

ΟΜΑΔΕΣ

Ομάδες αλλάζουν σύμφωνα με τις κοινωνικές ανάγκες – μερικές από τις υπάρχουσες ομάδες είναι:

- Εκπαίδευση και αυτό-έλεγχος του διαβήτη
- Ομάδες γυμναστικής, συμπεριλαμβανομένων και ομάδων συγκεκριμένα για άντρες/γυναίκες, για ηλικιωμένους και για τη νεολαία
- Πρόληψη ατυχημάτων (πέσιμο)
- Υποστήριξη περί Οικιακής Βίας
- Ομάδες κοινωνικής υποστήριξης για ηλικιωμένους
- Εθνικές Ομάδες Κοινωνικής Υποστήριξης
- Γυμναστική στο νερό
- Απαλό γιόγκα και χαλάρωση
- Ομάδες για περπάτημα
- Πρόγραμμα αυτοέλεγχου χρόνιας αρρώστιας

ΚΟΙΝΟΤΙΚΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣΕΙΣ

Όλοι είναι ευπρόσδεκτοι να παρευρεθούν σε Κοινοτικές Συνεδριάσεις, τα οποία οργανώνονται κάθε τρεις μήνες στο κέντρο του Collingwood. Παρέχουν την ευκαιρία να μάθετε τι συμβαίνει στο NYCH και στην κοινότητα, να παρέχετε πληροφορίες και να δημιουργήσετε καινούργιες φιλίες.

ΜΕΛΗ

Δεν πρέπει να είστε μέλος του NYCH για να χρησιμοποιήσετε τις υπηρεσίες μας, αλλά μόνο τα μέλη μπορούν να προτείνουν για το Διαχειριστικό Συμβούλιο, και μόνο μέλη μπορούν να ψηφίσουν. Είναι δωρεάν να γίνει κανείς μέλος και είναι ανοιχτό σε όσους χρησιμοποιούν τις υπηρεσίες μας ή που διαμένει, δουλεύει ή σπουδάζει στην περιοχή. Συμπληρώστε μία αίτηση στην επόμενη επίσκεψή σας.

ΕΘΕΛΟΝΤΕΣ

Οι εθελοντές κάνουν τεράστια συνεισφορά στις υπηρεσίες μας βοηθώντας με δραστηριότητες όπως το πρόγραμμα γυμναστικής στο νερό, μεταφορά, προγράμματα για τη νεολαία και εξόδους. Υπερεκτιμούμε τη δουλειά των αφοσιωμένων εθελοντών και τους παρέχουμε τη σχετική κατάρτιση και υποστήριξη. Για πληροφορίες για το πως να γίνετε εθελοντής, παρακαλώ αποταθείτε στο κέντρο του Carlton στο τηλέφωνο 9349-7333.

Λεπτομέρειες επαφής & ώρες υπηρεσίας:

ΚΟΙΝΟΤΙΚΑ ΚΕΝΤΡΑ ΥΓΕΙΑΣ

Κέντρο Carlton

622 Lygon Street Τηλέφωνο:9349 7333

Ώρες: Δευτέρα, Τρίτη, Πέμπτη, Παρασκευή: 9.00-5.00
Τετάρτη: 11.00-5.00

Κέντρο Collingwood

365 Hoddle Street Τηλέφωνο: 9411 4333

Ώρες: Δευτέρα, Τρίτη, Τετάρτη, Παρασκευή: 8.30-6.00
Πέμπτη: 8.30-7.00
Σαββάτο: 9.00-12.00

Κέντρο Fitzroy

75 Brunswick Street Τηλέφωνο:9411 3555

Ώρες: Δευτέρα – Παρασκευή: 9.00-6.00
Σαββάτο: 9.00-12.00

ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ

Πρόγραμμα Σύριγγας Εσωτερικής Μελβούρνης (MINE)

348 Smith Street Τηλέφωνο:9417 1466

Ώρες: Δευτέρα – Παρασκευή:10.30-6.30

Προσωπική Βοήθεια

Τηλέφωνο: 0418 179 814

Ώρες: 7.30pm - 11.15pm κάθε νύχτα

Next Door (Αρχική βοήθεια για άτομα που κάνουν ενέσεις ναρκωτικών)

350 Smith Street Τηλέφωνο: 9419 1299

Ώρες: Δευτέρα, Τρίτη, Τετάρτη, Παρασκευή: 10.30-6.00
Πέμπτη:12.00-6.00

YARRA ΚΕΝΤΡΟ ΝΑΡΚΩΤΙΚΩΝ & ΥΓΕΙΑΣ

(Υπό την αιγίδα του NYCH)

Τηλέφωνο: 9416 2459



NORTH YARRA
COMMUNITY HEALTH

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε μας στην ιστοσελίδα www.nych.org.au



ΔΗΛΩΣΗ ΣΚΟΠΟΥ

Το North Yarra Community Health σκοπεύει να παρέχει προγράμματα υψηλής ποιότητας και υπηρεσίες για όλα τα μέλη της κοινότητάς μας.

Συνεργαζόμαστε με άτομα, ώστε να ξεπεράσουν τις εμπειρίες μειονεκτικότητας, διάκρισης και αποδυνάμωσης.

Σεβόμαστε τις επιλογές των ατόμων και τους υποστηρίζουμε να παίρνουν ενημερωμένες αποφάσεις για να αποτρέψουν την αρρώστια και να προωθήσουν την υγεία και την ευημερία τους.

Ενθαρρύνουμε την ενεργό συμμετοχή στις υπηρεσίες μας και στη ζωή της κοινότητας.

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΝΥΧ

Το Κέντρο Κοινωνικής Υγείας του Βορείου Γιάρρα (NYCH) ιδρύθηκε το 1994, από την συγχώνευση τριών ανεξάρτητων Κέντρων Υγείας. Ωστόσο, έχουμε ιστορία που ξεκινά από το 1869, όταν ο Δρ Σίγκλτον άνοιξε την Δωρεάν Ιατρική Υπηρεσία και Φαρμακείο στο Wellington Street, Collingwood. Από τότε συνεργαζόμαστε με την κοινότητα για να φέρουμε αλλαγές που βελτιώνουν την υγεία και ευημερία της κοινότητας τριγύρω μας.

Σήμερα το NYCH είναι ανεξάρτητη αμιλοκερδής οργάνωση που διοικείται από το δικό του Διοικητικό Συμβούλιο.

Για πληροφορίες για το πως να γίνετε μέλος του Διοικητικού Συμβουλίου, τηλεφωνήστε στον Προϊστάμενο Υποδιευθυντή στο 9411 4333.

ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

(Δεν παρέχονται όλες οι υπηρεσίες σε όλα τα κέντρα – παρακαλώ τηλεφωνήστε για ραντεβού)

- Περιποίηση ηλικιωμένων
- Πληροφόρηση περί του άσθματος (Παιδιά και Νέους)
- Προσωπικές υποθέσεις
- Συμβουλή
- Οδοντιατρικά (μόνο στο Fitzroy)
- Συμβουλή περί ναρκωτικών
- Συμβουλή περί οικογενειακών υποθέσεων
- Υποστήριξη σχετικά με την οικογενειακή βία
- Πληροφόρηση περί υγείας
- Προώθηση υγείας
- Υποστήριξη ιθαγενών
- Διερμηνείες
- Ιατρικά
- Οικιακή υποστήριξη πνευματικής υγείας
- Μαιευτική
- Προγράμματα ενέσεων και σύριγγας
- Νοσοκόμες
- Διατροφή
- Εργασιακή θεραπεία
- Φαρμακευτική (μόνο στο Collingwood)
- Φυσιοθεραπεία
- Ποδιατρική
- Υποστήριξη προσφύγων
- Κοινωνική υποστήριξη
- Κοινωνική λειτουργία
- Θεραπεία ομιλίας (παιδιά μόνο)
- Γυναικεία υγεία
- Βοήθεια νεολαίας



ΠΡΟΩΘΗΣΗ ΥΓΕΙΑΣ

Λειτουργούμε σε κοινωνικό πλαίσιο υγείας το οποίο βασίζεται στην ιδέα πως η περισσότερη αρρώστια προέρχεται από την κοινότητα και απαιτεί περισσότερο από μία ιατρική αντιμετώπιση μόνο. Καταλαβαίνουμε ότι η πρόληψη της αρρώστιας απαιτεί και ιατρικές και μη ιατρικές προσεγγίσεις, και για να προωθήσουμε την καλή υγεία πρέπει να αναγνωρίσουμε ότι:

- Τα θέματα υγείας ενός ατόμου πρέπει να κατανοηθούν στο πλαίσιο της ζωής τους, του εθνικού και κοινωνικού τους ιστορικού, των οικογενειακών και άλλων συστημάτων υποστήριξης.
- Ο αυτοσεβασμός ενός ατόμου είναι σημαντικό για τη διατήρηση και ανάκτηση.
- Μία έντονη αίσθηση κοινότητας είναι σημαντικός παράγοντας στη διατήρηση καλής υγείας.

Οι προτεραιότητες μας για την προώθηση υγείας είναι:
ΥΓΙΕΣ ΒΑΡΟΣ

Να βελτιώσουμε την υγεία και ευημερία της κοινότητάς μας προωθώντας το ιδανικό βάρος μέσω υποστήριξης για την υγιή διατροφή, αυξημένη εξάσκηση και μειωμένη καθιστική διαγωγή. Συγκεκριμένα αφοσιωνόμαστε στα παιδιά έως 14 ετών και σε κατοίκους δημοσίων οικιών.

ΤΣΙΓΑΡΟ, ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΑΛΛΑ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ

Να αυξάνουμε την αντίληψη και να μειώσουμε τη βλαβή μέσω μιας ολοκληρωμένης προσέγγισης στο θέμα του τσιγάρου, του αλκοόλ και της χρήσης άλλων ναρκωτικών.

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΕΥΗΜΕΡΙΑ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΝΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ

Να εργαστούμε προς μία συνδεδεμένη και συμπεριλαμβανόμενη κοινότητα ώστε να βελτιώσουμε την πνευματική υγεία και ευημερία των ανθρώπων. Ως μέρος του έργου αυτού, αφοσιωνόμαστε στη μείωση βίας κατά των γυναικών.