Kelmtejn Mill-Caritas
Malta Epilepsy Association
Nru. 44 | Ottubru 2011

Kontenut……..

1. Kelmtejn mill-President
2. Artiklu fuq Strategiji Ghat-Taghlim
3. Laqghat li jmiss
4. Il-Kungress li sar Ruma
5. Dikjarazzjoni Ewropea dwar l-epilessija

Messagg mill-President

Is-Sajf gie u telaq u ergajna bdejna nirrankaw ghal sena ohra. Is-sena taghna ma tibdiex f'Jannar izda wara l-waqfa tas-sajf, nergghu niehdu spinta biex inkomplu fil-hidma taghna fi hdan il-CMEA.

Diga bdew il-preparamenti ghall-Konferenza Nazzjonali li ssir kull sentejn. Din id-darba ser tkun fil-25 ta'Frar 2012. Is-suggett ser jiffoka fuq l-istigma f'kull aspett tal-hajja ta' min ibghati bl-epilessija b'enfasi fuq ix-xoghol. Iktar il-quddiem nergghu infakkrukom biex min ikun interessat jibbukkja ghall din il-gurnata hekk importanti fil-kalendarju taghna. Min-naha tieghi nixtieq li naraw aktar attendenza minn naha taghkom kemm waqt attivitajiet bhal dawn kif ukoll ghall-laqghat li jsiru ghalikom il-membri.

Artiklu mir-rivista *Epilepsy Matters* Vol 3 No. 1

Strategiji Ghat-Taghlim

Memorja

Fit-taghlim, l-ikbar diffikulta komuni ghal dawk li ghandhom nies bl-epilessija huma l-problemi bil-memorja. Issa jekk dawn il-problemi humiex ikkawzati bl-accessjonijiet jew minhabba li l-mohh jibda jahdem iktar bil-mod minhabba l-medicini, il-problemi bil-memorja jistghu jaghmlu t-taghlim frustranti hafna ghal min ghandu din il-kundizzjoni. Huwa krucjali li l-ghalliema u l-genituri jifmhu dawn id-diffikultajiet biex it-taghlim kollu jkun effettiv.

Strategiji biex jghinu l-memorja:

- Jintuza materjal viziv specjalment jekk l-accessjonijiet jibdew mit-*temporal lobe* tax-xellug.
- Jintuzaw kuluri differenti biex jikkategorizzaw in-noti
- Assocjazzjoni ta' kliem ma stampi jew irwejjah
- Repetizzjoni verbali
- Kanzunetti jew Rimi
- Partecipazzjoni attiva bil-materjal li qed jigi mghallem (ez jsiru mistoqsijiet, jinghataw ezempji ecc)
- Jitghallmu kif jibqghu kalmi meta l-memorja tibblenkja.Meta zzomm kalm, l-inform-azzjoni iktar hemm cans li tigi lura.

Victoria Dimech u Janet Mifsud waqt il-Konferenza Internazzjonali tal-Epilessia li saret Ruma f'Awwissu

Generalment, niftakru l-affarijiet aktar facilment meta jkunu organizzati sew u separati fi gruppi jew kategoriji logici. Fi kliem iehor huwa iktar facli li tiftakar lista ta' kliem meta tkun maqsuma per ezempju, fi frott, annimali, hxejjex, hwejjeg, kuluri ecc.

Biex tiftakar attivitajiet ta' kuljum jew appuntamenti, ghodod semplici bhal djarji, noti zghar, kalendarji jew *gadgets* elettronici jghinu hafna.

Organizzazzjoni u Ppjanar

F'Individwi li ghandhom epilessija *frontal lobe* u kultant epilessija generalizzata, ippjanar u organizzazzjoni jistghu joholqu problemi. Ftit strategiji jistghu jghinu dawn l-abiltajiet bhal:

- Zomm rutina
- Uza affarijiet li jghinuk tiftakar bhal djarji, *alarms* biex ifakkruk biex torganizza l-gurnata
- Uza skedi jew *time-tables* biex tqassam il-gurnata

Attenzjoni

F'kull tip ta' epilessija, l-attenzzjoni u l-koncentrament jistghu ikunu *challenge*. Sew jekk minhabba l-accessjonijiet, jew minhabba l-medicini, nuqqas ta' attenzjoni johloq barriera ghat-taghlim.

Xi srategiji biex jghinu l-attenzjoni:

- Nehhi kull distrazzjoni possibli mill-ambjent tat-taghlim per ezempju, tpoggix lill-istudent hdejn il-bieb jew tieqa, xi arlogg jew wara nett fi klassi
- Uza materjal li joghgob lill-istudent
- Inkoragixxi lill-istudent b'sistema ta' *reinforce-ments* u premji

L-Istress

Tekniki partikolari jistghu jghinu studenti ta' kull eta'. Nistghu innaqqsu l-effetti tal-istress fuq l-accessjonijiet billi naghtu lill-individwi metodi ta' rilassament permezz ta' ezercizzju jew muzika. Irridu nenfasizzaw l-importanza tal-irqad regolat u bizzejjed, ikel tajjeb u mhux eccessiv u attitudni pozittiva. Dawn jghinu hafna fl-attitudni tal-istudenti waqt *testijiet* u ezamijiet u l-anzjeta' tonqos u allura b'mod logiku dan ikollu impatt posittiv fuq l-edukazzjoni tal-individwu.

Edukaturi u genituri jridu jirrealizzaw kemm l-epilessija tista' taffettwa t-taghlim u l-funzjoni konjitiva. Bis-sapport taghhom, flessibilita' u kreattivita', nies bl-epilessija jistghu jirnexxu akkademikament. L-epilessija tista' tohloq problemi imma dawn jistghu jigu meghluba.

Id-29 Kungress fuq L-Epilessija li sar Ruma

Kif konna diga' habbarna, zewg delegati mill-kumitat taghna attendew dan il-kungress hekk importanti. Kien kungress imqassam fuq 5 granet u nistghu nghidu li kien ippakkjat b'laqghat, *seminars, workshops* u prezentazzjonijiet. Minjiera ta' taghlim u informazzjoni mid-dinja kollha b'ghan wiehed; li jizdied l-gharfien ta' xhini din il-kundizzjoni, ir-ricerki li qed isiru ghall kura ottimali, u taghlim iehor fuq il-psikologija wara kundizzjoni bhal din u kif kulhadd jista' jaghti sehem fit-titjib tal-kwalita' ta' hajja ta' min ibati minnha. B'attendenza ta 'l fuq minn 4,000 ruh, dan il-kungress ghall-darb'ohra kien success u mbottatura ohra pozittiva f'dan il-qasam. Bi pjacir nghidu li wahda minn newrologi Maltin kienet ukoll prezenti ghal dan il-kungress.

Dikjarazzjoni Ewropea Fuq L-Epilessija

Inizzjattiva li l-International Bureau of Epilepsy flimkien mal-International League Against Epilepsy hadu flimkien, kienet li jressqu dikjarazzjoni fil-parlament Ewropew biex il-Kummissjoni tas-Sahha:

- Tinkoragixxi aktar ricerka fuq il-prevenzjoni, dijan-josi bikrija u trattamenti ghall-epilessija
- Tqis bhal prijorita' din il-kundizzjoni u tqis li din tohloq piz kbir fl-Ewropa kollha
- Tiehu inizzjattivi biex l-istati membri jizguraw l-istess kwalita' ta' hajja fl-edukazzjoni,impiegi, tras-port u sahha ghall nies li jbatu bl-epilessija
- Tinkoragixxi assessjar effettiv fuq l-impatt fuq is-sahha f'kull *policy* sew lokali kif ukoll f'dawk tal-UE
- L-Istati membri jkunu marbutin li jintroducu legizlazzjonijiet li jippro-tegu id-drittijiet ta' kull min ghandu l-epilessija

B'sodisfazzjon immens nhabbru li din id-dikjarazzjoni issa ghaddiet ghax maggoranza ta' membri parlamentari iffirmaw favuriha. Ta min jghid li l-assocjazzjoni taghna hadmet bis-shih mal-membri parlamentari Maltin biex huma wkoll jiffirmaw. Malta kienet wahda mill-pajjizi li l-membri kollha taghha iffirmaw u heggew lill-ohrajn biex jappoggaw inizzjattiva hekk importanti. Din hija vittorja kbira u min-naha taghna ghandna sodisfazzjoni kbir li tajna l-kontribut li stajna f'din il-hidma.

Pagna fuq Facebook Ghandna l-pjacir inhabbru li issa ghandna il-facebook page ukoll. Ghal dawk li jixtiequ jidhlu fiha tistghu tidhlu billi tmorru fuq **Caritas Malta Epilepsy**

http://www.facebook.com/home.php#!/pages/Caritas-malta-Epilepsy/159255910806122.

Fiha ssibu l-ahhar avvisi li ma nkunux poggejna fin-*newsletter*.

Laqghat li jmiss:

11 ta' Novembru 2011

14 ta' Jannar 2012

Il-presentazzjoni tat-**Teachers Pack** lill-Ministru Dolores Cristina min Mons. Victor Grech, Direttur ta' Caritas Malta

Zommu kuntatt maghna....

Tel: 27436442, 23402845, 21233933

Email: zenit@onvol.net jew janet.mifsud@um.edu.mt

Indirizz: 5, Triq l-Iljun, Floriana, Malta

Kull informazzjoni tinzamm kunfidenzjali.