



Mental Health and Wellbeing Local (Mjesne službe za mentalno zdravlje i dobrobit)

Često postavljana pitanja

Croatian | Hrvatski

OFFICIAL

Ovaj informacijski list je sastavljen kako bi vam pomogao razumjeti kakve usluge nudi služba Mental Health and Wellbeing Local.

Čime se bavi služba Mental Health and Wellbeing Local?

Služba Mental Health and Wellbeing Local je služba koja će do kraja 2026. godine pružati usluge iz oblasti mentalnog zdravlja na novi način na 60 lokacija diljem Viktorije. Služba Mental Health and Wellbeing Local će pružati liječenje, njegu i podršku osobama starijim od 26 godina.

Te usluge su besplatne, njima stranke pristupaju dobrovoljno i lako, jer uputnica nije potrebna. Važno je napomenuti da će se ove nove usluge pružati na temelju pristupa *'kako vam možemo pomoći?' i 'nijedna vrata na koja ste zakucali nisu pogrešna'*. Također se trudimo prepustiti vam izbor i kontrolu nad načinom na koji želite primati podršku.

Služba će vam olakšati pristup potpori koja vam je potrebna, koja je bliža vašem domu i obitelji, njegovateljima i mrežama podrške.

Koje vrste usluga će pružati Služba Mental Health and Wellbeing Local?

Služba Mental Health and Wellbeing Local pružat će:

- liječenje i terapije
- individualno prilagođenu podršku
- edukaciju, uzajamnu podršku i samopomoć
- planiranje skrbi koju vodi sam korisnik i koordinaciju s drugim pružateljima usluga.

Trebat će vremena prije nego što se na svakoj lokaciji počnu pružati sve usluge liječenja i podrške, ali kada budu u potpunosti funkcionalne, ove će službe pružati usluge osobno, kao i tele-zdravstvene i mobilne terenske usluge pojedinačnim strankama ili grupama stranaka.

Što ako imam problema i s mentalnim zdravljem i s ovisnosti?

Podrška je dostupna svakome tko istovremeno ima problema s mentalnim zdravljem i ovisnosti.

Služba Mental Health and Wellbeing Local će surađivati s vama, i ako to želite, s vašom obitelji, njegovateljima i podržavateljima, kako bi sastavila plan njege koji će biti sukladan vašim ciljevima i preferencijama.

Djelatnici za podršku koji koriste svoje osobno proživljeno iskustvo kako bi podržali osobe koje se suočavaju sa sličnim izazovima, također će vam biti dostupni da vas usmjeravaju i pružaju vam podršku.

Tko može koristiti usluge službe Mental Health and Wellbeing Local?

Usluge službe Mental Health and Wellbeing Local su namijenjene osobama starijim od 26 godina koje imaju problema s mentalnim zdravljem ili dobrobiti.

Ako ste član obitelji, skrbnik, prijatelj ili podrška nekome tko ima problema s mentalnim zdravljem, i vi možete dobiti pristup podršci koja će vam pomoći u vašoj ulozi njegovatelja, ili dobiti pomoć za vaše potrebe u oblasti mentalnog zdravlja.

Za informacije o podršci za mlade osobe, pogledajte naslov '*Kakva podrška postoji za osobe mlađe od 26 godina?*'.

Jesu li ove usluge kulturološki prikladne i osjetljive?

Služba Mental Health and Wellbeing Local poštuje i uvažava kulturne potrebe i različitost svih korisnika.

Svim posjetiteljima će se osigurati jednak pristup i kulturološki prikladne i osjetljive usluge bez stigmatizacije i diskriminacije, uključujući Aboridžine i Torres Strait otočane, članove LGBTIQ+ zajednica, pripadnike kulturno i jezično različitih zajednica, izbjeglice, azilante, osobe s invaliditetom i neurodiverzivne osobe.

Jesu li usluge službe Mental Health and Wellbeing Local besplatne?

Da, ove usluge su besplatne za svakoga, čak i za osobe koje nemaju Medicare karticu.

Trebam li dobiti uputnicu od zdravstvenog djelatnika za službu Mental Health and Wellbeing Local?

Ne, nije vam potrebna uputnica od liječnika opće prakse ili bilo kojeg drugog zdravstvenog djelatnika, niti plan liječenja za liječenje mentalne bolesti da biste primali usluge službe Mental Health and Wellbeing Local.

Po čemu se služba Mental Health and Wellbeing Local razlikuje od drugih službi za mentalno zdravlje?

Služba Mental Health and Wellbeing Local će pružati usluge osobama kojima je potrebna veća podrška od one koju pruža liječnik opće prakse ili privatni liječnik za mentalno zdravlje, ali koje ne trebaju usluge većeg intenziteta, poput bolničkih usluga.

Ova nova služba i usluge koje pruža neće zamijeniti postojeće usluge na vašem području. Služba će usko surađivati s liječnicima opće prakse, privatnim zdravstvenim djelatnicima u oblasti mentalnog zdravlja, liječenju alkoholizma i narkomanije, kao i s drugim zdravstvenim i socijalnim službama u zajednici, kako bi se zadovoljile sve vaše potrebe za podrškom.

Kako mogu kontaktirati službu Mental Health and Wellbeing Local?

Službu Mental Health and Wellbeing Local možete kontaktirati na način koji vam više odgovara:

- Telefon: 1300 372 330
- Internet stranice: [Mental Health and Wellbeing Local](https://www.betterhealth.vic.gov.au/mhwlocal) <<https://www.betterhealth.vic.gov.au/mhwlocal>>

Mogu li dobiti pomoć i ako ne govorim engleski?

Da. Ako vam je potrebna dodatna pomoć na vašem jeziku, nazovite TIS National na 13 14 50 i tražite tumača, a kada se tumač javi, zamolite da vas povežu s vama najbližom službom Mental Health and Wellbeing Local.

Što će se dogoditi prilikom prvog posjeta?

Razgovarat ćete s djelatnikom za mentalno zdravlje (osobno, online ili telefonom).

Taj će djelatnik pomno saslušati vaše probleme kako bi ih razumio i mogao surađivati s vama, i ako se slažete, s vašom obitelji, skrbnicima i svima koji vas podržavaju, na izradi plana skrbi koji je u skladu s vašim ciljevima i željama.

Vaš plan može uključivati kombinaciju podrške i terapija zasnovanih na vašim potrebama. Neke vrste podrške će se moći pružiti već prilikom vašeg prvog posjeta, a druge tijekom kasnijih posjeta.

Također je moguće da će vaše potrebe možda bolje zadovoljiti neki drugi pružatelj zdravstvenih ili drugih usluga. Ako to bude slučaj, služba Mental Health and Wellbeing Local će vam pomoći da pristupite tim uslugama.

Djelatnici za vršnjačku podršku će također biti dostupni za usmjeravanje i podršku, kako vama, tako i vašoj obitelji, njegovateljima i pomagaljima.

Je li podrška dostupna njegovateljima, obiteljima i prijateljima osoba s mentalnom bolešću?

Da. Služba Mental Health and Wellbeing Local pruža pomoć i članovima obitelji, njegovateljima, prijateljima i drugim osobama koje pružaju podršku osobi koja ima problema s mentalnim zdravljem.

Bez obzira želite li primiti pomoć kao njegovatelj ili za vlastito mentalno zdravlje – moći ćete dobiti njegu, podršku i savjete koji su vam potrebni, onda kada su vam potrebni.

Kakva podrška postoji za osobe mlađe od 26 godina?

Ako ste vi ili netko kome pomažete u dobi između 12 i 25 godina, posjetite ili kontaktirajte mjesni centar za mentalno zdravlje i dobrobit (headspace centre).

Da biste pronašli vama najbliži centar za mentalno zdravlje (headspace centre), posjetite [headspace](https://headspace.org.au/) <<https://headspace.org.au/>>. Preko centra za mentalno zdravlje (headspace centre) pomoć možete dobiti i online i telefonom.

Ako ste mlada osoba, služba Mental Health and Wellbeing Local vam može pružiti pomoć u nekim situacijama, na primjer:

- kontaktirate službu Mental Health and Wellbeing Local, jer tražite pomoć
- imate poteškoća s dobivanjem podrške preko centra za mentalno zdravlje (headspace) ili od bolnice i pomoć vam je hitno potrebna
- član ste obitelji, njegovatelj, prijatelj ili pružatelj podrške osobi koja prima pomoć od službe Mental Health and Wellbeing Local.

Što ako ja, ili netko koga poznajem, treba hitnu pomoć?

Služba Mental Health and Wellbeing Local ne pruža hitnu pomoć osobama koje su izložene vrlo visokom riziku od neposrednog ozljeđivanja sebe ili drugih.

U hitnim slučajevima, ukoliko postoji opasnost po život ili neposredna opasnost od ozbiljne ozljede bilo koga, nazovite tri nule (Triple Zero - 000). Ako niste sigurni radi li se o hitnom slučaju, nazovite tri nule.

Mjesne službe neće raditi 24 sata na dan. Za 24-satnu podršku u kriznim situacijama, nazovite službu Lifeline na 13 11 14.

Gdje mogu dobiti više informacija?

Za najnovije informacije o osnivanju službe Mental Health and Wellbeing Local, posjetite stranicu [Mental Health and Wellbeing Local](https://www.health.vic.gov.au/mental-health-reform/local-adult-and-older-adult-mental-health-and-wellbeing-services) <<https://www.health.vic.gov.au/mental-health-reform/local-adult-and-older-adult-mental-health-and-wellbeing-services>> na internet stranicama Viktorijskog ministarstva zdravstva (Victorian Department of Health).

Ako želite saznati više o reformi mentalnog zdravlja i dobrobiti koja se provodi diljem Viktorije, posjetite internet stranice Ministarstva zdravstva pod nazivom [Mental health and wellbeing reform](https://www.health.vic.gov.au/mental-health/mental-health-wellbeing-reform) na <<https://www.health.vic.gov.au/mental-health/mental-health-wellbeing-reform>>.

Ako želite primiti ovu publikaciju u pristupačnom formatu, nazovite (03) 9096 7183 preko Nacionalne relejne službe (National Relay Service) na 13 36 77, ako je to potrebno, ili pošaljite e-mail na: 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)