ARANI U ISMAGĦNI

MALTA HEALTH NETWORK

Dan il-proġett ġie ffinanzjat permezz tal-iskema Small Initiatives Support amministrata mill-Kunsill Malti għas-Settur tal-Volontarjat f'isem il-Ministeru għall-Inkluzjoni u s-Settur tal-Volontarjat.
Din il-pubblikazzjoni/Dan il-proġett t/jirrifletti biss il-veduti u l-ħsibijiet tal-pubblikaturi/awturi, u l-Kunsill Malti għas-Settur tal-Volontarjat ma jistax jinżamm responsabbli għall-kontenut jew għall-użu li jista jsir minn dan l-istess kontenut.

Malta Council for the VOLUNTARY SECTOR

GOVERNMENT OF MALTA
MINISTRY FOR INCLUSION
AND THE VOLUNTARY SECTOR

Small Initiatives Support Scheme

Dan il-proġett huwa sponsorjat ukoll minn

Pfizer

ganado advocates

25 YEARS WITH YOU
brown's
Brown's Pharma Limited
Brown's Q3, Level 2, Unit 1, Quad Central, Triq L-Esportaturi, Central Business District, Mrieħel CBD 1020

Skenja l-QR code biex tara filmati mill-kampanja 'Arani u Ismagħni'.

Ġieli ħassejt li d-deċiżjonijiet dwar saħħtek ittieħdu mingħajr il-fehma tiegħek?

Li leħnek ma nstemax biżżejjed?

Issa huwa l-ħin li tiġi mismugħ.

Meta tingħata s-setgħa bħala pazjent – il-patient empowerment – ikollok kontroll ikbar fuq l-immaniġġjar tal-kundizzjoni tiegħek.

L-Organizzazzjoni Dinjija tas-Saħħa (il-WHO) tiddefinixxi s-Setgħa lill-Pazjent (patient empowerment) bħala "proċess li permezz tiegħu n-nies jiksbu kontroll akbar fuq deċiżjonijiet u azzjonijiet li jaffettwaw is-saħħa tagħhom" u għandhom jitqiesu kemm bħala proċess individwali u kif ukoll komunitarju.

L-għoti ta' setgħat lill-pazjenti jinkludi aspetti bħal edukazzjoni ikbar dwar is-saħħa, inkoraġġiment lilek biex tinvolvi ruħek aktar fl-ippjanar tat-trattament tiegħek, u appoġġ biex tiżviluppa ħiliet ta' self-management.

Leħnek jissaħħaħ meta tingħaqad f'għaqdiet tal-pazjenti.

Ftakar: int ikbar mill-kundizzjoni tas-saħħa tiegħek u tista' tingħata setgħa sa kemm tixtieq int.

Arani u ismagħni.

Aqra iċ-Charter on Patient Empowerment

L-Immaniġjar tal-kundizzjoni tiegħek stess ('self-management') hija definita bħala "dawk l-azzjonijiet imwettqa minn individwi, familji u komunitajiet bl-intenzjoni li jippromwovu, iżommu jew ireġġgħu lura s-saħħa tagħhom u jlaħħqu mal-mard u d-diżabbiltà bl-appoġġ jew mingħajru tal-professjonist tas-saħħa." (Kummissjoni Ewropea, 2015).

Jekk tbati minn kundizzjoni kronika jew fuq medda twila ta' żmien, li timmaniġġja l-kundizzjoni tiegħek stess – is-self-management – jista' jgħinek biex ikollok kwalità ta' ħajja aħjar.

Is-self-management jgħallmek ħiliet li jgħinuk tiffaċċja l-isfidi li jinqalgħu minn jum għal jum. Dan jgħinek biex ittejjeb saħħtek ... mhux biss dik fiżika imma anke dik mentali u emozzjonali.

Dan jinkludi li tkun taf tfittex u tagħraf is-sinjali u s-sintomi.

Li ssir taf iktar dwar il-kundizzjoni permezz ta' sorsi ta' min joqgħod fuqhom bl-għajnuna tal-professjonisti.

Kul dieta tajba u li żżomm ruħek attiv skont pariri professjonali.

Żomm logbook, li se jgħinek tkun aktar infurmat u ppreparat għal meta żżur il-professjonist tiegħek.

Imxi dejjem mal-iskeda tal-mediċini li ngħatat lilek mill-professjonisti li jikkurawk.

Ingħaqad ma' għaqdiet ta' pazjenti bl-istess kundizzjoni tiegħek, fejn tista' taqsam l-informazzjoni u l-esperjenza.

Il-benefiċċji tas-self-management tiegħek huma bosta.

Immaniġġja il-kundizzjoni tiegħek stess, Arani u Ismagħni!

PROFESSJONISTI

Il-professjonisti tas-saħħa jistgħu jgħinu biex tingħata s-setgħa lill-pazjenti.

Jekk int professjonist tas-saħħa, dejjem imxi mal-pazjent b'rispett u mingħajr ma tiġġudika. Aċċerta li l-privatezza tagħhom tiġi rispettata.

Agħtihom aċċess għal informazzjoni li hi faċli biex tinftiehem u, jekk possibbli, bil-miktub. Ara li jkunu fehmuk u ċċekkja jekk għandhomx xi mistoqsijiet.

Iggwida lill-pazjenti lejn sorsi ta' informazzjoni ta' min jafdahom.

Agħtihom l-appoġġ u inkoraġġixxi l-involviment tagħhom fit-teħid tad-deċiżjonijiet waqt li tippromwovi u tgħallem il-ħiliet neċessarji għas-self management.

Għanijiet tal-MHN

- Li tagħti vuċi lill-pazjenti fuq suġġetti relatati mas-saħħa f'Malta u barra minn Malta.
- Li tinfluwenza politika u prattiċi relatati mal-benesseri tal-komunità.
- Li tistabbilixxi qafas li jiffaċilita l-komunikazzjoni fuq suġġetti li jikkonċernaw is-saħħa u l-pazjenti bejn l-NGOs u organizzazzjonijiet oħra tas-saħħa u l-gvern ta' Malta, il-Kunsilli Lokali u l-komunita'.
- Li tippromwovi r-rappreżentazzjoni tal-NGOs u organizzazzjonijiet oħra tas-saħħa ġewwa fora Nazzjonali, Ewropej u Internazzjonali.
- Li tieħu miżuri xierqa biex tilħaq l-għanijiet imniżżla hawn fuq.

Min jista' jingħaqad magħna?

L-organizzazzjonijiet kollha li jikkwalifikaw bħala Entitajiet Mhux Governattivi dwar is-Saħħa, Entitajiet Mhux għall-Profitt dwar is-Saħħa, u Gruppi li Jirrappreżentaw lill-Pazjent u li;

Joperaw minn Malta u Għawdex, għandhom il-benesseri tal-pazjenti bħala l-obġettiv primarju tagħhom, jaġixxu bħala rappreżentanti ta' professjonisti tas-saħħa u ħaddiema fil-qasam tas-saħħa.

L-istatut tal-organizzazzjonijiet li japplikaw għandu jirrifletti b'mod ċar il-kontribut dirett tagħhom lejn l-avvanz tas-soċjetà, filwaqt li l-kontribut tagħhom fl-MHN għandu jkun iffukat esklussivament fuq li jingħata leħen lill-pazjent.

Application forms can be downloaded from our website. Applications must be accompanied by a copy of the statute and a document which illustrates the missions, aims, projects and/or services of the organisation.

Apply here:

The MHN reserves the right to refuse any membership, sponsorship and/or donations that may conflict with the purpose and objectives of the Malta Health Network.