

## Δικαιώματα και υποχρεώσεις των καταναλωτών στο σύστημα ψυχικής υγείας (Consumer rights and responsibilities in the mental health system)

Η καλή ενημέρωσή σας βοηθά να κάνετε καλές επιλογές σχετικά με τη θεραπεία και φροντίδα της ψυχικής σας υγείας. Η κατανόηση του συστήματος ψυχικής υγείας της Αυστραλίας σας βοηθά επίσης να εξασκείτε τα δικαιώματά σας. Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο προσφέρει μια επισκόπηση του συστήματος ψυχικής υγείας στην Αυστραλία και πληροφορίες σχετικά με τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις σας σαν άτομο με ψυχική ασθένεια.

### Ποιος είναι καταναλωτής του τομέα ψυχικής υγείας;

Καταναλωτής του τομέα ψυχικής υγείας είναι το άτομο που πάσχει από ψυχική ασθένεια και που προς το παρόν χρησιμοποιεί ή έχει χρησιμοποιήσει ή θα χρησιμοποιήσει υπηρεσία ψυχικής υγείας.

### Τι είναι το σύστημα ψυχικής υγείας της Αυστραλίας;

Το όραμα της Εθνικής Στρατηγικής Ψυχικής Υγείας 2008 της Αυστραλιανής Κυβέρνησης (National Mental Health Strategy 2008) είναι για ένα σύστημα ψυχικής υγείας που δίνει ευκαιρία για ανάρρωση, προλαμβάνει και ανιχνεύει έγκαιρα την ψυχική ασθένεια και μειώνει τον αντίκτυπο των προβλημάτων ψυχικής υγείας συμπεριλαμβανομένων των επιδράσεων του στίγματος σε άτομα, οικογένειες και το κοινωνικό σύνολο. Διασφαλίζει ότι όλοι οι Αυστραλοί με ψυχική ασθένεια έχουν πρόσβαση σε αποτελεσματική και κατάλληλη θεραπεία και κοινωνική στήριξη που τους διευκολύνει ώστε να συμμετέχουν πλήρως στην κοινωνική ζωή. Μια Κατάσταση Δικαιωμάτων και Υποχρεώσεων Ψυχικής Υγείας (A Mental Health Statement of Rights and Responsibilities) αναπτύχθηκε κάτω από αυτή τη στρατηγική. Για να μάθετε από που διατίθεται βλέπετε το τμήμα Χρειάζεσθε περισσότερες πληροφορίες στην τελευταία σελίδα αυτού του ενημερωτικού φυλλαδίου.

Η κάθε πολιτεία και επικράτεια έχει Νόμο Ψυχικής Υγείας (Mental Health Act) που ορίζει την ψυχική ασθένεια και περιγράφει τη φροντίδα και θεραπεία της ψυχικής ασθένειας και άλλα θέματα σχετικά με την ψυχική υγεία όπως τη συμμετοχή καταναλωτών και φροντιστών. Αυτοί οι νόμοι εξηγούν τα δικαιώματα καταναλωτών, πως παίρνονται οι αποφάσεις περί της ψυχικής υγείας και ποιος μπορεί να συμμετάσχει.

### Ποια είναι τα δικαιώματά μου σαν καταναλωτής;

Τα άτομα με ψυχική ασθένεια έχουν τα ίδια δικαιώματα με τον καθένα να ζουν, να εργάζονται και να συμμετέχουν στο κοινωνικό σύνολο και να είναι ελεύθεροι από διακρίσεις. Αν έχετε ψυχική ασθένεια, τα συγκεκριμένα σας δικαιώματα σχετικά με την ψυχική σας ασθένεια περιλαμβάνουν:

#### 1. Να είστε ενημερωμένοι

Έχετε δικαίωμα:

- Να λαμβάνετε πληροφορίες και να έχετε πρόσβαση σε επαγγελματικές υπηρεσίες που μπορούν να σας βοηθήσουν.
- Να έχετε διερμηνέα να σας εξηγήσει, ή να ζητήσετε πληροφορίες στη γλώσσα σας.
- Να ενημερώνεστε για την ψυχική σας υγεία με λόγια που καταλαβαίνετε.
- Να γνωρίζετε τα προσόντα του ατόμου ή ατόμων που θα σας παρέχουν θεραπεία.
- Να είστε ενημερωμένοι για το ρόλο των συνηγόρων των καταναλωτών και πως μπορούν να σας βοηθήσουν και να μιλήσουν για λογαριασμό σας αν επιθυμείτε να κάνετε παράπονο. Υπάρχουν διάφοροι τύποι συνηγόρων. Μερικοί έχουν οι ίδιοι ψυχική ασθένεια και άλλοι είναι από το κοινό και είναι γνωστοί ως "επίσημοι επισκέπτες" (official visitors).



### Συνηγορία ψυχικής υγείας

Οι συνήγοροι είναι άτομα στα οποία έχει δοθεί η εξουσία από καταναλωτές να μιλήσουν εκ μέρους τους και να υπερασπίσουν τα ζητήματα που τους απασχολούν και τα συμφέροντά τους. Οι τύποι συνηγόρων, και ο ρόλος τους, διαφέρουν από κάθε πολιτεία και επικράτεια. Μερικά παραδείγματα είναι:

**Οι συνήγοροι καταναλωτών (consumer advocates)** που αντιπροσωπεύουν την άποψη του καταναλωτή. Μερικοί έχουν οι ίδιοι ψυχική ασθένεια και μπορεί να είναι γνωστοί και ως **σύμβουλοι καταναλωτών (consumer consultants)** και άλλοι προέρχονται από το κοινό και είναι γνωστοί ως **“επίσημοι επισκέπτες” (official visitors)**.

## 2. Σεβασμό για εσάς και τον πολιτισμό σας

Έχετε δικαίωμα:

- Να εξασκείτε τις πολιτισμικές πεποιθήσεις σας και να ακολουθείτε τις διαιτολογικές σας ανάγκες.
- Να εξασκείτε τις πνευματικές/θρησκευτικές πεποιθήσεις σας αρκεί να μην επεμβαίνουν στα δικαιώματα και προτιμήσεις άλλων ανθρώπων.
- Να λαμβάνετε πολιτισμικά κατάλληλες υπηρεσίες, όπως υπηρεσίες που παρέχονται στη γλώσσα σας μέσω δίγλωσσου επαγγελματία ή διερμηνέα, και που λαμβάνουν υπόψη την πολιτισμική καταγωγή και τις πεποιθήσεις σας.

## 3. Θεραπεία

Έχετε δικαίωμα:

- Να λαμβάνετε θεραπεία υψηλής ποιότητας σε περιβάλλον με ελάχιστους περιορισμούς.
- Να δηλώνετε τη γνώμη σας όσον αφορά τη θεραπεία σας και να ζητήσετε μια δεύτερη γνώμη.
- Να ενημερώνεστε σχετικά με τη θεραπεία που θα σας χορηγηθεί, πως θα δράσει και τους κινδύνους και παρενέργειες της θεραπείας.
- Να επιλέγετε άλλες θεραπείες (εκτός αν έχετε εισαχθεί σε νοσοκομείο κάτω από το Νόμο Ψυχικής Υγείας (Mental Health Act) στην πολιτεία ή επικράτειά σας).
- Να επικοινωνήσετε με φιλικό πρόσωπο, συγγενή, δικηγόρο, πνευματικό/θρησκευτικό σύμβουλο ή συνήγορο καταναλωτή για να ζητήσετε στήριξη. Το κάθε άτομο που εισάγεται σε ίδρυμα ψυχικής υγείας έχει το δικαίωμα σε εκπρόσωπο που θα υπερασπίσει τα συμφέροντά του για όσο επιθυμεί.
- Να υποβάλετε παράπονα αν δεν είστε ευχαριστημένοι με την υπηρεσία ή θεραπεία που λαμβάνετε, ή να ζητήσετε να αλλάξετε επαγγελματία ψυχικής υγείας.
- Να δώσετε τη συγκατάθεσή σας σε επαγγελματία ψυχικής υγείας να μιλήσει με την οικογένεια και τους φροντιστές σας έτσι ώστε να μπορούν να σας βοηθήσουν. Επίσης μπορούν να εξηγήσουν το πρόβλημα ή την ασθένεια σας στον γιατρό-παθολόγο (GP) σας και στους άλλους επαγγελματίες υγείας που σας παρέχουν περίθαλψη.
- Να αρνηθείτε τη θεραπεία εκτός αν έχετε εντολή σύμφωνα με το Νόμο Ψυχικής Υγείας (Mental Health Act) στην πολιτεία ή επικράτειά σας.
- Να αρνηθείτε να παρευρίσκονται φοιτητές την ώρα που εσείς συμβουλευέστε τον επαγγελματία ψυχικής υγείας.
- Να αρνηθείτε να συμμετάσχετε σε πειράματα, έρευνες και μελέτες ή να φωτογραφίζετε σε βίντεο ενώ βρίσκεστε σε συνέντευξη ή λαμβάνετε θεραπεία.
- Να δείτε τι έχει γραφτεί σχετικά με εσάς στο αρχείο και φάκελλο υγείας σας. Ωστόσο, μερικές φορές αυτές οι πληροφορίες αποκαλύπτονται μόνο μετά από αίτηση κάτω από τους νόμους Ελευθερίας της Πληροφόρησης (Freedom of Information) στην πολιτεία ή επικράτειά σας. Ο επαγγελματίας ψυχικής υγείας σας μπορεί να σας συμβουλέψει σχετικά μ' αυτό.

Η καλή ενημέρωση σχετικά με το τι μπορείτε να αναμένετε από μια υπηρεσία σας βοηθά να κάνετε καλές επιλογές και σας δίνει την εμπιστοσύνη ότι θα φροντιστούν οι ανάγκες σας .

#### 4. Αίσθηση ασφάλειας

Έχετε δικαίωμα:

- Προστασίας από κακομεταχείριση, παρενόχληση και εκμετάλλευση.
- Να σας επισκέπτονται συγγενείς και φίλοι ενώ κάνετε θεραπεία.
- Να λαμβάνετε θεραπεία σ' ένα περιβάλλον χωρίς περιορισμούς ή εκτός ιδρύματος. Μερικές φορές το άτομο μπορεί να περιορίζεται προσωρινά σε νοσοκομείο για μη εθελοντική θεραπεία κάτω από το Νόμο Ψυχικής Υγείας (Mental Health Act.). Αυτό θα συμβεί μόνο όταν ο γιατρός (GP) αποφασίσει ότι το άτομο κινδυνεύει να κάνει κακό στον εαυτό του ή σε άλλους. Αυτός ο νόμος που επιτρέπει τη συγκράτηση ενός ατόμου σε ασφαλές τοποθεσία για την ασφάλεια τη δική του και του κοινού. Αυτό είναι επίσης γνωστό ως “νομοθετημένη αναγκαστική νοσηλεία” (“being scheduled”) σύμφωνα με το Νόμο Ψυχικής Υγείας (Mental Health Act). Σε μερικές περιπτώσεις το άτομο μπορεί να κρατηθεί σε δωμάτιο μόνο του για παρακολούθηση μέχρι που να περάσει ο κίνδυνος έκθεσης σε πιθανού κακού.

#### 5. Νομικά δικαιώματα

Έχετε δικαίωμα:

- Να κάνετε ένσταση κατά μιας απόφασης της Επιτροπής Επανεξέτασης Ψυχικής Υγείας (Mental Health Review Tribunal/Board) ή ενός δικαστή πρωτοβάθμιου δικαστηρίου (magistrate) αν δεν συμφωνείτε με την απόφαση. Μπορείτε να ζητήσετε βοήθεια για το πώς γίνεται αυτό από επαγγελματία ψυχικής υγείας ή συνήγορο καταναλωτή.

Η Επιτροπή Επανεξέτασης Ψυχική Υγείας (**Mental Health Review Tribunal/Board**) προστατεύει τα δικαιώματα των ανθρώπων που λαμβάνουν μη εθελοντική θεραπεία για ψυχική ασθένεια. Παρέχει μια επανεξέταση της ανάγκης για τη συνέχεια της θεραπείας.

#### 6. Απόρρητο

Έχετε δικαίωμα:

- Απορρήτου και εχεμύθειας. Δεν αποκαλύπτονται πληροφορίες σχετικά με εσάς σε τρίτους εκτός αν εσείς δώσετε συναίνεση, ή εκτός αν ο νόμος απαιτεί την αποκάλυψη αυτών των πληροφοριών.

#### 7. Να παρέχετε τη γνώμη σας σχετικά με θέματα ανάπτυξης πολιτικής της ψυχικής υγείας

Αυτό σημαίνει ότι οι επαγγελματίες ψυχικής υγείας πρέπει:

- Να ζητούν τη γνώμη σας σχετικά με τις υπηρεσίες που χρησιμοποιείτε.
- Να σας ενθαρρύνουν να μοιράζεστε τις ιδέες σας όσον αφορά τις υπηρεσίες και πολιτικές.
- Να σας φέρουν σε επαφή με άλλους καταναλωτές ή ομάδες συνηγορίας που υπερασπίζουν τη φωνή και τα συμφέροντα των καταναλωτών ψυχικής υγείας ή φροντιστές.
- Να σας ενημερώνουν για τις ευκαιρίες που υπάρχουν για την παροχή πληροφοριών σε επιτροπές και επαγγελματίες υγείας όπου ζητείται η άποψη του καταναλωτή, ή του φροντιστή ή μια πολιτισμική άποψη.

#### 8. Συμμετοχή στο κοινωνικό σύνολο

Έχετε δικαίωμα:

- Να αντιμετωπίζετε κατάλληλη μεταχείριση με σεβασμό και αξιοπρέπεια.
- Να απολαμβάνετε ίσα δικαιώματα όπως όλοι οι πολίτες όσον αφορά την πρόσβαση σε εισόδημα, φροντίδα υγείας, εκπαίδευση, απασχόληση, στέγαση, μεταφορά και νομικές υπηρεσίες • πολιτική ασφάλιση υγείας και άλλα είδη ασφαλιστικής κάλυψης • και ψυχαγωγία κατάλληλη για την ηλικία σας.

For more information about Multicultural Mental Health Australia visit [www.mmha.org.au](http://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](mailto:admin@mmha.org.au)

## **Ποια είναι τα δικαιώματά μου σαν γονέας ή κηδεμόνας παιδιού με ψυχική ασθένεια;**

Μπορείτε να εξασκήσετε το καθένα από τα δικαιώματα που αναφέρονται παραπάνω εκ μέρους παιδιού που φροντίζετε. Σε όλη την Αυστραλία, η ηλικία στην οποία οι άνθρωποι δικαιούνται να ζητήσουν θεραπεία και να δώσουν συναίνεση για δικό τους λογαριασμό διαφέρει από 18 χρονών, έως 16 χρονών, έως 14 χρονών. Ή παίρνουν απόφαση μαζί με τους γονείς τους.

## **Πώς μπορώ να εξασκήσω τα δικαιώματά μου;**

Για να μάθετε πώς να εξασκήσετε τα δικαιώματά σας, μιλήστε με γιατρό (GP), επαγγελματία ψυχικής υγείας ή συνήγορο καταναλωτή. Το πώς κανονίζεται η ευκαιρία επαφής με συνηγόρους ή υπηρεσίες ψυχικής υγείας διαφέρει από κάθε πολιτεία και επικράτεια.

### **Και σχετικά με την ψυχική υγεία, τα ανθρώπινα δικαιώματα και το νόμο;**

Υπάρχουν πολλοί νόμοι για την προστασία των βασικών δικαιωμάτων του ατόμου. Αυτοί οι νόμοι βοηθούν τους ανθρώπους με ψυχική ασθένεια καθορίζοντας τα ατομικά δικαιώματα στους εξής τομείς:

- Ελευθερία από τις διακρίσεις.
- Πρόσβαση σε στέγαση και στήριξη για τη διατήρηση ανεξάρτητου βίου.
- Πρόσβαση σε χρηματοοικονομική ασφάλεια διαθέσιμη μέσω των γραφείων Centrelink της κυβέρνησης.
- Πρόσβαση σε ευκαιρίες απασχόλησης μέσω του Centrelink.
- Υπηρεσίες στήριξης όπως στήριξη γονέων και οικογένειας, στήριξη φροντιστών, στήριξη αναπήρων, στήριξη από άλλους που βρίσκονται σε παρόμοια περίπτωση (peer support), υπηρεσίες στήριξης για μετανάστες και πρόσφυγες και καθοδήγηση (mentoring).
- Πρόσβαση σε μαθήματα Αγγλικών και σε διερμηνείς.
- Πρόσβαση σε στήριξη σχετικά με προστασία παιδιών, την οικογενειακή βία και την πρόληψη εγκλημάτων. Επικοινωνήστε με την αστυνομία σχετικά με οποιαδήποτε βία ή κακομεταχείριση.
- Πρόσβαση σε φροντίδα υγείας συμπεριλαμβανομένων του κρατικού συστήματος Medicare και των ειδικών υπηρεσιών για πρόσφυγες, παιδιά, έφηβους και τους ηλικιωμένους.

Απαγορεύεται από το νόμο να γίνονται διακρίσεις εναντίον κάποιου ατόμου επειδή έχει ψυχική ασθένεια. Ο Νόμος Διακρίσεων περί Αναπηρίας 1992 (Disability Discrimination Act 1992) προσφέρει προστασία για τον καθένα στην Αυστραλία εναντίον των διακρίσεων βάσει αναπηριών.

### **Ποιες είναι οι υποχρεώσεις μου;**

Αν έχετε ψυχική ασθένεια, σημασία έχει να επικεντρωθείτε στην ανάρρωση και στη βελτίωση της ψυχικής σας υγείας:

- Να είστε ειλικρινείς όσον αφορά την υγεία σας όταν προετοιμάζετε το πρόγραμμα περίθαλψης ψυχικής υγείας (mental health care plan) σας, που είναι επίσης γνωστό ως πρόγραμμα δράσης για την ανάρρωση (recovery action plan) ή πρόγραμμα θεραπείας ψυχικής υγείας (mental health treatment plan).
- Να ακολουθείτε το πρόγραμμα περίθαλψης της ψυχικής υγείας σας.
- Μιλήστε με το γιατρό (GP) ή με τον επαγγελματία ψυχικής υγείας αν θέλετε να αλλάξετε το πρόγραμμα περίθαλψης της ψυχικής υγείας σας σε περίπτωση που πιστεύετε ότι δεν σας ωφελεί.
- Ενημερώστε το γιατρό (GP) ή τον επαγγελματία ψυχικής υγείας αν λαμβάνετε θεραπεία από κάποιον άλλον για το ίδιο πρόβλημα, ή αν χρησιμοποιείτε βότανα, παραδοσιακά προϊόντα ή βιταμίνες. Αυτές οι πληροφορίες είναι σημαντικές επειδή μερικά φάρμακα αλληλεπιδρούν με αυτές τις θεραπείες και προκαλούν παρενέργειες που ίσως να είναι επιβλαβείς.
- Ενημερώστε το γιατρό (GP) ή τον επαγγελματία ψυχικής υγείας αν καταναλώνετε καφεΐνη (καφέ ή ενεργειακά ποτά) ή αν παίρνετε ναρκωτικά ή πίνετε αλκοόλ. Αυτά μπορεί επίσης να αλληλεπιδράσουν με τα φάρμακά σας και να προκαλέσουν επιβλαβείς παρενέργειες.
- Χρησιμοποιείτε μόνο τα φάρμακα που συνταγογραφούνται για σας.
- Μιλήστε με το γιατρό (GP) ή τον επαγγελματία ψυχικής υγείας πριν αποφασίσετε να σταματήσετε να παίρνετε οποιαδήποτε φάρμακα επειδή αυτό μπορεί να προκαλέσει επιβλαβείς παρενέργειες.
- Να γνωρίζετε τα φάρμακα που παίρνετε. Αν δεν είστε σίγουροι για το τι παίρνετε ή γιατί, ζητήστε φυλλάδιο που περιέχει πληροφορίες, ή μιλήστε με το γιατρό (GP) ή τον επαγγελματία ψυχικής υγείας.
- Κρατάτε τα ραντεβού σας. Αν δεν μπορείτε, ειδοποιήστε το γιατρό (GP) ή τον επαγγελματία ψυχικής υγείας από νωρίς.
- Να σέβεστε τα δικαιώματα των άλλων ανθρώπων που χρησιμοποιούν τις υπηρεσίες ψυχικής υγείας.
- Να σέβεστε το δικαίωμα των επαγγελματιών ψυχικής υγείας να είναι ασφαλείς στη δουλειά τους.
- Να ενημερώσετε κάποιον κατευθείαν αν νομίζετε ότι αδιαθετείτε για να λαμβάνετε βοήθεια.

### **Ποια είναι τα δικαιώματα του κοινωνικού συνόλου και τα δικαιώματα καταναλωτών σε νομική αντιπροσώπευση;**

Σε περιπτώσεις όπου ίσως να μην γνωρίζετε ότι δεν είστε καλά και πιθανώς να θέτετε σε κίνδυνο την ασφάλειά σας ή των άλλων, το σύστημα ψυχικής υγείας πρέπει να ζυγίσει το δικαίωμα του κοινού σε προστασία και ασφάλεια έναντι των δικών σας δικαιωμάτων σε ελευθερία και στην ελάχιστη περιοριστική φροντίδα.

Ο νόμος λέει ότι το άτομο εντέλλεται να υποβληθεί σε μη εθελοντική θεραπεία για την ασφάλεια - και τη δική του και του κοινού. Αυτές οι εντολές βασίζονται στην επαγγελματική ιατρική γνώμη και αξιολόγηση σύμφωνα με το Νόμο Ψυχικής Υγείας (Mental Health Act) σε κάθε πολιτεία και επικράτεια. Αν έχετε εντολή να υποστείτε σε μη εθελοντική θεραπεία έχετε δικαίωμα να διορίσετε νομικό αντιπρόσωπο να διεκδικήσει την υπόθεσή σας ενώπιον δικαστή (magistrate) ή δικαστικής επιτροπής (tribunal). Σκοπός της νομικής αντιπροσώπευσης είναι να διασφαλίζεται ότι οι εντολές μη εθελοντικής θεραπείας εκδίδονται μόνο όταν είναι απαραίτητο.

Μερικές φορές το άτομο που πάσχει από ψυχική ασθένεια μπορεί να διαπράξει έγκλημα. Αν συμβεί αυτό, και αν το άτομο που διαπράττει το έγκλημα δεν αντιλαμβάνονταν την πράξη του, εκείνο το άτομο έχει δικαίωμα εξέτασης, θεραπείας και πρόσβασης σε υπηρεσία αποκατάστασης ψυχικής υγείας.

For more information about Multicultural Mental Health Australia visit [www.mmha.org.au](http://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](mailto:admin@mmha.org.au)

**Χρειάζεσθε περισσότερες πληροφορίες;**

**Για διερμηνέα**

**Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας (TIS)**

Τηλ: 13 14 50

**Υπηρεσίες ψυχικής υγείας και 24ωροι αριθμοί έκτακτης ανάγκης** listed in your local telephone directory.

**Lifeline 24ωρη τηλεφωνική συμβουλευτική υπηρεσία**

Μια υπηρεσία παροχής συμβουλευτικής και πληροφοριών που παρέχεται από μη κρατικό οργανισμό.

Τηλ: 13 11 14

Ιστοσελίδα: [www.lifeline.org.au](http://www.lifeline.org.au)

**Πνευματική Υγεία Αυστραλίας (Sane Australia)**

Ο εθνικός φιλανθρωπικός οργανισμός για την ψυχική υγεία που παρέχει πληροφορίες και παραπομπή μέσω εθνικής γραμμής βοήθειας δωρεάν κλήσης, μαζί με εκπαιδευτικό υλικό και έρευνα.

Τηλ: 1800 18 SANE (7263)

Ιστοσελίδα: [www.sane.org](http://www.sane.org)

**beyondblue: η εθνική πρωτοβουλία για την κατάθλιψη**

Πληροφορίες σχετικά με την κατάθλιψη, το άγχος και σχετικές διαταραχές, τις θεραπείες που διατίθενται και που μπορείτε να ζητήσετε βοήθεια.

Τηλ: 1300 22 4636

Ιστοσελίδα: [www.beyondblue.org.au](http://www.beyondblue.org.au)

**Φροντιστές Αυστραλίας (Carers Australia)**

Ένας μη κρατικός οργανισμός που παρέχει πληροφορίες, παραπομπή και εκπαιδευτικό υλικό σε φροντιστές.

Τηλ: 1800 242 636

Ιστοσελίδα: [www.carersaustralia.com.au](http://www.carersaustralia.com.au)

**Πολυπολιτισμική Υπηρεσία Ψυχικής Υγείας Αυστραλίας (Multicultural Mental Health Australia - MMHA)**

Tel: 02 9840 3333

Fax: 02 9840 3388

Web: [www.mmha.org.au](http://www.mmha.org.au)

Email: [admin@mmha.org.au](mailto:admin@mmha.org.au)

**Βάλτε εδώ τα στοιχεία επικοινωνίας των τοπικών υπηρεσιών**

.....  
 .....  
 .....

**Η Κατάσταση Δικαιωμάτων και Υποχρεώσεων Ψυχικής Υγείας 1991 (Mental Health Statement of Rights and Responsibilities (1991))**

παρέχεται από την ιστοσελίδα του Αυστραλιανού Υπουργείου Υγείας και Γήρανσης (Australian Department of Health and Ageing).  
[www.health.gov.au](http://www.health.gov.au)

**Αυστραλιανή Επιτροπή Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων** (Australian Human Rights Commission)

Ένας ανεξάρτητος οργανισμός με υποχρέωση αναφοράς στη βουλή σχετικά με θέματα ανθρωπίνων δικαιωμάτων για πολλά διάφορα άτομα και ομάδες.

Τηλ: (02) 9284 9600

Παράπονα Τηλ: 1300 656 419

Ιστοσελίδα: [www.humanrights.gov.au](http://www.humanrights.gov.au)

**Κοινοπολιτειακός Συνήγορος του Πολίτη**

(Commonwealth Ombudsman)

Αν νομίζετε ότι έχετε αντιμετωπίσει άδικη μεταχείριση από Αυστραλιανό κρατικό οργανισμό ή φορέα μπορείτε να υποβάλετε παράπονα στον Κοινοπολιτειακό Συνήγορο του Πολίτη (Commonwealth Ombudsman).

Τηλ: 1300 362 072

Ιστοσελίδα: [www.ombudsman.gov.au](http://www.ombudsman.gov.au)

**Το Συμβούλιο Ψυχικής Υγείας της Αυστραλίας**

(The Mental Health Council of Australia - MHCA)

Ένας μη κρατικός οργανισμός που προωθεί την ψυχική υγεία του κοινού, την εκπαίδευση σχετικά με θέματα ψυχικής υγείας και τη μεταρρύθμιση των υπηρεσιών στήριξης για τη παροχή καλύτερης ψυχικής υγείας για όλους τους πολίτες της Αυστραλίας.

Τηλ: (02) 6285 3100

Ιστοσελίδα: [www.mhca.com.au](http://www.mhca.com.au)

**Επικοινωνήστε με τις παρακάτω υπηρεσίες στην περιοχή σας:**

- Γιατρό (GP)
- Υπηρεσία ψυχικής υγείας
- Κοινοτικό Κέντρο Υγείας
- Ομάδα ψυχικής υγείας του τοπικού νοσοκομείου σας
- Διαπολιτισμικά Κέντρα/Υπηρεσίες Ψυχικής Υγείας (Transcultural Mental Health Centre / Service)

Η MMHA παρέχει τα στοιχεία για επικοινωνία αν είναι διαθέσιμη η υπηρεσία στην πολιτεία ή επικράτεια σας.

Αυτές οι υπηρεσίες επίσης παρέχουν τα στοιχεία για επικοινωνία με την **Επιτροπή Επανεξέτασης Ψυχικής Υγείας (Mental Health Review Tribunal/Board)** στην κάθε πολιτεία και επικράτεια.

**Σχετικά με αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο**

Αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο δημοσιεύτηκε από την **Πολυπολιτισμική Υπηρεσία Ψυχικής Υγείας Αυστραλίας (MMHA)** με χρηματοδότηση από το Αυστραλιανό Υπουργείο Υγείας και Γήρανσης (Australian Department of Health and Ageing). Περισσότερα ενημερωτικά φυλλάδια που περιλαμβάνει αυτή η σειρά:

- Φροντιστές ατόμων με ψυχική ασθένεια
- Πολιτισμική ταυτότητα και ψυχική υγεία
- Ζήτηση βοήθειας για την ψυχική υγεία μέσω γιατρού
- Διαταραχή μετατραυματικού άγχους
- Ψύχωση και προβλήματα ναρκωτικών και αλκοόλ
- Ανάρρωση από ψυχική ασθένεια

© April 2011 Multicultural Mental Health Australia

For more information about Multicultural Mental Health Australia visit [www.mmha.org.au](http://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](mailto:admin@mmha.org.au)