

# **Accesso ai Centri locali per la salute e il benessere mentale del Victoria**

Italian | Italiano

Questa risorsa fornisce informazioni riguardanti i Centri locali per la salute e il benessere mentale (Mental Health and Wellbeing Locals - MHWLs). L'opuscolo spiega come questi centri possono supportare le persone autistiche che stanno affrontando problemi di salute mentale e offre inoltre informazioni su come contattare uno dei Centri locali per la salute e il benessere mentale.

## **Cos'è un Centro locale per la salute e il benessere mentale?**

I Centri locali per la salute e il benessere mentale offrono servizi rivolti agli adulti di età pari o superiore a 26 anni. Possono fornire supporto per la salute e il benessere mentale su misura per le esigenze individuali. I centri sono anche in grado di fornire terapie e assistenza in caso di problemi di salute mentale e/o con l'uso di sostanze, e sono operativi in diverse località del Victoria.

Questo servizio è disponibile anche alle famiglie, ai caregiver e agli amici che forniscono supporto a qualcuno con problemi di salute mentale. I Centri locali per la salute e il benessere mentale possono offrirti supporto nel tuo ruolo di caregiver o nel sostenere le tue esigenze di salute mentale.

I Centri locali per la salute e il benessere mentale sono stati creati con e per le comunità locali che assistono. Possono aiutarti a connetterti con servizi di supporto presenti nella tua zona. I servizi erogati dai centri sono progettati per essere facilmente accessibili: puoi accedervi telefonicamente, recandoti presso uno dei centri senza necessità di un appuntamento, oppure organizzando una visita al tuo domicilio.

## Che tipo di supporto forniscono i Centri locali per la salute e il benessere mentale?

Quando accedi a un Centro locale per la salute e il benessere mentale, il personale effettuerà una valutazione iniziale delle tue esigenze, e procederà poi con la creazione di un piano di assistenza insieme a te. Il personale sarà guidato da te durante questo processo.

I Centri locali per la salute e il benessere mentale possono fornire una gamma di servizi a breve, medio e lungo termine (fino a 12 mesi di durata), tra cui:

- **supporto individuale** con l'assistenza di un professionista della salute mentale;
- **assistenza nello sviluppo di capacità di vita pratiche**, ad esempio, mettendoti in contatto con gruppi o attività all'interno della tua comunità. Questo potrebbe includere assistenza nell'accedere ad altri servizi comunitari e sociali a secondo delle tue necessità (ad esempio, servizi finanziari, occupazionali e/o abitativi);
- **gruppi educativi, di auto-aiuto e sostegno tra pari** che creano opportunità di apprendimento, condivisione di esperienze e connessione sociale.

I Centri locali per la salute e il benessere mentale possono anche coordinare le tue cure mediche e collaborare con i medici di base, terapisti privati, servizi specialistici e altri professionisti sanitari che potrebbero fornirti supporto.

**È importante notare che i centri non forniscono servizi di valutazione e diagnosi dell'autismo, e che non offrono servizi di supporto in situazioni di crisi.**

Se ricevi supporto sovvenzionato dall'NDIS, i Centri locali per la salute e il benessere mentale non possono fornirti lo stesso tipo di supporto.

I centri possono però supportarti con servizi diversi da quelli previsti dal tuo piano NDIS.

## Modalità con cui i Centri locali per la salute e il benessere mentale possono aiutare la comunità autistica

- Valutazione delle tue esigenze di salute mentale in collaborazione con te per identificare i prossimi passi.
- Creazione di un collegamento tra persone autistiche e/o i loro genitori/tutori a gruppi di sostegno tra pari.
- Se sei un genitore/tutore, un familiare o un amico, i Centri locali per la salute e il benessere mentale possono fornirti supporto.
- Possibilità di parlare con un operatore che ha vissuto esperienze di problemi di salute mentale.
- Assistenza con altri servizi di salute mentale, incluse impegnative a specialisti.
- Aiuto nel trovare gruppi di comunità locali e attività sociali a cui partecipare.

- Supporto nella difesa dei tuoi diritti in caso di ostacoli all'accesso ad altri servizi di supporto.
- Assistenza nelle attività di vita indipendente, come la prenotazione di appuntamenti, la definizione di un budget, la guida e lo shopping.
- Assistenza nel navigare il sistema NDIS e altri servizi governativi.
- Fornitura di un accesso gratuito a Internet e a un computer laddove necessario.
- Accesso a stanze private quando hai bisogno di un luogo privato per poter regolare le tue emozioni.
- Possibilità di venire a prendere un tè o un caffè e prendere dimestichezza con i nostri spazi.

Il supporto e i servizi forniti dai diversi Centri locali per la salute e il benessere mentale possono variare. Contatta il Centro locale per la salute e il benessere mentale più vicino a te per ulteriori informazioni sui servizi che può offrirti.



## Come si accede a un Centro locale per la salute e il benessere mentale?

### Requisiti di idoneità:

#### ✓ Requisiti necessari

- Avere compiuto 26 anni.
- In alcuni casi, essere residente nell'area locale. Questo ci permette di assicurarci che tu riceva servizi di supporto disponibili nell'area in cui vivi.

#### ✗ Requisiti non necessari

- Impegnativa da parte del medico.
- Tessera Medicare.
- Pagamenti per accedere ai servizi. I servizi erogati dai Centri locali per la salute e il benessere mentale sono gratuiti.

Per scoprire dove si trovano i Centri locali per la salute e il benessere mentale, [clicca qui](#). Questo elenco verrà aggiornato in seguito all'apertura di nuovi Centri locali per la salute e il benessere mentale. Identifica qual è il Centro locale per la salute e il benessere mentale più vicino a te. Una volta che avrai trovato il tuo centro, potrai contattarlo in uno dei seguenti modi:

- per telefono;
- visitando il centro di persona (non è necessario alcun appuntamento);
- in alcuni casi, il personale del centro può venire a casa tua, in questo caso sarà necessario prendere un appuntamento. Contatta il tuo Centro locale per la salute e il benessere mentale telefonicamente oppure visitalo di persona per poterne discutere

Consulta l'elenco qui sopra per scoprire i numeri di telefono e gli indirizzi dei Centri locali per la salute e il benessere mentale. Ogni centro osserva orari di apertura diversi. Visita il sito web del tuo centro di riferimento per ottenere ulteriori informazioni. Un elenco dei siti web di ciascun centro è disponibile [qui](#).

I caregiver, i membri della famiglia e gli amici possono contattare uno dei centri per conto di qualcun altro. In questi casi, assicurati di aver ricevuto il consenso della persona interessata per poterlo fare.

## Se hai bisogno di assistenza, contatta Autism Connect:

I consulenti di Autism Connect possono fornirti consigli e informazioni generali per aiutarti a prepararti in vista di una visita a un Centro locale per la salute e il benessere mentale.

**Telefono:** 1300 308 699

**E-mail:** [info@autismconnect.org.au](mailto:info@autismconnect.org.au)

**Sito web e webchat:**

[www.amaze.org.au/autismconnect/](http://www.amaze.org.au/autismconnect/)