

## **Serviços de Reabilitação Residencial**

### **Caminhos para o Tratamento de Reabilitação**

#### **Está a pensar acerca de Reabilitação?**

Contacte o Serviço de  
abuso de substâncias

Fale com:  
O Funcionário de Drogas ou álcool  
Serviços Probatórios  
GP (médico de família)  
Funcionário dos Serviços de Saúde

Assista às sessões  
informativas mensais

Apresentação aos Serviços de Abuso de Substâncias  
do Truste de Cuidados de Sheffield.

A avaliação começa

#### **Sessões Informativas Mensais**

Estas têm lugar no 'Turning Point' às 15:00 horas da primeira Segunda-Feira de todos os meses. Terá a oportunidade de conversar com os funcionários e voluntários e obter mais informações e respostas às suas perguntas.

Te.: 0114 275 5973  
44, Sidney Street, Sheffield S1 4RH

**São todos Bem-Vindos**

## **DESEJA SABER MAIS?**

Estes são alguns contactos úteis:

Truste de Cuidados de Sheffield      Tel.: 0114 3050500

Funcionários/as Examinadores/as      E-mail: [rehabinfo@sct.nhs.uk](mailto:rehabinfo@sct.nhs.uk)  
Website:  
[www.sct.nhs.uk](http://www.sct.nhs.uk)

Beverley Sprague  
Brendan Wood

Drogas e Álcool de Sheffield      Tel.: 0114 273 6851  
Website:  
[www.sheffielddaat.org.uk](http://www.sheffielddaat.org.uk)

Equipa de Acção      [www.sheffielddaat.org.uk](http://www.sheffielddaat.org.uk)

Agência de Tratamento Nacional      Website: [www.nta.nhs.uk](http://www.nta.nhs.uk)

Sheffield      SHEFFIELD CARE TRUST      NHS  
Citty Council      Saúde Mental e Bem-Estar

### **SHEFFIELD DAAT**

Este é um de uma série de folhetos sobre o tratamento de drogas e álcool, produzidos pela Equipa de Acção de Drogas e Álcool de Sheffield (Sheffield Drug & Alcohol Action Team) com financiamento da Agência de Tratamento Nacional (National Treatment Agency) Desejamos agradecer a ajuda que recebemos dos Voluntários do Projecto de Utilizadores dos Serviços de Sheffield (Sheffield Service User Volunteer Project) e dos/as Funcionários/as Examinadores/as na preparação deste folheto.

**SERVIÇOS DE REABILITAÇÃO RESIDENCIAL PARA  
OS UTILIZADORES DE DROGAS E ÁLCOOL DE SHEFFIELD**

**Outras línguas:**

Uma versão deste folheto encontra-se disponível em:-

**Árabe, Urdu, Somáli, Farsi, Português, Polaco, Francês e Curdo** no website da  
DAAT:

[www.sheffielddaat.org.uk](http://www.sheffielddaat.org.uk)

**Neste 'site' também encontrará uma versão em letras grandes.**

## **Serviços de Reabilitação Residencial**

### **O que é Rehab (Reabilitação)?**

Rehab (Reabilitação) é uma palavra curta para Reabilitação Residencial. É um programa de tratamento para pessoas com problemas de drogas e álcool. Nos jornais e noticiários aparecem notícias acerca de celebridades que vão para 'rehab', mas o tratamento não é só para os ricos e famosos. É um dos tratamentos disponíveis aos residentes de Sheffield que tenham problemas com drogas e/ou álcool.

**Fui para 'rehab' em Julho de 2007.  
Deu-me uma outra oportunidade de vida  
porque precisava de atacar o meu vício de  
tomar drogas. Agora estou a fazer uma vida  
sem drogas.\***

### **E como é a 'Rehab'?**

Há tipos diferentes de 'rehab' para satisfazer as diferentes necessidades. A maioria das pessoas precisam de ajuda em escolher a 'rehab' que melhor serve as suas necessidades.

Há lugares que oferecem 'rehab' em todo o país. As pessoas de Sheffield muitas vezes vão para um centro fora de Sheffield por ter sido provado que é melhor para estas pessoas estarem longe do lugar onde tiverem problemas.

Todos as 'rehab's' precisam que os participantes se abstenham (estejam limpos) de drogas e/ou álcool durante a duração do programa. As pessoas que precisarem de detoxicação antes de irem para 'rehab' podem obter ajuda dos Serviços de Abuso de Substâncias de Sheffield (Sheffield Substance Misuse Service).

De uma maneira geral o programa é intensivo e os participantes têm de ser abertos e honestos acerca dos seus pensamentos, sentimentos e emoções.

**‘Rehab’ é para mim?**

‘Rehab’ é um do número de tratamentos disponíveis. Pode ser apropriado para pessoas que não têm podido atender ou tratar dos seus problemas enquanto viverem na sua comunidade.

O objectivo principal de ‘rehab’ é ajudar as pessoas a fazerem uma vida sem o uso problemático de drogas ou álcool.

**‘Rehab’ ajudou-me a descobrir quem realmente sou.\***

Faça a você próprio estas perguntas:

- Desejo deixar de usar drogas e de beber álcool?
- Tentei parar de usar mas achei-o demasiado difícil?
- Preciso de fazer algumas grandes mudanças na minha vida?
- Gostava de falar com pessoas que já estiveram na minha posição, para ajudar-me a resolver o meu problema de droga/álcool?
- Preciso de olhar para a minha vida de uma maneira diferente?
- Estou preparado a olhar para as razões porque tenho um problema com drogas/álcool?
- Estou preparado a deixar Sheffield por algum tempo – ou talvez para sempre.

**Respondeu SIM à maioria das perguntas acima? ‘Rehab’ pode ser para você.  
Continue a ler...**

### **O que fazer a seguir?**

Se achar que 'Rehab' pode ser a melhor opção para si, pode falar com algumas destas pessoas:

- Funcionário de drogas ou álcool
- Funcionário dos Serviços Probatórios
- Funcionário dos Serviços de Saúde ou GP (médico de família)
- Assistente Social.

Podem enviá-lo para os Serviços de Abuso de Substâncias do Truste de Cuidados de Sheffield (Sheffield Care Trust Substance Misuse Service) para uma avaliação. Isto começará dentro de 3 semanas – ou, para as pessoas que estejam na prisão, a avaliação será organizada para coincidir com a data de libertação.

Se 'rehab' fôr uma boa opção para você, o Assessor dir-lhe-á quais são as 'rehab's que melhor servem para as suas necessidades.

'Rehab' é cara e você pode vir a precisar de ajuda financeira. O Assessor discutirá consigo os sistemas de qualquer financiamento que possam estar disponíveis mas desejamos dizer-lhe que o financiamento não pode ser garantido.

**Comecei a trabalhar em mim com o apoio e a orientação de pessoas que eram exactamente como eu. Finalmente, a corrente que me estava a prender começou a desprender-se e avancei para a frente pela primeira vez na minha vida.\***

