ما الذي يمكنني القيام به إذا لم استوفي الشروط المؤهلة؟

الخطوة رقم **3** - ما الذي يمكنني القيام به إذا لم استوفي الشروط المؤهلة؟

إذا تلقّيت رسالة من دائرة التأمين الوطني للإعاقة تنصّ على أنّك لا تستوفي الشروط المؤهلة للحصول على فيمكنك طلب إعادة النظر في القرار ، (NDIS) الخدمات التي يمولها برنامج التأمين الوطني للإعاقة.

وبالرغم من أنّه لا يكون بمقدور كل شخص الاشتراك في هذا البرنامج والحصول على التمويل المقدّم بموجبه إلّا أنّه لا يزال هنالك خيارات من شأنها أن تدعم عملية تعافيك.

حيث في استطاعتك القيام بما يلي:

البحث في الأمور التي يمكنك القيام بها لدعم عملية تعافيك

أحد الأشياء التي يمكن لأيّ شخص القيام بها هي وضع بعض الأهداف الحياتية : بدءاً بالأهداف الصغيرة التي يمكنك تحقيقها في حياتك اليومية وانتهاءً بالأهداف الكبيرة التي يمكنك العمل من أجل تحقيقها في المستقبل.

ويمكنك عن طريقٍ وضع أهداف صغيرة تستطيع تحقيقها في حياتك اليومية أن تعيش حياةً هادفة وبنّاءة، ويمكنك عندما تكون جاهزاً لكي تعمل على تحقيق الأهداف الكبيرة والمعقدة والبحث في خيارات الدعم المتاحة لك.

وقد يتعذر عليك وضع أهداف للتعافي تتعلّق بآمالك وأحلامك في المستقبل من دون أن يكون لديك دعم أو مساعدة، حيث يأتي هنا دور العائلة والأصدقاء ليشكّلوا أرضيّة خصبة لمناقشة هذا الأمر . وقد تفضّل التحدث إلى أشخاص آخرين أكسبتهم معاناتهم من أمراض عقلية نفسية تجارب حياتيّة حيّة عمّا هي الأشياء التي ساعدتهم على تخطّي هذه الأمراض حيث يطلق على هذا النوع من الدعم : “دعم الأقران”.

ويجد العديد من الأشخاص الذين يعانون من أمراض عقلية نفسية (حيث يطلق عليهم مصطلح “المستفيدون” الذين لديهم الحق في اختيار الخدمات المقدّمة لهم) أنّه من المفيد جداً الالتقاء بأشخاص اختبروا المعاناة من أمراض عقلية نفسية (الأقران) والتعلم منهم.

فباستطاعتك لقاء الأقران ومعرفة المزيد عن عملية التعافي عند حضور مجموعات الدعم والمنتديات ومدارس التعافي ومجموعات المستفيدين بما فيها الهيئات العليا.

توظف العديد من المنظمات الأقران ممّن لديهم خبرة حيّة تتعلّق بمعاناتهم من مرض عقليّ نفسي وتعافيهم منه حيث تعدّ خبرة هؤلاء الموظفين الذين يعملون بأجر جزءاً أساسياً في عملهم . وعليك أن تسأل إذا ما كان أحد الموظفين الأقران موجوداً للتعاون معك.

وإذا أردت التحدث إلى أحد الأقران أو موظف دعم القرين أو خدمة الصحّة العقلية والنفسية عن خيارات تعافيك فإليك بعض المعلومات أدناه . كما وتوجد أيضاً مجموعات مقدمي الرعاية والهيئات العليا التي تقدم الدعم لأصدقائك ولأفراد عائلتك وتعمل على مساعدتهم على فِهم ما هي خدمات الدعم والمساعدة المتاحة لهم.

لاستكشاف آمالك وأحلامك وتحديد بعض الأهداف التي تتعلّق بتعافيك وحياتك اذهب إلى الخطوة 5: اعد تخيّل حياتك

| 1

reimagine

MENTAL HEALTH, MY RECOVERY AND THE NDIS

NDIS تحقّق من الطرق الأخرى التي يمكن بواسطتها تقديم الدعم لك من خلال

فقد يتمكن موظف التنسيق في منطقتك ،NDIS وكما ذكرنا في الخطوة 2 فإنّه حتى إن لم تكن مؤهلاً للاشتراك في المحلية من مساعدتك في ما يلي:

- إيجاد معلومات عن خدمات الدعم في مجتمعك المحليّ.
- فهم ما الذي يمكنك توقّعه من خدمات الدعم التقليدية كالصحّة والصحّة العقلية والنفسية والنمو في مرحلة الطفولة المبكّرة وحماية الطفل ودعم الأسرة والتعليم المدرسي والتعليم العالي والتعليم والتدريب المهنيّ (VET) والتوظيف والإسكان والمجتمع والنقل والعدالة وخدمات رعاية المسنّين.
- الحفاظ على الدعم غير الرسمي - الذي تقدّمه العائلة ويقدّمه الأصدقاء إضافةً إلى النشاطات في مجتمعك المحلي.

وبإمكان موظف التنسيق في منطقتك المحلية وعدد من خدمات الصحّة العقلية والنفسية التقليدية مساعدتك في التفكير في آمالك وأحلامك وأهدافك، وسنورد أدناه بعض الخدمات الأخرى التي يمكنها تقديم المساعدة لك.

روابط مفيدة

]والقطاعات التقليدية الأخرى]موقع إلكترونيّ NDIS طريقة التعاون بين

]الاتّصال بالقطاعات التقليدية]موقع إلكترونيّ

]والمجتمع]موقع إلكترونيّ NDIS

تعرّف على الخدمات الأخرى التي بإمكانها مساعدتك

إن هنالك العديد من المنظمات التي تقدّم خدمات ودعم متنوعين لمساعدتك على تلبية احتياجاتك، كما ويمكن لاستكشاف آمالك وأحلامك ومن ثمّ وضع الأهداف بغية العمل على تحقيقها أن يسهم في مساعدتك على معرفة نوع الدعم الذي تحتاجه وبمجرد معرفتك بذلك ستتمكّن من التحقّق ممّا هو متاحٌ بالقرب منك.

انقر هنا للاطلاع على لائحة بالمنظمات الوطنية التي من الممكن لها مساعدتك

no results

| 2