



Trabalhando juntos nós somos melhores

Nossa grande comunidade que foi afetada pela inundação

Você está cansado? Está se sentindo para baixo? Você sente que algo está faltando? Você foi afetado pela inundação de 2020?

Se você está lidando com problemas de saúde mental, você tem um lugar para onde ir.

Canadian Mental Health Association

Uma agência local que oferece apoio à saúde mental para a comunidade. A CMHA oferece cursos que abordam os seguintes temas:

- Reconhecimento e desenvolvimento de recursos e conscientização pessoal
- Estabelecendo melhores limites
- Comunicação efetiva
- Entendendo a saúde mental
- Fadiga por compaixão
- Relacionamentos saudáveis
- Tendo conversas difíceis
- Treinamento de primeiros socorros em saúde mental (MHFA)

A CMHA também apoia pessoas que vivem com saúde mental através de vários serviços e programas:

- Apoio à renda
- Aplicações AISH
- Consultas e representantes de apoio
- Suporte para pais e cuidadores
- Recursos para jovens e famílias

Informações de contato:

780-743-1053
www.woodbuffalo.cmha.ca

Multicultural Association of Wood Buffalo

A MCA tem como objetivo reduzir as barreiras linguísticas através de seu departamento de Interpretação e Tradução, que ajuda a fornecer comunicação escrita e verbal em outros idiomas.

A MCA oferece treinamento de Conscientização Cultural para ajudar a reduzir as barreiras culturais e ampliar a compreensão de outras culturas.

A MCA também administra o English Language Learners Assistance (ELLA), um programa gratuito de inglês que ajuda os alunos a desenvolverem suas habilidades linguísticas de leitura, escrita, fala e compreensão oral.

Para mais informações, entre em contato com

Rima Kadri
projects@mcawb.org Interpretações e Traduções
(587) 723-1522 iandt@mcawb.org

Waypoints

Uma agência local que oferece serviços para a saúde mental direto ao cliente, incluindo aconselhamento gratuito por um conselheiro registrado, e apoio aos indivíduos afetados pela violência familiar.

Linha de Crise de Violência Familiar 24/7

(780) 743-1190

YMCA

Atualmente, a YMCA disponibiliza uma coletânea de vários recursos para atender às necessidades dos membros da comunidade.

A coordenadora comunitária da inundação trabalha com as famílias afetadas pela enchente, fornecendo apoio, encaminhamentos e acesso direto ao aconselhamento.

A YMCA oferece um programa de apoio ao bem-estar e aconselhamento individual gratuito com um assistente social registrado para participantes com 18 anos ou mais.

Para mais informações, entre em contato com:

Amanda Crawford
Coordenadora Comunitária da Inundação
YMCA
amanda.crawford@northernalberta.ymca.ca
(587) 723-1638

St. Aidan's Society

Uma agência local que oferece serviços de extensão para pessoas com mais de 60 anos. A sociedade de St. Aidan's não oferece serviços diretos de saúde mental, mas oferece encaminhamentos para pessoas idosas aos recursos locais.

Informações de contato:

Pam Burns, Supervisora de Extensão
780-743-4370 Ext. 2
pamb@staidanssociety.ca

Some Other Solutions

Uma agência local de serviços de saúde mental que oferece apoio de saúde e bem-estar para a comunidade. SOS oferece serviços de aconselhamento, seminários sobre luto e perdas, e programas para crianças e jovens.

Para mais informações:

www.someothersolutions.ca
(780) 743-8605

Center of Hope

Uma agência local que oferece serviços aos indivíduos que vivem em situações de desabrigo. O COH oferece uma ampla gama de serviços, desde atender às necessidades básicas diárias dos clientes até o apoio habitacional.

Há também no local um conselheiro de saúde mental e dependência química que atende em tempo integral, disponível das 8h às 16h de segunda a sexta-feira, sem necessidade de agendamento.

Para mais informações entre em contato com:

Rosie Keating, Diretora Executiva
execdirector@fmcentrefhope.com
(780) 743-3912 ext 222
or
Liz Keating
Conselheira de Saúde Mental e Dependência Química
mentalhealth@fmcentrefhope.com
(780) 743-3912 ramal 227



Entre em contato conosco. Estamos à disposição!



**This poster can be translated into: French, Spanish, Hindi, Mandarin, Punjabi, Arabic, Amharic, and Tagalog