|  |  |
| --- | --- |
| **Alcohol and drug services**  | **Υπηρεσίες για το αλκοόλ και τα ναρκωτικά** |
| Victoria has a highly specialised, diverse, and world renowned alcohol and drug treatment sector.   | Η Βικτώρια έχει έναν άρτια εξειδικευμένο, ποικιλόμορφο, και παγκοσμίως γνωστό θεραπευτικό τομέα για το αλκοόλ και τα ναρκωτικά. |
| There are over 100 alcohol and other drug treatment service providers, including non-government organisations, community health services, and hospitals across metropolitan, regional, and rural Victoria.  | Υπάρχουν πάνω από 100 πάροχοι υπηρεσιών για το αλκοόλ και άλλα ναρκωτικά, περιλαμβανομένων μη κρατικών οργανισμών, κοινοτικές υπηρεσίες υγείας, και νοσοκομεία σε ολόκληρη τη μητροπολιτική, περιφερειακή, και επαρχιακή Βικτώρια. |
| Victoria's alcohol and drug treatment services provide access to a range of different treatment options, including counselling, withdrawal, residential rehabilitation, day programs, outreach, support groups, online and self-directed help, and a range of community-based services, including opioid replacement therapy.   | Οι θεραπευτικές υπηρεσίες για το αλκοόλ και τα ναρκωτικά της Βικτώριας παρέχουν πρόσβαση σε πολλές και διάφορες θεραπευτικές επιλογές, συμπεριλαμβανομένων ψυχοθεραπείας, στέρησης, ιδρυματικής αποκατάστασης, ημερήσια προγράμματα, κοινωνική προσέγγιση, ομάδες υποστήριξης, διαδικτυακή και αυτοκατευθυνόμενη βοήθεια, και διάφορες κοινοτικές υπηρεσίες, όπως θεραπεία αντικατάστασης οπιοειδών. |
| There is also a range of services specifically designed to meet cultural and age specific needs.  | Υπάρχει επίσης και μια γκάμα υπηρεσιών ειδικά σχεδιασμένες για να καλύπτουν τις πολιτισμικές και ηλικιακές ανάγκες. |
| "About 40,000 Victorians per year access our drug and alcohol treatment support system. The best way to find out about the system is to call a service called DirectLine, or get in touch through the internet. The other way to access the system is to go through your GP, or other health services that you might be involved with and they can make a referral and hook you up to the right source of support and assistance. | Περίπου 40.000 κάτοικοι της Βικτώριας το χρόνο έχουν πρόσβαση στο σύστημά μας θεραπευτικής υποστήριξης για αλκοόλ και ναρκωτικά. Ο καλύτερος τρόπος για να μάθετε για το σύστημα είναι να καλέσετε μια υπηρεσία που λέγεται Άμεση Γραμμή, ή να επικοινωνήσετε μέσω του διαδικτύου. Ο άλλος τρόπος για να έχετε πρόσβαση στο σύστημα είναι να πάτε μέσω του οικ. γιατρού σας, ή άλλων υπηρεσιών υγείας με τις οποίες μπορεί να συναλλάσσεστε και μπορούν να σας παραπέμψουν και να σας συνδέσουν με τη σωστή πηγή υποστήριξης και βοήθειας. |
| "The first thing to say about if anyone has got a problem with drug and alcohol is that they should feel comfortable to talk to their doctor about that because if we don't know, we can't help. There's nothing to be ashamed of and people will listen to you and support you in a way that you're comfortable with."   | Το πρώτο πράγμα που πρέπει να αναφέρετε αν κάποιος έχει πρόβλημα με τα ναρκωτικά και αλκοόλ είναι ότι θα πρέπει να αισθάνεται άνετανα μιλήσει στο γιατρό του για το θέμα αυτό επειδή αν δεν γνωρίζουμε, δεν μπορούμε να βοηθήσουμε. Δεν υπάρχει καμία ντροπή και οι άλλοι θα σας ακούσουν και θα σας στηρίξουν μ' έναν τρόπο που είναι άνετος για σας. |
| "They will focus on the goals from your perspective and it can be supportive in a way that appeal to your resources and really gives you an extra person to just work things out with and just explore what's going on for you. Any type of person can have a drug and alcohol issue. It could be an older person that's living alone that's in fact depressed and actually drinking excessively. It could be a high functioning executive, or a lawyer, or someone having drug problems.” | Θα δώσουν προσοχή στους στόχους από τη δικής σκοπιά και μπορεί να είναι υποστηρικτικό μ' έναν τρόπο που ταιριάζει με τις πηγές σας και πραγματικά θα έχετε ένα επιπλέον άτομο για να βρείτε λύσεις στα προβλήματά σας και απλά να εξερευνήσετε αυτά που σας συμβαίνουν. - Οποιοδήποτε είδος ανθρώπου μπορεί να έχει κάποιο πρόβλημα με ναρκωτικά και αλκοόλ. Μπορεί να είναι ηλικιωμένο άτομο που μένει μόνο του που στην πραγματικότητα έχει κατάθλιψη και πίνει πάρα πολύ. Μπορεί να είναι κάποιο υψηλόβαθμο στέλεχος επιχείρησης, ή δικηγόρος, ή κάποιος που έχει πρόβλημα με τα ναρκωτικά.  |
| "Some people need a lot of support, a lot of care.  Some people need residential programs to go to have time out. Other people are able to do, undertake that withdrawal, do that detox at home with the support of family and loved ones. There are also services we provide where people can be supported in their own homes."   | Μερικοί άνθρωποι χρειάζονται μεγάλη στήριξη, μεγάλη φροντίδα. Μερικοί χρειάζονται προγράμματα σε ίδρυμα για να πάνε ώστε να διακόψουν για λίγο. Άλλοι άνθρωποι μπορούν να τα καταφέρουν με την στέρηση, να κάνουν αποτοξίνωση στο σπίτι με υποστήριξη από την οικογένεια και αγαπημένα πρόσωπα. Παρέχουμε επίσης υπηρεσίες όπου τα άτομα μπορούν να υποστηριχθούν στο σπίτι τους. |
| "My best advice would be to accept and own the problem, and realise that you need to get help, but also that there's plenty of help out there.  Starting at your local doctor's, is a good starting place.  Otherwise, the community health centres I would recommend, and certainly perhaps investigating online for any relevant services and information as to where you might go for assistance would be the way to go I would think. The earlier you can make a step towards accessing help, the better it will be and the more chance you've got of making a quicker recovery.” | Η καλύτερη συμβουλή μου θα ήταν να παραδεχτείτε και να αποδεχτείτε το πρόβλημά σας, και να συνειδητοποιήσετε ότι χρειάζεστε βοήθεια, και επίσης ότι υπάρχει πολλή βοήθεια εκεί έξω. Αρχίζοντας από τον τοπικό σας γιατρό είναι μια καλή αφετηρία. Διαφορετικά, θα συνιστούσα τα κοινοτικά κέντρα υγείας, και σίγουρα ίσως να κάνετε μια έρευνα στο διαδίκτυο για σχετικές υπηρεσίες και πληροφορίες για το πού θα μπορούσατε να πάτε για βοήθεια, αυτός νομίζω θα ήταν ο τρόπος για να ξεκινήσετε. Όσο το συντομότερο κάνετε το βήμα για βοήθεια, τόσο το καλύτερο θα είναι και θα έχετε τις περισσότερες ευκαιρίες για ταχύτερη αποκατάσταση. |
| For assistance contact DirectLine on 1800 888 236.  | Για βοήθεια επικοινωνήστε με την Άμεση Γραμμή στο 1800888236. |
| For more information visit: BETTERHEALTH.vic.gov.au/alcoholanddrug | Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το BETTERHEALTH.vic.gov.au/alcoholanddrug. |