

A Hafal, a principal instituição beneficente do País de Gales para pessoas com doenças mentais graves, suas famílias e seus prestadores de cuidados, é uma instituição beneficente:

- **Dirigida por clientes para clientes**

A Hafal é dirigida pelas pessoas que apoia: pessoas com doenças mentais graves, suas famílias e seus prestadores de cuidado. É gerida por uma direcção de Fiduciários eleitos, a maioria dos quais sofre de uma doença mental grave ou é prestador de cuidados a uma pessoa que sofre de uma doença mental.

- **Que luta pela igualdade**

«Hafal» significa igual. A nossa missão é habilitar as pessoas com doenças mentais graves e suas famílias a usufruir de acesso igualitário aos cuidados de saúde e sociais, habitação, rendimento, educação e emprego e a:

- alcançar uma melhor qualidade de vida;
- concretizar as ambições de recuperação;
- lutar contra a discriminação.

«Consegui fazer muito mais coisas do que pensava ser capaz graças ao Programa de Recuperação da Hafal. Hoje em dia, sinto que controlo novamente a minha vida.» – **Helen Oseman, cliente**

- **Que ajuda as pessoas a recuperar**

Todos os nossos serviços se baseiam no nosso Programa de Recuperação. Recuperação significa voltar a ter saúde mental e alcançar uma melhor qualidade de vida. Acreditamos que existem três componentes essenciais para a recuperação:

- Habilidade e Autogestão: ter controlo sob a sua própria recuperação;
- Abordagem Pessoa Total: ter em consideração todas as áreas da vida quando se planeia a recuperação;
- Compromisso pelo Progresso: pôr em prática um plano passo a passo tendo em vista a recuperação.

Tudo isto impõe um desafio muito real – mas as boas notícias são de que as três componentes são todas realistas e alcançáveis com o apoio da Hafal.

- **Que oferece serviços em todo o País de Gales**

Os nossos 150 colaboradores e 200 voluntários fornecem diariamente ajuda a mais de 850 pessoas afectadas por doenças mentais graves nos 22 condados do País de Gales. Esses serviços incluem uma variedade de actividades quer para os clientes quer para os prestadores de cuidados: formação profissional; subsídios para habitação; centros de recursos; *befriending* (auxílio de voluntários); projectos artísticos; defesa de direitos do doente; apoio familiar e serviços que permitem aos prestadores de cuidados tirar folgas.

- **Que luta pela mudança**

A Hafal apoia os clientes e os prestadores de cuidados ao dar-lhes uma indispensável voz no planeamento dos serviços de saúde mental. A Hafal também actua vigorosamente através de estudos, publicações e trabalho de comunicação social, e através de contacto directo com AMs e MPs para melhorar os serviços prestados aos clientes e suas famílias e eliminar o estigma e a isolamento associados às doenças mentais graves.

Quer saber mais sobre a Hafal? Contacte-nos:

Hafal

Suite C2, William Knox House

Britannic Way, Llandarcy

Neath SA10 6EL

Tel: 01792 816 600

Email: hafal@hafal.org

«Conheço muito bem a Hafal e recomendaria vivamente os seus serviços às pessoas que sofrem de doenças mentais, seus prestadores de cuidados e aos profissionais da área.»
– **Professor Keith Lloyd, School of Medicine, University of Wales Swansea**

A Hafal é uma companhia limitada por garantia, registada em Inglaterra e no País de Gales. Número de registo: 4504443. Número de instituição beneficente 1093747.

*«Consegui fazer muito mais coisas do que pensava ser capaz graças ao Programa de Recuperação da Hafal. Hoje em dia, sinto que controlo novamente a minha vida. Apoio completamente o projecto AIM/I já que ele abarca áreas de melhores práticas no que diz respeito à prestação de serviços de cuidados de dia de saúde mental.» – **Helen Oseman, cliente***

«A participação no encontro do meu projecto local permitiu-me participar de facto na gestão do projecto. Sinto que fiz a diferença. Isto enquadra-se inteiramente no espírito do projecto AIM, que está empenhado em melhorar os serviços de saúde mental locais.» – Truck Johnstone, cliente

*«A Hafal ajudou-me não só a mim como à pessoa a quem presto cuidados. Hoje em dia, consigo fazer pausas regulares desse trabalho graças à Hafal, e isso permitiu-me alcançar outros objectivos.»
– Jane Ahearne, prestadora de cuidados*

*«Conheço muito bem a Hafal e recomendaria vivamente os seus serviços às pessoas que sofrem de doenças mentais, seus prestadores de cuidados e aos profissionais da área. Apoio os esforços da NLIAH para liderar o projecto AIM, tendo em vista criar as melhores práticas em todos os serviços de saúde mental do País de Gales.» – **Professor Keith Lloyd, The School of Medicine, University of Wales Swansea***

Junte-se à Hafal e ajude-nos a fazer a diferença.

Actualmente, pode aderir à Hafal por tão pouco quanto £1. Os membros recebem informações valiosas e regulares sobre assuntos relacionados com a saúde mental através do jornal *Mental Health Wales* [«Saúde Mental País de Gales»] e correspondência periódica com notícias sobre as actividades, os novos serviços e os eventos da Hafal. Ao fazer-se membro, também nos torna mais fortes – juntos, conseguiremos dar mais voz às pessoas com doenças mentais graves no País de Gales. Para mais informações, não hesite em contactar-nos. www.hafal.org/joinus