

Cum funcționează Centrele Comunitare de Sănătate Mintală din Republica Moldova

ghid explicativ



CUVÂNT ÎNAINTE

Dragă cititor/cititoare,

Dacă te confrunți cu o problemă de sănătate mintală sau dacă acest lucru se întâmplă cu o persoană dragă, să știi că ajutorul e aproape. Și asta deoarece în fiecare raion și municipiu al Republicii Moldova au fost create Centre Comunitare de Sănătate Mintală.

Ai în față un ghid explicativ care conține informații detaliate despre activitatea acestor instituții. Aici vei găsi detalii despre toate serviciile de tratament și de recuperare, de care vei putea beneficia în mod gratuit și confidențial.

Te încurajăm să citești acest ghid pentru a înțelege mai bine cum poți solicita și primi tot sprijinul necesar.

**Cu prietenie,
Echipa proiectului moldo-elvețian MENSANA**

“Suport pentru reforma serviciilor de sănătate mintală în Moldova”

INTRODUCERE

Ghidul explicativ privind activitatea Centrelor Comunitare de Sănătate Mintală din Republica Moldova a fost elaborat pentru ca să ai la îndemână informații clare și accesibile despre serviciile și funcționarea acestor instituții.

Centrele Comunitare de Sănătate Mintală fac parte din sistemul public de îngrijiri în sănătate și au scopul de a îmbunătăți sănătatea mintală a populației prin prestarea serviciilor specializate în comunitate.

Echipa de specialiști din cadrul Centrului, situat în regiunea ta de reședință, îți poate oferi **ajutor în mai multe moduri:**

1. Prestează servicii de informare, prevenire, depistare timpurie și tratament pentru problemele de sănătate mintală.
2. Asigură suport în procesul de recuperare și sprijină reintegrarea în societate și în familie.
3. Promovează un stil de viață sănătos și încurajează îngrijirea de sine.
4. Asigură accesul la servicii medicale și sociale de calitate, adaptate nevoilor fiecărui beneficiar.
5. Combate prejudecățile și ajută beneficiarii să se simtă acceptați în comunitate.
6. Acordă sprijin pentru familiile persoanelor cu probleme de sănătate mintală.

Fiecare specialist din Centrele Comunitare de Sănătate Mintală respectă confidențialitatea și drepturile tale fundamentale și are ca principiu de activitate protejarea intereselor fiecărui beneficiar, fără discriminare.

După ce devii beneficiar al unui Centru, vei primi informații complete despre soluțiile accesibile pentru tratament, recuperare și incluziune în comunitate.

Dacă ai o problemă de sănătate mintală și ai nevoie de servicii medicale și/sau psihosociale, e suficient să te adresezi la Centrul Comunitar de Sănătate Mintală localizat conform domiciliului tău permanent.

■ E NECESAR SĂ SCRII O CERERE ÎN CARE SĂ SOLICIȚI SPRIJINUL ○ DE CARE AI NEVOIE.

Pentru înregistrarea cererii va fi desemnat un manager de caz responsabil de situația ta. Managerul de caz te va ajuta să completezi dosarul personal și va realiza o evaluare inițială complexă a stării tale de sănătate mintală.

În baza evaluării se va elabora un plan individual de asistență medicală și socială adaptat nevoilor tale. În momentul înscrierii în Centru vei semna un acord de colaborare între tine și coordonatorul echipei Centrului.

Dosarul tău personal de la Centrul Comunitar de Sănătate Mintală va conține diverse documente, cum ar fi: cererea personală, copii ale actelor de identitate, copia certificatului de dizabilitate (dacă există) și informații despre supravegherea medicală anterioară și tratamentele urmate (dacă există).

CENTRUL COMUNITAR DE SĂNĂTATE MINTALĂ DESFĂȘOARĂ ACTIVITĂȚI ÎN TREI DIRECȚII PRINCIPALE:

1. Servicii de **suport psihiatric în regim ambulatoriu**: aceasta înseamnă că vei primi servicii medicale și psihosociale fără spitalizare. Serviciile includ evaluarea și diagnosticarea problemelor de sănătate mintală, consilierea psihologică, terapia individuală și de grup, precum și administrarea de medicamente, dacă va fi necesar.

Echipa de specialiști îți va oferi sprijin în situații de criză și va lucra împreună cu familia ta pentru a-ți asigura o susținere adecvată.

2. Servicii în cadrul Centrului de zi: Acesta se află în incinta Centrului Comunitar de Sănătate Mintală și oferă **asistență pentru recuperare medicală** și psihosocială.

La Centrul de zi vei avea acces la programe de reabilitare, activități recreative, terapie ocupațională, instruire vocațională și programe de prevenire a spitalizării.

Centrul de zi te va ajuta să-ți menții starea de sănătate generală și să te reintegrezi în viața comunității.

3. Servicii de **asistență mobilă la domiciliu** și de soluționare a crizelor: Dacă e nevoie de asistență la domiciliu sau beneficiarul se află într-o situație de criză, unele Centre Comunitare de Sănătate Mintală ar putea oferi sprijin mobil, adică la beneficiar acasă. Angajații Centrului din zona ta de reședință te vor informa dacă acordă sau nu un asemenea serviciu.

**Acest ghid te va ajuta să
înțelegi mai bine serviciile
oferite de un Centru
Comunitar de Sănătate
Mintală și să te asiguri că
primești suportul necesar
pentru o viață mai bună
și mai împlinită.**



CE ESTE UN CENTRU COMUNITAR DE SĂNĂTATE MINTALĂ?

Centrul Comunitar de Sănătate Mintală (CCSM) este un serviciu medico-social public ce oferă asistență medicală și reabilitare psihosocială, sprijin și mediere în relațiile cu familia și comunitatea.

Scopul principal al unui **Centru Comunitar de Sănătate Mintală** este să-ți îmbunătățească sănătatea mintală.

Echipele de specialiști a Centrului, situate în regiunea unde locuiești, te poate ajuta în mai multe moduri:

- Oferă servicii de prevenire, depistare timpurie și tratament pentru problemele tale de sănătate mintală.
- Oferă suport în procesul de recuperare (însănătoșire) și te sprijină să te reintegrezi în societate și în familie.
- Promovează un stil de viață sănătos și te încurajează să ai grijă de tine.
- Asigură accesul tău la servicii medicale și sociale de calitate, adaptate nevoilor tale personale.
- Combate prejudecățile referitoare la persoanele cu probleme de sănătate mintală și te ajută să te simți acceptat în comunitate.

Îndată ce vei deveni beneficiar al unui Centru concret, echipa de specialiști de acolo va respecta confidențialitatea și drepturile tale fundamentale.

De asemenea, e important să știi că un Centru Comunitar de Sănătate Mintală din Republica Moldova are ca și principii de activitate protejarea intereselor tale, fără nici un fel de discriminare.

Imediat ce vei primi statut de beneficiar, vei avea acces la toată informația privind soluțiile cele mai bune pentru tratamentul, recuperarea și integrarea/reintegrarea ta în comunitate.



**ECHIPA
CENTRULUI
COMUNITAR
DE SĂNĂTATE
MINTALĂ**

COORDONATOR

Coordonatorul este responsabil de funcționarea și organizarea activităților Centrului, gestionarea resurselor financiare și materiale și reprezentarea instituției în relații cu alte organizații.

Directorul este împuternicit să asigure procesul de selecție a angajaților.

În activitatea sa, directorul Centrului se ghidează de Constituția Republicii Moldova, legile și hotărârile Guvernului și Parlamentului, precum și de regulamentele adoptate de autoritățile publice centrale și locale, în conformitate cu legislația internațională în domeniul sănătății mintale și cu actele normative în vigoare.





PSIHIATRU

Psihiatrul oferă beneficiarilor Centrului servicii medicale psihiatrice calificate.

Activitățile principale ale psihiatrului includ evaluarea inițială și repetată a beneficiarilor. Oferă consultanță psihiatrică, examinare și diagnostic, tratament psihofarmacologic, reabilitare psihiatrică.

Psihiatrul este implicat în toate serviciile oferite de Centru (consultative, servicii la Centrul de zi, asistență mobilă la domiciliu și soluționare a crizelor).

Psihiatrul mai are responsabilități legate de:

- organizarea și evaluarea dinamicii persoanelor cu probleme de sănătate mintală;
- întocmirea planului medical de suport;
- organizarea și oferirea sesiunilor de informare în domeniul sănătății mintale pentru beneficiari;
- asigurarea sesiunilor individuale de suport și consultanță la cererea beneficiarilor.



Psihiatrul colaborează cu echipa multidisciplinară a Centrului, cu familiile și rudele beneficiarilor, cu medicii de familie și asistenții medicali comunitari, cu serviciile sociale din comunitate.



PSIHOLOG

Psihologul este un specialist calificat care poate oferi consiliere, suport și ghidare pentru persoanele cu probleme de sănătate mintală.

Principalele activități ale psihologului includ:

- evaluarea inițială și repetată a beneficiarului;
- identificarea problemelor psihologice ale beneficiarului și familiei acestuia;
- întocmirea și realizarea planului individual de intervenție;
- oferirea ședințelor de consiliere psihologică de grup și individuale.

Psihologul are responsabilitatea de a asigura:

- confidențialitatea informației referitoare la viața personală a beneficiarilor;
- acordarea asistenței profesionale în cadrul Centrului și la domiciliu;
- colaborarea cu echipa multidisciplinară;
- promovarea metodelor performante de asistență psihologică.



ASISTENT SOCIAL

Asistentul social este responsabil pentru oferirea de asistență socială calificată adulților și copiilor cu probleme de sănătate mintală.

Activitățile principale ale asistentului social includ:

- evaluarea beneficiarilor;
- elaborarea și implementarea planurilor individuale de asistență socială;
- înregistrarea actelor și completarea dosarelor personale ale beneficiarilor;
- implicarea familiilor pentru rezolvarea situației beneficiarului;
- organizarea activităților de socioterapie, activităților recreative și de socializare;
- instruirea rudelor și părinților în rezolvarea problemelor sociale;
- monitorizarea situației beneficiarilor și contribuirea la încadrarea lor în comunitate și la locul de muncă/studii.

Asistentul social are, de asemenea, un rol important în promovarea serviciilor sociale din comunitate și în soluționarea cererilor și reclamațiilor venite de la beneficiarii Centrului.



ASISTENT MEDICAL



Activitățile principale ale unui asistent medical includ:

- evaluarea stării medicale inițiale și repetate a beneficiarilor;
- vizite la domiciliul persoanelor cu probleme de sănătate mintală;
- administrarea și monitorizarea tratamentului medical;
- întocmirea planurilor individuale de asistență medicală;
- instruirea beneficiarilor pentru o sănătate mai bună.

Asistentul medical colaborează cu echipa multidisciplinară în ce privește soluționarea problemelor sociale ale beneficiarilor și monitorizează menținerea curățeniei și igienei în instituție.

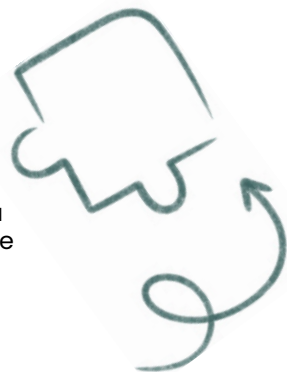
LOGOPEDUL

Logopedul oferă servicii logopedice calificate pentru îmbunătățirea calității vieții persoanelor cu probleme de sănătate mintală sau probleme medicale mixte.

Principalele activități ale logopedului includ:

- evaluarea inițială și repetată a beneficiarilor;
- întocmirea și realizarea planului individual de tratament;
- oferirea de consultanță și ședințe logopedice;
- activități pedagogice și terapii specifice.

Logopedul se bazează în activitatea sa pe acordarea asistenței profesionale și pe colaborarea cu echipa multidisciplinară.

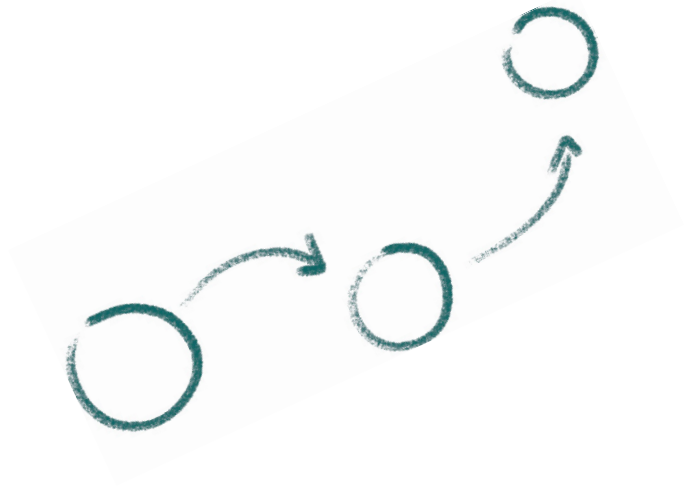


ERGOTERAPEUT

Ergoterapeutul contribuie la creșterea și menținerea stării de bine a beneficiarilor prin oferirea serviciilor de ergoterapie calificate.

Activitățile principale ale ergoterapeutului includ:

- evaluarea inițială a beneficiarului;
- întocmirea și realizarea planurilor individuale de ergoterapie;
- desfășurarea ședințelor de ergoterapie în grup sau individual;
- explicarea responsabilităților familiei în rezolvarea situației beneficiarului;
- desfășurarea activităților de terapie ocupațională pentru beneficiarii instituției;
- explicarea tehnicilor de adaptare în activitățile cotidiene;
- organizarea activităților ocupaționale (țesut, cusut, ceramică, împletit, gravură, cartonaj, desen, pictură etc.)



SERVICII OFERITE DE UN CENTRU COMUNITAR DE SĂNĂTATE MINTALĂ



Consultații psihiatrice

Un medic psihiatru, pregătit conform ultimelor protocoale clinice naționale în domeniul sănătății mintale, te diagnostichează și îți oferă tratament pentru problemele de sănătate mintală.

Consultații psihologice

Un psiholog competent, care deține certificări în domeniu, evaluează starea sănătății tale mintale, face psihodiagnostic, aplicând instrumente și metodologii de tratament psihologic bazate pe dovezi.

Intervenții psihosociale

Ațiuni, metode și strategii de soluționare a dificultăților psihologice, sociale și medicale ale persoanei cu probleme de sănătate mintală prin intermediul echipei multidisciplinare (psihiatru, psiholog, asistent social, asistent medical).

Tratament farmacologic

Tratament prin medicamente, prescris de medicul psihiatru. La administrarea tratamentului farmacologic e nevoie de consimțământul tău. Decizia de inițiere sau oprire a tratamentului se ia împreună cu tine.

Colaborare cu direcțiile și serviciile de asistență socială

Colaborarea cu direcțiile și serviciile de asistență socială locale este necesară pentru a oferi consiliere și soluții de rezolvare a problemelor de ordin social, pe care le au unii beneficiari.



Activități ocupaționale în Centrul de zi

Poți participa la ședințe de educație în domeniul sănătății mintale, cercuri de creație artistică, cluburi de lectură etc., organizate la Centrele Comunitare de Sănătate Mintală, în limita posibilităților logistice și a vocațiilor beneficiarilor.

Vizite la domiciliu cu specialiști din echipa centrului

Sunt vizite efectuate de specialiști din echipa Centrului Comunitar de Sănătate Mintală la domiciliul tău. La fiecare vizită participă minim doi specialiști, în dependență de necesități.

Aceste vizite sunt efectuate pentru a spori asistența acordată, inclusiv în cazurile în care beneficiarul nu poate ajunge la centrul comunitar din motive legate de starea sănătății, distanță, situație financiară precară etc.

Grupuri de suport al beneficiarilor

Constituie un serviciu aflat în dezvoltare și disponibil deocamdată în câteva centre comunitare de sănătate mintală. Un grup de beneficiari se întrunește conform unui program stabilit pentru a-și împărtăși experiența și a parcurge împreună calea spre recuperare.

Referiri la spitalele de psihiatrie

În caz de necesitate, referirile sunt emise de medicul psihiatru de la Centrul Comunitar de Sănătate Mintală, conform prevederilor legislației în vigoare.

Eliberare de certificate

Certificatele sunt emise de specialiști sau comisii din cadrul Centrelor Comunitare de Sănătate Mintală, conform prevederilor legislației în vigoare.

CUM POȚI BENEFICIA DE AJUTORUL UNUI CENTRU COMUNITAR DE SĂNĂTATE MINTALĂ

Te poți adresa după ajutor la un Centru Comunitar de Sănătate Mintală în cazul în care:

- Ai o problemă de sănătate mintală.
- Ai nevoie de servicii medicale de sănătate mintală și/sau psihosociale.

Este obligatoriu să ai domiciliul permanent sau viza de reședință în teritoriul deservit de Centrul la care te adresezi.

Totodată, pentru a deveni beneficiar al Centrului, este necesar să scrii o cerere în care să soliciți suportul necesar.

Înainte de depunerea cererii, va trebui să te asiguri că vei putea prezenta câteva documente:

*copia actului tău de identitate;

*copia actului de identitate ale reprezentantului tău legal (dacă este cazul);

*copia certificatului de dizabilitate (dacă există);

*informații despre supravegherea ta medicală anterioară, despre tratamentele efectuate, rezultate ale examinărilor anterioare privind probleme de sănătate mintală (dacă există).

CE SE ÎNTÂMPLĂ DUPĂ ÎNREGISTRAREA CERERII

Imediat după înregistrarea cererii va fi desemnat un manager de caz (adică un specialist responsabil de cazul tău), care împreună cu toată echipa Centrului îți va oferi sprijinul necesar, după cum urmează:

- te va ajuta să completezi dosarul personal, necesar Centrului Comunitar de Sănătate Mintală;
- va efectua o evaluare inițială complexă a stării tale de sănătate mintală;
- va elabora un plan individual de asistență medicală și socială, adaptat nevoilor tale.

Atenție! La momentul înregistrării la un CCSM, e obligatorie semnarea unui acord de colaborare între tine, pe de o parte, și coordonatorul echipei multidisciplinare a Centrului, pe de altă parte.

Acest acord stabilește modul în care vei colabora cu Centrul respectiv pentru a beneficia de serviciile și asistența necesară.

Dosarul personal de la Centrul Comunitar de Sănătate Mintală

Dosarul tău de la Centrul Comunitar de Sănătate Mintală va conține toate documentele, pe care le-ai prezentat atunci când solicitat asistență/suport (cererea, copia actului de identitate, copia certificatului de dizabilitate și informația despre supravegherea ta medicală anterioară).

De asemenea, dosarul tău personal va mai conține următoarele:

- Un raport de evaluare inițială care va ajuta la înțelegerea stării tale de sănătate mintală;
- Un raport de evaluare complexă care va furniza informații detaliate despre situația ta medicală generală.
- Un plan individualizat de asistență care va fi elaborat special pentru tine și va fi axat pe nevoile tale specifice.
- Un acord de colaborare în care se vor stabili drepturile și responsabilitățile tale și ale Centrului.
- Rapoarte de reexaminare a planului individual de asistență în cadrul Centrului comunitar, prin intermediul cărora va fi măsurat progresul tău. Planul individual de asistență medicală și socială va putea fi revăzut și ajustat în cazul în care va fi necesar.

Notă: Dacă ai neclarități în privința acestor documente, nu ezita să pui întrebări de clarificare reprezentanților centrului comunitar.

Planul individual de tratament și recuperare

După ce devii beneficiar al unui Centru Comunitar de Sănătate Mintală, instituția îți va oferi tot ajutorul necesar în baza unui Plan individual de tratament și recuperare, elaborat special pentru tine de managerul de caz cu implicarea echipei instituției.

Planul individual de tratament și recuperare include următoarele componente:

1. Programul personalizat de îngrijire: se referă la activități cum ar fi asigurarea hranei, monitorizarea și menținerea sănătății mintale.
2. Programul personalizat de reabilitare complexă: vizează recuperarea și îmbunătățirea stării de sănătate mintală a beneficiarului.
3. Programul personalizat de socializare și reintegrare: are scopul de a face mai ușoară integrarea în familie, în mediul profesional și/sau în mediul educațional.

Planul individual de tratament și recuperare este elaborat de managerul de caz.

Acest plan este necesar pentru a adapta tratamentul la nevoile și cerințele tale specifice.

O copie a planului îți va fi oferită ție și, în cazul în care este necesar, reprezentantului tău legal.

Planul individual de tratament și recuperare este revăzut, cel puțin, o dată la 3 luni, în funcție de serviciile primite și de nevoile tale individuale.

Cele trei direcții de activitate a unui Centru Comunitar de Sănătate Mintală

Un Centru Comunitar de Sănătate Mintală îți poate oferi asistență în baza a trei direcții de activitate a instituției, stabilite de legislație:

- Servicii de tratament și recuperare pentru problemele de sănătate mintală în regim ambulatoriu (adică nu necesită spitalizare);
- Servicii în cadrul Centrului de zi;
- Servicii de asistență mobilă la domiciliu și de soluționare a crizelor (în măsura posibilităților fiecărui centru în parte).

Servicii de sănătate mintală în comunitate

În baza acestui gen de asistență vei putea beneficia la sediul Centrului Comunitar de Sănătate Mintală de mai multe servicii, inclusiv:

- evaluare și determinare a diagnosticului psihiatric;
- consiliere și educație psihologică individuală sau în cadrul unor grupuri;
- psihoterapie (în măsura posibilităților fiecărui centru în parte);
- prescriere și monitorizare a tratamentului medicamentos;
- intervenții în situații de criză și gestionarea simptomelor;
- consiliere și sprijin acordate familiei beneficiarului.

Notă: Serviciile de suport din CCSM permit pacienților să primească tratament adecvat fără a fi spitalizați.

Cu alte cuvinte, în cazul în care vei beneficia de tratament în CCSM, vei putea să-ți continui toate activitățile cotidiene obișnuite și să te implici în viața comunității.



**SERVICIILE
OFERITE LA
CENTRUL DE ZI**

În funcție de necesitățile pe care le ai, Centrul de zi îți poate oferi servicii în limita a trei programe de bază:

- Programul de reabilitare medicală și psihosocială;
- Programul de prevenire a instituționalizării (spitalizării), de dezinstituționalizare și incluziune socială;
- Programul de menținere și îmbunătățire a stării generale de sănătate.

1. Programul de reabilitare medicală și psihosocială

Este un program în cadrul Centrului de zi, care va oferi îngrijire și sprijin pentru recuperarea ta fizică, mintală și socială. Acest program este conceput pentru a te ajuta să-ți îmbunătățești calitatea vieții și să te reintegrezi, dacă e cazul, în comunitate.

Una dintre componentele-cheie ale programului este tratamentul de susținere, oferit prin intermediul unui staționar de zi. Acest lucru înseamnă că primești îngrijire și asistență medicală de specialitate în incinta Centrului Comunitar de Sănătate Mintală, fără a fi internat în spital.

Astfel, poți beneficia de tratament, terapie și servicii de reabilitare în timpul zilei, revenind apoi acasă.

Programul mai poate oferi servicii de consiliere, atât pentru tine cât și pentru familia ta. Aceste servicii te vor ajuta să înțelegi mai bine cu ce te confrunți, astfel încât să faci față problemelor apărute și să știi cum să le depășești.

Programul mai include servicii de reabilitare vocațională, care te va ajuta să-ți dezvolti abilitățile și competențele necesare, inclusiv pentru a găsi un loc de muncă sau pentru a reveni la vechiul loc de muncă după o perioadă de recuperare.

Consilierea și psihoterapia te pot ajuta să înțelegi mai bine problema ta de sănătate mintală și impactul acesteia asupra ta și a familiei tale.

Un alt aspect important al acestui program este gestionarea timpului tău liber și organizarea de activități recreative.

În calitate de beneficiar vei avea ocazia să participi la activități de socializare și de organizare cu folos a timpului liber, care vor fi adaptate nevoilor și capacităților tale.

2. Programul de prevenire a instituționalizării (spitalizării), de dezinstituționalizare și incluziune socială

Scopul acestui program este ca să te ajute să primești ajutorul medical, de care ai nevoie, direct în comunitatea ta fără să fii internat într-un spital.

Asta pentru ca să te bucuri, chiar și atunci când beneficiezi de un tratament medical, de o viață independentă plină de realizări cotidiene.

Prin intermediul acestui program, specialiștii de la Centrul de zi te vor susține, instrui și te vor ghida în unele activități gospodărești (dacă este cazul), precum și în diverse activități ocupaționale și de socializare la nivel de comunitate.

Echipa de la Centrul de zi te poate ghida în unele activități zilnice, cum ar fi gătitul (prepararea bucatelor) ori mersul la cumpărături, precum și la realizarea altor sarcini casnice pe care le ai. Specialiștii Centrului de zi îți vor explica cum să păstrezi un mod de viață îngrijit și sănătos.

Pe de altă parte, activitățile ocupaționale și de socializare din cadrul Centrului de zi sunt concepute pentru a-ți oferi oportunități ca să-ți exprimi creativitatea și să interacționezi cu alți oameni din comunitate.

Centrul de zi poate organiza ateliere de artă, lucru manual, muzică, teatru sau dans.

Toate aceste activități se fac cu scopul de a-ți oferi un mediu prietenos și sigur, în care să-ți dezvolti deprinderile artistice și să te bucuri de compania celorlalți participanți.

Prin urmare, Centrul de zi te va sprijini în menținerea independenței tale și în evitarea spitalizării, astfel încât să te simți parte a comunității și să te bucuri de o viață plină de conexiuni sociale.

3. Programul de menținere și îmbunătățire a stării generale de sănătate

Acest program se concentrează pe mai multe aspecte importante ale sănătății tale și se referă nu numai la sănătatea ta mintală ci și la sănătatea ta fizică.

Primul aspect al programului se referă la modul sănătos de viață. Acest lucru înseamnă că în cadrul programului vei putea învăța cum să te alimentezi corect, cum să-ți faci un program stabil de somn și cum să eviți consumul de substanțe nocive.

Cu alte cuvinte, vei avea șanse mai mari pentru o stare de sănătate și o calitate a vieții mai bune.

În plus, programul include și activități de menținere a igienei personale. E vorba de deprinderi simple, cum ar fi spălarea cu regularitate a mâinilor și igiena orală adecvată.

Notă: Centrul de zi oferă servicii între orele 8.00 și 18.00, pe parcursul a 5 zile în săptămână (de luni până vineri).

Termenul maxim de îngrijire în cadrul Centrului de zi este de 3 luni (90 de zile), după care se efectuează reevaluarea cazului, cu posibilitatea de a oferi beneficiarului în continuare și alte servicii prestate de Centrul Comunitar de Sănătate Mintală.

SERVICII DE ASISTENȚĂ MOBILĂ LA DOMICILIU ȘI DE SOLUȚIONARE A CRIZELOR

Dacă vei avea nevoie de servicii de asistență mobilă la domiciliu și de soluționare a crizelor, acestea îți vor fi oferite de o echipă mobilă a Centrului Comunitar de Sănătate Mintală.

Însă trebuie să știi că nu toate centrele oferă asemenea servicii.

Aceste servicii sunt bazate pe metodologia „Managementul de caz” și au ca scop principal să-ți ofere asistență și suport acasă la tine, în funcție de nevoile pe care le ai.

Echipa mobilă este formată din profesioniști calificați și pregătiți pentru a gestiona situații de criză.

Echipa mobilă oferă suport și intervine pentru a reduce impactul negativ al crizelor sau al situațiilor dificile.

Notă: Serviciile de asistență mobilă la domiciliu și de soluționare a crizelor pot fi oferite pentru o perioadă de, cel mult, **3 luni (90 de zile)**, după care se efectuează reevaluarea cazului.

Atenție! Să ții cont de faptul că asistența mobilă la domiciliu este oferită în doar câteva dintre Centrele Comunitare de Sănătate Mintală.

UNDE SE AFLĂ, DE OBICEI, UN CENTRU COMUNITAR DE SĂNĂTATE MINTALĂ

Fiecare Centru Comunitar de Sănătate Mintală din Republica Moldova își desfășoară activitatea în încăperi sigure și accesibile, amplasate astfel încât beneficiarul să aibă acces la resursele și facilitățile din comunitate (sănătate, educație, reabilitare, relații sociale). Majoritatea centrelor sunt subdiviziuni ale Centrelor de sănătate raionale/centrelor medicilor de familie/asociațiilor medico-sanitare municipale și se află în aceleași edificii.

Unele Centre comunitare dispun de un mijloc de transport, necesar, în primul rând, pentru efectuarea vizitelor la domiciliu de către echipa mobilă. Alte instituții comunitare utilizează mijlocul de transport al Centrului de Sănătate din localitatea unde își are sediul.

Centrele Comunitare de Sănătate Mintală: informații de contact

Toate centrele sunt situate în incinta sau foarte aproape de centrele de sănătate din regiuni (policlinici).

1. CCSM ANENII NOI

adresa: or. Anenii Noi, str. Uzinelor, 30/1; telefon: 0265 21274; email: ccsm.aneniinoi@ms.md; Facebook: ccsm.aneniinoi

2. CCSM BASARABEASCA

adresa: or. Basarabeasca, str. Muncii, 55
telefon: 0297 20525; email: ccsm.basarabeasca@ms.md
Facebook: <https://www.facebook.com/ccsm.basarabeasca.9>

3. CCSM BRICENI

adresa: or. Briceni, str. Mihai Eminescu, 48; telefon: 0247 23685;
email: ccsm.briceni@ms.md; Facebook: Ccsm Briceni

4. CCSM BĂLȚI – adresa: mun. Bălți, str. Decebal 101V

telefon: 0231 71011; email: ccsm.balti@ms.md
Facebook: Centrul comunitar de sănătate mintală Bălți

5. CCSM CAHUL

adresa: mun. Cahul, str. Ștefan cel Mare, 27; telefon: 0299 32709;
email: ccsm.cahul@ms.md; Facebook: CCSM Cahul

6. CCSM CANTEMIR

adresa: or. Cantemir, str. N. Testemițanu, 22; telefon: 0273 22462;
email: ccsm.cantemir@ms.md; Facebook: CCSM Cantemir

7. CCSM CĂLĂRAȘI

adresa: or. Călărași, str. Bojole, 1; telefon: 0244 27015;
email: ccsm.calarasi@ms.md; Facebook: CCSM Călărași

8. CCSM CĂUȘENI

adresa: or. Căușeni, str. Ana și Alexandru, 14; telefon: 0243 26847;
email: ccsm.causeni@ms.md; Facebook: CCSM Căușeni

9. CCSM CIMIȘLIA

adresa: or. Cimișlia, str. Alexandru cel Bun 135A; telefon: 0241 26783;
email: ccsm.cimislia@ms.md; Facebook: CCSM Cimișlia

10. CCSM CRIULENI

adresa: or. Criuleni, str. Ștefan cel Mare 1; telefon: 0248 25027;
email: ccsm.criuleni@ms.md; Facebook: CCSM Criuleni

11. CCSM COMRAT

adresa: or. Comrat, str. Victoriei 46; telefon: 0298 22855;
email: ccsm.comrat@ms.md; Facebook: CCSM Comrat

12. CCSM CEADÎR-LUNGA

adresa: or. Ceadîr-Lunga, str. Miciurin 2; telefon: 0291 24031;
email: ccsm.ceadirlunga@ms.md

13. CCSM DONDUȘENI

adresa: or. Dondușeni, str. Mihai Eminescu, 26/1; telefon: 0251 21344;
email: ccsm.donduseni@ms.md

14. CCSM DROCHIA

adresa: or. Drochia, str. N. Testemițanu, 4/1; telefon: 0252 24927; 0676 52999;
email: ccsm.drochia@ms.md; Facebook: CCSM Drochia

15. CCSM EDINEȚ

adresa: or. Edineț, str. Independenței, 81; telefon: 0246 24967;
email: ccsm.edinet@ms.md; Facebook: CCSM Edineț

16. CCSM FĂLEȘTI

adresa: or. Fălești, str. Ștefan cel Mare, 36; telefon: 0259 92717;
email: ccsm.falesti@ms.md; Facebook: CCSM Fălești

17. CCSM FLOREȘTI

adresa: or. Florești, str. Ștefan cel Mare, 37; telefon: 0250 25447;
email: ccsm.floresti@ms.md; Facebook: CCSM Florești

18. CCSM GLODENI

adresa: or. Glodeni, str. Tricolorului, 2; telefon: 0249 22881;
email: ccsm.glodeni@ms.md;

19. CCSM HÎNCEȘTI

adresa: or. Hîncești, str. Mihalcea Hîncu, 153; telefon: 0269 23447;
email: ccsm.hincesti@ms.md; Facebook: CCSM Hîncești;

20. CCSM IALOVENI

adresa: or. Ialoveni, str. Alexandru cel Bun, 7; telefon: 0268 27550;
email: ccsm.ialoveni@ms.md; Facebook: CCSM Ialoveni;

21. CCSM LEOVA

adresa: or. Leova, str. Ștefan cel Mare și Sfânt, 63;
telefon: 0263 23248, 0263 24563; email: ccsm.leova@ms.md;

22. CCSM NISPORENI

adresa: or. Nisporeni, str. Toma Ciorbă, 40; telefon: 0264 23472;
email: ccsm.nisporeni@ms.md;

23. CCSM OCNIȚA

adresa: or. Ocnița, str. Independenței, 64; telefon: 0271 23425;
email: ccsm.ocnita@ms.md;

24. CCSM ORHEI

adresa: or. Orhei, str. Negruzzi, 85; telefon: 0235 21457;
email: ccsm.orhei@ms.md; Facebook: CCSM Orhei;

25. CCSM REZINA

adresa: or. Rezina, str. 27 August nr. 7 (în incinta policlinicii nr. 10);
telefon: 0254-221-86; email: ccsm.rezina@ms.md;

26. CCSM RÎȘCANI

adresa: or. Rîșcani, str. Independenței, 59; telefon: 0256 21360;
email: ccsm.riscani@ms.md;

27. CCSM SÎNGEREI

adresa: or. Sîngerei, str. N. Testemițanu, 11; telefon: 0262 84450;
email: ccsm.singerei@ms.md; Facebook: CCSM Sîngerei

28. CCSM SOROCA

adresa: or. Soroca, str. M. Eminescu, 16; telefon: 0230 21135;
email: ccsm.soroca@ms.md; Facebook: CCSM Soroca;

29. CCSM STRĂȘENI

adresa: or. Strășeni, str. Ștefan cel Mare, 105; telefon: 0237 22353;
email: ccsm.straseni@ms.md; Facebook: CCSM Strășeni;

30. CCSM ȘOLDĂNEȘTI

adresa: or. Șoldănești, str. N. Testemițanu, 11; telefon: 027225055, 027222334;
email: ccsm.soldanesti@ms.md;

31. CCSM ȘTEFAN VODĂ

adresa: or. Ștefan Vodă, str. N. Testemițanu, 2; telefon: 0242 22476;
email: ccsm.stefanvoda@ms.md; Facebook: CCSM Ștefan Vodă

32. CCSM TARACLIA

adresa: or. Taraclia, str. Kotovski, 2; telefon: 0294 23252;
email: ccsm.taraclia@ms.md;

33. CCSM TELENEȘTI

adresa: or. Telenești, str. Ștefan cel Mare, 5; telefon: 0258 22164;
email: ccsm.telenesti@ms.md; Facebook: CCSM Telenești

34. CCSM UNGHENI

adresa: or. Ungheni, str. Romană, 27; telefon: 0236 23309;
email: ccsm.ungheni@ms.md; Facebook: CCSM Ungheni

35. CCSM VULCĂNEȘTI

adresa: or. Vulcănești, str. Plotnicov, 59; telefon: 0293 21946
email: ccsm.vulcanesti@ms.md;

36. CCSM BOTANICA (CHIȘINĂU)

adresa: mun. Chișinău, str. Independenței 28/1; telefon: 022 929788;
email: ccsm.botanica@ms.md; site: www.psi.md;
Facebook: CCSM Botanica;

37. CCSM BUIUCANI (CHIȘINĂU)

adresa: mun. Chișinău, str. Ion Creangă 24; telefon: 022 741738;
email: ccsm.buiucani@ms.md; Facebook: CCSM Buiucani;

38. CCSM CENTRU (CHIȘINĂU)

adresa: mun. Chișinău, str. V. Dokuceaev 11a; telefon: 022 731440;
email: ccsm.centru@ms.md;

39. CCSM CIOCANA (CHIȘINĂU)

adresa: mun. Chișinău, str. Uzinelor 23; telefon: 022 477253;
email: ccsm.ciocana@ms.md;

40. CCSM RÎȘCANI (CHIȘINĂU)

adresa: mun. Chișinău, str. Socoleni 19; telefon: 022 464965;
email: ccsm.amtriscani@ms.md.

ÎNTREBĂRI FRECVENTE



Cum mă pot adresa după ajutor la un Centru Comunitar de Sănătate Mintală?

E simplu. Există 2 modalități:

Discutați despre simptomele pe care le aveți cu medicul dumneavoastră de familie. Acesta vă poate prescrie un tratament sau, în caz de necesitate, vă poate oferi o referire (îndreptare), cu care să vă adresați la un Centru Comunitar de Sănătate Mintală.

Solicitați o programare la cel mai apropiat Centru Comunitar de Sănătate Mintală direct prin telefon, în baza vizei de reședință.

Serviciile CCSM sunt gratuite sau contra plată?

Serviciile sunt oferite gratuit în Centrul Comunitar de Sănătate Mintală delegat conform vizei de reședință. De exemplu, dacă o persoană are viza de reședință în raionul Briceni, aceasta va beneficia gratuit de servicii la Centrul Comunitar de Sănătate Mintală Briceni. Pentru certificatele port-armă, permis auto, etc. se aplică prețurile stabilite conform legislației în vigoare.

Cu ce specialist voi discuta în cadrul primei consultații?

La o primă adresare la Centrul Comunitar de Sănătate Mintală, consultul va fi din partea psihiatrului sau psihologului, în funcție de cerere.

Cum procedez în cazul în care o persoană apropiată prezintă simptome ale unei tulburări mintale?

Discutați cu persoana și încercați să o convingeți să apeleze la ajutor specializat la medicul de familie sau la un Centru Comunitar de Sănătate Mintală.

Care sunt metodele de tratament propuse de specialiștii Centrelor Comunitare de Sănătate Mintală?

După evaluarea stării de sănătate mintală și efectuarea psihodiagnosticului, specialiștii CCSM vor propune tratament farmacologic, consiliere psihologică, psihoterapie sau o combinație dintre aceste opțiuni.



Detalii: sanatate-mintala.md



MINISTERUL SĂNĂȚĂII
AL REPUBLICII MOLDOVA



Elveția.



MENSANA

PROIECTIA AGOUD-EXEDIAN
SUPPORT PENTRU REFORMA SERVICIILOR
DE SĂNĂȚATE MINTALĂ ÎN MOLDOVA