



# 心理健康与福祉地方服务处

## 常见问题

Chinese (Simplified) | 简体中文

OFFICIAL

本资料册旨在帮助您更深入地了解心理健康与福祉地方服务处 (Mental Health and Wellbeing Local) 提供的服务。

## 什么是心理健康与福祉地方服务处？

心理健康与福祉地方服务处是一种新型的心理服务，截至 2026 年底，将在维多利亚州各地开设多达 60 个服务点。心理健康与福祉地方服务处将为年满 26 岁的人群提供治疗、护理和支持。

这是一项免费服务，可自愿接受，且容易获取，无需转介流程。重要的是，这些新服务将以“积极提供帮助”和“杜绝求助无门”方针为基础，致力于让公众选择并掌控获得帮助的方式。

这一服务将使您在离住处、家人、照顾者和支持网络更近的地方，更方便地获取您所需的帮助。

## 心理健康与福祉地方服务处将提供什么样的服务？

心理健康与福祉地方服务处将提供：

- 治疗和疗法
- 以人为本的身心健康支持
- 教育、同侪支持和自我帮助
- 由消费者主导的护理计划和与其他服务机构的协调。

每个服务点都需要时间来铺设全面治疗和支持服务，但一旦全面运作，便将提供一对一或小组形式的线下、远程医疗和流动巡诊等服务。

## 如果我同时出现了心理健康和滥用酒精和药物等物质的问题，该怎么办？

任何同时出现心理健康和物质滥用问题的人都可以得到支持。

心理健康与福祉地方服务处将与您合作，如果您愿意的话，也将与您的家人、照顾者和支持者合作，设计一个符合您目标和意愿的护理计划。

同济支持工作人员将运用他们的切身经历，支持面临类似挑战的人群，他们也能为您提供指导和支持。

## 谁可以使用心理健康与福祉地方服务处？

心理健康与福祉地方服务处面向年满 26 岁、有心理健康或福祉问题的人群。

如果您的家人、照顾的人、朋友或您支持的人有心理健康问题，您也可以获得支持，协助您担负好照顾者的责任，或满足您自身的心理健康需求。

关于面向年轻人的支持，请见下方问题“26 岁以下的人可以得到什么支持？”。

## 这些服务在文化方面是否安全、考虑周到？

心理健康与福祉地方服务处服务尊重并响应文化需求和多样性。

所有来访者，包括原住民和托雷斯海峡岛民、LGBTIQ+ 社区、文化和语言多样化社区的成员、难民、寻求庇护者、残障人士和神经多样性人群，都能获得同等的机会，接受适应文化、考虑周到的服务，不受污名和歧视。

## 心理健康与福祉地方服务处是免费的吗？

是的，即使没有 Medicare 卡，所有人都可以免费享受这些服务。

## 我是否需要由医务人员转介，才能获得心理健康与福祉地方服务处？

不，您不需要由您的全科医生或任何其他医务人员转介，也不需要拥有心理健康治疗计划，就能获得心理健康与福祉地方服务支持。

## 心理健康与福祉地方服务处与其他心理健康服务有何不同？

心理健康与福祉地方服务对象的需求往往超出全科医生（GP）或私人心理健康专业人员的提供范围，但他们不需要更高强度的服务，如住院支持服务。

这些新的服务处不会取代您所在地区的现有服务。他们将与全科医生、私人心理健康医生、治疗酒精和药物滥用的专业人员以及其他基于社区的健康和社会服务机构密切合作，以确保您的所有支助需求都得到满足。

## 我该如何联系当地的心理健康与福祉地方服务处？

您可以根据自己的意愿，以几种不同的方式联系当地的心理健康与福祉地方服务处。

- 电话：1300 372 330
- 网站：[心理健康与福祉地方服务处](https://www.betterhealth.vic.gov.au/mhwlocal) <<https://www.betterhealth.vic.gov.au/mhwlocal>>

## 如果我不说英语，也可以获得支持吗？

是的。如果您需要更多的中文帮助，您可以拨打口笔译服务处（TIS）电话 13 14 50，要求连接口译员，然后要求转接至离您最近的心理健康与福祉地方服务处。

## 第一次就诊将发生什么？

您将与一名心理健康工作人员交谈（可能是当面、在线或通过电话交谈）。

该工作人员将专注倾听并理解您的疑问，以便与您合作。如果您愿意，他们还可以与您的家人、照顾者和支持者合作，设计一个符合您的目标和偏好的护理计划。

您的计划可能包括基于您需求的支持和治疗组合。其中一些支持可能会在您第一次就诊时提供，而另一些则在以后的就诊中提供。

也有可能不同类型的医疗或服务机构才能更好地满足您的需求。这种情况下，心理健康与福祉地方服务处将帮助您获得这些服务。

同济工作人员也将为您和您的家人、照顾者和支持者提供指导和支持。

## 有心理问题的人群的照顾者、家人和朋友是否可以得到帮助？

是的。如果您的家人、照顾的人、朋友或您支持的人有心理健康问题，心理健康和福祉地方服务处也可以为您提供帮助。

无论是想在履行照顾责任时获得帮助，还是想照顾自己的心理健康，您都能在需要的时候得到您需要的关照、支持和建议。

## 26 岁以下的人群可以获得什么帮助？

如果您或您支持的人年龄在 12 至 25 岁之间，请访问或联系您当地的 headspace 中心，以获得心理健康和福祉支持。

要找到离您最近的 headspace，请访问 [headspace](https://headspace.org.au/) 网站<https://headspace.org.au/>。还可以通过 headspace 获得在线聊天和电话支持。

心理健康与福祉地方服务处可能会为年轻人提供支持，例如以下情况：

- 年轻人联系心理健康与福祉地方服务处寻求帮助时
- 年轻人难以从 headspace 或医院获得支持，并需要立即援助时
- 年轻人的家人、照顾的人、朋友或支持的人正在接受心理健康与福祉地方服务处的帮助时。

## 如果我或我认识的人需要紧急支援该怎么办？

心理健康与福祉地方服务处不是应急响应机构，无法面向有极高风险直接伤害自己或他人的人群。

在生命危急的情况下，或有人面临遭受严重伤害的风险时，请拨打三个零（000）。如果您不确定情况是否紧急，请拨打三个零。

当地服务机构并非 24 小时开放。如需 24 小时开放的危机支援，请拨打 Lifeline 电话 13 11 14。

## 在哪里可以获得更多信息？

有关心理健康与福祉地方服务处成立的最新信息，请访问维多利亚州卫生部网站[心理健康与福祉地方服务处](https://www.health.vic.gov.au/mental-health-reform/local-adult-and-older-adult-mental-health-and-wellbeing-services)页面 <<https://www.health.vic.gov.au/mental-health-reform/local-adult-and-older-adult-mental-health-and-wellbeing-services>>。

如需了解更多关于维州各地正在进行的心理健康和福祉改革，请访问卫生部网站[心理健康和福祉改革](https://www.health.vic.gov.au/mental-health/mental-health-wellbeing-reform)页面 <<https://www.health.vic.gov.au/mental-health/mental-health-wellbeing-reform>>。

如需获得本文件的无障碍格式，请致电(03) 9096 7183（必要时请使用国家中继服务 13 36 77），或发送电子邮件至 [localservices@health.vic.gov.au](mailto:localservices@health.vic.gov.au)

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Department of Health, October 2022.

**ISBN 978-1-76131-002-7 (pdf/online/MS word)**