

2021-2025



Bună

Peste 20 000 de persoane sub 18 ani în Jersey

Peste 20 000 de copii și tineri trăiesc în Jersey. Noi (Guvernul Jersey) ne dorim ca toți să fie bine și să fie puternici, cu o sănătate mintală bună și o stare de bine.

Sănătatea mintală bună și starea de bine sunt legate de cum gândiți, simțiți și acționați. Acestea sunt legate de:



sănătate în toate aspectele vieții



a rezista și a vă adapta



recunoașterea emoțiilor și gestionarea lor



găsirea echilibrului



a face față vieții și stresului



legăturile cu persoanele și familia

O sănătate mintală bună vă ajută să vă bucurați de viață, să vă bucurați de locul în care trăiți, să creați legături cu persoanele din jurul dvs. și să vă atingeți obiectivele.

Am vorbit cu copii, tineri, familii și profesioniști despre sănătate mintală și stare de bine în Jersey.

Voiam să aflăm cum stau lucrurile în realitate, ce sprijin este disponibil, ce trebuie schimbat și ce contează.

Această Strategie este legată de Planul pentru copii și tineri 2019-2023 și angajamentul Guvernului stabilit prin Promisiunea față de copii „Punem copiii pe primul plan”. Aflați mai multe la: gov.je/PuttingChildrenFirst



Ce ne-ați spus dvs.

Copiii, tinerii și familiile își doresc ca Jersey să fie un loc în care:

- fiecare persoană primește sprijin pentru a rezista, așa că au o sănătate mintală bună
- fiecare persoană știe de unde să primească sprijin
- fiecare persoană care cere, obține sprijin repede
- sprijinul pe care îl primesc persoanele este bazat pe lucruri care funcționează
- fiecare persoană este auzită și implicată în decizii care o implică.

Toate aceste aspecte ne-au ajutat să dezvoltăm acest plan nou.

„Mai multe persoane care să mă întrebe cum mă simt, care să asculte și să le pese, să știe ce să spună, să înțeleagă mai bine aspectele de sănătate mintală”

„Nu a existat nicio prețare, așa că îmi tot repet povestea”

„Intervenție și diagnostic mai timpurii cu acces mai bun și mai rapid la serviciile potrivite”



„Mai mult sprijin și instruire pentru noi ca părinți, pentru a identifica și gestiona mai bine circumstanțe dificile și probleme de stare de bine emoțională”

„Serviciile care pot fi accesate în afara orelor de funcționare reprezintă o temă cheie care intervine în munca pe care o fac cu tineri”



„Personalul din educație să fie instruit și sprijinit mai bine să identifice și să gestioneze dificultățile emoționale și de sănătate mintală”

„Trebuie să existe mai mult sprijin pentru tineri, în procesul lor de tranziție către alte servicii, în special Serviciile pentru adulți.”

„Reducerea listelor de așteptare în CAMHS (Serviciile de sănătate mintală pentru copii și adolescenți)

Multe persoane au spus că perioada Covid-19 a fost dificilă.

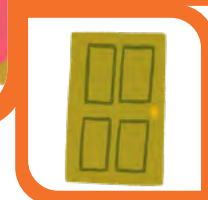
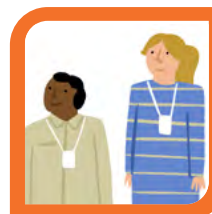


A agravat situația cu sănătatea mintală. Unele persoane au spus că s-au simțit îngrijorate, singure și chiar vulnerabile.

Viziunea noastră

Ne dorim ca toți copiii și tinerii din Jersey să fie fericiți și să prospere - și să poată să se bucure de cea mai bună sănătate mintală și stare de bine.

A prospera — înseamnă o dezvoltare armonioasă, în moduri pozitive, sănătoase.



Cum vom face acest lucru

Copiii, tinerii și familiile din Jersey vor primi sprijin pentru a fi bine și rezistenți, concentrându-ne pe ce înseamnă o sănătate mintală bună și starea de bine.

Dacă aveți nevoie de sprijin, nu vă fie rușine să îl cereți, deoarece va fi disponibil imediat ce aveți nevoie.

Nimeni nu ar trebui să se afle pe liste lungi de așteptare, iar serviciile vor lucra împreună, ca să vă spuneți povestea o singură dată.

Serviciile vor fi de calitate și vă vor ajuta să vă reveniți. Acestea vor fi oferite în locul potrivit, la momentul potrivit.

Ne dorim ca oamenii să privească sănătatea mintală la fel cum privesc sănătatea fizică. Dacă este nevoie, mergeți la un medic... este simplu

Avem 16 acțiuni pentru a ne asigura că acest lucru se întâmplă. Le-am grupat în patru domenii diferite.

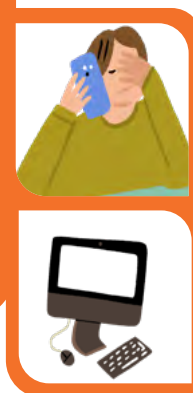
Ne dorim ca toate persoanele să promoveze o sănătate mintală bună și starea de bine.

- 1** Vom realiza instruiți, pentru ca unii tineri să devină ambasadori pentru sănătate mintală.
- 2** Vom avea sprijin pentru persoanele care devin părinți și îi vom ajuta să se simtă bine și să creeze legături puternice cu copiii lor.
- 3** Vom avea instruiți, pentru ca persoanele să înțeleagă ce înseamnă o sănătate mintală bună și starea de bine și cum să mențină starea de bine și să fie rezistente.
- 4** Vom ajuta profesioniștii să conștientizeze riscurile pentru sănătatea mintală a persoanelor, cum ar fi experiențele adverse din copilărie (**EAC-uri**).

EAC-urile — sunt evenimente traumatizante care au loc în copilărie, precum violența, abuzul sau neglijarea.

Ne dorim să fie ușor pentru toată lumea să primească ajutor și sprijin.

- 5** Vom dezvolta o cafenea cu participare pentru tineri unde aceștia pot afla informații despre sănătatea mintală și să găsească sprijin pentru probleme de sănătate mintală.
- 6** Vom avea informații, sfaturi și sprijin la un Centru pentru copii și familii.
- 7** Vom crea un număr de ajutor de asistență.
- 8** Vom derula sesiuni cu participare pe diferite subiecte, care promovează starea de bine, ca activitate fizică, somn și alimentație corecte.



Ne dorim ca persoanele să primească ajutorul și sprijinul potrivite, la momentul potrivit și la locul potrivit.

- 9** Vom avea mai multe locuri și vom mări programul de funcționare al unor servicii, precum clinici deschise sâmbătă după-masa și servicii în afara orelor de program.
- 10** Vom avea mai multe terapii și sprijin disponibile, inclusiv sprijin pentru familii, terapii prin discuții și terapii online.
- 11** Vom avea mai mult sprijin pentru probleme ca tulburări de alimentație, afecțiuni de sănătate pe termen lung sau pentru persoane care necesită sau au necesitat îngrijire.
- 12** Vom îmbunătăți serviciile pentru tineri care întâmpină dificultăți în procesul de maturizare care au în grijă un părinte.



Ne dorim să ascultăm oamenii cu privire la ce funcționează și în ajută, deoarece aceasta ne îmbunătățește serviciile.

- 13** Vom colecta informații și dovezi, ca să știm cum și când au ajutat serviciile.
- 14** Vom alcătui o comisie consultativă care include tineri, părinți, profesioniști și persoane care lucrează în comunitate.
- 15** Vom conveni asupra unui nou set de standarde și raportări pentru servicii, care sunt ușor de înțeles și disponibile, pentru a fi citite de oricine.
- 16** Vom promova drepturile copiilor și tinerilor, inclusiv **reprezentare și ajutor reciproc**.

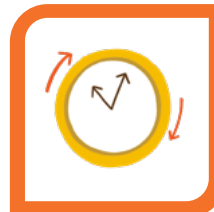
Un reprezentant sau o persoană de sprijin — este o persoană de partea dvs., care vă va ajuta să fiți auzit(ă).

Rezultate – ceea ce vrem să vedem

Vom verifica dacă acest plan funcționează și susține copiii și tinerii în mod corect.

Dacă funcționează, ne dorim să vedem:

- că sănătatea mintală a copiilor și tinerilor se îmbunătățește
- că familiile știu de unde să obțină ajutor și sprijin
- perioade de așteptare mai scurte
- feedback pozitiv despre servicii
- mai multe opțiuni de servicii disponibile.



Spuneți-ne părerea dvs.

Ne dorim să ne asigurăm că luăm măsurile corecte la momentul potrivit. Așadar, ne interesează ce contează pentru dvs.

- **Este viziunea noastră corectă?**
- **Sunt cele 16 acțiuni ale noastre corecte?**
- **Pe ce acțiuni ar trebui să ne concentrăm mai întâi?**
- **Lipsește ceva ce trebuie să adăugăm?**

 Vă rugăm să utilizați acest formular pentru a ne spune părerea dvs. până la **11 iunie 2021**. Puteți găsi formularul online la: gov.je/CYPmentalHealth

 Sau prin e-mail: CYPmentalHealth@gov.je

 Sau ne puteți scrie la adresa:
**FAO: CYP Mental Health Redesign
Integrated Services and Commissioning
Children, Young People, Education and Skills
Highlands Campus
PO Box 142
JE4 8QL
Jersey**