



Programas y **Servicios**

Asociación de Salud Mental de Canadá, Región de Calgary

NUESTRA VISIÓN

Personas con salud mental en una sociedad sana.

NUESTRA MISIÓN

Ser líder en reducir el impacto de las enfermedades mentales y adicciones, en promover salud mental, bienestar y recuperación a través de servicios basados en la comunidad.

NUESTRO VALORES R.E.S.P.E.C.T

Recuperación: Utilizaremos prácticas orientadas a la recuperación en nuestro Trabajo con los clientes.

Empoderamiento: empoderaremos a nuestros clientes para que sean saludables e independientes.

Auto-consciencia: nos tomaremos un tiempo para evaluar como contribuimos individualmente a la calidad del trato al cliente y a un sitio de trabajo psicológicamente seguro.

Asociación: buscaremos crecer en nuestros programas y servicios usando un modelo de aliados.

Excelencia: Buscaremos nuevas prácticas y modelos de cuidado que apoyen la creación de una cultura de excelencia en el servicio de nuestros clientes.

Concentrados en el cliente: En cada decisión o acción nos preguntaremos como este esfuerzo ayudará a nuestros clientes.

Trabajo en grupo: buscaremos desarrollar y apoyar equipos saludables que contribuyan a una cultura organizacional saludable.



¿Por qué la Salud Mental es Importante?

Anualmente al menos una de cada cinco personas en Canadá experimenta problemas o enfermedades de salud mental, con un costo para la economía de más de \$50 billones.

Las enfermedades mentales no son discriminaciones basadas en la edad, género, religión o raza.

Las enfermedades mentales pueden ser desencadenadas por el estrés o alguna experiencia traumática en la vida. En algunas ocasiones se desarrolla sin motivo aparente.

(Si usted tiene cerebro usted puede desarrollar desórdenes mentales)

NUESTROS PROGRAMAS

Nuestros programas están categorizados de forma sencilla en cuatro áreas distintas: vivienda, divulgación, soporte y educación. Nosotros llamamos a este servicio: Modelo HOPE (Esperanza en inglés). El mismo está centrado en el cliente y el objetivo es crear un servicio eficiente que mejore los resultados de nuestros servicios con los clientes.



DEFENSA: Ayuda a las personas brindándoles una amplia asistencia que va desde ayudar a superar los desafíos complejos hasta la identificación de oportunidades en la formación y el empleo, además de la búsqueda de viviendas, salud mental y apoyo a la adicción.



COLABORADORES DE LA COMUNIDAD: Es una iniciativa de formación de pares disponibles en las escuelas, lugares de trabajo y grupos de la comunidad para personas que demuestran tener una tendencia "natural" para ayudar a los demás. Este programa tiene como objetivo mejorar las habilidades de apoyo de un individuo, enfatizando a la vez en la importancia del su autocuidado.



MANTENER CONEXIONES: Asiste a las personas que se encuentran en un período de cuidados a largo plazo y que están bajo un cuidado complejo que necesitan participar en paseos y en actividades de recreación terapéuticas.



EDUCACIÓN: Brinda talleres enfocados en el Manejo del Estrés, Enfermedades Mentales y Advertencia de Suicidio a las escuelas secundarias, institutos de educación así como organizaciones comunitarias, empresas en Calgary y áreas cercanas llegando a más de 25 000 personas.



SOPORTE A LA FAMILIA: Ofrece consejería uno-a-uno a los familiares de los individuos con enfermedades mentales así como a parejas o familiares que se encuentran atravesando esta situación tan compleja.



VIVIR INDEPENDIENTE: Provee referencias a agencias comunitarias, servicios públicos y de salud que ayudan a promover la conciencia de la salud mental y el bienestar, mejorar la calidad de vida, conectar a los clientes con la comunidad y ayudarles a manejar sus vidas de manera independiente.



OCIO Y RECREACIÓN: Crea oportunidades para las personas inscritas en otros CMHA - programas de Calgary a participar en este programa, que trabaja específicamente para ayudar a mejorar la autoestima, fomentar la confianza y promover la recuperación a través de la participación en actividades sociales y recreativas.



VIVIR LA VIDA AL MÁXIMO: Introduce los principios de las cinco áreas de la CBT para enseñar a los participantes a hacer frente a sus emociones y desarrollar habilidades que ayudan a enfrentar los problemas de la vida.



APOYO DE PARES: Brinda apoyo a las personas que están experimentando una enfermedad mental donde pueden crear amistades sanas, desarrollar redes de apoyo entre pares y transición en la comunidad. Muchos graduados regresan ofreciendo su inspiración, comprensión y orientación como voluntarios.



TRANSICIÓN DESPUÉS DEL ALTA: Ayuda a las personas que salen de hospitalización y no son capaces de cumplir con los criterios para la vida en otros programas de residencias de apoyo, proporcionando la estabilización en un entorno integrado de la comunidad.



PERSONAS DE LA TERCERA EDAD: Utiliza un enfoque de promoción de la salud y bienestar para ayudar a los individuos y personas vulnerables de la tercera edad que residen en la comunidad en el mantenimiento de su independencia para continuar su vida con éxito.



PROMOCIÓN Y ESTABILIZACIÓN EN LA CALLE: Ayuda a vincular a las personas sin hogar a las cuales les es difícil llegar a los servicios esenciales de la comunidad a través de referencias a soportes tales como tratamientos médicos y psiquiátricos, apoyo a los ingresos y referencias de viviendas.



DUELO DE SUICIDIO: Apoya a los individuos que han experimentado una pérdida por suicidio a través de asesoramiento uno-a-uno y servicio indirecto, así como la organización y celebración de los sobrevivientes anuales del Día Pérdida por suicidio.



SOPORTE DE VIDA: Proporciona a los individuos con enfermedad mental severa y enfermedad mental reiterada, incapacitados para valerse por sí mismos en su propia comunidad, con viviendas y una amplia gama de servicios de apoyo.

ACERCA DE CMHA

La Asociación Canadiense de Salud Mental (CMHA por sus siglas en inglés) Región de Calgary es parte de la organización canadiense de Salud mental más establecida de Canadá, La asociación canadiense De Salud Mental. CMHA facilita el acceso que requieren las personas para mantener y mejorar la salud mental y la integración en la comunidad, construir la resiliencia y ayudarlos en la recuperación de las enfermedades mentales y adicciones.

CMHA Región de Calgary promueve consciencia y brinda programas de educación, defensa y apoyo, incluyendo viviendas independientes y con apoyo, servicios especiales para personas sin hogar, así como para aborígenes, apoyo para el duelo por suicidio y el programa de apoyo de pares para familias e individuos. Trabajamos con otras organizaciones comunitarias para llenar todos los vacíos que se puedan encontrar en el sistema de salud mental y facilitar el acceso a servicios importantes y otros recursos.

Una de cada cinco personas experimenta un desorden mental en algún momento de su vida y la mayoría de nosotros conocemos a alguien que ha enfrentado un reto en su salud mental. CMHA-Región de Calgary lucha para mejorar el entendimiento público de la enfermedad mental en casa, en la comunidad y en el lugar de trabajo a través de la educación comunitaria, el apoyo, e iniciativas que despierten consciencia de la salud mental.

Atendiendo 25,000 personas directamente cada año, CMHA Región de Calgary es una organización de Caridad sin fines de lucro. Establecida en 1995, somos unas de las ramas independientes de la Asociación Canadiense de Salud Mental (est. 1918) una de las organizaciones canadienses de voluntarios más antigua del país.

PARA MÁS INFORMACIÓN:

cmha.calgary.ab.ca
facebook.com/cmhacalgaryregion
twitter.com/CMHACalgary
400, 105 12 Avenue SE
Calgary, AB T2G 1A1



**Asociación de Salud
Mental de Canadá**
Calgary
Salud mental para todos

Teléfono: 403 297 1700
Fax: 403 270 3066
info@cmha.calgary.ab.ca



Servicios principalmente en inglés. Intérpretes disponibles bajo petición.