Australian Government
Department of Health

BE COVIDSAFE

সত্যপত্র - COVID-19 মহামারীতে ভিক্টোরিয়ানদেরকে সহায়তা দেয়ার জন্য নতুন মানসিক স্বাস্থ্য ক্লিনিকসমূহ

14/09/2020

- ১৪ই সেপ্টেম্বর ২০২০ তারিখ থেকে ভিক্টোরিয়ানগণ অতিরিক্ত ১৫টি নতুন হেডটুহেল্প (HeadtoHelp) মানসিক স্বাস্থ্য ক্লিনিকসমূহে অ্যাক্সেস করতে পারবেন যা জনসাধারণের জন্য খোলা হবে।
- এই হেডটুহেল্প (HeadtoHelp) ক্লিনিকগুলো বিনামূল্যের সেবা, এবং আগামী ১২ মাসের জন্য, বিদ্যমান মানসিক স্বাস্থ্য ব্যবস্থায় অতিরিক্ত ধারণক্ষমতা প্রদান করবে, যা যেসব ভিক্টোরিয়ানদের সহায়তা প্রয়োজন তাঁদের প্রবেশাধিকার আরো বাড়িয়ে দেবে।
- মানুষরা *হেডটুহেল্প (HeadtoHelp)* সেবাগুলোতে অ্যাক্সেস করতে পারেন তাঁদের নিকটবর্তি ক্লিনিকে স্বয়ং উপস্থিত হয়ে অথবা তাঁদের প্রয়োজনের ব্যাপারে একজন মানসিক স্বাস্থ্য পেশাজীবির সাথে কথা বলার জন্য 1800 595 212* নম্বরে ফোন করে।
- *হেডটুহেল্প (HeadtoHelp)* সেবাগুলো পেতে আপনার GP বা অন্যান্য স্বাস্থ্য পেশাজীবিদের রেফারেলের প্রয়োজন আপনার হবে না। তবে, আপনার সাধারণ চিকিৎসক আপনার মানসিক স্বাস্থ্য প্রয়োজনের ওপর ভিত্তি করে আপনার জন্য এইসব ক্লিনিকের সেবার সন্ধান করতে পারেন।
- এই ক্লিনিকগুলোতে স্টাফ হিসেবে কাজ করছেন বহু-বিভাগীয় মানসিক স্বাস্থ্য পেশাজীবিদের দল যাঁদের মধ্যে সমাজের প্রয়োজনের ওপর ভিত্তি করে রয়েছেন GPগণ, মানসিক স্বাস্থ্য নার্স, একজন মনোবিজ্ঞানী বা মানসিক স্বাস্থ্য চিকিৎসক, সমাজ কর্মীগণ বা অন্যান্য সম্বন্ধিত স্বাস্থ্য কর্মীদের সমন্বয়।
- ক্লিনিকগুলো COVID-19 নিরাপদ পরিবেশে পরিচালিত হবে এবং হয় স্বয়ং উপস্থিত অথবা টেলিহেলথ সেবা প্রদান করবে, যেখানে তা করা চিকিৎসাগতভাবে প্রযোজ্য হবে।
- ক্লিনিকগুলোর ব্যাপারে আরো তথ্য headtohealth.gov.au ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে।

**ল্যান্ডলাইন থেকে কলগুলো বিনামূল্যের, মোবাইলের জন্য দাম দিতে হতে পারে*

BE COVIDSAFE

ক্লিনিকের ঠিকানা

বৃহত্তর মেলবোর্ণ	
নর্থওয়েস্টার্ন মেলবোর্ন প্রাইমারি হেলথ নেটওয়ার্ক (North Western Melbourne Primary Health Network)	
ডিপিএইচ হেলথ (DPV Health)	42-48 কোলেরাইন স্ট্রীট ব্রডমেডোস, ভিক্টোরিয়া, 3047
আই পি সি হেলথ (IPC Health)	510 বলান রোড উইন্ডহ্যাম ভেইল, ভিক্টোরিয়া, 3024
ক্লারিটি হেলথ কেয়ার (Clarity Healthcare)	3/55 নিকোলসন স্ট্রীট ব্রান্সউইক ইস্ট, ভিক্টোরিয়া, 3057
সাউথ ইস্টার্ন মেলবোর্ন প্রাইমারি হেলথ নেটওয়ার্ক (South Eastern Melbourne Primary Health Network)	
বেরউইক হেলথকেয়ার (Berwick Healthcare)	76 ক্লাইড রোড বেরউইক, ভিক্টোরিয়া, 3806
হিলিয়াস টি/এ ইয়ং স্ট্রীট মেডিকেল অ্যান্ড ডেন্টাল সেন্টার (Healius t/a Young Street Medical and Dental Centre)	89-97 ইয়ং স্ট্রীট ফ্র্যাঙ্কস্টোন, ভিক্টোরিয়া, 3199
অফিসার মেডিকেল অ্যান্ড সেন্টার (Officer Medical Centre)	4 কার্ডিনিয়া রোড অফিসার, ভিক্টোরিয়া, 3809
ইস্টার্ন মেলবোর্ন প্রাইমারি হেলথ নেটওয়ার্ক (Eastern Melbourne Primary Health Network)	
অ্যাক্সেস হেলথ অ্যান্ড কমিউনিটি (Access Health and Community)	378 বারউড রোড হথর্ন, ভিক্টোরিয়া, 3122
অ্যাক্সেস হেলথ অ্যান্ড কমিউনিটি (Access Health and Community)	2444 ওয়ারবার্টন হাইওয়ে ইয়ারা জাংশন, ভিক্টোরিয়া, 3797
বানিউল কমিউনিটি হেলথ (Banyule Community Health)	21 অ্যালামেইন রোড ওয়েস্ট হাইডেলবার্গ, ভিক্টোরিয়া, 3081
আঞ্চলিক ভিক্টোরিয়া	
ওয়েস্টার্ন মেলবোর্ন প্রাইমারি হেলথ নেটওয়ার্ক (Western Victoria Primary Health Network)	
ব্যালারাত কমিউনিটি হেলথ (Ballarat Community Health)	260 ভিকার্স স্ট্রীট সেবাস্টোপোল, ভিক্টোরিয়া, 3356
বারওয়ান হেলথ (Barwon Health)	155 প্রিন্সেস হাইওয়ে নরলেইন, ভিক্টোরিয়া, 3214
মারি প্রাইমারি হেলথ নেট ওয়ার্ক (Murray Primary Health Network)	
বেন্ডিগো কমিউনিটি হেলথ সার্ভিস (Bendigo Community Health Service)	15 হেল্ম স্ট্রীট ক্যাঙ্গারু ফ্ল্যাট, ভিক্টোরিয়া, 3555

গেইটওয়ে কমিউনিটি হেলথ সার্ভিস (Gateway Community Health Service)	155 হাই স্ট্রীট High Street উডোঙ্গা, ভিক্টোরিয়া, 3690
গিপ্সল্যান্ড প্রাইমারি হেলথ নেট ওয়ার্ক (Gippsland Primary Health Network)	
ওয়ারাগুল স্পেশালিস্ট সেন্টার (Warragul Specialist Centre)	197-199 সাটন স্ট্রীট ওয়ারাগুল, ভিক্টোরিয়া, 3820
ইংলিস মেডিকেল সেন্টার (Inglis Medical Centre)	10 ইংলিস স্ট্রীট সেইল, ভিক্টোরিয়া, 3850

আরো যেভাবে সহায়তা দেয়া যেতে পারে

- আপনার GP-এর সাথে Medicare-এর ভর্তুকিসহ মানসিক স্বাস্থ্য সেবা অ্যাক্সেস করার ব্যাপারে কথা বলে। টেলিহেলথ-কে লভ্য করা হয়েছে, সুতরাং আপনি বাড়ি থেকেই টেলিফোন বা ভিডিও-এর মাধ্যমে অ্যাপয়েন্টমেন্ট পেতে পারেন।
- করোনাভাইরাস মেন্টাল ওয়েলবিয়িং সাপোর্ট সার্ভিস (Coronavirus Mental Wellbeing Support Service)-এ পৌঁছানো 1800 512 348 নম্বরে or at coronavirus.beyondblue.org.au ওয়েবসাইটের মাধ্যমে। এই সেবাটি বিশেষত COVID-19 মহামারীর মধ্য দিয়ে যাওয়া মানুষদের জন্য পরিকল্পনা করা হয়েছে। এটি ইংরেজি ছাড়াও অন্যান্য ভাষায় পাওয়া যায়।
- headtohealth.gov.au ওয়েবসাইটটি পরিদর্শন করে, যদি আপনি অথবা আপনি কেয়ার করছেন এমন একজনের উদ্বেগ বা দুশ্চিন্তার ব্যাপারে ব্যবস্থা গ্রহণে সাহায্যের প্রয়োজন হয়। এটি বিনামূল্যের এবং স্বল্পব্যয়ের ফোন এবং অনলাইন মানসিক স্বাস্থ্য সেবা ও সহায়তা প্রদান করে থাকে।
- অন্যান্য যেসব ডিজিটাল সহায়তা পাওয়া যায় সেগুলোর ব্যাপারে আরো জানতে অনুগ্রহ করে Digital and Telephone Supports Factsheet পরিদর্শন করুন।
- যন্ত্রণা অনুভব করছেন এমন যেকেউ লাইফলাইন (Lifeline)-এ (13 11 14) নম্বরে এবং কিড্স হেল্পলাইন (Kids Helpline)-এ (1800 55 1800) নম্বরে তাৎক্ষণিক উপদেশ এবং সহায়তার সন্ধান করতে পারেন। দ্য সুইসাইড কলব্যাক সার্ভিস (The Suicide Call Back Service)-টিও (1300 659 467) নম্বরে পাওয়া যায়।