

Boletín para Miembros de JBH

Information and Wellness for JBH Members and Their Families

Volume 1, Issue 2 – Winter 2008

ORGANIZACIÓN ADMINISTRATIVA DE SERVICIOS DE LA SALUD MENTAL PARA LOS CONDADOS COOS, CURRY, DOUGLAS, JACKSON, JOSEPHINE Y KLAMATH

900 SE 8th Street, Grants Pass, OR 97526 • Teléfono: 541-955-9565 • Fax: 541-955-8290 • <http://www.jbh.org>

DENTRO DE ESTE NÚMERO

- 1 **Programas Comunitarias de JBH para Servicios de la Salud Mental**
- 1 **Notas Sobre la Recuperación**
- 2 **Lista de Reserva para el Plan Estándar de Salud de Oregon**
- 3 **Conejos para el Bienestar**
- 4 **Los Derechos y Responsabilidades de los Miembros**
- 5 **Lista de Reuniones**

PROGRAMAS COMUNITARIAS DE JBH DE SERVICIOS DE LA SALUD MENTAL

Centro de la Salud Mental - Condado Coos

1975 McPherson, Suite 2
North Bend, OR 97459
(541) 756-2020 x528

Servicios Humanos - Condado Curry

29821 Colvin Street
Gold Beach, OR 97444
(541) 247-4082

Centro de la Salud Mental - Condado Douglas

621 W. Madrone Street
Roseburg, OR 97470
(541) 440-3532

Centro de la Salud Mental - Condado Jackson

1005 E. Main Street
Medford, OR 97504
(541) 774-8201

Opciones en el sur de Oregon (Condado Josephine)

1181 Ramsey Avenue
Grants Pass, OR 97526
(541) 476-2373

Centro de la Salud Mental en el Condado Klamath

3314 Vandenberg Road
Klamath Falls, OR 97603
(541) 882-7291

En este Número *Por Dave Bast, Director Ejecutivo*

Le quisiera presentar este último número de nuestro Boletín para Miembros. En este número, hemos incluido información acerca de sus derechos y responsabilidades, un artículo de un consumidor, información acerca del Plan estándar de Salud de Oregon, y una lista de reuniones en la región de JBH.

Yo empecé a trabajar con JBH como Director Ejecutivo en mayo del año pasado, y he estado impresionado por los miembros y proveedores que he conocido. Llego a JBH con más de 37 años de experiencia en los servicios humanos, salud y educación. Me da gusto poder ofrecer mis destrezas y energía, para poder asegurar que todos reciban los servicios de la salud mental que necesitan para mejorar sus vidas.

Notas sobre la Recuperación *Por Carol Browning, Consumidora*

Para poder vivir una vida sana, yo he aprendido mucho acerca de como enfrentar y comunicar mis propias necesidades. Yo padezco de una enfermedad crónica de larga duración, cual requiere que yo este siempre cuidando mi condición física y mental. El aprender a alcanzar mis necesidades me ayuda a no estar abrumada por los retos de mi vida.

Durante mi recuperación, he utilizado la terapia como una herramienta para mi bienestar. Mi terapeuta me ha dado herramientas para mejorar mi vida diaria. El tener acceso a un terapeuta me ha ayudado a desenredar mis sentimientos cuando no podía hacerlo yo sola. Mi situación requiere el valor para desviar un poco de la sabiduría convencional para poder sanarme. El tener acceso al terapeuta me ha ayudado a disminuir la depresión y la ansiedad que siento. Básicamente, los servicios de la salud mental que yo he recibido han sido un verdadero regalo en mi vida.

Cuando los retos de la vida me traen para abajo, es útil saber que tengo con quien hablar.

Si usted necesita esto en otra idioma, en letra grande, Braille, o en casete u otro formato, llame a JBH al (541) 955-9565 or 1-888-214-3337 o TDD: 1-800-735-2900.

¿Sabía que el OHP Standard se Volverá a Abrir?

Recientemente el Estado de Oregon avisó que los Residentes de Oregon elegibles pueden recibir los beneficios del programa estándar del Plan de Salud de Oregon. Esta es la primera vez desde el año 2004 que el Plan de Salud de Oregon aceptará solicitudes nuevas para el Programa de Beneficios estándar, cual es para los adultos de bajos ingresos de entre 19 a 65 años de edad, quienes no califiquen para el Medicaid tradicional, y también ganen menos del nivel federal de la pobreza (\$20,650 anuales para una familia de 4 personas). Empezando el 28 de enero y terminando el 29 de febrero, los Residentes de Oregon quienes creen que podrían calificarse para el OHP-Standard pueden apuntar sus nombres en la lista de reserva.

Como Apuntarse en la Lista:

- o Vaya al **www.oregon.gov/DHS/open** y seleccione "Request Form" del menú, y complete y somete el formulario.
- o Pase por la oficina de DHS para recoger un formulario, complételo y devuélvalo a cualquier oficina de DHS, o mándelo por fax al 503-373-7866 o 503-378-6925.
- o Llame al 1-800-699-9075 (llamada gratuita) entre el lunes y el viernes de 7 a.m. a 7 p.m. (horario pacifico). Los residentes de Salem pueden llamar al 503-378-2666. La llamada durará de 10 a 20 minutos para completar.
- o Mande un correo electrónico con la información necesaria al **standard.reservation@state.or.us**
- o Mande la información necesaria por correo a: Oregon Health Plan, P.O. Box 14520, Salem, OR 97309-5044.

Nota del Especialista de Servicios al Miembro de JBH: El Boletín para los Miembros de JBH se publica para y por los miembros. Si usted desea someter un artículo, o si tiene una idea sobre el contenido, o cualquier otra comentario, por favor comuníquese con, Heather Hartman al 1-888-214-3317 o por correo electrónico al hhartman@jbh.org.



Foto cortesía de Leif Lefebre
Consumidor / Fotógrafo, El Condado Curry



Consejo para el Bienestar: Conozca sus Medicamentos

Muchas personas toman varios medicamentos para tratar a una o mas condiciones medicas (incluso las condiciones de la salud mental). Los medicamentos (de receta o sin receta) a menudo funcionan de una manera distinta cuando se combinan con otros medicamentos. Las interacciones entre medicamentos pueden resultar en un funcionamiento disminuido, y podrían resultar en efectos secundarios negativos.

Para asegurar que no este en riesgo de una interacción entre los medicamentos:

- Mantenga una lista de todos los medicamentos que toma (sean con receta o sin receta).
- Muestre la lista a cualquier medico que le atienda.
- Surta todos los medicamentos en la misma farmacia.
- Hable con el Farmacéutico si tiene dudas al comenzar a tomar un medicamento nuevo.

DERECHOS DE LOS MIEMBRO DE JBH – LOS MIEMBROS TIENEN EL DERECHO DE:

Ser tratados con dignidad y respeto.	Obtener servicios para determinar cual es el problema.
Obtener servicios sin derivación de su Medico Adscrito.	Participar activamente en el desarrollo de su plan de tratamiento.
Recibir información sobre su condición, y los servicios cubiertos y no cubiertos, para permitirle tomar una decisión informada acerca de los propuestos tratamientos.	Dar consentimiento para el tratamiento, o negar servicios y recibir una explicación de las consecuencias de su decisión, excepto en el caso de servicios ordenados por un juez.
Recibir los servicios cubiertos por el Plan de Salud de Oregon, cuales cumplen con las normas aceptadas de práctica.	Obtener una copia de su expediente de la salud mental, o pedir que su expediente sea cambiado o corregido, excepto en caso de que la ley lo prohíba.
Obtener servicios cubiertos de la prevención.	Pedir una audiencia estatal.
Tener acceso a servicios urgentes o de emergencia las 24 horas al día, 7 días de la semana.	Hablar con su proveedor de servicios de la salud mental y esperar que la conversación sea confidencial.
Ser tratado por los proveedores igual que otras personas quienes buscan ayuda de la salud mental.	No ser restringido, ni abandonado como castigo, o como manera de forzarle a hacer algo.
Ayudarnos a asignar su proveedor de servicios de la salud mental.	Obtener servicios de la salud mental sin una espera larga.
Cambiar de clínica o proveedor de servicios de la salud mental si tiene Buena razón para hacerlo.	Pedir que compartamos su expediente con otra clínica o proveedor de la salud mental, con el permiso de usted.
Esperar que mantengamos un expediente con record de su condición, los servicios que recibe, y las derivaciones que hacemos por usted.	Levantar una queja sobre la clínica o un proveedor de servicios de la salud mental, y recibir una respuesta de manera oportuna.
Tener un amigo, un pariente o un defensor presente durante las citas.	Obtener una derivación de nosotros para que un especialista le atienda, cuando sea necesario.
Obtener información acerca de sus derechos y responsabilidades, los beneficios disponibles, cómo acceder servicios, y qué hacer en caso de emergencia.	Recibir un aviso escrito antes de que se le niegue, o cambie el nivel de sus beneficios, excepto cuando dicho aviso no sea requerido por ley estatal o federal.

RESPONSABILIDADES DE LOS MIEMBRO DE JBH – LOS MIEMBROS TIENEN LA RESPONSABILIDAD DE:

Mostrar su Tarjeta de Identidad de DMAP en la clínica antes de recibir servicios.	Tratar al personal con el mismo respeto que usted esperaría recibir de otro.
Seguir el acordado plan de tratamiento.	Ayudarnos a conseguir pagos de su seguro medico.
Participar para poder comprender sus problemas de la salud mental, y para desarrollar metas de tratamiento que sean mutuamente acordados.	Obtener servicios de la salud mental de su proveedor o clínica, excepto en caso de emergencia.
Decidir sobre los servicios antes de recibirlos, y hacer preguntas si hay algo que no entiende.	Asistir a las citas, y llegar a tiempo.
Llamarnos cuando necesito servicios urgentes o de emergencia.	Ayudarnos a asignarle un proveedor de servicios de la salud mental.
Llamar a la clínica cuando va a llegar tarde, o si no puede llegar a su cita.	Avisar a la clínica o a su trabajador de Servicios Humanos si tiene otro seguro medico, o si cambia su dirección o numero de teléfono.
Hablar con su proveedor de servicios de la salud mental acerca de sus problemas de la salud mental.	Llevar su Tarjeta de Identificación de DMAP cuando necesite servicios.
Obtener autorización antes de ir con un especialista.	Llamar a la clínica sobre cualquier servicio que necesita cuando se encuentra fuera de la región.

LISTA DE REUNIONES**CONSUMIDORES, DEFENSORES, PARIENTES Y
PROVEEDORES SON BIENVENIDOS**

	REUNIÓN	HORARIO	LOCALIDAD
JEFFERSON BEHAVIORAL HEALTH	Mesa Directiva	4º lunes de cada mes de la 1 a las 3 p.m.	Casa Hamilton -Edificio Anexo 900 SE 8 th Street Grants Pass, OR 97526 (541) 955-9565
	Consejo Directivo Regional para la Defensa de Niños en la Salud Mental	1º viernes de cada mes de las 12 a las 3 p.m.	
	Comité de Funcionamiento	4º lunes de cada mes de las 10 a las 12 del medio día	
	Comité de la Gestión de Calidad	3 ^{er} lunes de cada mes de las 12 a las 3 p.m.	
CONDADO COOS	Consumer Advocates for Optimal Services (CAOS)	Every Tuesday from 12 to 1 p.m. Lunch is provided.	Coos County Mental Health 1975 McPherson Ave., Rm. 306
CONDADO CURRY	Defensores de los Consumidores para Servicios Óptimos (CAOS)	Cada martes de las 3:30 a las 4:30 p.m.	Edificio Anexo del Condado - Cuarto "Blue" 94235 Moore Street Gold Beach, OR 97444
CONDADO DOUGLAS			Llame al (541)440-3532 para mayor información.
CONDADO JACKSON	Comité para la Coordinación de Servicios a Niños	1 ^{er} viernes del mes de las 8:30 a las 10:30am	Community Works 900 E. Main Street
	Grupo de Apoyo para Familias		Llame al (541) 774-8201 para mayor información.
	Comité del Consejo Directivo para la Salud Mental	3 ^{er} lunes de cada mes de las 4 a las 5:30 p.m.	Llame al (541) 774-8201 para preguntar por la localidad.
	Proyecto para la Prevención del Suicidio en los Jóvenes	2 ^{do} martes de cada mes de las 3 a las 4:30 p.m.	Jackson County Mental Health 1005 E. Main Street, Edificio C/D
CONDADO JOSEPHINE	Consulta Comunitaria para la Salud Mental Infantil	Cada jueves de las 3 a las 5 p.m.	Options for Southern Oregon 1131 Ramsey Avenue
CONDADO KLAMATH	Consejo Directivo para la Salud Mental	3 ^{er} martes de cada mes de las 12 a la 1:30 p.m.	Tribunal del Condado Klamath 316 South Main Street

Jefferson Behavioral Health
900 SE 8th St, Suite 100
Grants Pass, OR 97526