



Akıl Sağlığı İyileştirme Hizmetleri

EAST SUSSEX TOPLULUğU AğI

İnsanların akıl sağlığını ve esenliğini destekleyen iyileştirme hizmetlerinden oluşan bir aę.



Akıl sağlığıyla ilgili zorluklar mı yaşıyorsunuz?
Yalnız değilsiniz. Yardımcı olabiliriz.

Sıcakkanlı iyileştirme çalışanlarımız ve uzmanlarımız iyileşmenize, iyi kalmanıza ve bir krizi önlemenize destek olabilir.

East Sussex Topluluğu Ağı Nedir?

East Sussex'te yaşayan insanlar (16+ yaş) için topluluk tabanlı ücretsiz akıl sağlığı iyileştirme hizmetleri sağlayan kişilerden oluşan bir ağıdır. Ağ destek sağlamak için yerel hastaneler, aile hekimleri ve uzman sağlık hizmetleriyle yakın işbirliği halindedir.

Hizmetlerden bazıları:

Esenlik Merkezleri

Akıl sağlığınıza kontrol edecek becerileri ve direnci geliştirmeniz için destek sağlayan yeni adet Esenlik Merkezimiz ve bir Sosyal Yardım Hizmetimiz vardır. Bire bir görüşmeler, grup aktiviteleri ve atölyelerle destek sağlanmaktadır.

İyi Kalma (Staying Well) Alanı

İyi Kalma Alanı çalışma saatleri dışında akıl sağlığı desteği sağlar. Hizmet Hastings & St Leonards Esenlik Merkezinde sağlanmaktadır ve haftanın yeni günü açıktır (Pzt-Cum 18:00 ila 22:30 ve Cmt-Paz 15:00 ila 22:30).

Akran Desteği Hizmeti

Daha önce akıl sağlığı sorunları yaşayanlar tarafından sağlanan Akran Desteği Hizmeti bire bir destek ve grup toplantıları içerir. Hizmete Esenlik Merkezlerinden ve yerel topluluğunuzdan erişebilirsiniz.

İyi Düşünme (Thinking Well)

İyi Düşünme Kişilik Bozukluğu olanlara yönelik bir hizmettir ve Sussex Partnership NHS Foundation Trust ile ortak sağlanmaktadır. Lewes, Hastings ve Eastbourne Esenlik Merkezlerinde grup toplantıları, sosyal ve klinik görüşmeleri şeklinde sunulmaktadır.

Daha fazla bilgi için lütfen temasa geçin.

**01323 405 334 numaralı telefonu arayın ya da
ESCN@southdown.org adresine e-posta gönderin**

