

المجموعات

تغير المجموعات حسب احتياج الجالية. وبعض المجموعات المتوفرة حاليا هي التالي:

- التثقيف عن مرض السكري والتعامل الذاتي معه
- مجموعات التمرينات الرياضية بما فيها جنس محدد (رجال أو نساء) والكبار البالغين وتارين معينة للشباب
- الوقاية من الوقوع
- الدعم في حالة العنف العائلي
- مجموعات الدعم الاجتماعي للأشخاص الكبار في العمر
- مجموعات الدعم الاجتماعي الاثني
- تمرينات في الماء
- يوغا لطيفة والاسترخاء
- مجموعات المشي
- برنامج الادارة الذاتية لمرض مزمن

الاتصال المتبادل بالجتمع

نرحب بالجميع لحضور اجتماعات الاتصال المتبادل بالجتمع والتي تعقد مرة كل ثلاثة شهور في مركز كو لينجود. وهم يتيحون الفرصة لمعرفة ماذا يحدث في مركز نورث يارا الصحي وفي المجتمع. اعطنا انطباعتك وكون صداقات جديدة.

العضوية

ليس من الضروري أن تكون عضوا في مركز نورث يارا الصحي لكي نستخدم خدماتنا. ولكن بحق للأعضاء فقط أن يترشحوا في مجلس الادارة والأعضاء فقط يستطيعوا أن يصوتوا. العضوية مجانية ومفتوحة لكل فرد يستخدم خدماتنا أو يسكن أو يعمل أو يدرس في المنطقة المحلية. خذ استمارة عضوية عند زيارتك القادمة.

المتطوعون

يساهم المتطوعون مساهمة كبيرة في خدماتنا من خلال المساعدة في الأنشطة مثل برامج التمرينات في الماء، المواصلات، برامج الشباب والنزهات. ونقدر كثيرا عمل المتطوعون المكرسون ونقدم لهم التدريب والدعم المناسب. للاستفسار اذا اردت أن تصبح متطوعا، الرجاء الاتصال بمركز كارلتون على الرقم 9349 7333.

تفاصيل الاتصال وساعات بدء العمل

مركز صحة الحي

مركز كارلتون

622 Lygon Street Ph: 9349 7333

ساعات العمل: الاثنين والثلاثاء والخميس والجمعة من الساعة صباحا - 5 مساء الساعة 9 يوم الأربعاء من الساعة 11 صباحا - 5 مساء

مركز كولنجود

365 Hoddle Street Ph: 9411 4333

ساعات العمل: الاثنين والثلاثاء والاربعاء والجمعة من الساعة 8:30 صباحا - 6 مساء الخميس من 8:30 صباحا - 7 مساء السبت 9 صباحا - 12 ظهرا

مركز فيترزوي

75 Brunswick Street Ph: 9411 3555

ساعات العمل: الثنين والجمعة صباحا - 6 مساء 9 يوم السبت من 9 صباحا - 12 ظهرا

خدمات سلامة استعمال المخدرات

برنامج استعمال الحقن والابر في الأحياء الداخلية من مليون (MINE)

348 Smith Street Ph: 9417 1466

ساعات العمل: من الاثنين - الجمعة صباحا - 6:30 مساء 10:30

الاتصال خارج المراكز

تليفون: 0413 179 814

ساعات العمل: 7:30 - 11:15 كل ليلة

العنوان للملاصق (الصحة الأساسية للأشخاص الذين يحقنون مخدرات)

350 Smith Street Phone: 9419 1299

ساعات العمل: الاثنين والثلاثاء والأربعاء والجمعة

صباحا - 6:00 مساء 10:30

يوم الخميس من الساعة 12:00 ظهرا - 6:00 مساء

منتدى يارا للصحة والمخدرات

(تحت رعاية NYCH)

تليفون 9416 2459


NORTH YARRA
COMMUNITY HEALTH

www.nych.org.au للمزيد من المعلومات اذهب الى موقع المركز على



الأهداف

يهدف مركز نورث يارا الصحي الى تقديم برامج وخدمات عالية المستوى تبعا لاحتياجات جميع أفراد مجتمعنا.

نحن نعمل مع الأفراد . لكي يتغلبوا على تجربتهم من الحرمان ومن التمييز العنصري ونزع السلطة.

نحن نحترم اختيارات الأفراد وندعمهم في اتخاذ القرارات بعد تقديم المعلومات لهم للوقاية من المرض ولتوعيتهم بالنسبة لصحتهم ورفاهة العيش.

نحن نشجع الاشتراك الفعال في خدماتنا وفي حياة أفراد مجتمعنا.

معلومات عن مركز نورث يارا NYCH

لقد تكون مركز نورث يارا الصحي عام 1994، وهو نتاج لاندماج ثلاثة مراكز صحية مستقلة سابقة. على أية حال لدينا تاريخ يمتد الى عام 1869. عندما افتتح دكتور سنجلتن خدمته الصحية المجانية والمستوصف في ويلنجتون ستريت في كولينجود. منذ ذلك الوقت ونحن نعمل مع المجتمع لكي نصل الى التغييرات التي سوف تحسن الصحة ورفاهة المجتمع من حولنا.

ان مركز نورث يارا حاليا هيئة مستقلة لا يسعى لكسب ويحكمه مجلس الادارة الخاص به.

للاستفسار عن امكانية أن تصبح عضوا في مجلس الإدارة الرجاء الاتصال مع الموظف التنفيذي الرئيسي على الرقم 4333 9411.

الخدمات

(الآنوفر جميع الخدمات في كل مركز - الرجاء الاتصال لعمل موعد)

- ترميز العناية بالكبار
- التنقيف عن الأرملة (الأطفال والأفراد الشباب)
- دراسة حالة
- الاستشارة
- (الأسنان) في فترزوي فقط
- الاستشارة عن المخدرات
- الاستشارة بخصوص العائلة
- دعم العنف العائلي
- التنقيف الصحي
- التوعية الصحية
- دعم السكان الأصليين
- مترجمون
- خدمات طبية
- مساعدة في البيت بالنسبة للصحة العقلية
- المولدة
- برامج الحقن والابر
- الترميز
- التغذية
- العلاج الوظيفي
- الصيدلية (كولينجود فقط)
- العلاج الطبيعي
- علاج الأقدام
- مساعدة اللاجئين
- المساعدة الاجتماعية
- العمل الاجتماعي
- علاج النطق (الأطفال فقط)
- صحة النساء
- عمل الشباب



التوعية الصحية

نحن نعمل من خلال نموذج اجتماعي صحي والذي يركز على فهم أن اعتلال الصحة مبعثه أسباب اجتماعية وبحثنا الى استجابة أكثر من العناية الطبية نحن نفهم بأن الوقاية من المرض تتطلب إجاها طبييا وغير طبييا . ولكي تتم التوعية بالصحة الجيدة يجب أن ندرك التالي :

■ يجب أن تفهم مشاكل الأفراد الصحية من خلال مفهوم حياتهم وخلفيتهم الثقافية والاجتماعية والعائلة والأنظمة الداعمة الأخرى

■ ان احترام الفرد لذاته مهم للمحافظة على الصحة الجيدة واستعادتها

■ الشعور القوي بالانتماء للمجتمع هو عامل مهم للمحافظة على الصحة الجيدة

أوليواتنا بالنسبة لتعزيز الصحة هي :

الوزن الصحي

لكي نحسن صحة ورفاهة أفراد مجتمعنا وذلك بالتوعية للحفاظ على الوزن الأفضل للفرد من خلال تشجيع عادة الأكل الصحي وزيادة النشاط الجسماني وتقليل الخمول وعلى الأخص نركز على الأطفال حتى سن 14 سنة وعلى السكان القاطنين في السكن الشعبي.

السجائر والكحول والمخدرات الأخرى

من أجل زيادة التوعية وتقليل الأذى عن طريق الإجهاد المتداخل المتكامل لمشكلة التبغ والكحول وادمان المخدرات الأخرى .

الصحة العقلية والاتصال الاجتماعي

العمل تجاه مجتمع متصل وشامل لكي يتم تحسين الصحة العقلية للناس ورفاهتهم الصحية عامة. وكجزء من هذا العمل نركز أيضا على تقليل العنف ضد النساء.