilovat i ty méně rozvinuté stránky, ještě „nehledat obor“. Na to je čas.

Je výhodou, anebo naopak nevýhodou, že jste původní profesí učitelkou v mateřské škole? Nepřekáží vám při výchově Tonička profesionální deformace?

Profesi jsem studovala, ale nevykonávala (kromě povinných praxí). Nemám čím být deformovaná. Naopak, „peďák“ je pro jen trochu vímavou mámu dobrý pomocník. Mně to prostě nepřekáží.

Jak se Toničkovi líbí ve školce?

Líbí. Chodí přeci do „tý“ jako máma.

Ptal se Jan Paroubek

Terezu Kostkovou můžete v současné době vidět především v televizním seriálu Ordinace v růžové zahradě v roli doktorky Mandlové, v Divadle pod Palmovkou ve hře Cyrano z Bergeracu a Gazdina roba a v divadle Viola ve hře Bílé noci.



Představujeme vám

Naším hlavním úkolem je zajistit pro vás dostupnou zdravotní péči. Pomáhá nám v tom více než 24 000 smluvních zdravotnických zařízení v celé ČR.

Vesměs se jedná o zařízení s dobrým, až výborným personálním i přístrojovým vybavením. Rádi bychom přiblížili postupně každé z nich, ale bohužel nám to kapacitní důvody neumožňují. Na stránkách našeho pololetníku vám budeme postupně alespoň některá

z nich představovat. Jsou to zdravotnická zařízení, která kromě zdravotní péče hrazené z veřejného zdravotního pojištění poskytují péči i v oblastech preventivních programů a dalších produktů. Tento díl našeho seriálu je věnován prvním čtyřem.

ASKLEPION – Lasercentrum Praha, s.r.o.

Je největším evropským estetickým laserovým centrem. Svoji špičkovou technologii nabízí exkluzivně pojištěncům OZP. V Asklepiu opravdu platí jen kartička OZP.

Klientům OZP jsou na stomatologii zhotovovány unikátní 3D snímky pomocí CT vyšetření, které dají zubnímu lékaři skutečný přehled o situaci. Výsledkem jsou bezpečné výkony zubní chirurgie kliniky, která provádí jak výkony hrazené zdravotní pojišťovnou (extrakce zubů moudrosti, resekce, exstirpace cyst), tak i výkony nadstandardní (zubní implantáty) přímo pod vedením doc. MUDr. Romana Šmuclera, CSc.

Asklepion dále nabízí vyšetření internistou, specialistou ORL a chirurgem. Svoji činnost zahajuje i ordinace gynekologická. Velkým hitem jsou operace křečových žil za pomoci laseru, prováděné ambulantně a umožňující rychlejší rehabilitaci. Jen pro zajímavost – laser se zavede do žíly vpichem či drobným operačním výkonem. Žíla se neodstraňuje klasickým způsobem, ale zničí se teplem laseru.

Zajímavý je projekt OZP a Asklepiu k prevenci a léčbě rakoviny kůže pomocí unikátního digitálního dermatoskopu, který nejenom rozliší nebezpečí kožní léze, ale i přesně s časovým odstupem kontroluje její vývoj. Tím se zabrání mnoha operacím a jizvám. Z dalších produktů spolupráce s OZP můžeme uvést preventivní program

Včasný záchyt nádoru krku – rakoviny krku, Prevence poruch pohybového aparátu a v neposlední řadě i Asistenční služba OZP.

Veškerá péče je poskytována v moderní budově bývalé gynekologicko-porodnické kliniky v Londýnské ulici v Praze 2. Budova je dobře dostupná veřejnou dopravou a má vlastní parkoviště pro pacienty. Nyní se připravuje rozšíření těchto služeb pro klienty OZP i do Karlových Varů a Mariánských Lázní, kde jsou mimo jiné realizovány i operace hypertrofičké prostaty thuliovým laserem. Výkon je mnohem šetrnější, méně bolestivý s možností propuštění pacienta do 24 hodin.

Kontakt: www.asklepion.cz



Klinika Dr. Pírka s.r.o. (Středočeský kraj)

Soukromá nemocnice, založená v roce 1934, se nachází na kraji Mladé Boleslavi 35 minut od Prahy. Objekt nemocnice je umístěn v lesoparku. Vlastníkem je švýcarská lékařská rodina Pírků – potomků zakladatele nemocnice, která rekonstruovala objekt s cílem realizovat kvalitní švýcarský standard poskytované zdravotní péče. Specifikem Kliniky Dr. Pírka je maximální snaha zajistit co nejužší vztah lékař – pacient. Lékař, který pacienta vyšetří, rovněž provede plánovaný zákrok a následně potom o pacienta pečuje v pooperačním období. Klinika poskytuje ambulantní i hospitalizační péči v oborech ortopedie a chirurgie. Ambulance jsou také pro klienty k dispozici v oborech gastroenterologie, prsní poradny, traumatologické poradny, ambulance bolesti a dalších navazujících oblastí.

Mimochodem, v ortopedii se jedná o přední české pracoviště, které provádí kloubní náhrady na dolní i horní končetině. Zaměřeni jsou na operace totálních endoprotéz, arroskopické operace všech kloubů, specializované operace ruky včetně následků po úrazech atd. Novinkou je řešení syndromu karpálního tunelu endoskopickou metodou. V oblasti chirurgie pak lékaři kliniky realizují laparoskopické operace žlučníku, klasické operace na trávicím traktu, operace žil dolních končetin, operace kýly a plastické operace estetické chirurgie. OZP s klinikou úzce spolupracuje např. při zajištění Asistenční služby OZP.

Kontakt: www.drpirek.cz



VISUS spol. s r.o. (Královéhradecký kraj)

Toto zdravotnické zařízení bylo prvním soukromým očním lůžkovým zařízením v ČR. Nově je operační část umístěna v rekonstruovaných prostorách polikliniky v Náchodě. Služby tohoto zdravotnického zařízení využívají dospělí i dětští pacienti nejen z Náchoda, ale také Rych-

nova nad Kněžnou a Hradce Králové. Ambulance jsou k dispozici i v Červeném Kostelci, Dobrušce, Kostelci nad Orlicí, Opočně, Polici nad Metují a Úpici. Nejčastější diagnózy, se kterými klienti přicházejí, je katarakta (šedý zákal), glaukom (zelený zákal), ale i pterygium rohovky.



Pracoviště operativně řeší i tzv. blefarochalasu (nadbytek kůže na horním očním víčku z důvodu ztráty elasticity) či léčbu dioptrických vad pomocí refrakční nitrooční operace. S ohledem na přístrojové i personální vybavení naše

pojišťovna úzce s tímto zdravotnickým zařízením již dlouhá léta spolupracuje při realizaci programů Péče o zrak a Asistenční služba OZP.

Kontakt: www.ocni-visus.cz

MEPHACENTRUM, a.s. (Moravskoslezský kraj)

Zdravotnické zařízení s tzv. multidisciplinárním přístupem k pacientovi. Klientům v lokalitě Ostrava - Poruba, a nejen jim, je tak k dispozici rozsáhlé diagnostické a terapeutické centrum s výborným personálním i přístrojovým vybavením. Kromě praktických lékařů zde můžete využít zdravotní péči i z rukou ambulantních specialistů v oborech plicního lékařství, stomatologie, alergologie, angiologie, diabetologie, gastroenterologie, chirurgie, interny, ale i kožní, neurologie, ortopedie, urologie a dalších. Jen pro zajímavost, např. v gastroenterologické ambulanci je k dispozici tzv. transnazální gastroskopie, která je pro klienta šetrná a dobře snesitelná. V objektu je pro klienty připravena i infuzní jednotka, řešící různé bolestivé stavy. Nabídka péče je široká i v oblastech nadstandardní péče, tj. péče nehrazené z veřejného zdravotního pojištění. Jedná se o aurikuloterapii (ušní akupunkturu), terapii

pomocí laseru, dietní poradnu, lymfodrenáže, genetickou laboratoř apod.

Klienti OZP využívají toto zdravotnické zařízení s cílem řešit své zdravotní obtíže, hrazené z veřejného zdravotního pojištění, ale tradici již má také dlouholetá spolupráce v realizaci různých preventivních programů, hrazených z Fondu prevence OZP. Zmínit můžeme především program Včasný záchyt nádorových pigmentových změn kůže - prevence melanomu, ale i Mamografický screening, neboť pracoviště je zařazeno do sítě zdravotnických zařízení akreditovaných MZ ČR. V neposlední řadě zajišťují lékaři Mephacentra i program Péče o zrak a Asistenční službu OZP.

Kontakt: www.mephacentrum.cz



Vážení klienti, pokusili jsme se v kostce seznámit vás s prvními zařízeními. Blíže informace získáte také na jejich webových stránkách. Předpokládáme, že v představení budeme na stránkách našeho poletníku pokračovat

pravidelně a tím vám i přibližovat pracoviště, kde jsou našim klientům připraveni vždy poskytnout špičkovou zdravotní péči. Uvítáme i vaše poznatky a zkušenosti s lékaři, kteří se o vás starají.

proenzi[®]3+
specialista na vaše klouby

VYZKOUŠEJTE
NOVĚ PROENZI i VY!



doplňěk stravy

ŽIVOT JE POHYB.
POHYB JE PROENZI.

NOVINKA

Nové Proenzi 3+ s obohaceným složením nabízí **ještě lepší účinek na zdraví a pohyblivost kloubů.**



Proenzi 3+, to je osvědčená kombinace 3 aktivních látek **plus nově navíc unikátní komplex ExPur**. Obsahuje účinnou dávku kolagenu II. typu a vitamínu C - látek důležitých pro zdraví kloubní chrupavky.

Speciální nabídka: 180+45 tablet zdarma. Ušetříte až **200 Kč.**

K dostání ve vaší lékárně.

WALMARK[®]
20 let - česká firma

bezplatná infolinka 800 900 776, www.proenzi.cz

KONTAKTY A KLIENTSKÁ CENTRA OZP

ŘEDITELSTVÍ OZP PRAHA

Roškotova 1225/1,
140 21 Praha 4
fax: 261 105 300

ELEKTRONICKÁ PODATELNA

<https://portal.ozp.cz>

INTERNET

www.ozp.cz (včetně on-line komunikace)

DATOVÁ SCHRÁNKA: q9iadw9

TELEFONNÍ INFORMAČNÍ

CENTRUM PRO KLIENTY

(Po–Pá: 8.00–16.00)

INFOLINKA: 261 105 555

PRAHA – klientská centra OZP

Na Příkopě 24, Praha 1

Po – Čt: 8.30 – 17.30

Pá: 8.30 – 14.00

Tusarova 36, Praha 7

Po, Út, Čt: 8.00 – 16.00

St: 8.00 – 18.00

Pá: 8.00 – 14.00

Roškotova 1225/1, Praha 4

Po – Čt: 8.00 – 16.00

Pá: 8.00 – 14.00

Pracoviště Na Příkopě a v Tusarově ulici nejsou určena k zaslání korespondence.

Výhradní adresa pro poštovní styk s ředitelstvím OZP je Roškotova 1225/1, 140 21 Praha 4.

Pokud není uvedeno jinak, je provozní doba kontaktních míst OZP:

POB

Pobočka: Po, St: 8.00-17.00

Út, Čt: 8.00-15.00

Pá: 8.00-14.00.

EXP

Expozitura: Po, St: 9.00-12.00, 13.00-17.00

Út, Čt: 12.00-15.00

Pá: 9.00-12.00

E

Expozitura: St: 12.00-17.00

BENEŠOV

Tyršova 2071

256 01 Benešov

tel.: 602 731 214

e-mail: benesov@ozp.cz

E

LIBEREC

Jablonecká 16/294,

460 01 Liberec

tel.: 485 101 150

fax: 485 101 522

e-mail: liberec@ozp.cz

POB

TÁBOR

nám. Fr. Křížka 2840

390 01 Tábor

tel./fax: 381 210 681

e-mail: tabor@ozp.cz

EXP

BEROUN

Palackého 31/2, 266 01 Beroun

tel./fax: 311 611 488

e-mail: beroun@ozp.cz

EXP

MOST (v pobočce České spořitelny)

Bankovní 1300

434 57 Most

tel.: 725 066 712

e-mail: most@ozp.cz

E

TRUTNOV

Krakonošovo náměstí 21/15

541 01 Trutnov

tel.: 724 112 210

e-mail: trutnov@ozp.cz

E

BRNO

Příkop 4, 604 35 Brno

tel.: 545 175 681, 545 175 677

fax: 545 175 682

Středa do 18.00

e-mail: brno@ozp.cz

POB

OLMOUC

Denisova 2, 771 11 Olomouc

tel.: 585 423 914

fax: 585 423 913

e-mail: olomouc@ozp.cz

POB

ÚSTÍ NAD LABEM

Klíšská 1346/14, P. O. Box 120

400 01 Ústí nad Labem

tel.: 475 214 310, 475 214 317

fax: 475 214 500

e-mail: usti.nl@ozp.cz

POB

ČESKÉ BUDĚJOVICE

Rudolfovská 1817/2

370 01 České Budějovice

tel.: 387 319 117, 387 425 335

fax: 387 319 355

e-mail: ceske.budejovice@ozp.cz

POB

OPAVA

Dolní nám. 22, 746 01 Opava

tel./fax: 553 610 304

e-mail: opava@ozp.cz

EXP

ZLÍN

Zarámí 92, 760 01 Zlín

tel.: 577 584 159

fax: 577 584 160

e-mail: zlin@ozp.cz

POB

HRADEC KRÁLOVÉ

Herbenova 40

500 02 Hradec Králové

tel.: 495 523 547

fax: 495 523 526

e-mail: hradec.kralove@ozp.cz

POB

OSTRAVA

Prívovská 12, 701 61 Ostrava

tel.: 596 133 318-320

fax: 596 133 317

e-mail: ostrava@ozp.cz

POB

ŽDĚNAD SÁZAVOU

Dolní ulice 165/1

591 01 Žďár nad Sázavou

tel.: 566 521 273

fax: 566 521 338

Po, St: 9.00–12.00 13.00–17.00

Pá: 9.00–12.00

e-mail: zdar.ns@ozp.cz

EXP

JIHLAVA

Dr. Jiřího Procházky 5281/20

586 01 Jihlava

tel.: 567 330 854

fax: 567 303 183

e-mail: jihlava@ozp.cz

POB

PARDUBICE

Hronovická 2761

530 02 Pardubice

tel.: 466 052 271

fax: 466 052 274

e-mail: pardubice@ozp.cz

POB

KARLOVY VARY

T. G. Masaryka 42

360 01 Karlovy Vary

tel.: 353 176 401

fax: 353 176 405

e-mail: kvary@ozp.cz

POB

PLZEŇ

Purkyňova 17, 301 36 Plzeň

tel.: 377 325 310, 377 320 472

fax: 377 320 440

e-mail: plzen@ozp.cz

POB

Kontaktovat nás

můžete i v DĚČÍNĚ

Čs. legií 17, 405 02 Děčín

tel./fax: 412 530 622

Po–Čt: 8.30–12.00; 13.00–17.00

e-mail: decin@ozp.cz