

العائلة والأصدقاء ومقدمو الدعم

تتناول نشرة المعلومات سهلة القراءة هذه كيف يمكن للأشخاص الذين تثق بهم دعم صحتك النفسية.



يمكن أن تكون رعاية الصحة النفسية محيرة.

الصحة النفسية معناها كيف تفكر وكيف تشعر.

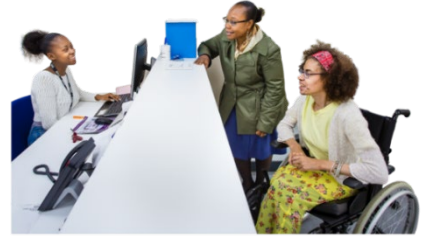
من الجيد أن تحصل على دعم من أشخاص تثق بهم.



قد يكون ذلك الشخص

- أحد أفراد العائلة
- أحد الأصدقاء
- أحد مقدمي الدعم

يمكنك اصطحاب شخص تثق به إلى مقابلات الاستشارة
بخصوص صحتك النفسية عندما يساعدك ذلك.



يمكن للأشخاص الذين تثق بهم مساعدتك في تقديم المعلومات
إلى العاملين في مجال الصحة النفسية.

ويمكنهم أيضًا مساعدتك في الحصول على المعلومات التي
تحتاجها.



العاملون في مجال الصحة النفسية هم أشخاص يعملون
لمساعدتك في مجال صحتك النفسية.



لا بأس إذا كنت لا تريد أن يشارك أفراد عائلتك ومقدمو
دعمك في علاجك.



إذا ذهبت إلى المستشفى بسبب صحتك النفسية

يمكنك أن تسأل العاملين في المستشفى متى يمكن أن يأتي

- أفراد عائلتك
- أصدقائك
- الشخص الذي يقدم لك الدعم لزيارتك.



عندما تكون في المستشفى لتلقي العلاج بخصوص الصحة النفسية، يمكنك اختيار شخص أو شخصين ليكونا مقدمي الرعاية المعيّنين لك.



مقدم الرعاية المعيّن هو الشخص الذي اخترت أن يتم إخباره بمعلومات عن صحتك النفسية.

مقدمو الرعاية المعيّنون هم أشخاص تعرفهم جيدًا.



يمكنك أيضاً إخبار العاملين في مجال الصحة النفسية بمن هو مقدم الرعاية الرئيسي الخاص بك.



مقدم الرعاية الرئيسي الخاص بك هو الشخص الرئيسي الذي يساعدك أو يعتني بك عندما تكون في البيت.

يمكنك اختيار مقدم الرعاية الرئيسي الخاص بك.



إذا لم تختَر مقدم رعاية رئيسياً خاصاً بك، فسيختار طبيبك واحداً لك.

لن يختار طبيبك شخصاً لا تريده ليكون مقدم الرعاية الرئيسي لك.



سيتم إخبار مقدمي الرعاية المعيّنين ومقدم الرعاية الرئيسي

- عن خطط العلاج الخاصة بك
- عن معلومات لدعمك عند مغادرة المستشفى



عندما تعود إلى المنزل، من الجيد أن يكون لديك أشخاص تثق بهم لمساعدتك على التعافي.



التعافي معناه أنك تتحسن حتى تتمكن من القيام بالأشياء التي تريد القيام بها.

إذا كنت في المستشفى وتعتقد أن العاملين في مجال الصحة النفسية لا يعطونك أو لا يعطون

- عائلتك
- أصدقاءك
- مقدمي دعمك



المعلومات الصحيحة، فإنه يمكنك التحدث عن ذلك مع زائر رسمي.

الزوار الرسميون هم الأشخاص الذين يزورون المستشفى.

يتأكد الزوار الرسميون من معاملة الأشخاص في المستشفى معاملة جيدة.



وهم لا يعملون في المستشفى.

يمكن للزوار الرسميين أيضاً مساعدة الأشخاص بخصوص أوامر العلاج المجتمعي.

لتحديد موعد مع زائر رسمي، اتصل بالرقم

.1800 208 218

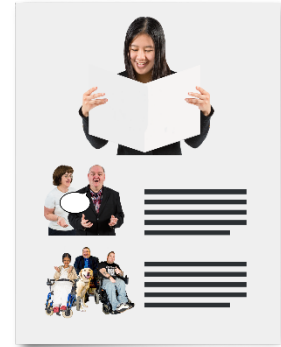
الاتصال بهذا الرقم مجاني.

يمكنك أيضًا أن تطلب من شخص تثق به أن يتصل بالنيابة
عندك.



للاطلاع على نشرة معلومات سهلة القراءة مع مزيد من
التفاصيل حول الحصول على المساعدة، توجه إلى

https://www.3dn.unsw.edu.au/sites/default/files/documents/3DN_MHA_GettingHelp_ERv1_Arabic.pdf



يمكنك الحصول على المساعدة بلغتك.

يمكنك إخبار الخدمة أنك بحاجة إلى مترجم شفهي.

يمكن أن يساعدك المترجم الشفهي في التحدث مع شخص يتحدث لغة مختلفة معك.



يمكنك أيضاً الاتصال بخدمة الترجمة الخطية والشفوية (TIS).

يمكنهم الإعداد لمترجم شفهي.

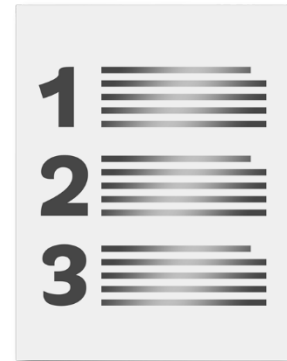
الرقم هناك هو 131 450.

معظم خدماتهم مجانية.



للاطلاع على قائمة بما تعنيه بعض الكلمات في نشرة المعلومات هذه، توجّه إلى

https://www.3dn.unsw.edu.au/sites/default/files/documents/3DN_Wordlist_ERv1_Arabic.pdf



معلومات سهلة القراءة عن خدمات الصحة العقلية العامة في نيو ساوث ويلز

قانون الصحة النفسية لولاية نيو ساوث ويلز- دور العائلة والأصدقاء ومقدمي الدعم

المؤلفون

Claire Eagleson¹, Bronwyn Newman¹, Janelle Weise¹

Julian Trollor¹ و Karen Fisher²,

¹ قسم الطب النفسي العصبي للإعاقة التنموية، تخصص الطب النفسي والصحة النفسية، كلية الطب والصحة، جامعة نيو ساوث ويلز سيدني

² مركز أبحاث السياسات الاجتماعية، كلية الآداب والعلوم الاجتماعية، جامعة نيو ساوث ويلز سيدني

نشرة المعلومات هذه جزء من سلسلة موارد سهلة القراءة تشرح

- كيف يمكن للناس الوصول إلى خدمات الصحة النفسية العامة في نيو ساوث ويلز و
- ما يمكن أن يتوقعونه.

© قسم الطب النفسي العصبي للإعاقة التنموية، تخصص الطب النفسي والصحة النفسية،

جامعة نيو ساوث ويلز سيدني 23/01/31 الإصدار 1

لا يمكن إجراء أي تغييرات بدون موافقة مؤلفي النشرة.

إعدادها بواسطة 3DN ومركز أبحاث السياسة الاجتماعية في جامعة نيو ساوث ويلز بسيدني، بدعم من وزارة الصحة في نيو ساوث ويلز.

Proudly funded by