

হাফাল, ওয়েলস্-এর চরম মানসিক রোগগ্রস্থ মানুষদের জন্য, তাদের পরিবার এবং সেবকদের জন্য, প্রধান দাতব্য প্রতিষ্ঠান, এটা একটা বদান্যতা:

?? গ্রাহকদের জন্য গ্রাহকরা চালায়

হাফাল যাদের সাহায্য করে তারাই এর পরিচালনা করেন: কঠিন মানসিক রোগগ্রস্থ মানুষ এবং তাদের সেবক ও পরিবাররা। নির্বাচিত অছিদের গঠিত পর্ষদ এর পরিচালনা করে, বেশির ভাগ অছিরা হয় নিজেরাই কঠিন মানসিক রোগে আক্রান্ত হয়েছিল অথবা তারা একজন মানসিক রোগীর সেবক।

?? সমতা বজায় রাখছে

"হাফাল"-এর মানে হচ্ছে সমান। আমাদের লক্ষ্য হচ্ছে কঠিন মানসিক রোগগ্রস্থ মানুষ এবং তাদের পরিবারদের ক্ষমতা দেওয়া যাতে তারা সমানভাবে স্বাস্থ্য এবং সমাজসেবা, আবাসন, আয়, শিক্ষা এবং কাজ করার সুযোগ গ্রহণ করতে পারে এবং :

- জীবন-যাপনের মান উন্নত করতে পারে।
- আরোগ্যলাভ করার আশা পূরণ করতে পারে।
- প্রভেদ রোধ করতে পারে।

"হাফাল-এর রিকভারি প্রোগ্রামের দৌলতে আমি অনেক কিছু বেশি করতে পারছি যা আমি ভাবতাম আমার করার সামর্থ নেই। এখন আমার জীবনের উপর নিজের নিয়ন্ত্রণ আছে।" - হেলেন ওসম্যান, গ্রাহক

?? লোকদের আরোগ্যলাভ করতে সাহায্য করা

আমাদের সমস্ত পরিষেবা আমাদের অসাধারণ রিকভারি প্রোগ্রামের ভিত্তিতে গড়া হয়েছে। আরোগ্যলাভের অর্থ হচ্ছে পুনরায় মানসিক স্বাস্থ্য ফিরে পাওয়া এবং উন্নত জীবন-যাপনের মান অর্জন করা। আমাদের মতে আরোগ্যলাভের জন্য তিনটে উপাদানের প্রয়োজন আছে :

- ক্ষমতা প্রদান এবং স্ব-পরিচালনা : আপনার নিজের আরোগ্যলাভের উপর নিয়ন্ত্রণ নেওয়া।
 - একটা সম্পূর্ণ ব্যক্তি হিসাবে অগ্রসর হওয়া : আরোগ্যলাভ পরিকল্পনার জন্য জীবনের সবদিক বিবেচনা করা।
 - প্রগতির জন্য অঙ্গীকার : ধাপে ধাপে এগিয়ে আরোগ্যলাভ করা।
- এটা একটা বাঁধার সৃষ্টি করে-কিন্তু একটা সুখের হচ্ছে যে তিনটে উপাদানই বাস্তব এবং হাফালের সাহায্য অর্জন করা যায়।

?? ওয়েলস্-এর সর্বত্র পরিষেবা বিতরণ

দৈনিক আমাদের 130 জন কর্মী এবং 150 জন স্বেচ্ছাসেবী ওয়েলস্-এর 22 টা কাউন্টিতে 700 র বেশি মানসিক রোগীদের সাহায্য করে। এই পরিষেবাগুলিতে গ্রাহক এবং সেবকদের জন্য বিভিন্ন কার্যকলাপ আছে যেমন : কাজ পাবার জন্য প্রশিক্ষণ দেওয়া, আবাসনের জন্য সাহায্য করা, সংস্থান কেন্দ্র, মিত্রতা, শিল্পকলা প্রকল্প, আবাসিক রোগীর পক্ষ-সমর্থন, পারিবারিক সাহায্য এবং সেবকদের জন্য বিরতি পরিষেবা।

?? পরিবর্তনের জন্য অভিযান চালানো

মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবা পরিকল্পনার জন্য গ্রাহক এবং সেবকদের অতি প্রয়োজনীয় মতামত জানাবার জন্য সাহায্য করা। এছাড়া আমরা গবেষণা, প্রকাশনা এবং সংবাদ সংস্থার মাধ্যমে শক্তিশালী অভিযান চালাই, এবং AM ও MP দের সাথে সরাসরি যোগাযোগের মাধ্যমে, গ্রাহক এবং তাদের পরিবারদের জন্য পরিষেবার উন্নতি করা এবং মানসিক রোগীদের সাথে যুক্ত অপবাদ এক বিচ্ছিন্নতা দূর করা।

হাফাল-এর বিষয়ে আরও জানতে চান? নীচের ঠিকানায় আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন :

হাফাল

সুইট C2, উইলিয়াম নক্স হাউজ

ব্রিটানিক ওয়ে, ল্যানডার্সি

নীথ SA 10 6EL

ফোন নং: 01792 816600

ই-মেইল : hafal@hafal.org

"আমি হাফালকে খুব ভালভাবে জানি এবং মানসিক রোগী, সেবক এবং পেশাদারদের এদের পরিষেবা নেবার জন্য সুপারিশ করছি।" - অধ্যাপক কিথ লয়েড, স্কুল অফ মেডি সিন, ওয়েলস্ এবং সোয়ানসি বিশ্ববিদ্যালয়



"হাফাল-এর রিকভারি প্রোগ্রামের দৌলতে আমি অনেক কিছু বেশি করতে পারছি যা আমি ভাবতাম আমার করার সামর্থ নেই। এখন আমার জীবনের উপর নিজের নিয়ন্ত্রণ আছে।" - হেলেন ওসম্যান, গ্রাহক

"আমার স্থানীয় প্রকল্পে অংশীদারী সভায় যোগ দেবার পর আমাকে এই প্রকল্প চালাতে সক্ষম করেছে। আমার মনে হয় আমি এখানে কিছু একটা করতে পেরেছি।" -ট্রাক জনস্টোন, গ্রাহক

"হাফাল আমাকে এবং আমি যার যত্ন করি উভয়কে সাহায্য করেছে। হাফালের দরুণ আমি এখন নিয়মিত সেবার কাজ থেকে বিরাম নিচ্ছি, এবং এর জন্য আমি আরও বেশি বিষয় অর্জন করতে সক্ষম হয়েছি।"

- জেন এহার্ন, সেবাদাতা

"আমি হাফালকে খুব ভালভাবে জানি এবং মানসিক রোগী, সেবক এবং পেশাদারদের এদের পরিষেবা নেবার জন্য সুপারিশ করছি।" - অধ্যাপক কিথ লয়েড, স্কুল অফ মেডি সিন, ওয়েলস্ এবং সোয়ানসি বিশ্ববিদ্যালয়

হাফালে যোগ দিন এবং পার্থক্য আনতে আমাদের সাহায্য করুন।

আপনি এখন কেবল ... **1** দিনে হাফালে যোগ দিতে পারেন। সদস্যরা মেন্টাল হেল্থ ওয়েলস্ সাময়িকীর মাধ্যমে এবং হাফালের অগ্রগতির, নতুন পরিষেবা এবং ঘটনার সংবাদ সহ নিয়মিত ব্যাবধানের চিঠির সাহায্যে নিয়মিত মানসিক স্বাস্থ্য সংক্রান্ত গুরুত্বপূর্ণ তথ্য পায়, আপনি সদস্য হলে আমাদের সদস্যসংখ্যা বাড়বে-আমরা একসাথে ওয়েলস্ এর মানসিক রোগীদের জন্য আরও জোরদার আবেদন করতে পারব। আরও তথ্যের জন্য www.hafal.org/joinus ওয়েবসাইট দেখুন।