



Υποστήριξη της ψυχικής υγείας

Σε όλη την Αυστραλία, ένα αυξανόμενο δίκτυο Κέντρων Ψυχικής Υγείας Medicare παρέχει δωρεάν υποστήριξη χωρίς ραντεβού για την ψυχική υγεία και ευεξία, καθιστώντας ευκολότερη την πρόσβαση σε εμπιστευτική υποστήριξη όταν τη χρειάζεστε.

Τα Κέντρα Ψυχικής Υγείας Medicare είναι ένας από τους τρόπους με τους οποίους η Αυστραλιανή Κυβέρνηση επενδύει στην Medicare για να διασφαλίσει ότι οι Αυστραλοί έχουν καλύτερη πρόσβαση σε οικονομικά προσιτή, ποιοτική υποστήριξη ψυχικής υγείας.

Τι είναι ένα Κέντρο Ψυχικής Υγείας Medicare;

Τα Κέντρα Ψυχικής Υγείας Medicare παρέχουν έναν ασφαλή και φιλόξενο χώρο όπου μπορεί ο καθένας να έχει πρόσβαση σε δωρεάν πληροφορίες ψυχικής υγείας, υπηρεσίες και μέσα υποστήριξης.

Τα κέντρα στελεχώνονται από εξειδικευμένους επαγγελματίες ψυχικής υγείας, είναι ανοιχτά με παρατεταμένο ωράριο και δεν χρειάζεστε κάρτα Medicare ή παραπεμπτικό για να λάβετε δωρεάν υποστήριξη ψυχικής υγείας.

Προσφέρουν επίσης άμεση υποστήριξη σε άτομα που νιώθουν απελπισία, συμπεριλαμβανομένης της οικογένειας και των φροντιστών τους και βοηθούν τους ανθρώπους να έχουν πρόσβαση σε υποστήριξη ψυχικής υγείας που ανταποκρίνεται στις ανάγκες τους.

Ποιος μπορεί να έχει πρόσβαση σε ένα Κέντρο Ψυχικής Υγείας Medicare;

Τα Κέντρα Ψυχικής Υγείας Medicare προορίζονται για όλους, ακόμη και αν δεν έχουν κάνει πρόσβαση σε υποστήριξη ψυχικής υγείας προηγουμένως. Δεν χρειάζεται ραντεβού, παραπεμπτικό, εγγραφή στην Medicare ή κάρτα Medicare και δεν χρειάζεται να είστε Αυστραλός πολίτης για να έχετε πρόσβαση σε υποστήριξη.

Πότε θα πρέπει να επισκεφθείτε ένα Κέντρο Ψυχικής Υγείας Medicare;

Εάν δεν αισθάνεστε στα καλά σας, ανησυχείτε για ένα αγαπημένο σας πρόσωπο ή κάποιος που φροντίζετε χρειάζεται υποστήριξη ψυχικής υγείας, τα Κέντρα Ψυχικής Υγείας Medicare μπορούν να βοηθήσουν.

Μπορείτε επίσης να καλέσετε το **1800 595 212** για πληροφορίες σχετικά με τις τοπικές υπηρεσίες υποστήριξης ψυχικής υγείας ή να κλείσετε ραντεβού με το πλησιέστερο κέντρο σας.



Τι υπηρεσίες είναι διαθέσιμες;

Τα Κέντρα Ψυχικής Υγείας Medicare προσφέρουν:

- άμεση βοήθεια και παρακολούθηση για άτομα που βιώνουν απόγνωση
- υποστήριξη για άτομα με μέτριες έως πιο σοβαρές και σύνθετες ανάγκες ψυχικής υγείας
- υποστήριξη για φροντιστές και οικογένειες ατόμων που αντιμετωπίζουν προβλήματα ψυχικής υγείας
- βοήθεια για σύνδεση των ατόμων με άλλες υπηρεσίες για τη μελλοντική τους στήριξη, όπως στον τομέα υγείας, στέγασης και απασχόλησης.

Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, καλέστε το τριπλό μηδέν (000) ή πηγαίστε κατευθείαν στο τμήμα επειγόντων περιστατικών του πλησιέστερου σε εσάς νοσοκομείου.

Τι μπορώ να αναμένω όταν επισκέπτομαι ένα Κέντρο Ψυχικής Υγείας Medicare;

Τα κέντρα αποτελούν ένα φυσικό σκέλος της καθημερινής υγειονομικής περιθαλψής.

Μέσα σε κάθε Κέντρο Ψυχικής Υγείας Medicare υπάρχουν επαγγελματίες που μπορούν να ακούσουν και να βοηθήσουν τους ανθρώπους να επεξεργαστούν και να αντιμετωπίσουν τα οποιαδήποτε βιώματά τους.

Κατά την άφιξή σας, ένας εξειδικευμένος επαγγελματίας θα αφιερώσει τον χρόνο για να σας μιλήσει προκειμένου να καταλάβει τις άμεσες ανάγκες σας. Μπορεί επίσης να σας κλείσει ραντεβού για να επισκεφθείτε το κέντρο ξανά.

Μπορείτε επίσης να καλέσετε το **1800 595 212** για πληροφορίες σχετικά με τις τοπικές υπηρεσίες υποστήριξης ψυχικής υγείας ή να κλείσετε ραντεβού με το πλησιέστερο κέντρο σας.

Περισσότερες πληροφορίες

Για να μάθετε περισσότερα σχετικά με τα Κέντρα Ψυχικής Υγείας Medicare, επισκεφθείτε το health.gov.au/medicare-mental-health ή καλέστε το 1800 595 212, από 8:30πμ έως 5μμ κατά τις εργάσιμες ημέρες.

Για πληροφορίες σχετικά με το πώς μπορεί να σας βοηθήσει η Medicare, επισκεφθείτε το medicare.gov.au/stronger



Σαρώστε για να μάθετε περισσότερα