



Shërbime për Rimëkëmbjen e Shëndetit Mendor

RRJETI KOMUNITAR EAST SUSSEX

Një rrjet shërbimesh rimëkëmbëse i cili mbështet shëndetin mendor dhe mirëqenien e njerëzve.



**A përballeni me sfida të shëndetit mendor?
Nuk jeni vetëm. Ne mund t'ju ndihmojmë.**

Grupi ynë miqësor i punonjësve rimëkëmbës dhe specialistëve shokë mund t'ju mbështesë që të rimëkëmbeni, të rrihi me shëndet dhe të ndalohej ndonjë krizë.

Një ofrues kryesor i strehimit, përkujdesjes dhe mbështetj www.southdown.org

Çfarë është Rrjeti Komunitar East Sussex?

Është një rrjet shërbimesh për shëndetin mendor, me bazë në komunitet dhe që jepen falas, për njerëzit (e moshave 16+) të cilët banojnë në East Sussex. Rrjeti bashkëpunon ngushtë me spitale të rrethit, klinika dhe shërbime shëndetësore të specializuara për të ofruar mbështetje të integruara.

Shërbimet përfshijnë:

Qendra për Mirëqenien

Ne ofrojmë shtatë Qendra për Mirëqenien si dhe një Shërbim Proaktiv ku mund të merrni mbështetje që të zhvilloni aftësi dhe qëndrueshmëri për të rregulluar shëndetin tuaj mendor. Mbështetja përfshin seanca një me një, aktivitete në grup si dhe mbledhje pune.

Hapësira për të Ndenjur Mirë (Staying Well)

Hapësira për të Ndenjur Mirë ofron mbështetje për shëndetin mendor jashtë orarit të zyrës. Shërbimi ofrohet pranë Qendrës së Mirëqenies në Hastings & St Leonards dhe është i hapur shtatë ditë në javë (nga ora 18.00 deri 22.30 nga e hëna në të premte, si dhe 15.00 deri 22.30 të shtunave dhe të dielave).

Shërbimi i Mbështetjes nga "Shokë"

I ofruar nga njerëz me përvoja për sfidat e shëndetit mendor, Shërbimi i Mbështetjes nga Shokë jep mbështetje një me një si dhe grupe ku mund të merrni pjesë pa njoftim paraprak (drop-in). Ju mund të shfrytëzoni shërbimin te Qendra për Mirëqenien si dhe në komunitetin tuaj.

Të Mendosh Mirë (Thinking Well)

Shërbimi "Të Mendosh Mirë" u kushtohet njerëzve me çrregullime të personalitetit, i cili ofrohet në partneritet me Sussex Partnership NHS Foundation Trust. Ai ofron grupe drop-in, seanca sociale dhe klinike pranë Qendrave për Mirëqenien në Lewes, Hastings dhe Eastbourne.

Për më shumë informacion, ju lutemi na kontaktoni.

Tel. 01323 405 334 ose email ESCN@southdown.org

