

شما میتوانید کمک های ذیل را بدست آورید

شما میتوانید در این جا معلومات در مورد کمک هایی که (وفق و سازش & صحت **Habilitering & Hälsa**) ارائه میکند، را بخوانید. امکان دارد شما در مورد یک چیز یا چندین چیز به کمک ضرورت داشته باشید. ضروریات شما میتوانند در دوره های مختلف زندگی تان تغییر نمایند. این متن به زبان ساده میباشد (به آسانی خوانده میشود)

وفق و سازش میتواند برای شما افرادی که دارای معیوبیت هستید کمک نماید برای اینکه شما بتوانید از عهده امور زندگی و کارهای روزمره خود به طریقه بهتر، برآید. همچنان ما میتوانیم به اقارب تان کمک نماییم.

دانش در مورد معیوبیت

این خوب است که آدم در مورد معیوبیت خود درک و دانش داشته باشد. در وفق و سازش، شما و خانواده تان معلومات زیادتر در مورد معیوبیت تان و اینکه این چطور به شما تأثیر میکند، بدست می آورید. بعد از این هم برای شما و هم برای ما آسانتر خواهد بود که بدانیم که شما به کدام کمک ضرورت دارید.

داشتن معیوبیت میتواند باعث این شود که آدم خود را قسم دیگر احساس میکند. شما میتوانید در مورد اینکه زندگی را چطور احساس میکنید، با ما صحبت کنید.

یک روز کاری فعال

اگر شما امور منزل تانرا به سختی پیش میبرید ما میتوانیم به طریقه های گوناگون به شما کمک کنیم. این میتواند یافتن وسایل کمکی باشد یا کمک دیگری که اینرا آسان نماید. این میتواند بدست آوردن عادات خوب برای پیشبرد امور منزل و حفظ الصحه تان باشد.

همچنان ما میتوانیم در مورد مراعات نمودن وقت و اینکه شما در زندگی روزمره چه میتوانید بکنید، کمک نماییم.

صحت و عادات زندگی کردن

معیوبیت شما میتواند به صحت تان تأثیر نماید. ما میتوانیم برایتان کمک کنیم که شما عاداتی را پیدا کنید که هم حالا و هم در آینده احساس خوب از آنها بدست آورید. این میتواند طور مثال عادات غذایی باشند یا اینکه شما حرکات را انجام دهید.

همچنان ما میتوانیم در مورد خواب تان، استرس، تنهایی و سوالات در مورد امور جنسی، برایتان کمک نماییم.

مهارتهای حرکتی و جا به جایی

مهارتهای حرکتی عبارت است از همه حرکات بدن. اگر شما بعضی حرکات را به سختی میتوانید انجام دهید امکان دارد که شما به وسایل کمکی ضرورت داشته باشید. این میتواند طور مثال ویلچر یا چوکی تیر دار rullstol یا حایل مچ handledsstöd دست باشد.

همچنان وفق و سازش میتواند برایتان کمک کند که شما تمرین توازن و قدرت حرکات خود را نمایید. ما میتوانیم برای پیدا کردن موقعیت های خوب برای نشستن، دراز کشیدن و ایستادن برایتان کمک کنیم.

تنفس و قورت کردن

یک تعداد معیوبیت ها به تنفس تأثیر مینمایند. در این صورت وفق و سازش میتواند برای بهتر نمودن تنفس کمک نماید.

اگر شما مشکل جویدن و قورت کردن دارید، وقف و سازش میتواند طریقه هایی را پیدا نماید که این کار را آسان نماید.

درد و تأثیر روحی

یک تعداد معیوبیت ها باعث درد میشوند. آدم میتواند شخ و متشنج شود. وقف و سازش میتواند بالای دردی که ناشی از معیوبیت تان است، کار کند.

همچنان ما میتوانیم برای شما کسانی که در مقابل تأثیر روحی حساس هستید، کمک نماییم. این میتواند طور مثال حساسیت در مقابل بعضی صداها یا روشنایی ها، حساسیت در پوست یا در مقابل بعضی غذاها، باشد.

زبان و ارتباط

شما به فهمیدن دیگران ضرورت دارید. و دیگران باید بفهمند که شما چه میخواهید. وقف و سازش میتواند برایتان کمک کند که با دیگران ارتباط برقرار نمایید و از زبان استفاده نمایید. این میتواند زبان اشاره یا تصاویر باشند بجای گپ زدن و نوشتن. همچنان طریقه های دیگر استفاده از زبان موجود است، مثلا وسایل کمکی گویا.

شما کسانی که میتوانید گپ بزنید اما به مشکل میفهمید و دیگران به مشکل گپ شما را میفهمند، میتوانید کمک بدست آورید.

روابط و معاشرت با دیگران

معیوبیت شما میتواند به معاشرت شما با افراد دیگر تأثیر نماید. شاید شما میخواهید در مورد اینکه دیگران چطور فکر میکنند یا فعالیت میکنند، به کمک ضرورت داشته باشید. یا در مورد این فکر میکنید که آنها چطور شما را درک میکنند. ما میتوانیم برایتان کمک نماییم که یک طریقه معاشرت که برایتان مناسب باشد، را پیدا کنیم.

این میتواند در مورد والدین بودن نیز باشد. شما میتوانید در مورد روابط تان با کودکان تان با ما صحبت نمایید.

کمک جامعه

بر علاوه وفق و سازش، سازمانهای دیگر نیز میتوانند کمک های گوناگون به شما افرادی که دارای معیوبیت هستید، را ارائه نمایند. این کمک میتواند طور مثال از طرف کمون، اداره بیمه اجتماعی، مکتب یا دانشگاه صورت بگیرد. وفق و سازش میداند که کدام کمک ها وجود دارند و برای درخواستی آن چه باید کرد.

رفتار مشکل آفرین

بعضی اوقات آدم کارهایی را انجام میدهد که نه برای خود او و نه برای دیگران خوب هستند. این میتواند صدمه رساندن به خود، ترساندن دیگران، خشن بودن یا صدمه رساندن به اشیا باشد. وفق و سازش میتواند به کودکان و بزرگسالانی که این چنین کارها را میکنند، کمک کند و تشخیص نماید که علت این مشکل چه است. و ما میتوانیم با هم یکجا کوشش کنیم که اینرا تغییر دهیم.

مکتب، کار و مصروفیت

این مهم است که مکتب یا کار تان به شکل خوب صورت پیش میرود، برای اینکه شما خود را خوب احساس کنید. بسیاری در وقت بودن در مکتب یا کار به کمک خاص ضرورت دارند. این میتواند طور مثال نشستن در یک محیط خاموش و آرام باشد. بعضی اوقات دیگران نیاز به دانستن بیشتر در مورد معیوبیت تان دارند، مثلا معلم یا راهنما در محل کار تان. وفق و سازش میتواند در مورد اینکه چه میتواند شود، مشوره بدهد.

شما کسانی که در مسکن دسته جمعی زندگی میکنید

شما کسانی که در مسکن دسته جمعی زندگی میکنید یا کمک های روزانه را بدست می آورید، مستحق یک قسمت از وفق و سازش از طرف کمون خود میباشید. با پرسونل یا وصی god man خود صحبت کنید. آنها برای تان کمک میکند که بدانید که کدام فرد در قسمت ضروریات تان باید به شما کمک کند.