

ਈਸਟਰ ਸੀਲਜ਼ ਓਨਟਾਰੀਓ

ਸੇਹਤ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਵਾਸਤੇ ਮਾਪੇ ਲਈ ਨੁਕਤੇ

ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ ਸੇਹਤ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ
- ਮਰੀਨ ਮੋਟਰ ਮੁਹਾਰਤਾਂ (ਉਂਗਲ ਦੀ ਨਿਪੁੰਨਤਾ ਜਾਂ ਪਕੜ)
- ਵੱਡੀਆਂ ਮੋਟਰ ਮੁਹਾਰਤਾਂ (ਵੱਡੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੜ੍ਹਨਾ, ਬੈਠਣਾ, ਲੋਟਣੀ ਖਾਣਾ)
- ਚੱਲਣ-ਫਿਰਨ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਮਸਲੇ (ਕਿਸੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਇੱਧਰ-ਉੱਧਰ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਾਕਰ ਜਾਂ ਵੀਲਚੇਅਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ)
- ਸਾਹ-ਕਿਰਿਆ/ਸਾਹ ਲੈਣਾ
- ਬੋਲਣ ਸਬੰਧੀ ਵਿਕਾਰ ਜਾਂ ਨਿਗਲਣਾ
- ਟੇਆਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ

ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਮੌਕੇ, ਸਕੂਲ ਦੇ ਅੰਤ 'ਤੇ ਜਾਂ ਬਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਯੋਗਤਾ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਮੌਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਰਤਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਸੇਹਤ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਸੰਭਾਲ ਸਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨੁਕਤਾ 1



ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ:

1. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਚਿਕਿਤਸਕ ਜਾਂ ਵਰਤਮਾਨ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚਿਲਡਰਨਜ਼ ਟਰੀਟਮੈਂਟ ਸੈਂਟਰ, ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ
2. ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸਕੂਲੀ ਅਮਲੇ ਦੁਆਰਾ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ
3. ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਭਾਲ ਪਹੁੰਚ ਕੇਂਦਰ (CCAC) ਸਕੂਲ ਸੇਹਤ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਾਸਤੇ ਯੋਗ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:
 - a. ਆਹਾਰ-ਮਾਹਰ
 - b. ਨਰਸਿੰਗ
 - c. ਕਿੱਤਾਕਾਰੀ ਚਿਕਿਤਸਾ
 - d. ਸਰੀਰਕ ਚਿਕਿਤਸਾ
4. ਬੋਲਚਾਲ-ਭਾਸ਼ਾ ਰੋਗ ਵਿਗਿਆਨ (ਕੇਵਲ ਬੋਲਣ ਸਬੰਧੀ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ)
5. ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਭਾਲ ਪਹੁੰਚ ਕੇਂਦਰ (CCAC), ਸਕੂਲ ਸੇਹਤ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵਾਸਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਦੇ ਅਮਲ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਛੋ

ਨੁਕਤਾ 2



ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝੋ:

1. ਸੇਵਾ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਪਤਾ ਕਰੋ:
 - a. ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ
 - b. ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਿੰਨੇ ਵਕਫੇ ਬਾਅਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ
 - c. ਇਹ ਕਿੱਥੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ
 - d. ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੌਣ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਕੀ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਹਨ
2. ਕਿਸੇ ਸਹਿਮਤੀ ਫਾਰਮਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸਹਿਮਤੀਆਂ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:
 - a. ਹੋਰਨਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਾ
 - b. ਇਹ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਯੋਗ ਹੈ
 - c. ਕਿਸੇ ਨਵੇਂ ਅਦਾਰੇ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੁਆਰਾ ਇਲਾਜ ਵਾਸਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ
 - i. ਨੋਟ: ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਹਿਮਤੀਆਂ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਫੋਨ ਉੱਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
3. ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੇ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਵੋ:
 - a. ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਕੀ ਹੈ
 - b. ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ
 - c. ਇਲਾਜ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸੰਮਿਲਤ ਹੋਵੇਗਾ
4. ਜੇ ਕੋਈ ਗੈਰ-ਪੇਸ਼ੇਵਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਈ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਅਸਿਸਟੈਂਟ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ, ਤਾਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਹੜੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ

ਨੁਕਤਾ 3



ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸੰਮਿਲਤ ਕਰੋ:

ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੀ ਸੇਹਤ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਸੇਹਤ ਸੰਭਾਲ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਵ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਬਣਨ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਾਪੇ ਦੀ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

1. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਅਪੰਗਤਾ ਜਾਂ ਰੋਗ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਉਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਜਿਸਨੂੰ ਉਹ ਸਮਝ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ
2. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜੇ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸੰਕਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਹਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਿਜ ਹੋਣ ਲਈ ਮਦਦ ਕਰੋ
3. ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਸੇਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਮਿਲਤ ਕਰੋ
4. ਜਿਉਂ ਹੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਦਵਾਈ ਲੈਣ, ਜਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਅਤੇ ਕਸਰਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ
5. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਾ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸੰਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਡਾਕਟਰ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਿਕਿਤਸਕਾਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲੀ ਅਮਲੇ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ

ਬਾਲਗ ਸੇਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੱਲ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣਾ

18 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਜਦ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਕੂਲ ਛੱਡਦਾ ਹੈ, ਸੇਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਜਿੰਮੇਵਾਰ ਅਦਾਰਾ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਜਿੱਥੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀਆਂ ਸੇਹਤ ਲੋੜਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨਗੀਆਂ ਕਿ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਸੇਹਤ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਘਰ ਵਿਖੇ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਕੋਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੁਝ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ, ਜੇ ਉਹ ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰਨ ਜਾਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਵੱਲ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਨਵੇਂ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਸੰਮਿਲਤ ਹੋਣਗੇ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਵਿਦਿਆਰਥੀ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਨਿਰਵਿਘਨ ਸ਼ੁਮੂਲੀਅਤ ਵਾਸਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਨੁਕਤਾ 1



ਬਾਲਗ ਸੇਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ:

1. ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਕਿੱਥੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇਗਾ
2. ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਬਾਲਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਵਿੱਚ ਕੌਣ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ
3. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਲਗ ਸੇਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸੰਮਿਲਤ ਕਰੋ
4. ਮਿਲਣ ਦੇ ਇਕਰਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬੁੱਝ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿਲਣ ਦੇ ਇਕਰਾਰਾਂ ਮੌਕੇ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਸੇਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਬੰਧੀ ਮਿਲਣ ਦੇ ਇਕਰਾਰਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਗਠਿਤ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ
5. ਜੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਿਸੇ ਕਾਰਜ-ਸਿਖਲਾਈ (apprenticeship) ਜਾਂ ਪੋਸਟ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸੰਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰੇਗਾ, ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਕਾਲਜ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿਖੇ ਅਪੰਗਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਭਾਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਹਤ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਨੁਕਤਾ 2



ਨਿੱਜੀ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ:

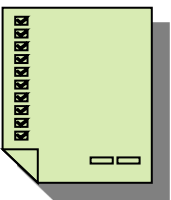
ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗਾਂ ਕੋਲ ਕਿਸੇ ਸੇਵਾਦਾਰ (attendant) ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ :

1. ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਦੇਣਾ ਹੈ
2. ਅਜਿਹੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਦਾਰ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਸੰਭਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ
3. ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ
4. ਕਾਮਿਆਂ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਵਿਵਾਦ ਅਤੇ ਮਸਲਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਨਿਪਟਣਾ ਹੈ
5. ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

1. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਿਖਾਓ ਕਿ ਸਹਾਇਤਾ ਕਾਰਕੁੰਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ
2. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਜਾਂ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
3. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਕਾਰਕੁੰਨਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ
4. ਨਿੱਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਸਹਿਜ ਜਾਂ ਨਾਖੁਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
5. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸੰਕਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸੰਕੇ ਬਾਬਤ ਉਹ ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ

ਨੁਕਤਾ 3



ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟਲ ਸਰਵਿਸਜ ਓਨਟਾਰੀਓ (DSO)

18ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟਲ ਸਰਵਿਸਜ ਓਨਟਾਰੀਓ ਰਾਹੀਂ ਬਾਲਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਾਲਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਅਤੇ ਦੈਨਿਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਨਾਲ ਪਾਸਪੋਰਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਾਹੀਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਕੀਤੀ ਫੰਡ ਸਹਾਇਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਅਮਲ ਵਿੱਚ ਦੋ ਕਦਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ :

1. ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਯੋਗਤਾ ਦਾ ਨਿਰਣਾ - ਇਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨੂੰ ਜਿਕਰਯੋਗ ਬੌਧਿਕ ਵਿਕਾਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਰਜਾਤਮਕ ਕਮੀਆਂ ਹਨ
2. ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਨਿਰਣਾ - ਸਹਾਇਤਾ ਤੀਬਰਤਾ ਪੈਮਾਨੇ (Support Intensity Scale) ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਘਰ ਵਿੱਚ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ, ਕਾਰਜ-ਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਸੋਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਸਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਦੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ

ਮਾਪੇ ਵਾਸਤੇ ਨੁਕਤੇ

1. ਜਲਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਸਰਵਿਸਜ ਓਨਟਾਰੀਓ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ www.dsonario.ca.
2. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ 18 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਹੋਣ ਤੋਂ ਲੱਗਭਗ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਵਾਸਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਅਮਲ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ।
3. ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਅਮਲ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।
4. ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹੋ, ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਅਮਲਾ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਅਮਲ ਵਿੱਚ, ਜਾਂ ਬੈਠਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
5. ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਅਮਲ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਓ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਟਿਕਾਣੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਬੈਠਕਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
6. ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦੇ ਹੋਏ ਅਰਜ਼ੀ ਵਾਸਤੇ ਬੈਠਕਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ। ਭਵਿੱਖ ਵਾਸਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਬਾਬਤ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
7. ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੈਠਕ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਬੈਠਕ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਵਾਪਰੇਗਾ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਰੇਗਾ ਜੇ ਉਹ ਥੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬੈਠਕ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਦਦਗਾਰੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ:

- ARCH ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਲਾਅ ਸੈਂਟਰ: www.archdisabilitylaw.ca
 - ਸੇਵਾਦਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਤੱਥ ਸੀਟਾਂ
- ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਭਾਲ ਪਹੁੰਚ ਕੇਂਦਰ (CCAC) ਸੂਬਾਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ: www.ccac-ont.ca/
 - ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਬੱਧ ਸੇਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ
 - ਸਕੂਲ ਸੇਹਤ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟਲ ਸਰਵਿਸਜ ਓਨਟਾਰੀਓ: www.dso.ca
- ਹਾਲੈਂਡ ਬਲੂਰਵਿਊ ਰੀਹੈਬਿਲੀਟੇਸ਼ਨ ਹੋਸਪੀਟਲ ਫਾਰ ਕਿਡਜ਼: www.hollandbloorview.ca
- ਹੋਸਪੀਟਲ ਫਾਰ ਸਿੱਕ ਕਿਡਜ਼ ਗੁੱਡ 2 ਗੋ ਪਰਿਵਰਤਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਪਰਿਵਰਤਨ ਕਾਢਾਂ ਅਤੇ ਐਜ਼ਾਰ:
www.sickkids.ca/Good2Go/index.html
 - ਮਾਪਾ ਨੁਕਤਾ ਸੀਟਾਂ
 - ਮੇਰੀ ਸੇਹਤ ਪਾਸਪੋਰਟ (ਨੋਜਵਾਨਾਂ ਵਾਸਤੇ)
 - ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਾਸਤੇ ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਪੜਤਾਲ ਸੂਚੀ
 - ਪਰਿਵਰਤਨ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਬਾਰੇ ਪੜਤਾਲ ਸੂਚੀ – ਮਾਪਾ ਸੰਸਕਰਣ
- ਓਨਟਾਰੀਓ ਮਾਰਚ ਆਫ ਡਾਈਮਜ਼: www.marchofdimes.ca
 - ਸੇਵਾਦਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ