



5, Lion Street, Floriana FRN1514 – T: +356 23402845, +356 25906600
F: +356 21320281-Email: maltaepilepsy@gmail.com



Membri Tal-Kumitat

Mr. Frank Portelli – *President*
Dr. Anna Micallef - *Vici President*
Ms. Claudine Aitken - *Segretarja*
Ms. Caroline Attard – *Teżoriera*
Ms. Robin Pinkston – *P.R.*
Mr. Matthew Attard - *Assistent P.R.*
Ms. Adriana Caruana Soler –
Facebook u Żagħżagħ
Mr. Manuel Camilleri – *Membru*
Prof. Janet Mifsud - *Konsulenta*

Disinn tan Newsletter - Kevin Attard

Laqgħa għall-Membri

Nhar il-Ġimgħa 11 ta' Jannar 2019
fis-6 ta' fl-ġħaxija ġewwa Caritas
Floriana.

Dettalji aktar il-quddiem.

Kull ma jingħad waqt il-laqqħat
jinżamm kunfidenzjali.

CMEA tibghat l-isbaħ xewqat
ħal Miled ħieni u sena gdida
mimlija hena, paċi u risq
lill-membri, familji u qraba kollha
tagħhom.

KELMTEJN MILL-PRESIDENT

Caritas Malta Epilepsy Association hija kburija b'dak li rnexxiela tikseb bil-ħidma tagħha matul dawn l-ahħar għoxrin sena. L-għaqda saret il-vuċi ta' nies li għandhom l-epilessija. Bħalissa qed infasslu pjan ta' azzjoni għal-dawn is-sentejn li ġejjin u dan sabiex nagħmlu l-hajja ta' dawn il-persuni ahjar. Sabiex inkunu nistgħu inwettqu dan qed naħsbu biex nifuraw żewġ ‘sub-committees’.

Xogħolijiet ippjanati:

- Noffru aktar għarfien u tagħlim lil-poplu Malti dwar din il-kundizzjoni
- Nagħmlu pressjoni akbar fuq id-dipartiment tas-saħħha sabiex jingiebu l-ahħar u l-aqwa medicini li jeżistu kif ukoll apparat għal din il-kundizzjoni
- Noffru support lin-nies li għandhom din il-kundizzjoni u l-familji tagħhom
- Fl-ahħarnett imma mhux l-inqas nippjanaw iżżejjed taħditiet ġewwa l-iskejjel, għax l-istudenti tal-llum sejkun l-ġenerazzjoni t'għadha. Jekk dawn ikunu edukati fuq din il-kundizzjoni l-istigma tkompli tonqos.

Bħalissa għandna żewġ progetti għaddejjin: wieħed Pektur tas-CRPD f'dan il-progett qed infasslu toolkit biex tkun ta' linji gwida għal-persuni li għandhom l-epilessija u l-familjari jew min qed jieħu ħsiebhom. Marbut ma dan il-progett għadna kif għamilna kors ‘online’ dwar l-epilessija kif ukoll għibna tutor mill-Ingilterra fejn kellna jumejn ta’ workshops ġewwa l-Cavalieri Hotel.

Dan il-kors immotivana ħafna u nisperaw li dak li għandna ppjanat inwettqu.

Għandna progett ieħor għaddej din id-darba tal-Unjoni Ewropeja dan jikkonsisti fi gwida bl-istampi għal-persuni li għandhom l-epilessija kif ukoll għandhom livell ta’ edukazzjoni baxxa. F'dan il-progett qed jieħdu sehem l-Iskozja, l-Olanda, l-Awstrija, il-Germanja kif ukoll Malta.

CMEA hija assoċjazzjoni volontarja u dak li nagħmlu nagħmlu b'sens ta’ impenn.



Il-Membri tal-Kumitat jixtiequ jifirħu lil
Adriana u Christ
li nagħqdu fis sagament taż-żwieġ
Nawgurawlhom futur ħieni



Kelmtejn

Mill-Caritas Malta Epilepsy Association - VO/1396



5, Lion Street, Floriana FRN1514 – T: +356 23402845, +356 25906600
F: +356 21320281-Email: maltaepilepsy@gmail.com



Caritas Malta ssellem lil Leonid McKay u tilqa' lil Anthony Gatt bħala d-Direttur il-ġdid.



Caritas Malta tħirringazzja mill-qalb lis-Sur Leonid McKay għall-ħidma fejjieda li wettaq tul dawn l-aħħar snin bħala d-direttur tagħha. Id-dedikazzjoni u l-impenn shiħi b'imħabba li wera favur il-fqir, l-emarginat u l-bniedem fil-bżonn, kienu ta' ispirazzjoni u hallew ħafna frott.

Caritas tieħu din l-opportunità biex issellem lil Leonid McKay u filwaqt li tawguralu fil-kariga ġdida tiegħu ta' Kap Eżekuttiv tal-Awtorità tad-Djar, tinsab certa li se jkompli jagħmel il-ġid b'risq is-soċjetà Maltija.

Fl-istess hin tilqa' bil-ferħ il-ħatra tas-Sur Anthony Gatt, psikologu, fl-irwol il-ġdid tiegħu ta' Direttur ta' Caritas Malta. Anthony Gatt, li mhux wiċċi ġdid għal Caritas, ilu għal dawn l-aħħar snin jikkoordina s-servizzi u programmi ta' riabilitazzjoni mid-droga. Caritas tinsab fiduċjuža li hu se jkompli jaħdem u jsahħah il-firxa ta' servizzi, jara li Caritas tibqa' l-vuċi ta' min qed ibati u li tkompli fil-ħidma tagħha favur il-ġid komuni.





Kelmtejn

Mill-Caritas Malta Epilepsy Association - VO/1396



5, Lion Street, Floriana FRN1514 – T: +356 23402845, +356 25906600
F: +356 21320281-Email: maltaepilepsy@gmail.com



Kors dwar l-Epilessija u l-Voluntiera

Membri tal-kumitat ta' CMEA attendew kors fuq jumejn immexxi mis-sur Dyfed Foulkes minn Epilepsy Action ta' l-Ingilterra. F'dan il-kors li sar ġewwa Cavalieri Art Hotel, is-sur Foulkes spjega kif wieħed għandu jagħti preżentazzjoni effettiva kif ukoll qasam magħna kif Caritas Malta Epilepsy Association għandha timxi u thares il-quddiem.

Qabel il-kors, il-membri tal-kumitat għamlu kors online dwar Epilessija mqassam fuq 12 il-taqsim fejn kellhom iwieġbu għall-diversi mistoqsijiet fuq kull taqsim.

Iż-żewġ korsijiet kienu intensivi, mqassma tajjeb u spjegati b'mod eċċellenti.

Ta' dan nirringrażżjaw lis-sur Dyfed Foulkes u l-Epilepsy Action UK, kif ukoll lis-CRPD li bl'għajjnuna tagħhom u permezz tal-proġett PEKTUR, dan il-kors kien possibli. Wara l-kors is-sur Dyfed Foulkes qassam čertifikati lil membri tal-kumitat.



Is-Sur Dyfed Foulkes minn Epilepsy Action UK ir-raba' mix-xellug ma membri tal-kumitat.

**KONT
TAF
LI**

1%
tal-popolazzjoni tad-dinja
ghandhom l-epilessija.
F'Malta huwa stmat li hawn
aktar minn 4000 persuna
li għandha l-epilessija.

**KONT
TAF
LI**

70%
tal-accēssjonijiet
kkontrollati permezz
tal-medicini



Kelmtejn

Mill-Caritas Malta Epilepsy Association - VO/1396



5, Lion Street, Floriana FRN1514 – T: +356 23402845, +356 25906600
F: +356 21320281-Email: maltaepilepsy@gmail.com



10 Things I Don't Do While Living With Epilepsy

By Tiffany Kairos

Published in: <https://themighty.com/>

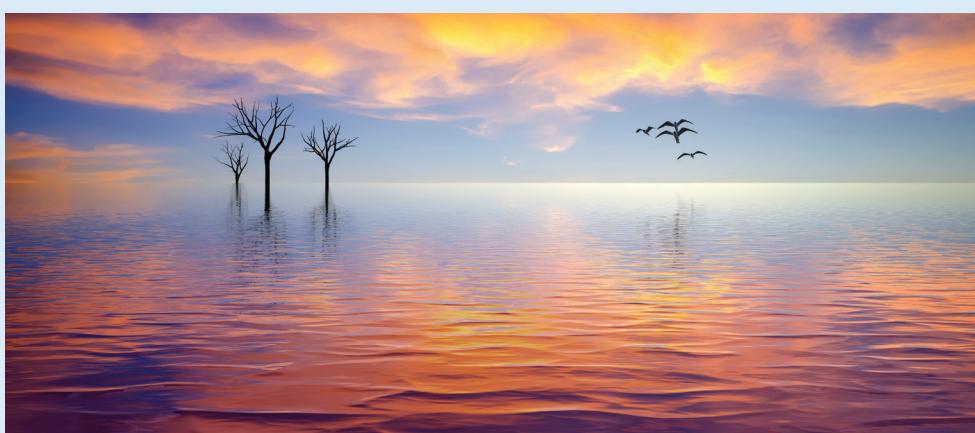
Out of the corner of my eye, I see the minutes pass by. I flip the calendar to a brand new month, watching the seasons change. Leaves fall and dance in the wind, followed by snowflakes slowly floating to the ground. Smiling with ambition, dreams and hopes as the gigantic ball slides down in Times Square to welcome in a brand new year at the stroke of midnight. Throughout all of this, 24 hours a day, seven days a week, combating seizures big and small.

Living with a chronic illness is a full-time job, while maintaining your other role(s) as well. Maybe you're a spouse, a student, an employee, a parent or a combination of any of these. We're sometimes given a mighty mountain of responsibility, having to navigate the understandable feelings of frustration, anger, sadness or even depression. What we do physically and emotionally can help our journey be a little less rocky and a lot easier. Also, what we don't do physically and emotionally can help us along our journey tremendously.

Below, I've listed 10 things I no longer do while living with epilepsy:

1. I don't blame myself for my epilepsy diagnosis.
2. I don't hide away from the outside world because of my epilepsy diagnosis.
3. I don't look at those without epilepsy with a heavy heart.
4. I don't stop living life to the fullest because of my epilepsy diagnosis.
5. I don't keep my epilepsy diagnosis a secret.
6. I don't allow negative self-talk to join me on my journey.
7. I don't neglect my physical and emotional health because of my epilepsy diagnosis.
8. I don't prevent myself from crying when in need of emotional release.
9. I don't neglect my responsibilities because of my epilepsy diagnosis.
10. I don't give up because I have been diagnosed with epilepsy.

Epilepsy is a condition that we didn't ask for and often weren't prepared for. As we live with it, let us make the journey less burdensome with the will to cast aside anything that does not positively guide us forward.



The best cure for the body is a quite mind.

~ Napoleon Bonaparte