Australian Government

Ħajtek milquta minn mard mentali?

Trid li jkun hemm xi ħadd f'ħajtek li jista' jissapportjak biex:

- ittejjeb jew biex ir-relazzjonijiet tiegħek mal-familja u mal-ħbieb jerġgħu lura għan-normal;
- issir involut f'attivitajiet jew gruppi soċjali jew komunitarji;
- tkampa aħjar max-xogħol ta' kuljum bħal tmur postijiet differenti permezz tat-trasport pubbliku, faċendi fid-dar u tagħmel baġit;
- taċċessja servizzi komunitarji bħal sapport tas-saħħa,tad-djar jew tal-familja;
- ittejjeb jew tiżviluppa kapaċitajiet u kunfidenza personali;
- tissettja u tilħaq objettivi biex ittejjeb ħajtek.

Il-Persuni li Joffru Għajnuna Personali u Konsulenti Personali ta' Fiduċja (Personal Helpers and Mentors) (PHaMS) jiffokaw fuq l-irkuprar – aħna nemmnu li l-persuni jistgħu jerġgħu jqumu fuq saqajhom minn mard mentali u jgħixu ħajja sodisfaċenti u li tagħti sodisfazzjon. Jekk int tissieħeb ma' PHaMs, int ser taħdem mal-Persuna li toffri Għajnuna Personali u Konsulent tiegħek stess Personali ta' Fiduċja   li jissapportjak fil-vjaġġ tiegħek personali biex terġa' tqum fuq saqajk.

Il-Persuni li Joffru Għajnuna Personali u Konsulenti Personali ta' Fiduċja   jifhmu l-problemi dwar mard mentali (xi wħud minnhom stess esperjenzaw mard mentali). Huma ser:

- japprezzawk bħala persuna unika;
- jifhmuk u jistmawk bir-rispett u d-dinjità;
- iqattgħu l-ħin biex isiru jafuk u jifhmu l-bżonnijiet individwali tiegħek;
- ikellmuk dwar il-preferenzi u l-għażliet tiegħek;
- jgħinuk taħdem fejn tixtieq tasal;
- jużaw il-konoxxenza tagħhom tas-servizzi u l-opportunitajiet lokali biex jissapportjawk biex tilħaq l-objettivi tiegħek.

Int tista' tiltaqa' mal-Persuni li Joffru Għajnuna Personali u Konsulenti Personali tiegħek ta' Fiduċja   f'post fejn intom it-tnejn tħossukom komdi u siguri u ser taħdmu biex tilħqu l-objettivi tiegħek mingħajr għaġġla.

Jien eliġibbli?

Jekk għandek 16-il sena jew aktar int għandek mnejn tkun eliġibbli għall-Persuni li Joffru Għajnuna Personali u Konsulenti Personali ta' Fiduċja. Int m'għandekx bżonn tkun iddijanjostikat formalment b'marda mentali biex tissieħeb mal-PHaMs. Int ser tiġi mistoqsi xi mistoqsijiet dwar kif ħajtek hi milquta minn mard mentali biex naħdmu jekk intx eliġibbli.

X'għandi nagħmel biex nissieħeb?

Kulma trid tagħmel hu sempliċiment tikkuntattja lill-provveditur tiegħek lokali tas-servizz tal-Persuni li Joffru Għajnuna Personali u Konsulenti Personali ta' Fiduċja. Jekk trid int tista' ġġieb miegħek membru tal-familja, kerer jew ħabib.

Fejn hu l-eqreb provveditur tiegħi tas-servizz tal-Persuni li Joffru Għajnuna Personali u Konsulenti Personali ta' Fiduċja?

Personal Helpers & Mentors

www.fahcsia.gov.au

FaHCSIA10661.1001