



Njeguujete li osobu koja je mentalno obolela?

Što je mentalna bolest?

Osobe koje su mentalno obolele mogu imati probleme koji djeluju na način na koji te osobe govore, misle, osjećaju i postupaju. Njihov govor, mišljenje, osjećaji i ponašanje mogu biti potpuno smeteni. Zbog toga mentalno obolela osoba, skrbnik i cijela obitelj imaju otežan život. Mentalna bolest nije ničija krivnja i ne treba je se sramiti.

Tko je „skrbnik“?

Skrbnik je osoba koja fizički i/ili emocionalno pomaže članu obitelji ili prijatelju. Njega člana obitelji ili prijatelja sa mentalnim oboljenjem je vrlo bitna. Osoba koja to radi naziva se „skrbnik“. Skrbnici mogu biti osobe bilo koje starosne dobi.

Što je „predah“?

Kada se starate o osobi koja je mentalno obolela često zaboravljate vlastito zdravlje. Vaše zdravlje je također vrlo bitno. Vrijeme izdvojeno za vas, da se odmorite ili radite ono što volite, može vam pomoći da ostanete zdravi te da se bolje starate o oboleloj osobi. To se često naziva „predah“.

Program mentalnog zdravlja

Tim mentalnog zdravlja pomaže skrbnicima i informira zajednicu o potrebama skrbnika i obitelji mentalno obolelih osoba. Možemo pružiti pomoć u kriznim situacijama, svakodnevnim potrebama te u planiranju budućnosti. Mi razumjemo mentalne bolesti i probleme sa kojima se suočavaju skrbnici i službe mentalnog zdravlja.

Načini na koje možemo pomoći skrbnicima:

- pružanje osobne pomoći skrbnicima
- informiranje, zastupanje i povezivanje sa drugim službama
- organiziranje predaha (prema potrebi)
- pomoć i organiziranje skupina za potporu skrbnika
- organiziranje programa za održavanje zdravlja skrbnika

Gdje djeluju službe za organiziranje predaha za Skrbnike Viktorije (Carers Victoria Respite Connections)

Mi pružamo potporu skrbnicima koji žive na područjima: Brimbank, Hobsons Bay, Maribyrnong, Melbourne, Melton, Moonee Valley, Wyndham i Hume, osim Sunbury.

U izbor naših namjenskih programa uključeni su i: skrb za ostarele, njega lica sa invaliditetom, mentalno zdravlje, Carers@Work (Skrbnici na djelu) te mladi skrbnici.

Za dodatne informacije molimo nazovite (03) 9396 9550

Ako vam je potreban tumač nazovite 131 450

Croatian

Caring for someone with a mental illness?

What is mental illness?

People with a mental illness can have problems in the way they speak, think, feel or behave. Their speech, thinking, feeling and behaviour can be all mixed up. This can make life very hard for the person with the illness, the carer and the whole family. Mental illness is no one's fault and is not something to be ashamed of.

Who is a 'carer'?

A carer is a person who provides physical and/or emotional support to a family member or close friend. Looking after a family member or close friend with a mental illness is very important. A person who does this is called a 'carer'. Carers can be anyone of any age.

What is 'respite'?

Often when you care for someone with a mental illness your own health and wellbeing gets forgotten. Your health and wellbeing is also very important. Taking some time for yourself to relax or do something you enjoy can help you to stay well and be better able to look after the person you care for. This is often called 'respite'.

The Mental Health Program

The mental health team helps carers and informs the community about the needs of carers and families of people living with a mental illness. We can offer support in times of crisis, everyday needs and when planning for the future. We understand mental illness, carer issues and mental health services.

We can assist carers by:

- Providing a personal service to help carers
- Providing information, advocacy and linking to other services
- Organising respite services when requested
- Supporting and resourcing carer support groups
- Organising programs to support carers health and wellbeing

Carers Victoria Respite Connections

We support family carers living in the local government areas of Brimbank, Hobsons Bay, Maribyrnong, Melbourne, Melton, Moonee Valley, Wyndham and Hume (Sunbury only).

Our range of specialist programs includes: Aged, Disability, Mental Health, Carers@Work and Young Carers.

To find out more please call (03) 9396 9550

If you need an interpreter call 131 450