Mental Health and Wellbeing Local

Често поставувани прашања

Macedonian | Македонски

OFFICIAL

Овој информативен лист е подготвен за да ви помогне да дознаете повеќе за услугите што ги нуди Mental Health and Wellbeing Local.

Што е Mental Health and Wellbeing Local?

Службите на Mental Health and Wellbeing Local (Локални служби за ментално здравје и благосостојба) се нов вид на служби за ментално здравје кои ќе се воведат на најмногу 60 локации низ Викторија до крајот на 2026. Mental Health and Wellbeing Locals ќе нудат лекување, нега и поддршка за лица на возраст од 26 години и постари.

Услугите се бесплатни, доброволни и лесно достапни, без потреба од упат. Важно е дека овие нови услуги ќе се доставуваат врз основа на принципот *„како можеме да помогнеме?“* и *„нема погрешна врата“*, чија цел е да ви се даде избор и контрола врз тоа како сакате да добивате поддршка.

Тие ќе ви го олеснат пристапот до поддршката што ви треба, поблиску до домот и до вашите семејства, негуватели и мрежи за поддршка.

Какви видови на услуги ќе се нудат во Mental Health and Wellbeing Locals?

Mental Health and Wellbeing Locals ќе нудат:

- лекување и терапии
- поддршка за благосостојба, фокусирана на личноста
- подучување, поддршка од лица со слични искуства и самопомош
- планирање на негата која ќе ја предводат клиентите и координирање со други даватели на услуги.

Ќе биде потребно време за секоја локација да може да го понуди целосниот опсег на услуги за лекување и поддршка, но кога тие ќе бидат целосно подготвени за користење, ќе вклучуваат услуги лице в лице, преку telehealth и мобилни услуги, кои ќе им се доставуваат на поединци и групи.

Што ако имам проблеми и со менталното здравје и со зависноста од дрога?

Достапна е поддршка за секој кој има проблеми со менталното здравје и со зависноста од дрога во исто време.

Mental Health and Wellbeing Locals ќе работат со вас и, доколку се согласувате, со вашето семејство, негуватели и лица кои ви нудат поддршка, на подготвување на план за нега што ќе ги исполнува вашите цели и желби.

Работници за поддршка кои го користат своето лично доживеано искуство за да им дадат поддршка на други лица кои се соочуваат со слични предизвици, исто така ќе бидат достапни да ве водат и да ви нудат поддршка.

Кој може да ги користи Mental Health and Wellbeing Locals?

Услугите на Mental Health and Wellbeing Local се наменети за лица на возраст од 26 години и постари кои имаат проблеми со менталното здравје или благосостојбата.

Ако сте член на семејството, негувател, пријател или лице за поддршка на некој кој има проблеми со менталното здравје, можете исто така да пристапите до поддршка што ќе ви помогне во вашата улога како негувател или за вашите лични потреби во врска со менталното здравје.

За информации за поддршката за млади лица, видете го прашањето подолу *„Каква поддршка е достапна за лица на возраст под 26 години?“.*

Дали услугите се културно безбедни и соодветни?

Службите на Mental Health and Wellbeing Local ги почитуваат и одговараат на културните потреби и различности.

Сите посетители ќе добијат подеднаков пристап, како и културно безбедни и соодветни услуги без стигма и дискриминација, вклучувајќи ги Абориџините и жителите од островите во Теснецот Торес, ЛГБТИК+ заедницата, членовите на културно и јазично разновидните заедници, лицата од бегалско потекло, лицата кои бараат азил, лицата со попреченост и лицата со невродиверзија.

Дали услугите на Mental Health and Wellbeing Locals се бесплатни?

Да, услугите се бесплатни за секого, дури и ако немате Medicare картичка.

Дали треба да имам упат од стручно здравствено лице за да ги користам услугите на Mental Health and Wellbeing Local?

Не, не ви треба упат од вашиот доктор по општа пракса (GP) или било кое друго стручно здравстено лице, или Mental Health Treatment Plan (План за третман за ментално здравје) за да добиете поддршка од Mental Health and Wellbeing Local.

Како Mental Health and Wellbeing Locals се разликуваат од другите служби за ментално здравје?

Mental Health and Wellbeing Locals ќе се грижат за луѓето на кои им е потребна поголема поддршка отколку што може да понуди доктор по општа пракса (GP) или приватен специјалист за ментално здравје, но на кои не им се потребни поопсежни услуги, како што се услуги за поддршка во болница.

Овие нови служби нема да ги заменат постоечките служби во вашата област. Тие тесно ќе соработуваат со докторите по општа пракса, приватните специјалисти за ментално здравје, доставувачите на третмани во врска со зависност од алкохол и други видови на дрога, како и со други здравствени и социјални служби во заедницата за да се осигураат дека сите ваши потреби за поддршка се задоволени.

Како да стапам во контакт со Mental Health and Wellbeing Local?

Можете да контактирате служба на Mental Health and Wellbeing Local на неколку различни начини во зависност од тоа што претпочитате.

- Телефон: 1300 372 330
- Веб-страница: Mental Health and Wellbeing Local <https://www.betterhealth.vic.gov.au/mhwlocal>

Дали можам да пристапам до поддршка ако зборувам јазик различен од англискиот?

Да. Ако ви треба повеќе помош на вашиот јазик, можете да се јавите на TIS National на 13 14 50 и да побарате преведувач, а потоа да ги замолите да ве поврзат со вашата најблиска Mental Health and Wellbeing Local служба.

Што ќе се случи при мојата прва посета?

Ќе разговарате со работник за ментално здравје (ова може да биде лично, онлајн или преку телефон).

Овој работник ќе се фокусира да ги сослуша и разбере работите што ве загрижуваат за да може да работи со вас и, доколку се согласувате, со вашето семејство, негуватели и лица за поддршка, за да подготви план за нега што ги исполнува вашите цели и желби.

Вашиот план може да вклучува комбинација од видови на поддршка и терапии врз основа на вашите потреби. Некои од овие видови на поддршка може да ги добиете за време на вашата прва посета, а други за време на следните посети.

Исто така, можно е вашите потреби да бидат подобро задоволени од друг вид на давател на здравствена нега или услуги. Ако тоа е случај, Mental Health and Wellbeing Locals ќе ви помогнат да пристапите до овие услуги.

Работници кои поминале низ слични искуства исто така ќе бидат достапни да ве водат и да ви нудат поддршка вам, како и на вашето семејство, негуватели и лица за поддршка.

Дали е достапна поддршка за негувателите, семејствата и пријателите на лица кои страдаат од ментална болест?

Да. Ако сте член на семејството, негувател, пријател или лице за поддршка на некого со проблеми во врска со менталното здравје, достапни се помош и поддршка од Mental Health and Wellbeing Locals.

Без разлика дали сакате да добиете помош за себе во вашата улога како негувател или за вашите лични потреби во врска со менталното здравје - ќе можете да ја добиете негата, поддршката и советите што ви се потребни, кога тие ќе ви бидат потребни.

Каква поддршка им е достапна на лицата на возраст под 26 години?

Ако вие или некој на кој му давате поддршка сте на возраст меѓу 12 и 25 години, ве молиме посетете или контактирајте го вашиот локален „headspace“ центар за ментално здравје и благосостојба.

За да го најдете најблискиот „headspace“ центар, ве молиме одете на headspace <https://headspace.org.au/>. Онлајн разговори и поддршка преку телефон се исто така достапни преку „headspace“ центрите.

Ако сте младо лице, Mental Health and Wellbeing Locals можат да обезбедат поддршка во некои ситуации, како што се кога:

- контактирате Mental Health and Wellbeing Local служба за да побарате помош
- имате тешкотии да добиете поддршка преку „headspace“ центар или болница и ви е потребна помош веднаш
- вие сте член на семејството, негувател, пријател или лице за поддршка и добивате поддршка од Mental Health and Wellbeing Local служба.

Што ако јас или некој што го познавам има потреба од итна помош?

Mental Health and Wellbeing Local не е одговор на итни случаи кога лица се изложени на многу висок ризик непосредно да се повредат самите себе или другите.

Во итен случај кога постои опасност по живот или непосредна опасност од сериозна повреда на некого, јавете се на Три нули (000). Ако не сте сигурни дали станува збор за итен случај, јавете се на Три нули.

Локалните служби не работат 24 часа. За 24-часовна поддршка при криза, ве молиме јавете се на Lifeline на 13 11 14.

Каде можам да добијам повеќе информации?

За најнови информации во врска со формирањето на Mental Health and Wellbeing Local, ве молиме посетете ја страницата на Mental Health and Wellbeing Local <https://www.health.vic.gov.au/mental-health-reform/local-adult-and-older-adult-mental-health-and-wellbeing-services> на веб-страницата на Министерството за здравство на Викторија.

Ако сакате да дознаете повеќе за тековната реформа во врска со менталното здравје и благосостојба во Викторија, ве молиме посетете ја веб-страницата Mental health and wellbeing reform на Министерството за здравство на <https://www.health.vic.gov.au/mental-health/mental-health-wellbeing-reform>.

За да го добиете овој информативен лист во достапен формат, телефонирајте на (03) 9096 7183 користејќи ја National Relay Service (Национална служба за поврзување со лица со оштетен слух или говор) на 13 36 77 ако е потребно, или испратете имејл на localservices@health.vic.gov.au

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Department of Health, October 2022.

ISBN 978-1-76131-002-7 **(pdf/online/MS word)**