



মানসিক স্বাস্থ্য পুনরুদ্ধার পরিষেবা

EAST SUSSEX কমিউনিটি নেটওয়ার্ক

পুনরুদ্ধার পরিষেবাগুলির একটি নেটওয়ার্ক যারা মানুষের মানসিক স্বাস্থ্য এবং মঙ্গলের জন্য সহায়তা দেয়।



আপনি কী মানসিক অসুখে ভুগছেন?

আপনি নিঃসঙ্গ নন। আমরা সাহায্য করতে পারি।

আমাদের বন্ধুসুলভ পুনরুদ্ধার কর্মী দল আর সমকক্ষ বিশেষজ্ঞরা সেরে উঠতে, সুস্থ থাকতে এবং সংকট নিবারণ করতে আপনাকে সাহায্য করতে পারেন।

East Sussex কমিউনিটি নেটওয়ার্ক কী?

East Sussex-এ বসবাসকারী (16+ বয়স্ক) মানুষদের জন্য সমাজ-ভিত্তিক মানসিক স্বাস্থ্য পুনরুদ্ধার পরিষেবার এটি একটি মুফত নেটওয়ার্ক। এই নেটওয়ার্ক স্থানীয় হাসপাতাল, অবিশেষজ্ঞ ডাক্তার এবং বিশেষজ্ঞ স্বাস্থ্য পরিষেবাগুলির সাথে নীবিড়ভাবে কাজ করে যৌথ সহায়তা প্রদান করার উদ্দেশ্যে।

পরিষেবা আছে:

ওয়েলবিয়িং সেন্টার

আমাদের সাতটি ওয়েলবিয়িং সেন্টার আর একটি আউটরিচ সার্ভিস আছে যেখানে আপনি আপনার মানসিক স্বাস্থ্য সামলানোর জন্য সহায়তা পাবেন আর দক্ষতা ও আরোগ্যলাভের ক্ষমতা অর্জন করতে পারবেন। সহায়তার অন্তর্গত হল ব্যক্তিগত অধিবেশন, গোষ্ঠী কার্যকলাপ ও কর্মশালা।

স্টেয়িং ওয়েল স্পেস (Staying Well)

স্টেয়িং ওয়েল স্পেস অসময়ে মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা প্রদান করে। এই পরিষেবা Hastings & St Leonards ওয়েলবিয়িং সেন্টারে প্রদান করা হয় এবং এই কেন্দ্র সপ্তাহে সাত দিন খোলা থাকে (সোমবার-শুক্রবার সন্ধ্যা 6টা থেকে রাত 10.30টা আর শনিবার-রবিবার দুপুর 3টে থেকে রাত 10.30টা)।

পিয়ার সাপোর্ট সার্ভিস

পরিষেবা প্রদানকারীদের মানসিক অসুখের অভিজ্ঞতা আছে, পিয়ার সাপোর্ট সার্ভিস ব্যক্তিগত এবং জন্মায়ত দলকে সহায়তা দেয়। ওয়েলবিয়িং সেন্টার এবং আপনার স্থানীয় জনসমাজে আপনি পরিষেবা পেতে পারেন।

থিংকিং ওয়েল (Thinking Well)

থিংকিং ওয়েল হল ব্যক্তিকে গোলোযোগ থাকা মানুষদের জন্য একটি একনিষ্ঠ পরিষেবা, যা Sussex Partnership NHS Foundation Trust-এর সাথে যৌথভাবে প্রদান করা হয়। এর মাধ্যমে পাওয়া যায় গোষ্ঠী জন্মায়ত, সামাজিক ও নিদানিক অধিবেশন আর Lewes, Hastings ও Eastbourne-এ ওয়েলবিয়িং সেন্টার।

অতিরিক্ত তথ্যের জন্য অনুগ্রহ করে যোগাযোগ করুন।

01323 405 334 নম্বরে কল করুন অথবা ESCN@southdown.org

ঠিকানায় ই-মেল দিন

