

## Mentálne Zdravotné Služby pre Bezdomovcov

Otváracie hodiny: 8.30 – 4.30 Pon-Pia  
(okrem Štátnych Sviatkov)

Základňa  
OSL House  
East Link  
Meridian Business Park  
Leicester  
LE19 1XU

Tel. (0116) 2958442  
Fax. (0116) 2958443

### Odpovede užívateľov

„Len chcem veľa pekne poľakovať, užasná práca, cítim sa oveľa lepšie“

„ Služby, ktoré ste mi poskytli mi veľa pomohli a cítim, že sa úplne pohodlne môžem porozprávať s mojim mentálnym zdravotníkom o všetkom. Asi by som tu teraz nebol bez vašej pomoci.... Ďakujem“

„ Chcel by som poľakovať pracovníkovi za všetkú ich pomoc a podporu, ktorú mi poskytli. Nemôžem sa dostať ne poľakovať, nezvládol by som to bez ich pomoci“

„Cítim, že som bol schopný vysvetliť moje problémy po prvý krát za 19 rokov od 34 ročného.“

„ Prešlo extra 30 minút prvého sedenia a mne to nevadilo“

„Spadol mi kameň zo srdca“

### V prípade pohotovosti

Môžete kontaktovať vášho rodinného lekára alebo Oddelenie Pohotovosti v Leicester Royal Infirmary  
**0116 2541414**

### Iné užitočné kontakty

**Samaritans** – poskytovanie/ pomoc ľuďom, ktorí majú sebavražedné sklony alebo prechádzajú krízou  
**08457 909090** alebo **0116 2700007** (24 hod)

**Focus Line** – pomoc a informácie pre postihnutých s mentálnymi zdravotnými problémami.  
Bezplatná linka **08000 272127** (17.00 – 1.00)

**Saneline**- Pomocná linka pre ľudí s mentálnymi zdravotnými problémami. **0845 7678000**  
12.00-23.00 Pon-Pia, 12.00-18.00 Sob/ Ned

**LAMP**- užitočný zdroj pre pomoc a informácie o mentálnom zdraví. **0116 2556286** (9-5)  
[www.lampdirect.org.uk](http://www.lampdirect.org.uk)

Leicesterský Spoločenský NHS Fund (LPT)

# POMOC!

**nad 16 rokov?**

**&**

**Bez domova?**

**&**

**Trápi Vás vaše mentálne  
zdravie?**

Ak v súčasnosti nemáte žiadne lieky so službami, ktoré patria pod LPT, môžu vám byť poskytnuté

**Mentálne Zdravotné Služby pre  
Bezdomovcov**

## Kto sme?

Sme mentálni zdravotníci

## Čo ponúkame?

- Hodnotenie mentálneho zdravia
- Prístup k bežným mentálnym zdravotným službám.
- Oporné poradenstvo
- Krátke psychologické terapie
- Usmernenie na iné pomocné služby

## Kto môže odporučiť?

Odporúčenia môžu byť vykonané:

- Vlastné odporúčenie niekym kto je bez domova
- Ktorákoľvek osoba v kontakte s niekym kto je bez domova

## Kde nás najdete?

Ponúkame návštevne služby v YMCA Poradenskom a Pomocnom Centre (denné služby) v Dawn Centre, Conduit St, Leicester  
Pon – Pia, 9.00 – 12.00

Toto sú služby s otvorenými dverami pre kohokoľvek, kto je bez domova, kto sa môže sám odporučiť. Ak už navštevujete drogového alebo alkoholového pracovníka alebo zdravotnú sestru z mentálneho zdravotného tímu, prosím prediskutujte vaše potreby s nimi.

Ľudia môžu požiadať zamestnancov denného centra alebo recepčnú Zdravotnej starostlivosti, aby nás kontaktovali.

Prednosť dávame ľuďom, ktorí prídu po prvýkrát, inak je to na základe „kto prv príde ten prv berie“.

Ak vás nemôžeme vidieť v ten istý deň, môžeme vás objednať na iný deň.

Taktiež týždenne navštevujeme rôzne Mestské zastupiteľstvá v Leicesteri a súkromné „priamo dostupné“ slobodárne. Môžeme vás vidieť na týchto miestach ak to uprednostíte (požiadajte pracovníkov slobodárne o detaily).

Iné stretnutia môžu byť vykonané na požiadanie.

## Čo sa bude diať potom?

### Krok 1

Prvé stretnutie je na hodnotenie, aby sme zistili o vaše potreby a potreby.

- Toto obvykle trvá do hodiny
- Bude sa sústreďovať na vaše potreby
- Umožní čas sa porozprávať o vašich problémoch
- Identifikuje jasné dosiahnuteľné ciele
- Odporučí iné služby (ak požadované)
- Zariadi nasledujúce kontroly
- Poradí, kde nájsť pohotovostnú pomoc

### Krok 2

Potom ako tím, prediskutujeme a rozhodneme najlepší spôsob konania, aby sme vám mohli pomôcť s Neformálnou alebo Formálnou pomocou.

### Neformálna pomoc

Môžete vidieť ktoréhokoľvek člena zdravotného tímu, ktorý pokrýva pomocné alebo návštevne sedenia; toto sú obvykle krátkodobé mentálne zdravotné problémy ako: Úzkostlivá Depresia alebo Stres vzťahujúci sa na vaše okolnosti

### Formálna pomoc

Členovia tímu sa delia o vašu starostlivosť bude to obvykle, pretože máte dlhodobú mentálnu chorobu ako Psychózu, Klinickú Depresiu alebo Poruchu Osobnosti. V tomto prípade dohodneme stretnutie s našim psychiatrom na ďalšie vyšetrenia.

### Krok 3

Môžete vyžadovať ďalšiu pomoc; môžeme vás odporučiť na:

- Psychológiu
- Pracovníka pre podporu a zotavenie
- Služby dobrovoľného sektoru (poradenstvo)
- Miestny komunitný tím mentálneho zdravia
- Krízový rezolučný tím
- Psychiatrického konzultanta
- Sociálnu starostlivosť
- Služby Rodinného lekára
- Drogové a Alkoholické služby
- Služby na pomoc s ubytovaním