

Prind/Kujdestar Burimet dhe mbështetjet

Më poshtë jepen disa shërbime dhe burime që duhet të merren në konsideratë nga ju nëse jeni i shqetësuar për shëndetin mendor të fëmijës/të riut tuaj.

HWDSB

- Faqja e internetit HWDSB - Ne Ndhmojmë: Shëndeti mendor dhe mirëqenia <https://www.hwdsb.on.ca/secondary/supports/mental-health-and-well-being/>
- Shërbimet e Punës Sociale ofrojnë konsultime, ndërhyrje dhe mbështetje për qasjen në shërbimet komunitare, si dhe [grupe trajtimi dhe seminare](#). Për të pasur qasje në sistem, bisedoni me drejtorin ose nëndrejtorin e fëmijës tuaj; për nxënësit që praktikojnë të mësuarit në distancë, telefononi 905-527-5092, linjë paralele 2802.

Shëndeti Mendor në Shkollë në Ontario (SMHO-SMSO)-Burime për Prindërit/Kujdestarët

- [Fletë me këshilla për prindër dhe familje: Mbështetja e shëndetit mendor dhe mirëqenies gjatë periudhës së rikthimit në shkollë](#)
- [Aktivitete të përditshme për shëndetin mendor në shtëpi](#)
- [Fletë informuese për prindër dhe familje: Vërejtja e shqetësimeve të shëndetit mendor për fëmijën tuaj](#)
- [Përgatitja; Parandalimi; Përgjigjja: Referencë e shpejtë për parandalimin e vetëvrasjes te të rinjtë](#)

Shëndeti Mendor në Shkollë në Ontario (SMHO-ZLSM) – Burime për fëmijë/të rinj

- [Nuk ka problem tepër të madh a tepër të vogël: Një burim për kërkim ndihme për studentët nga vetë studentët](#)
- [Vetë-përkujdesja tek për tek për studentët](#)
- [Dituritë bazë mbi shëndetin mendor dhe paketat e mediave sociale për menaxhimin e ankthit](#)

Shërbimet e Krizës

- COAST Hamilton coasthamilton.ca Linja e Krizës (905) 972-8338; Shtrirje dhe mbështetje për të gjitha moshat në rast krize të shëndetit mendor .
- Spitali i Fëmijëve McMaster: Shërbimet e emergjencës për shëndetin e fëmijëve dhe të të rinjve (CHYMES) 1200 Main St W, Hamilton, ON L8N 3Z5 - Departamenti i Urgjencës për të rinjtë e moshës 17 e poshtë.
- Telefoni i Ndhmës për Fëmijë kidshelpphone.ca Linja e Krizës 1-800-668-6868; Shërbim këshillimi dhe informacioni 24/7 për të rinj.
- Qendra e Sulmeve Seksuale (Sacha) <https://sacha.ca/> Linjë mbështetëse 24-orëshe 905-525-4162

Mbështetjet e ofruara në Komunitetin Hamilton

- Alternativa për Rininë <https://ay.on.ca/> shërbimet e trajtimit ndaj përdorimit të substancave në komunitet dhe shërbimet e varësisë që angazhojnë dhe mobilizojnë të rinjtë dhe familjet e tyre
- Qendra Rinore SPACE <https://www.spaceyouth.ca/>
Një organizatë e drejtuar nga komuniteti i të rinjve përmes një partneriteti bashkëpunues
- Streha: Qendra Hamilton për shëndetin e të porsa-ardhurve
<https://newcomerhealth.ca/service/mental-health-support/>
- KONTAKTO Hamilton contacthamilton.ca (905) 570-8888
Pikë unike qasjeje për fëmijët dhe të rinjtë (e moshës 18 dhe poshtë) që kërkojnë shërbim për nevojat shëndetësore socio-emocionale, të sjelljes, të zhvillimit dhe/ose mendore.
- De dwa da dehs ny (Qendra Shëndetësore Aborigjene) - <https://aboriginalhealthcentre.com/> (905) 544-4320,
Përmirësimi i shëndetit dhe mirëqenia e individëve indigjenë, familjeve dhe komuniteteve përmes kujdesit shëndetësor perëndimor dhe tradicional, tërësor dhe indigjen
- Qendra Rajonale Indiane Hamilton <https://www.hric.ca/> (905) 548-9593,
Për t'u mundësuar qytetarëve aborigjenë mjetet për të arritur një mënyrë jetese tërësore të ekuilibruar
- Shërbimet për fëmijë dhe adoleshentë <https://www.hamilton.ca/public-health/clinics-services/child-and-adolescent-services> (905) 546-2424
Programi i shëndetit mendor për fëmijët i ofruar nga Bashkia e Hamilton-it për të bërë të mundur vlerësimin e shëndetit dhe trajtimin për fëmijë dhe të rinj nën moshën 18 vjeç dhe familjet e tyre.
- Qendra e Mirëqenies Rinore- <https://www.stjoes.ca/hospital-services/mental-health-addiction-services/mental-health-services/youth-wellness-centre>
Shërbimet e shëndetit mendor dhe përdorimit të substancave për të rinjtë e moshës 17 deri në 25.

Mbështetje e disponueshme në rrjetin e internetit

- Linja direkte e Shëndetit Mendor Naseeha <https://naseeha.org/> Linja e Ndhmës: 1 (866) 627-3342
Seminare për shëndetin mendor, seanca terapie përmes internetit, dhe mbështetje të shëndetit mendor me anë të dërgimit të teksteve 5 ditë në javë për myslimanët dhe jo-myslimanët.
- Linja e Ndhmës për të Rinjtë me Ngjyrë <https://blackyouth.ca/> Linja e Ndhmës: 1-833-294-8650,
Linja e Ndhmës për të Rinjtë me Ngjyrë shërben për të gjithë të rinjtë dhe në mënyrë specifike u përgjigjet nevojave për një shërbim specifik për të rinjtë me ngjyrë, me pozicion dhe burime për të promovuar qasje në mbështetjen e duhur në aspektin profesional dhe kulturor për të rinj, familje dhe shkolla.
- Linja Rinore LGBT <https://www.youthline.ca/> 1-800-268-9688 ose tekst 647-694-4275,
Linja Rinore ofron mbështetje konfidenciale dhe me aspekt jo-paragjykses mes bashkë-përjetuesve përmes shërbimeve tona telefonike, teksteve dhe chat-it. Kontaktoni me një

HWDSB

We Help.

vullnetar për mbështetje mes bashkë-përjetuesve nga e diela deri të premten, 4:00 pasdite në 9:30 pasdite.

- Speqtrum <https://www.speqtrum.ca/>
Ofron mbështetje lokale dhe komunitetin për 2S-LGBTQIA + Rininë
- Hapësira Juaj Hamilton - <https://yourspacehamilton.ca/>
Është një vend për të rinjtë dhe familjet që kërkojnë informacion rreth shëndetit mendor dhe ofron mbështetje në Hamilton, Ontario.
- Ankthi Canada <https://www.anxietycanada.com/>
Kryeson në zhvillimin e burimeve vetë-ndihmuese ndaj ankthit, falas në internet dhe të bazuara në prova.
- Linja Direkte Trans Lifeline - <https://translifeline.org/> 1-877-330-6366
Është një shërbim telefonik për mbështetje nga bashkë-përjetuesit, i drejtuar nga njerëz trans-gjinorë për komunitetin e tyre dhe për pyetje të mundshme që mund të ngrihen.

curiosity • creativity • possibility