Kelmtejn Mill-Caritas
Malta Epilepsy Association

Nru. 46 Gunju 2011

Kontenut……..

1. Kelmtejn Mill-President
2. It-Tieni parti minn artiklu "Epilessija" li ghandu x'jaqsam ma dak li sar fil-Konferenza
3. Kliem L-gharef
4. Esperjenza posittiva
5. Zommu kuntatt
6. Avviz

Kelmtejn mill-President

Bl-ghajnuna l'Alla regghet ghaddiet sena ohra! Iz-zmien jghaddi u ma jistenna l-hadd. Nhossni kuntent hafna b'dak li sar din is-sena u bl-inpenji li diga ghandna f'mohhna ghax-xhur li gejjin. Qabel il-waqfa qasira tas-sajf, ser jerga' jsir l-'inservice course' ghall-ghalliema li ghalih din is-sena ghandna numru sabih hafna.

Impenn iehor li nixtiequ niehdu aktar tard huwa l-kuntatt mal-korporazzjoni tal-ETC biex naraw kif din l-entita' tista' tkun aktar effettiva meta tibghat lil nies li ghandhom l-epilessija ghax-xoghol. Ahna lesti nitkellmu ma' min hu responsabbli biex il-problemi li jinqalaw nippruvaw nsolvuhom permezz ta' djalogu u aktar taghrif lil min ghandu bzonnu.

Insomma minn naha taghna naspiraw li nistghu nkuna ta' aktar ghajnuna fejn hemm bzonn.

Artiklu minn 'Epilessija' (Sec. Ed.) Miktub minn Brian Chappelle u Prof. Pamela Crawford.

(It-Tieni Parti)

__Mistoqsijiet li jista' jkollok__

Jekk nuri li ghandi l-ghandi l-epilessija fuq kwestinarju (ez. Immarka f'kaxxa) kemm aktar irrid nuri fl-ittra tal-applikazzjoni?

Huwa mportanti li tehmez ittra mal-applikazzjoni, ghanda tkopri ir-ragunijiet ghala-epilessija mhix se tkun problema fuq ix-xoghol. Ghandek tikkoncentra fuq affarijiet li jsiru meta l-accessjonijiet tieghek ikunu prevedibbli

- kkontrollat bil medicini.
- Jekk ikollok 'aura' qabel accessjoni.
- Jekk hemmx xi tip ta' pattern ez. Li jtik biss bil-lejljew-l-ewwel siegha warali tqum.
- Hemmx xi fatturi li jiprofokaw accessjoni ez. Screens (photosensitive).

Dawn l-affarijiet jaghtu ndikazjoni ta' metajista' jkollok accessjoni u jtuk cans jew li tpoggi jew timtedd jew ahjar li ma jkollokx accessjonijiet fuq ix-xoghol.

L-ittra tieghek trid tkun __positiva__ li tibni fuq il-kapacitajiet tieghek u ghaliex l-epilessija mghandiex tkun problema.

Waqt interviews kultant jistaqsu fuq is-sahha. Kif Ghandi nirrispondi?
Nhossu li ghandek tghid fuq l-epilessija tieghek. Kif iddiskutejna fil-mistoqsija ta'qabel, spjega ghaliex din mhux se tkun problema fl-impieg li tkun qed tapplika ghalih. Importanti tikkonsidra l-aspetti tal-epilessija tieghek li diga semmejnija.

F'interview jistghu jghiduli li ma jistghux jimpjegawni ghaliex ma jkollhomx nies medici fuq il-post?
Certament Le! Din mhix reguni gustifikata. Ghall-ewwel ghajnuna mghandekx bzonn xi hadd mediku. Anzi fiehem x'hemm bzonn f'kaz ta' accessjoni fuq ix-xoghol.

Kliem l-Gharef:

Apprezza kull haga li ghandek specjalment il-hbieb ghax il-hajja wisq qasira u l-vera hbieb huma ftit.

Avviz:

Laqgha li jmiss:

6 ta' Lulju 2012

Jien nirrealizza li ghandi nghid lil dak li se jhaddimni. Kif naqbad nibda? Lil min l-ahjar li nirrakontja?

Kumpaniji differenti ghandhom 'policies' differenti, hafna drabi jiddependu fuq il-kobor tal-kumpanija. L'ahjar l-ewwl kuntatt ghandu jkun ma dak li se jkun fuqek. F'kumpaniji kbar hemm nies b'esperjenza apposta bhal dawk fuq ir-rizorsi umani. Kultant ikollhom xi leaflet fuq il-kumpanija u ghalhekk ikollok indikat lil min tkellem. Xi drabi tista tkellem xi kollega li tkun tafu u forsi jindikalek hu x'tista taghmel. Tibda min fejn tibda mportanti li xi hadd li jkun mieghek regolament ghandu jkun jaf bl-epilessija tieghek. Lil min taghzel li tghid ghandu jkun jaf xghandu jaghmel f'kaz li ttik xi accessjoni jew lil min jghajjat ghal ghajnuna.

Ezattament x'ghandi nghidlu lil min ihaddimni?

Fuq l-epilessija generali jiddependi x'jafu diga, jista jkun li jkunu jafu hafna, ibda billi tghid dak li hu baziku. Fuq l-epilessija tieghek personali tajjeb li ssemmi:

- Kif kunu l-accessjonijiet tieghek
- Jekk ikollox xi tip ta "aura" qabel
- Kemm idumu normalment.
- Kemm jew jekk ikollokx bzonn xi hin wara ta'mistrieh
- X'ghandhom jaghmlu bhala l-ewwel ghajnuna
- Kemm ikollok accessjonijiet fix-xahar / fil-gimgha.
- Hemm xi tip ta' pattern jew xi fatturi li jistghu jipprofokaw accessjoni.
- X'tixtieq li jghamlu f'kaz ta' emergenza

Wara hafna 'interviews' xorta ghadni bla xoghol. Tghid dan minhabba l-epilessija?

L-Epilessija tista' tkun il-kagun, biss ma tridtx t'assumi dan awtomatikament. Illum is-suq tax-xoghol huwa kompetitiv hafna u allura li jkollok kwalifiki tajbin hafna u kif tiprogetta ruhek huwa importanti. Jista' jaghti l-kaz li fuq is-CV tieghek mintix qed tirrifletti sew dak li tassew int. Anki meta tmur ghall interview trid turi dak li kapaci taghmel u mhux tghewden fuq l-epilessija tieghek. Trid tkun taf ukoll kif l-ahjar titkellem fuq l-epilessija u turi kontroll assolut ta' kif taffetwak din il-kundiz zjoni u li titkellem b'per swazjoni huwa mportanti ghax turi li int tajjeb ghal dak ix-xoghol partikolari.

Dawn kienu ftit mill-hafna mistoqsijiet li wiehed jista' jkollu. Xi haga mportanti hafna hi li meta xi hadd jipprezenta ruhu ghal xi xoghol ma jiehux l-attitudni ta' vittma u jsemmi l-kundizzjoni tieghu (hi xhinhi) daqs li kieku din hi l-iktar

Haga mportanti f'hajtu ghax dan il-fatt mill-ewwel jitfa' perspettiva negattiva. Anzi din ghandha tissemma biss bhala stat ta'fatt li minkejja kollox ma tkunx ser izzommok milli tghix u tahdem bl-iktar mod naturali u effettiv.

ESPERJENZA POSITIVA

L-istorja ta' Hanna (Mill-Germanja)

Kif tghallmet tifhem il-kundizzjoni taghha? Studenta tal-ligi Hanna, kellha l-epilessija kwazi hajjitha kollha, u dejjem staqsiet "ghaliex jien" hi u tikber. Meta ppruvat bla success twaqqaf il medicini, biddlet l-atitudni taghha.

"Hekk kif ghaddew is-snin tghallimt li l-epilessija tpoggili certi restrizzjonijiet u regoli li rrid naccetta u nirrispetta, bhall li norqod b'mod regolari. Jekk ma mmurx norqod qabel nofs il-lejl, nircievi 'l-kont' l-ghada ghax nibda nistordi u nhossni bla sahha. Kollox jibda jidher stramb madwari u ma nkunx nista' nahseb b'mod car.

Naf ukoll li rrid niehu hsieb tieghi nnifsi f'mumenti ta' stress, li huma spissi, u hemm bzonn li niehu l-medicini, imma dawn li nhossom "umilazjonijiet" u li l-epilessija titlob minni, fil fatt jghinuni nghix aktar hielsa. Nista' nispicca l-istudji tieghi, nilghab it-tennis ma missieri, nsuq u nzur pajjizi meraviljuzi.

Meta napprezza s-sbuhija talmument inhossni sodisfatta u kuntenta. F'mumenti bhal dawn niffoka iktar fuq il 'kif' u mhux 'ghaliex' u dan jghini nkun posittiva f'hafna mumenti f'hajti"

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.