

الوصول إلى خدمات الصحة النفسية والعافية المحلية في فيكتوريا

العربية | Arabic

يقدم هذا المورد معلومات عن خدمات الصحة النفسية والعافية المحلية (MHWL). ويشرح كيف يمكن لخدمات MHWL دعم الأشخاص الذين لديهم توحّد والذين يعانون من مخاوف تتعلق بالصحة النفسية. كما يشرح كيف يمكنك التواصل مع خدمة MHWL.

ما هي خدمة MHWL؟

إن MHWL هي خدمة للبالغين الذين تبلغ أعمارهم 26 عامًا فما فوق. تقدّم دعم الصحة النفسية والعافية المصمّم خصيصًا لاحتياجاتك الفردية. كما تزودك أيضًا بالعلاج والرعاية إذا كنت تعاني من مخاوف تتعلق بالصحة النفسية أو تعاطي المخدرات. تتوفر هذه الخدمات في كافة أنحاء فيكتوريا.

تُتاح هذه الخدمة أيضًا للعائلات ومقدمي الرعاية والأصدقاء الذين يدعمون شخصًا يعاني من مخاوف تتعلق بالصحة النفسية. يمكن أن تدعمك خدمة MHWL في دور الرعاية الذي تقوم به واحتياجات الصحة النفسية الخاصة بك.

تم تطوير خدمات MHWL بالتعاون مع المجتمعات المحلية التي تخدمها ومن أجلها. وتساعدك في التواصل مع الدعم والخدمات الموجودة في منطقتك المحلية. تم تصميمها لتكون في متناول اليد، سواء كان ذلك عن طريق الهاتف أو زيارة المركز أو الزيارة المنزلية.

ما نوع الدعم الذي تقدمه خدمات MHWL؟

سيُجري الموظفون تقييمًا أوليًا لاحتياجاتك في بداية تواصلك مع خدمة MHWL. سيقومون بعدها بإنشاء خطة رعاية معك. سترشدك أنت خلال هذه العملية. يمكن لخدمات MHWL أن تقدم مجموعة من الخدمات قصيرة ومتوسطة وطويلة الأجل (تصل إلى 12 شهرًا)، وتشمل:

- **الدعم الفردي** مع موظف الصحة النفسية.
 - **مساعدة في المهارات الحياتية العملية**، على سبيل المثال، التواصل مع المجموعات أو الأنشطة المجتمعية. قد يشمل ذلك مساعدتك في الوصول إلى الخدمات المجتمعية والاجتماعية الأخرى حسب الحاجة (كالخدمات المالية أو التوظيف أو الإسكان).
 - **مجموعات التعليم والمساعدة الذاتية ودعم الأقران** التي تخلق فرصًا للتعلم وتبادل الخبرات والتواصل الاجتماعي.
- يمكن لخدمات MHWL أيضًا تنسيق رعايتك والعمل جنبًا إلى جنب مع الأطباء والمعالجين الخاصين والخدمات المتخصصة وغيرهم من المتخصصين في الرعاية الصحية الذين قد يدعمونك.
- من المهم ملاحظة أن خدمات MHWL لا تقدم خدمات تقييم وتشخيص التوحد. كما أنها ليست خدمة طوارئ.**
- لن تتمكن خدمات MHWL من تزويدك بنفس النوع من الدعم إذا تلقيت دعمًا ممولًا من NDIS. يمكنهم دعمك بخدمات أخرى تختلف عن خطة NDIS الخاصة بك.

كيف يمكن لخدمات MHWL مساعدة مجتمع التوحد

- تقييم احتياجات الصحة النفسية والعمل معك لتحديد الخطوات التالية.
- ربط المصابين بالتوحد أو والديهم أو مقدمي الرعاية بمجموعات دعم الأقران.
- يمكن أن توفر لك خدمات MHWL الدعم إذا كنت أحد الوالدين أو مقدم الرعاية أو أحد أفراد الأسرة أو صديق.
- يمكنك التحدث إلى موظف مرّ بتجربة مخاوف الصحة النفسية.
- المساعدة في خدمات الصحة النفسية الأخرى، بما في ذلك الإحالة إلى المتخصصين.
- المساعدة في العثور على مجموعات المجتمع المحلي والأنشطة الاجتماعية للانضمام إليها.

- الدعم في تأييدك إذا كنت تواجه عوائق في الوصول إلى الخدمات والدعم الآخر.
- مساعدتك في مهام المعيشة المستقلة، كحجز المواعيد وترتيب الميزانية والقيادة والتسوق.
- المساعدة في التنقل في NDIS والخدمات الحكومية الأخرى.
- تزويدك لاستخدام الإنترنت وأجهزة الحاسوب عند الحاجة.
- تتوفر غرف خاصة إذا كنت بحاجة لمكان لتنظيم مشاعرك.
- يمكنك القدوم لتناول الشاي أو القهوة والتعرف على المكان.

تختلف عمليات الدعم والخدمات التي تقدمها خدمات MHWL. اتصل بخدمة MHWL المحلية للحصول على مزيد من المعلومات حول ما يمكنها تقديمه.



كيف يمكنني الوصول إلى خدمة MHWL؟

متطلبات الأهلية:

لا تحتاج ❌

- إحالة.
- بطاقة Medicare.
- دفع تكلفة خدمات MHWL. لا توجد تكلفة لخدمة MHWL فخدماتها مجانية.

تحتاج ✅

- أن يكون عمرك 26 عامًا فما فوق.
- أن تكون مقيمًا في المنطقة المحلية في بعض الحالات. هذا لضمان حصولك على الدعم المتاح بالقرب من المكان الذي تعيش فيه.

لمعرفة مكان وجود خدمات MHWL، [انقر هنا](#). سيتم تحديث القائمة مع فتح مراكز خدمات MHWL جديدة. حدد أي خدمة MHWL محلية لك أو الأقرب إلى المكان الذي تعيش فيه. بمجرد القيام بذلك، يمكنك الاتصال بخدمة MHWL بالطرق التالية:

• الهاتف

- زيارة الخدمة شخصيًا (لا داع لحجز موعد)

- يمكن لخدمات MHWL زيارتك في المنزل، في بعض الحالات. يجب ترتيب هذا مسبقًا. اتصل بخدمة MHWL عبر الهاتف أو شخصيًا لمناقشة هذا الأمر

راجع القائمة أعلاه للحصول على معلومات عن أرقام هواتف خدمات MHWL وعناوينها. تختلف ساعات العمل باختلاف خدمات MHWL. تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني لخدمة MHWL لمزيد من المعلومات. تتوفر قائمة بالمواقع الإلكترونية لخدمات MHWL [هنا](#).

نرحب بمقدمي الرعاية والعائلات والأصدقاء للاتصال بخدمة MHWL نيابة عن شخص آخر. تأكد في هذه الحالة، من حصولك على موافقة الشخص للقيام بذلك.

اتصل بـ Autism Connect للحصول على المساعدة:

الهاتف: 1300 308 699

البريد الإلكتروني: info@autismconnect.org.au

الموقع الإلكتروني والدرشة الإلكترونية:

www.amaze.org.au/autismconnect/

يمكن لمستشاري Autism Connect

تقديم نصائح ومعلومات عامة للمساعدة

في الاستعداد لزيارة خدمة MHWL.