multicultural
MENTAL HEALTH AUSTRALIA

Amharic

መግለጫ

በአእምሮ ጤና አገልግሎ አሠራርና የተገልጋዮች መብትና ግዴታ

(Consumer rights and responsibilities in the mental health system)

የአእምሮ ጤና ህክምና እና እንክብካቤን በደንብ መገንዘብዎ ስለሚያገኙት ሕክምናና እንክብካቤ ምርጫ ለማድረግ ይጠቅምዎታል። የአውስትራሊያ የአእምሮ ጤና ስርዓት፤ የመረዳት መብትዎን ለማስከበር ይረዳዎታል። ይህ መግለጫ፤ እንደ አእምሮ በሽተኛ ግለሰብ፤ ስለ አውስትራሊያ የአእምሮ ጤና ስርዓት እንዲሁም ስለ መብትዎና ሃላፊነትዎ የሚያስረዳ መረጃ ነው።

የአእምሮ በሽተኞች ማለት ማነው?

የአእምሮ ህመም ተገልጋይ ማለት የአእምሮ በሽተኛ የሆነ ግለሰብና በአሁኑ ወቅት ህክምና የሚያገኝ ወይም ቀደም ብሎ ህክምና የተደረገለት ወይም ወደፊት ህክምና ለማድረግ የተዘጋጀ ግለሰብ ሊሆን ይችላል።

የአውስትራሊያ የአእምሮ ጤና አገልግሎት አሠራር ሲባል ምን ማለት ነው?

የአውስትራሊያ መንግሥት የ2008 ሃገር አቀፍ የጤና ስልት ራዕይ፤ ወደጤንነት የሚመልስ የጤና ስርዓት፤ የአእምሮ በሽታን የሚከላከልና ቀደም በሎ የሚለይ እንዲሁም የአእምሮ በሽታ ሊያደርስ የሚችለውን ችግር መቀነስ ብሎም በግለሰቦች፤ በቤተሰብና በህብረተሰብ የአንዱ በሌላው የማመካኘቱ ሁኔታ እንዲቀንስ ማድረግ ነው። ማንኛቸውም የአእምሮ በሽታ ያለባቸው አውስትራሊያዊያኖች ውጤታማና ትክክለኛ ህክምና እንዲያገኙና የህብረተብ ድጋፍ በማግኘት ሙሉ የህብረተሰብ ተሳትፎ እንዲያደርጉ ያበቃል። የመብትና የሃላፊነት እንዲሁም የአእምሮ ጤና መግለጫም በዚህ ስልት ስር ተዘጋጅቷል። ስለ መግለጫው መኖር አለመኖር፤ የበለጠ መረጃ ይፈልጋሉ? የሚለውን ክፍል ይመልከቱ። መግለጫውን ከዚህ መግለጫ መጨረሻ ላይ ያገኙታልና ይመልከቱ።.

እያንዳንዱ ክፍለ ሃገርና ግዛት የአእምሮ ጤና ደንብ (Mental Health Act) አለው። ደንቡም የአእምሮ በሽታ ምን እንደሆነ በመግለጥ፤ ስለህክምናውና ስለእንክብካቤው፤ ከአእምሮ ጤና ጋር የተያያዙ የተገልጋዮዎች ተሳትፎ እና ስለ ተንካባካቢዎች ያስረዳል። እነዚህ ሕጎች የአእምሮ ጤና እንክብካቤን በተመለከተ ማን ውሳኔዎችን እንድሚያደርግና ማን እንደሚሳተፍም ያስረዳሉ።

እንደተጠቃሚ መብቶቼ ምንድን ናቸው?

የአእምሮ በሽታ ያለባቸው ሰዎች፤ እንደማንኛውም ሰው የመኖር፤ የመሥራትና በማህበረሰብ የመሳተፍ እንዲሁም ከአድልዎ ነጻ የመሆን መብት አላቸው። የአእምሮ በሽታ ካለብዎት፤ ከአእምሮ በሽታ ጋር በተያያዘ የሚከተሉት መብቶች አለዎት፤

1. መረጃ ማግኘት

የሚከተሉት መብቶች አለዎት፤

- መረጃዎችና የሚረዳዎት የባለሙያ አገልግሎት ማግኘት፤
- ለማስርዳትም ሆነ በቋንቋዎ መረጃ ለመጠየቅ አስተርጓሚ ማግኘት፡
- ስለ አእምሮ ጤነትዎ በቀላልና በሚገባዎት ቃላቶች መረጃ ማግኘት፤
- ህክምናውን ስለሚሰጡዎት ባለሙያዎች የሙያ ብቃት ማወቅ፤
- የተለያዩ አይነት ተወካዮች አሉ፤ አንዳንዶቹ የአእምሮ በሽታ አለባቸው፤ ለሎቹ ደግሞ ከህብረተሱ የሚመጡ ሲሆኑ "ጎብኚ ባለስልጣናት" ("official visitors") በመባል ይታወቃሉ።

For more information about Multicultural Mental Health Australia
visit www.mmha.org.au
Multicultural Mental Health Australia,
Locked Bag 7118, Parramatta CBD, NSW, 2124
Phone: 02 9840 3333 Fax: 02 9840 3388 Email: admin@mmha.org.au

የአእምሮ ጤና መብት

ተወካዮች፤ ለተጠቃሚዎች ጭንቀታቸውንና ፍለጎታቸውን እንደነሱ ሆነው እንዲናገሩላቸው መብትና ሥልጣን የተሰጣቸው ሰዎች ናቸው። የተወካዮች አይነትና የሚሰጡት ግልጋሎት እንደየ እስቴቱና እንደየ ቴሪቶሪው ይለያያል። ለምሳሌ ያህል፤

የተጠቃሚ **ተወካዮች** (Consumer advocates) የተጠቃሚውን አመለካከት ማቅረብ። አንዳንዶቹ የአእምሮ በሽታ ሲኖራቸው፤ “**የተጠቃሚዎች አማካሪ**” (consumer consultants) በመባል ይጠራሉ። ሌሎቹ ደግሞ ከህበረተሰቡ ይውጣጣሉ፤ እነሱም “**ጎብኚ ባለስልጣናት**” (official visitors) በመባል ይታወቃሉ።

2. ለእርስዎም ሆነ ለባህልዎ አክብሮት

የሚከተሉት መብቶች አለዎት፤

- ባህላዊ እምነትዎን እና የአመጋገብ ፍላጎትዎን መፈጸም፤
- መንፈሳዊና ሃይማኖታዊ እምነትዎን፤ የሌሎች ሰዎችን መብትና ፍላጎት እስካልተጻረረ ድረስ ማካሄድ፤
- ለባህልዎ ተስማሚ የሆነና ባህልዎን እና እምነትዎን የሚያከበር አገለግሎት፤ በቋንቋዎ ሁለት ቋንቋ የመናገር ችሎታ ባለቸው ባለሙያዎች ወይም በአስተርጓሚ አገልግሎት ማግኘት፤

3. ህክምና

የሚከተሉት መብቶች አለዎት፤

- ከፍተኛ ቁጥጥር በሌለበት አከባቢ፤ ከፍተኛ ጥራት ያለው ህክምና የማግኘት፤
- ስለህክምናዎ ያለዎትን አስተያየት መናገር ወይም ድጋሚ ምክር የመጠየቅ፤
- ስለሚደረግልዎ ህክምና መረጃ የማግኘት፤ ማለትም እንዴት እንደሚሠራ፤ ሊያደርስ የሚችለው አደጋና በዚሁ ሰበብ ሊመጣ የሚችለውን ችግር መረዳት፤
- በአእምሮ ጤና ደንብ (Mental Health Act) መሠረት ሃኪም ቤት ገብተው ካልሆነ) ሌላ አይነት ህክምና መምረጥ፤
- ጓደኛን፤ ቤተሰብን፤ ጠበቃን፤ የመንፈሳዊ/የሃይማኖት አማካሪን ወይም የተጠቃሚን ተወካይ ለድጋፍ መጥራት። ማንኛውም በአእምሮ ጤና ድርጅት ለህክምና የገባ፤ በፈለገው ጊዜ፤ የሚወክለው ግለሰብ መምረጥ ይችላል።
- በሚሰጥዎ ህክምናም ሆነ አገልግሎት ካልተደሰቱ ስለሚደረግልዎ ህክምና ቅሬታ ያቅርቡ፤ ወይም አዲስ የአእምሮ ጤና ባለሙያ የመጠየቅ መብት አለዎት።
- ሊረዱ እንዲችሉ፤ ለቤተሰቦችዎ ወይም ለተንከባካቢዎችዎ ለአእምሮ ጤና ባለሙያ፤ ስለህመምዎ እንዲነግሩ ፍቃድ መስጠት። በተጨማሪም ለሃኪምዎና (GP) ለሚያክሙዎት ሌሎች የአእምሮ ጤና ባለሙያዎች ችግርዎን ማስረዳት ይችላሉ።
- በእስቴትዎ ወይም በቴሪቶሪዎ ደንብ (Mental Health Act) መሠረት ትእዛዝ ከሌለብዎት በስተቀር ህክምናውን አለመቀበል ይችላሉ።
- የአእምሮ ጤና ባለሙያውን በሚያዩበት ጊዜ ተማሪዎች እንዳይኖሩ መከልከል ይችላሉ።
- ህመምዎን በሚመለከት፤ በውይይት ጊዜም ሆነ በሚታከሙበት ወቅት፤ በልምምድ፤ በጥናት፤ በምርምር፤ ወይም በቪዲዮ ለመቀረጽ ቢጠየቁ አልሳተፍም ማለት ይችላሉ።
- በጤና መዝገብዎ ላይ ስለ እርስዎ ምን እንደተጻፈ ማየት ይችላሉ። ይሁንና፤ አንዳንድ ጊዜ እነዚህ መረጃዎችን ለማየት በክፍለ ሃገርዎ ወይም ግዛትዎ የመረጃ ነፃነት (Freedom of Information) ሕግ መሠረት ጠይቀው ሊያገኙት ይችላሉ። የአእምሮ ጤና ባለሙያው ስለዚህ ጉዳይ ሊያማክርዎት ይችላል።

ከአገልግሎቱ ምን እንደሚጠብቁ በቂ ግንዛቤ ካገኙ፤ ጥሩ ምርጫ ማድረግ ይችላሉ። በተጨማሪም ፍለጎትዎ ሊያሟላልዎት እንደሚችል እምነት ያሳድርብዎታል።

4. የደህንነት ስሜት

የሚከተሉት መብቶች ይኖርዎታል፤

- ከበደል፤ ከወከባና ከብዝበዛ መዳን፤
- ህክምናዎን በሚከታተሉበት ወቅት ቤተሰብና ጓደኞች እንዲጎበኙዎት መፍቀድ፤
- ባልታወከና በማህበረሰብ አካባቢ መታከም፤ አንዳንድ ጊዜ ግለሰቦች የአእምሮ ጤና ደንብ (Mental Health Act) በሚፈቅደው መሠረት ያልፈቀዱትን ዓይነት ህክምና በሆስፒታል እንዲያገኙ ሲታተዘዙ፤ በጊዘያዊነት ሊታገቱ ይችላሉ። ይህ የሚሆነው ሃኪም (GP) በሽተኛው እራሱን ወይም ሌሎችን ይጎዳል ብሎ ከወሰነ ብቻ ነው። ግለሰቡ እራሱንም ሆነ ሌሎችን እንዳይጎዳ፤ ደህንነቱ በሚጠበቅበት ቦታ እንዲቆይ ሕግ ይፈቅዳል። ይህም በአእምሮ ጤና ደንብ መሠረት “በወቅት ተወስኖ መቆየት” (“being scheduled”) በመባል ይታወቃል። አንዳንድ ጊዜ ጉዳት የሚያደርሱበት ጊዜ እስኪያልፍ፤ ግለሰቦች፤ በጊዜያዊነት በቅርብ ክትትል እየተጠበቁ፤ አንድ ክፍል ውስጥ ብቻቸውን እንዲቀመጡ ይደረጋል።

5. ሕጋዊ መብቶች

የሚከተሉት መብቶች ይኖርዎታል፤

- በተሰጠው ወሳኔ ካልተስማሙ አቤቱታዎን ለአእምሮ ጤና ክለሳ ችሎት/ቦርድ (Mental Health Review Tribunal/Board) ወይም ለዳኛ ማቅረብ ይችላሉ። የአእምሮ ጤና ባለሙያን ወይም የተጠቃሚዎች አቡካቶን ይህ እንዴት ሊደረግ እንድሚችል መረጃ በማሰባሰብ እንዲረዱዎት እርዳታ መጠየቅ ይችላሉ።

> ሜንታል ሄልዝ ሪቪው ትራይቢዩናል/ቦርድ **(Mental Health Review Tribunal/Board)** ያለፈቃዳቸው ህክምና የሚደረግላቸውን የአእምሮ ህሙማን መብት ያስከብራል። የማያቋርጥ ህክምናን አስመልክቶ ነፃ የሆነውን የራሱን ግምገማ ይሰጣል።

6. ጉዳይዎ የግል ምስጢርዎ ነው

የሚከተሉት መብቶች ይኖርዎታል፤

- ግለኝነትና ምስጢራዊነት፤ እርስዎ ካልፈቀዱ ወይም ሕጉ መረጃው እንዲሰጥ ካልፈቀደ በስተቀር፤ ምንም አይነት መረጃ ለሌሎች አይሰጥም።

7. በአእምሮ ጤና መመሪያ አደረጃጀት ላይ አስተያየትዎን ይስጡ።

ይህ ማለት የአእምሮ ጤና ባለሙያዎች፤

- ስለሚያገኙት አገልግሎት አስተያየትዎን መጠየቅ፤
- አገልግሎቶችን እና መመሪያዎችን ለማሻሻል ሃሳብዎን እንዲያካፍሉ ማበረታታት፤
- የተጠቃሚዎችን እና ተንካባካቢዎችን ፍላጎት ከሚገልጹ ሌሎች የአእምሮ ጤና ተጠቃሚዎች ወይም የተወካዮች ስብስብ ወይም ከተንካባካቢዎች ጋር ግንኙነት እንዲፈጥሩ ማድረግ፤
- ከተጠቃሚ ወይም ከተንካባካቢ ወይም ባህላዊ አንፃር ለኮሚቴዎችና ለጤና ባለሙያዎች ሃሳብዎን እንዲያካፍሉ ያለውን መንገድ መጠቆም ይጠበቅባቸዋል።

8. በማህበረሰብ ውስጥ ስለሚያደርጉት ተሳትፎ

የሚከተሉት መብቶች አለዎት፤

- በክብርና ማእረግ መስተናገድ፤
- ገቢ ለማግኘት፤ በጤና ክብካቤ፤ በትምህርት፤ በሥራ ቅጥር፤ በቤት፤ በማጓጓዣና በሕግ አገልግሎት፤ በጤና እና በሌሎች የመድን መመሪያዎች እንዲሁም እድሜዎን አስመልክቶ፤ ሲዝናኑ፤ እንደማንኛወም ዜጋ የእኩልነት መብት ማግኘት።

Multicultural Mental Health Australia,
Locked Bag 7118, Parramatta CBD, NSW, 2124
Phone: 02 9840 3333 Fax: 02 9840 3388 Email: admin@mmha.org.au

የአእምሮ በሽታ ያለበት ልጅ ወላጅ ወይም አሳዳጊ ብሆን የሚኖሩኝ መብቶች ምንድን ናቸው?

የሚንከባከቡለትን ልጅ ወክለው ከላይ የተብራሩትን መብቶች በሥራ ላይ ማዋል ይችላሉ። በመላው አውስትራሊያ ወጣት ልጆች ህክምና እንዲደረግላቸው መጠየቅና እራሳቸውን ወክለው ፈቃድ መስጠት የሚችሉበት እድሜ ይለያያል፤ የ18 ዓመት፤ የ16 ዓመት የ14 ዓመት ሊሆን ይችላል። ወይም ከቤተሰቦቻቸው ጋር በመሆን ውሳኔዎችን መስጠት ይችላሉ።

መብቶቼን እንዴት መጠቀም እችላለሁ?

መብትዎን እንዴት በሥራ እንደሚያውሉ ማወቅ ከፈለጉ ሃኪምዎን፤ (GP) የአእምሮ ጤና ባለሙያን፤ ወይም የተጠቃሚዎችን አቦካቶ ያነጋግሩ። የአእምሮ ጤና አቦካቶዎችን ወይም አገልግሎቱን ለማግኘት የሚደረገው ዝግጅት እንደ ክፍለ ሃገሩና ግዛቱ ይለያያል።

የአእምሮ ሕመምን፤ ሰብአዊ መብቶችን እና ሕግን የተመለከተስ?

የግለሰቦችን መብቶች የሚጠብቁ ብዙ መሠረታዊ ሕጎች አሉ። እነዚህ ሕጎች የአእምሮ በሽታ ያለባቸውን ሰዎች እንዲያገለግሉ በሚከተሉት ነጥቦች ዙሪያ የግለሰብን መብቶች አዘጋጅተዋል፤

- ከአድልዎ ነጻ መሆን፤
- ቤት ለመግዛትና የግል ኑሮን ለመምራት ድጋፍ፤
- በመንግሥት ቢሮ፤ ማለትም በሴንተርሊንክ Centrelink በኩል የሚያገኙት የመተዳደሪያ ገንዘብ ክፍያዎ መረጋገጥ፤
- በሴንተርሊንክ (Centrelink) በኩል ሥራ የማግኘት እድል መኖር፤
- እንደ አሳዳጊነትና የቤተሰብ ድጋፍ፤ የተንከባካቢዎች ድጋፍ፤ የጉዳተኛ ድጋፍ፤ የአብሮ አደጎች ድጋፍ፤ የመጤዎችና የስደተኞች ድጋፍ አገልግሎቶችና ተመሳሳይ ልምድ ባላቸው ሰዎች አመክሮን ማግኘት፤
- እንግሊዝኛ የመማር እድልና አስተርጓሚ ማግኘት፤
- ለልጆች ደህንነት የጥበቃ ድጋፍ፤ ከቤተሰብ ሁከትና ከወንጀል የመጠበቅ ድጋፍ ማግኘት። ሁከትና ማንኛውም በደል ከደረሰ ፖሊስ ያነጋግሩ።
- የመንግሥት የጤና ሥርአት፤ ሜዲኬርን Medicare ጨምሮ፤ እንደ እንክብካቤ ማግኘት እንዲሁም ለስደተኞች፤ ለልጆች፤ ወጣቶችና አዛውንቶች የልዩ ባለሙያ አገልግሎትን ማግኘት ያስችላል።

በአእምሮ በሽታቸው ምክንያት፤ በግለሰብ ላይ አድልዎ ማድረግ ሕገ ወጥ ነው። በ1992 የድኩማን የአድልዎ ደንብ (Disability Discrimination Act 1992) መሠረት፤ በአውስትራሊያ ማንኛውም ግለሰብ፤ በአለበት የአካል ጉድለት ምክንያት አድልዎ ማድረግ ተከልክሏል።

ግዴታዎቹ ምንድን ናቸው?

የአእምሮ በሽታ ካለብዎት፤ በጣም አስፈላጊ የሚሆነው፤ በመዳንዎ ላይ ማተኮርና የአእምሮ ጤንነትዎን ማሻሻል ነው፤

- የአእምሮ ጤንነት ክብካቤ እቅድ፤ የመዳን ድርጊታዊ እቅድ በመባልም ይታወቃል፤ በሚያዘጋጁበት ጊዜ፤ ስለጤንነትዎ እውነቱን ይናገሩ።
- የአእምሮ ጤንነት ክብካቤ እቅድዎ፤ አልሰራልኝም ብለው የሚያምኑ ከሆኑና መቀየር ከፈለጉ ሃኪምዎን (GP) ወይም የአእምሮ ጤና ባለሙያን ያነጋግሩ።
- ለዚህ ችግርዎ ከሌላ ሰው ህክምና ያገኙ እንደሆነ ወይም እጽዋት፤ ባህላዊ መድሃኒት ወይም ቫይታሚን የሚወስዱ ከሆነ፤ ለሃኪምዎ (GP) ወይም ለአእምሮ ጤና ባለሙያው ይናገሩ። ይህ አይነቱ መረጃ በጣም አስፈልጊ ነው፤ ምክንያቱም አንዳንድ መድሃኒቶች በአንድነት ሲወሰዱ ድንገት ቢጋጩና ተያያዥ የሆኑ ጉዳቶችን ቢያስከትሉ ለአደጋ ይጋለጣሉ።
- ካፌን ማለት፤ (እንደ ቡና ወይም ሃይል የሚሰጡ መጠጦችን)፤ ወይም አደንዣዥ እንደ (እጽና የአልኮል መጠጥ የሚወስዱ) ከሆነ፤ ለሃኪምዎ (GP) ወይም ለአእምሮ ጤና ባለሙያው ይናገሩ። ምክንያቱም እነዚህም ቢሆኑ፤ ከመድሃኒቶች ጋር በመጋጨት ተያያዥ የሆኑ ጉዳቶችን ያመጡና ለአደጋ ይጋለጣሉ።
- የታዘዘልዎትን መድሃኒት ብቻ ይውሰዱ።
- መድሃኒትዎን መውሰድ ከማቋረጥዎ በፊት፤ ለሃኪምዎ (GP) ወይም የአእምሮ ጤና ባለሙያው ማቋረጥዎን ይናገሩ፤ ያለበለዛ ተያያዥ የሆኑ ጉዳቶች ሊመጡ ይችላሉ።
- ስለሚወስዱት መድሃኒት ይወቁ። ስለሚወስዱት መድሃኒት እርግጠኛ ካልሆኑ ወይም ለምን እንደሆነ ካላወቁ፤ ስለመድሃኒቱ የሚሰጠውን ማስረጃ ይጠይቁ ወይም ሃኪምዎን (GP) ወይም የአእምሮ ጤና ባለሙያውን ያማክሩ።
- ቀጠሮዎን ያክብሩ። የማይመችዎ ከሆነ ለሃኪምዎ (GP) ወይም ለአእምሮ ጤና ባለሙያው ቀደም ብለው ይናገሩ።
- የአእምሮ ጤና አገለግሎትን የሚጠቀሙትን የሌሎች ሰዎች መብት ያክብሩ።
- ሥራቸውን በደህንነት እንዲሠሩ፤ የአእምሮ ጤና ባለሙያዎችን መብት ያክብሩ።
- ጤንነትዎ የተዛባ ከመሰለዎት፤ እርዳታ እንዲያገኙ ወዲያውኑ ለሌሎች ሰዎች ይናገሩ።

የህብረተሰቡ መብትና የተጠቃሚዎች የሕግ ተወካይ የማግኘት መብት ምንድን ነው?

መታመምዎን ካላወቁና የራስዎንም ሆነ የሌሎችን ሰዎች ደህንነት አደጋ ላይ የሚጥሉ መስሎ ከተገመተ፤ የአእምሮ ጤና ክብካቤ ሥርአት፤ ለህብረሰቡ ጥበቃ መብትና ደህንነት ሲባል፤ እንዲሁም የእርስዎን ነፃነት አስመልክቶ በመጠነኛ ግዳጅ ክብካቤ ከማግኘትዎ ጋር መመዛዘን ይኖርበታል።

አንድ ግለሰብ ለራሱና ለሕዝቡ ደህንነት ሲባል ያለፈቃዱ ህክምና ማግኘት እንዳለበት ሕጉ ይገልጻል። ይህ ትእዛዝ በያንዳንዱ እስቴትና ቴሪቶሪ፤ በባለሙያ የህክምና አስተያየትና ግምገማ እንዲሁም በአእምሮ ጤና ደንብ (Mental Health Act) መሠረት የሚፈፀም ትእዛዝ ነው። ያለፈቃድዎ ህክምና እንዲያደርጉ ከታዘዙ፤ የህግ ተወካይ የማግኘትና ጉዳይዎን ዳኛ ወይም ችሎት እንዲያይልዎት ማድረግ ይችላሉ። የሕግ ውክልናው አስፈላጊነት፤ ያለፈቃድዎ የሚደረግ የህክምና ትእዛዝ ተፈላጊ ሳይሆን እንዳይደረግ ለመከላከል ነው።

አንዳንድ ጊዜ የአእምሮ በሽታ ያለበት ግለሰብ ወንጀል ሊፈጽም ይችላል። ይህ ከሆነና፤ ወንጀሉን የፈጸመው ግለሰብ ወንጀል መፈጸሙን ካላወቀ፤ ለግለሰቡ የአእምሮ ጤንነት ግምገማ ህክምና እና የማገገም መብት አለው።

የበለጠ መረጃ ይፈልጋሉ?

ለአስተርጓሚ

የአስተርጓሚና የትርጁማን አገልግሎት ን (TIS) ይጠይቁ።

ስልክ፤ 13 14 50

የአእምሮ ጤና አገልግሎትና የ24-ሰዓት የድንገተኛ ቁጥሮች በአካባቢዎ የስልክ ማውጫ ውስጥ ተዘርዝረዋል።

ላይፍላየን (Lifeline) የ2 4-ሰዓት የስልክ አመክር አገልግሎት
የመንግስት ባልሆነ ድርጅት የሚሰጥ የአመክሮና የመረጃ አገልግሎት ነው።

ስልክ፤ 13 11 14

ድረገጽ፤ www.lifeline.org.au

Sane Australia
የአእምሮ ጤና አገልግሎት የድጋፍ መስመርና፤ የትምህርት መረጃዎችና ምርምርን ጨምሮ፤ ሃገር አቀፉ የአእምሮ ጤና በጎ አድራጎት ነው።

ስልክ፤ 1800 18 SANE (7263)

ድረገጽ፤ www.sane.org

ቢዮንድ ብሉ beyondblue የሃገር አቀፉ የመደበር እንቅስቃሴ ስለ መደበር፤ ጭንቀትና ተመሳሳይ ቀውሶች፤ ስለአሉት ህክምናዎችና እርዳታ ከየት ማግኘት እንድሚችሉ መረጃ ይሰጣል።

ስልክ፤ 1300 22 4636

ድረገጽ፤ www.beyondblue.org.au

Carers Australia
ለተንከባካቢዎች መረጃ፤ የመምራትና ትምህርታዊ ጽሁፎችን የሚያቀርብ የመንግሥት ያልሆነ ድርጅት ነው።

ስልክ፤ 1800 242 636

ድረገጽ፤ www.carersaustralia.com.au

ለወጣት ተንከባካቢዎች

ድረገጽ፤ www.youngcarers.net.au

የአካባቢዎን ስልክ ቁጥር እዚህ ይጻፉ

....

....

....

የአውስትራሊያ የመድብለባህል የአእምሮ ጤናን (MMHA) ይጠይቁ።

ስልክ፤ 02 9840 3333

ፋክስ፤ 02 9840 3388

ድረገጽ፤ www.mmha.org.au

ኢሜል፤ admin@mmha.org.au

የአእምሮ ጤና የመብትና የሃላፊነት መግለጫ 1991 (Mental Health Statement of Rights and Responsibilities (1991))
ከ አውስትራሊያ የጤና እና የአዛውንት ክፍል ማግኘት ይቻላል።
(Australian Department of Health and Ageing)

ድረገጽ፤ www.health.gov.au

የአውስትራሊያ የሰብአዊ መብት ኮሚሽን ነፃ
የሆነ ድርጅት ሲሆን ሰብአዊ መብትን በተመለከተ ሰፋ ባሉ የገለሰቦችና የሰብሰቦችን ችግር ለፓርላማ ሪፖርት ያደርጋል።

ስልክ፤ (02) 9284 9600

ለቅሬታ ስልክ፤ 1300 656 419

ድረገጽ፤ www.humanrights.gov.au

የጋራሃብት የፌደራል መንግሥት እንባ ጠባቂ (Commonwealth Ombudsman)
በአውስትራሊያ የመንግሥት መሥሪያ ቤቶች ወይም ተወካዮች፤ በተገቢው መንገድ አልተስተናገድኩም ብለው ካመኑ፤ ለየጋራሃብት እንባ ጠባቂ ቅሬታዎን ማቅረብ ይችላሉ።

ስልክ፤ 1300 362 072

ድረገጽ፤ www.ombudsman.gov.au

የአውስትራሊያ የአእምሮ ጤና ካውንስልን (MHCA) ይጠይቁ።
አእምሯቸው ጤናማ የሆነ ህብረተሰብ እንዲኖር የሚያዛምት፤ በአእምሮ ጤንነት ጉዳዮች ላይ ትምህርት የሚሰጥ፤ እንዲሁም አውስትራሊያኖች የተሻለ የአእምሮ ጤንነት አገልግሎት እንዲያገኙ፤ አገልግሎቶች እንዲሻሻሉ የሚደግፍ፤ የመንግስት ያልሆነ ድርጅት ነው።

ስልክ፤ (02) 6285 3100

ድረገጽ፤ www.mhca.com.au

የአካባቢዎን፤

- ሃኪም(GP)
- የአእምሮ ጤና ማእከል
- የህብረተሰብ ጤና ማእከል
- በአካባቢዎ በሚገኝ ሆስፒታል የአእምሮ ጤና ቡድን ይጠይቁ።
- ሁሉንም ባህል የሚያስተናግድ የአእምሮ ጤና ማእከል/አገልግሎት (Transcultural Mental Health Centre/Service)

*MMHA በክፍለ ሃገርዎና በግዛትዎ የሚገኙትን የመገናኛ ዝርዝሮች ሊያቀርብልዎት ይችላል። እነዙ አገልግሎቶች በየክፍለ ሃገሩን በግዛቶች የሚገኙትን የአእምሮ ጤና ከለሳ ችሎት/ቦርድ (**Mental Health Review Tribunal/Board**) የመገናኛ ዝርዝር ሊሰጡዎት ይችላሉ።

ስዚህ የማመለካከቻ ወረቀት

ይህ የማምላከቻ ወረቀት የተዘጋጀው በአውስትራሊያ የመድበለባህል የአእምሮ ጤና (MMHA) ከአውስትራሊያ የጤናና የአዛውንቶች ክፍል (Australian Department of Health and Ageing) በተገኘ የገንዘብ እርዳታ ነው።

- የአእምሮ ህመም ላለባቸው ተንከባካቢዎች
- የባህል መለያና የአእምሮ ጤና
- ለአእምሮ ጤና በዶክተር በኩል እርዳታ ማግኘት
- ከጉዳት በኋላ በአእምሮ ላይ የሚደርስ መረበሽ
- የ'ሳይኮሲስ' ህመም፤ የአደንዛዥ ዕፆችና አልኮል መጠጦች ጉዳዮች
- ከአእምሮ በሽታ ማገገም

© April 2011 Multicultural Mental Health Australia

For more information about Multicultural Mental Health Australia
visit www.mmha.org.au

Multicultural Mental Health Australia,
Locked Bag 7118, Parramatta CBD, NSW, 2124
Phone: 02 9840 3333 Fax: 02 9840 3388 Email: admin@mmha.org.au

multicultural
MENTAL HEALTH AUSTRALIA