



Assistenza gratuita e riservata quando ne hai bisogno

Medicare Mental Health offre servizi gratuiti di salute e benessere mentale a chiunque in Australia.

Medicare Mental Health può aiutarti a trovare le forme di assistenza a sostegno dei tuoi bisogni e obiettivi. Sia che lo facciamo tramite il nostro sito web, al telefono o in regime di telemedicina ('telehealth' in inglese), siamo qui per offrire consigli e orientamento.

Se stai cercando assistenza nel campo della salute mentale per te o per qualcuno che ti sta a cuore – Medicare Mental Health è un buon punto da cui iniziare.

Non ti serve un appuntamento o un'impegnativa (un 'referral' per intenderci) per avvalerti di uno dei nostri servizi.

Medicare Mental Health offre:

Medicare Mental Health | medicarementalhealth.gov.au

Il sito web di Medicare Mental Health raggruppa informazioni, servizi e risorse affidabili intese ad aiutarti a trovare la giusta assistenza.

Avvaliti di assistenza consona ai tuoi bisogni, sia che si tratti di un servizio di Medicare Mental Health o di un altro servizio che offre assistenza nel campo della salute mentale gratuita o a basso costo.

Medicare Mental Health | 1800 595 212

Chiunque in Australia può chiamare Medicare Mental Health al numero [1800 595 212](tel:1800595212) tra le 8:30 e le 17:00 nei giorni feriali (tranne nei giorni festivi) per assistenza gratuita nel campo della salute e del benessere mentale.

Parlerai con un professionista dotato della giusta preparazione che può aiutarti ad avvalerti di servizi locali di salute mentale e forme di supporto che fanno al caso tuo.

Medicare Mental Health Centres

I Medicare Mental Health Centres, sono centri del Medicare accoglienti e senza pregiudizi dove puoi avvalerti di informazioni gratuite, servizi e forme di supporto nel campo della salute mentale.

Offrono supporto immediato a persone che ne hanno bisogno, compresi i loro familiari e assistenti domiciliari.

I Medicare Mental Health Centres sono aperti anche fuori dell'orario di ambulatorio e non serve un appuntamento o un'impegnativa.

Medicare Mental Health Kids Hubs

I Medicare Mental Health Kids Hubs sono dei centri accoglienti dove minori di età compresa tra 0 e 12 anni, loro familiari, assistenti domiciliari e parenti, possono avvalersi di forme di supporto e servizi gratuiti nel campo della salute e del benessere mentale. Non serve una diagnosi né un'impegnativa (un 'referral', per intenderci).

I Medicare Mental Health Kids Hubs offrono accesso a tutta una serie di operatori e servizi sanitari, tra cui pediatri, psichiatri, psicologi, assistenti sociali, professionisti sanitari affini nonché servizi di coordinamento delle cure, di valutazione del paziente e terapie.

Il governo australiano si sta adoperando con tutte le amministrazioni degli stati e dei territori dell'Australia per creare 17 Kids Hubs in tutto il paese entro la metà del 2026.

Medicare Mental Health Check In | mentalhealthcheckin.gov.au/other-languages

Medicare Mental Health Check In offre supporto on-line gratuito tramite strumenti basati sull'evidenza per contribuire all'acquisizione di competenze pratiche atte ad affrontare le sfide della vita, come gestire le preoccupazioni, favorire il sonno o sollevare il morale. Il servizio è disponibile a persone di età pari o superiore a 16 anni che vivono in Australia. Non serve una impegnativa né una diagnosi.

Puoi esaminare i vari strumenti on-line quando trovi un momento per farlo oppure farti guidare lungo i vari strumenti con l'assistenza di un operatore sanitario esperto nel campo della salute mentale in regime di telemedicina.

Maggiori informazioni

Per saperne di più su Medicare Mental Health e per trovare forme di supporto consone ai tuoi bisogni:

- visita il sito medicarementalhealth.gov.au
- per maggiori informazioni in italiano, visita mentalhealthcheckin.gov.au/other-languages
- chiama Medicare Mental Health al numero [1800 595 212](tel:1800595212), dalle 8:30 alle 17:00 nei giorni feriali
- se ti serve supporto in italiano, contattaci tramite il Servizio traduzioni e interpreti (TIS National) al numero 131 450
- recati al più vicino Medicare Mental Health Centre
- trova il più vicino 'kids service', cioè un servizio per minori.

In una situazione d'emergenza, chiama sempre lo zero-zero-zero (000) o recati direttamente al più vicino reparto di pronto soccorso.

