



ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਅਲਾਇੰਸ ਬੀ ਸੀ ਹੈਲਪਸ਼ੀਟ ਬੀ ਸੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਭੱਤੇ



2024

ਰਿਜ਼ਰਵ 'ਤੇ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ: ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਦਰਜਾ

ਇਸ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ ਲਈ ਫੰਡ ਹੈਲਥ ਸਾਇੰਸਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਔਫ ਬੀ ਸੀ ਅਤੇ ਲਾਅ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਔਫ ਬੀ ਸੀ ਤੋਂ ਮਿਲੇ ਹਨ।

ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਅਲਾਇੰਸ ਬੀ ਸੀ ਨੇ ਪਰਸਨਜ਼ ਵਿਚ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ (ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ) ਭੱਤੇ ਲਈ ਇਨਡਿਜਨੈਂਸ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਕੈਨੇਡਾ (ਆਈ ਐੱਸ ਸੀ) ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਭਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਇਹ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੌਖੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਅਤੇ ਅਸੈਸਰ (ਕੋਈ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਦੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਤੇ ਅਸਰ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚਿੰਠੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ ਇਕ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ (ਚੈਕਲਿਸਟ) ਵੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਕਾਰਨ ਕਠਿਨਾਈ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਗਾਈਡ ਅਤੇ ਆਈ ਐੱਸ ਸੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਾਈਡ ਜਾਂ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਾ ਸਕੋ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਹਿਮਾਇਤੀ ਦੀ ਮਦਦ ਲਵੋ।

ਰਿਜ਼ਰਵ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ

ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ, ਅਤੇ ਹਰ ਸੂਬੇ ਅਤੇ ਟੈਰੀਟੋਰੀ ਦੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ (ਅਪਾਹਜ) ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਪਣੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਬੈਨੇਫਿਟਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ। ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਵਿਚ, ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਅਕਸਰ, ਰਿਜ਼ਰਵ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ “ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਬੈਨੇਫਿਟਸ” ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫਰਕ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਰਿਜ਼ਰਵ ਉੱਪਰ, ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਆਈ ਐੱਸ ਸੀ ਦੀ ਤਰਫੋਂ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਅਬਰਿਜਨਲ ਨੈੱਟਵਰਕ ਔਫ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਸੁਸਾਇਟੀ (ਬੀ ਸੀ ਏ ਐੱਨ ਡੀ ਐੱਸ) ਵਲੋਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ, ਰਿਜ਼ਰਵ ਤੋਂ ਬਾਹਰ, ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਮਨਿਸਟਰੀ ਔਫ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਐਂਡ ਪੌਵਰਟੀ ਰਿਡਕਸ਼ਨ (ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ) ਵਲੋਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਸ ਕਾਨੂੰਨ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਇਸ ਲਿਖਤ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਵੇਲੇ ਸੀ। ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਪੌਲਸੀ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ 'ਤੇ ਤਾਰੀਕ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।



ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਅਲਾਇੰਸ ਬੀ ਸੀ

ਇਸ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਸ ਕਾਨੂੰਨ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਇਸ ਲਿਖਤ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਵੇਲੇ ਸੀ। ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਪੌਲਸੀ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ 'ਤੇ ਤਾਰੀਕ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।



ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਰਿਜ਼ਰਵ ਉੱਪਰ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਦਾ ਮਾਡਲ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਉੱਪਰ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਤਕਰੀਬਨ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਹੀ ਹਨ। ਰਿਜ਼ਰਵ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਦੇ ਰੇਟ ਵੀ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਵਿਚ ਕੁਝ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਫਰਕ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਜ਼ਰਵ ਉੱਪਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਆਈ ਐੱਸ ਸੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਜ਼ਰਵ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਮੂਵ ਹੋਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ ਦੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਭਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋਣ ਨਾਲ, ਬੀ ਸੀ ਏ ਐੱਨ ਡੀ ਐੱਸ ਤੁਹਾਡੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਇਕ ਕਾਪੀ ਸਿੱਧੀ ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ ਨੂੰ ਫਾਰਵਰਡ ਕਰੇਗੀ। ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਰਿਜ਼ਰਵ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਲਈ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਹੱਕਦਾਰੀ ਦੀ ਤਸਦੀਕ ਕਰੇਗੀ। ਪਰ, ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੋਂ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਨਵੀਂ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣਗੇ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਜ਼ਰਵ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਅਤੇ ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਰਿਜ਼ਰਵ 'ਤੇ ਮੂਵ ਹੋਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ ਤੁਹਾਡੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਕਾਪੀ ਬੀ ਸੀ ਏ ਐੱਨ ਡੀ ਐੱਸ ਨੂੰ ਫਾਰਵਰਡ ਕਰੇਗੀ। ਉਹ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਈ ਐੱਸ ਸੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੋਸ਼ਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੈਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਲਉ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਸ਼ਲ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਉੱਪਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਬੈਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮਾਇਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ।

ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਮਿਲੇਗਾ

- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ 1,483 ਡਾਲਰ ਤੱਕ ਮਿਲਣਗੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੈ
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਲਈ 52 ਡਾਲਰ ਮਿਲਣਗੇ ਜਾਂ ਇਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਪਾਸ ਮਿਲੇਗਾ (ਕੁੱਲ 1,535 ਡਾਲਰ)। ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੈਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
- ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੱਭਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ
- ਤੁਸੀਂ ਇਕ ਸਿੰਗਲ ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਆਪਣੀ ਕਮਾਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਆਮਦਨ ਦਾ ਸਲਾਨਾ 16,200 ਡਾਲਰ ਤੱਕ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨੌਨ-ਸਟੈਟਸ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈਲਥ ਕਵਰੇਜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਹੈਲਥ ਸਪਲੀਮੈਂਟਸ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ।

“ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ” ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ?

ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋਣ ਲਈ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 18 ਸਾਲ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ
- ਇਹ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਰੱਥਾ 'ਤੇ ਸਿੱਧਾ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬੰਦਸ਼ਾਂ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ (ਸਫਾ 4 'ਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ)।



ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਆਪਣੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਮਦਦ ਦੀ, ਜਾਂ
- ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ (ਜਿਵੇਂ ਵੀਲਚੇਅਰ), ਜਾਂ
- ਕਿਸੇ ਜਾਨਵਰ ਤੋਂ ਮਦਦ ਦੀ।

ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ

ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਦੇ ਚਾਰ ਭਾਗ ਹਨ:

ਭਾਗ ਇਕ: ਬੈਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਵਲੋਂ ਭਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਭਾਗ ਦੋ: ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਭਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਭਾਗ ਤਿੰਨ: ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਭਰਦੇ ਹਨ

ਭਾਗ ਚਾਰ: ਤੁਹਾਡੇ ਅਸੈਸਰ ਵਲੋਂ ਭਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੈਸਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ (ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਭਾਗ ਦੋ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਭਰ ਸਕਦਾ ਹੈ), ਜਾਂ
- ਰਜਿਸਟਰਿਡ ਸਾਇਕੋਲੋਜਿਸਟ, ਜਾਂ
- ਰਜਿਸਟਰਿਡ ਨਰਸ ਜਾਂ ਰਜਿਸਟਰਿਡ ਸਾਇਕੋਮੈਟਰਿਕ ਨਰਸ, ਜਾਂ
- ਆਕੂਪੇਸ਼ਨਲ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਜਾਂ
- ਫਿਜ਼ੀਕਲ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਜਾਂ
- ਕੋਈ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ, ਜਾਂ
- ਕੋਈ ਕਾਇਰੋਪੈਰੈਕਟਰ, ਜਾਂ
- ਕੋਈ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ।

ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਅਸੈਸਰ ਬੈਂਡ/ਕਮਿਊਨਟੀ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਐਡਮਿਨਿਸਟਰੇਟਿੰਗ ਅਥਾਰਟੀ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਦਾ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਜੇ ਉਹ ਕਮਿਊਨਟੀ ਆਈ ਐੱਸ ਸੀ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਸੈਸਰ ਅਰਜ਼ੀਕਰਤਾ ਦਾ ਕੋਈ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਦੇ ਭਾਗਾਂ ਨੂੰ ਤਰਤੀਬ ਨਾਲ ਭਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ, ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਗ ਇਕ ਭਰਿਆ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਫਿਰ ਭਾਗ ਦੋ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਅਤੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਭਾਗ ਚਾਰ।

ਭਾਗ ਦੋ (ਤੁਸੀਂ ਭਰਨਾ ਹੈ)

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਭਾਗ ਦੋ ਵੱਲ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖੋਗੇ ਕਿ ਇਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦੋਸਤ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਹਿਮਾਇਤੀ ਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣਾ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਏ - ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਹਰ ਖਾਨੇ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਨਾਂ, ਜਨਮ ਤਾਰੀਕ, ਐਡਰੈਸ ਆਦਿ ਭਰਦੇ ਹੋਏ ਇਸ ਭਾਗ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਫੋਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ “ਫੋਨ ਨਹੀਂ” ਭਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।



ਬੀ - ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਦੀ ਹਾਲਤ (ਤੁਹਾਡੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ)

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਦੇ ਭਾਗ ਦੇ ਵੱਲ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖੋਗੇ ਕਿ ਇਹ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ “ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਭਾਗ ਨੂੰ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।” ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਭਾਗ ਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਇਹ ਗੱਲ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕੀ ਲਿਖਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੀ ਡੀ ਐੱਸ ਡਬਲਯੂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਗ ਦੇ ਪਹਿਲਾਂ ਭਰਨਾ ਪੈਣਾ ਹੈ, ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਅਤੇ ਅਸੈਸਰ ਆਪਣੇ ਭਾਗ ਭਰਨ ਵੇਲੇ ਇਸ ਭਾਗ ਨੂੰ ਇਕ ਗਾਈਡ ਵਜੋਂ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਨ: ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਅਤੇ ਚਾਰ ਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਸਵਾਲ ਬੀ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਬਾਰੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜਿੰਨੀ ਤੁਸੀਂ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ।

ਭਾਗ ਦੇ ਵਿਚ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਕ ਵੱਖਰੇ ਪੇਪਰ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾ ਖਰੜਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਇਕ ਚੰਗਾ ਖਿਆਲ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਯਾਦ ਰੱਖੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਪਹਿਲਾ ਖਰੜਾ ਕਿਸੇ ਹਿਮਾਇਤੀ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿਖਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ, ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਲਿਖੋ।

ਬੀ (1.) “ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।”

ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਾਫ ਸਾਫ ਲਿਖੋ ਅਤੇ ਵਰਣਨ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੈਪੇਟਾਈਟਿਸ ਸੀ, ਅਤੇ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ, ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀਆਂ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀਜ਼ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ, ਜਿੰਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਓਨਾ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਬੀ (2.) “ਤੁਹਾਡੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਤੇ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਰਥਾ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ?”

ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਜਾਂ ਅਸੰਭਵ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨੇਮ ਨਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮਨਿਸਟਰੀ ਅੱਗੇ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕੰਮ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ:

- ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਾ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਨਹਾਉਣਾ)
- ਖਾਣੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ
- ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ
- ਘਰ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖਣਾ
- ਨਿੱਜੀ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਕਰਨਾ
- ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਘੁੰਮਣਾ ਫਿਰਨਾ
- ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨ ਵਰਤਣਾ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਬੱਸ 'ਤੇ ਜਾਣਾ)
- ਨਿੱਜੀ ਪੈਸੇ ਧੋਲੇ ਨੂੰ ਸਾਂਭਣਾ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀਆਂ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਨਿੱਜੀ ਸੰਭਾਲ, ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਧੋਲੇ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨਾ
- ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਅਸਰਦਾਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣਾ, ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਆਪਸੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਣਾ (ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ, ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਜੁਲ ਕੇ ਰਹਿਣਾ)।



“ਤੁਹਾਡੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਤੇ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਰਥਾ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ?” ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ (ਚੈਕਲਿਸਟ) ਦੇਖੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਲਾਉ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਮਾੜੇ ਦਿਨਾਂ ਨੂੰ ਕਰਨੀਆਂ ਔਖੀਆਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਫਿਰ, ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਨੂੰ ਸੇਧ ਵਜੋਂ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਲਿਖੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿਸਟ ਵਿਚ ਲਿਖੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜਵਾਬ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ, **ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜ ਵਾਲੀ ਮਦਦ ਨਾ ਵੀ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋਵੋ।**

ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਲਈ ਜਾ ਰਹੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਸ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਦੋਸਤਾਂ, ਪਰਿਵਾਰ, ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪਾਂ, ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਦੀਆਂ ਟੀਮਾਂ ਜਾਂ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਦੇ ਹੋਰ ਰੂਪਾਂ ਤੋਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੁੰਡੀਆਂ, ਸਪਲਿੰਟਾਂ ਜਾਂ ਗਰੈਬ ਬਾਰਾਂ।

ਸੋਚਣ ਵਾਲੀ ਇਕ ਹੋਰ ਗੱਲ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਉਪਰ ਲਿਖੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਮਦਦ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਭਾਂਡੇ ਧੋਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਦੋ ਜਾਂ ਤਿੰਨ ਗੁਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਵਾਲ ਬੀ (2) ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵੇਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।

ਸੀ - ਐਲਾਨਨਾਮਾ ਅਤੇ ਇਤਲਾਹ

ਭਾਗ ਦੇ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਂ ਦੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਤਾਰੀਕ ਪਾਉਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਸਤਖਤਾਂ 'ਤੇ ਗਵਾਹੀ ਪਵਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜੇ ਕੋਈ ਮਾਨਸਿਕ ਅਸਮਰਥਾ ਕਰਕੇ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਦਰਜੇ ਦੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਦੇ ਅਯੋਗ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਗਾਰਡੀਅਨ ਵਲੋਂ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕ ਰੱਖਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਭਾਗ ਤਿੰਨ (ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਦੇ ਭਰਨ ਲਈ)

ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਉਹ ਭਾਗ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਲਈ ਭਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਲਈ ਕੁਝ ਸੇਧਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਲਈ ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਦਾ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਭਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ “ਸਿਰਫ ਅਰਜ਼ੀਕਰਤਾ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨੇ ਭਰਨਾ ਹੈ।” ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਕ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਹਨ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।

ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਵਲੋਂ ਭਰਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ ਇਸ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਹਰ ਸਵਾਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗੇ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਆਮ ਗੱਲਾਂ ਦੱਸਾਂਗੇ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਾਡੇ ਖਿਆਲ ਮੁਤਾਬਕ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਫਾਰਮ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਾਲ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਬਣਾਉ

ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਵਲੋਂ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਕਈ ਸਵਾਲ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਇਸ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਫਾਰਮ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨੂੰ ਮਿਲੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਫਾਰਮ ਭਰੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਫੈਮਿਲੀ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵਾਕ-ਇਨ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।



ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੀ ਲਿਜਾਣਾ ਹੈ

- ਆਪਣਾ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਦਰਜੇ ਦਾ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ, ਆਪਣਾ ਭਾਗ ਭਰ ਕੇ
- ਤੁਸੀਂ ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਦੀ ਫੋਟੋਕਾਪੀ ਕਰਕੇ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਠੀਕ ਭਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਲਿਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕ ਸੇਧ ਵਜੋਂ ਵੀ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੰਮ ਸੌਖਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਹੋਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਰੋਜ਼ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ
- ਇਸ ਗਾਈਡ ਦਾ ਸਫਾ 9: “ਡਾਕਟਰਾਂ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ”
- ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਦੀ ਇਕ ਕਾਪੀ।

ਭਾਗ ਚਾਰ (ਤੁਹਾਡੇ ਅਸੈੱਸਰ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਵਲੋਂ ਭਰੇ ਜਾਣ ਲਈ)

ਭਾਗ ਚਾਰ ਉਹ ਹਿੱਸਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਅਸੈੱਸਰ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਵਲੋਂ ਭਰਿਆ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕੁਝ ਸੇਧਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅਸੈੱਸਰਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਦੇਖੋ ਜਿਹੜੇ ਇਸ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ ਦੇ ਸਫਾ 3 'ਤੇ ਦਰਜ ਭਾਗ ਚਾਰ ਨੂੰ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਅਸੈੱਸਰ ਦਾ ਰਜਿਸਟਰਸ਼ੁਦਾ ਪ੍ਰੋਫੈਸ਼ਨਲ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਕੋਈ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਭਾਗ ਚਾਰ ਭਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਸੂਬਾਈ ਸਰਕਾਰ ਲਈ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਉਹ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਵਿਚ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰਜ਼ ਐਕਟ ਅਧੀਨ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਸੈੱਸਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਭਾਗ ਚਾਰ ਭਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਅਸੈੱਸਰ ਕੋਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੀ ਲਿਜਾਣਾ ਹੈ

- ਆਪਣਾ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਦਰਜੇ ਦਾ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ, ਆਪਣਾ ਭਾਗ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਦਾ ਭਾਗ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਕੇ
- ਤੁਸੀਂ ਫਾਰਮ ਦੀ ਫੋਟੋਕਾਪੀ ਵੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਭਾਗ ਚਾਰ ਭਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਆਪਣੇ ਅਸੈੱਸਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉ
- ਇਸ ਗਾਈਡ ਦਾ ਸਫਾ 10: “ਅਸੈੱਸਰਾਂ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ”
- ਆਪਣੀ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਦੀ ਇਕ ਕਾਪੀ।

ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣਾ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਫਾਰਮ ਦੇ ਅੰਤ 'ਤੇ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਕਰਤਾ ਲਈ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਦੇਖੋ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਲਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਫਾਰਮ ਭੇਜਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਦੀ ਫੋਟੋਕਾਪੀ ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਹਰ ਇਕ ਚੀਜ਼ ਮੁਕੰਮਲ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬੀ ਸੀ ਏ ਐੱਨ ਡੀ ਐੱਸ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਅਡਜੂਡੀਕੇਟਰ ਨੂੰ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜੋ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਲਿਫਾਫੇ ਉੱਪਰ ਤੁਹਾਡਾ ਵਾਪਸੀ ਐਡਰੈਸ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦੱਸਣ ਲਈ ਬੀ ਸੀ ਏ ਐੱਨ ਡੀ ਐੱਸ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ।



ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਵਾਲ

ਸਵਾਲ: ਆਪਣੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਭਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਜੇ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਡਾਕਟਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਜਵਾਬ: ਡਾਕਟਰ ਲੱਭਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚੰਗੀ ਕਿਸਮਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦਾ ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਭਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੁਣ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਦੀ ਚੋਣ ਵੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਲਉ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਤੋਂ ਲਉ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਉਸ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਇਕ ਚੰਗਾ ਖਿਆਲ ਹੈ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ।

ਸਵਾਲ: ਕੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਭਰਵਾਉਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਜਾਂ ਅਸੈੱਸਰ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੇਣੇ ਪੈਣੇ ਹਨ?

ਜਵਾਬ: ਨਹੀਂ, ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਅਤੇ ਅਸੈੱਸਰ ਨੂੰ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦਾ ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਅਤੇ ਚਾਰ ਭਰਨ ਲਈ ਇਨਵੋਆਇਸਾਂ ਲਿਖਣ ਲਈ ਆਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਐਡਮਿਨਿਸਟਰੇਟਿਵ ਅਥਾਰਟੀ (ਬੈਂਡ) ਪੇਮੈਂਟ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਡਾਕਟਰਾਂ, ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ ਅਤੇ ਅਸੈੱਸਰਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਫੀਸ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਜੇ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਸੇ ਚਾਰਜ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਨਿਸਟਰੀ ਔਫ ਹੈਲਥ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸਵਾਲ: ਜੇ ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਨੂੰ ਨਾ ਜਾਣਦਾ/ਜਾਣਦੀ ਹੋਵਾਂ ਜਿਹੜਾ ਮੇਰਾ ਅਸੈੱਸਰ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਜਵਾਬ: ਸਿਰਫ ਖਾਸ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਅਸੈੱਸਰਾਂ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਨੂੰ ਅਸੈੱਸਰ ਵਾਲਾ ਭਾਗ ਭਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਸਵਾਲ: ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਨਾਂਹ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਜਵਾਬ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਨਾਂਹ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਉਹ ਚਿੱਠੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐਡਮਿਨਿਸਟਰੇਟਿਵ ਅਥਾਰਟੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਰਿਵੀਊ ਕਰਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣ ਅਤੇ ਇਹ ਕਾਰਨ ਦੱਸਣ ਲਈ 20 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਿਉਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਗਲਤ ਹੈ। ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਰਿਵੀਊ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੈਂਡ ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਵਰਕਰ ਤੋਂ ਰਿਕੁਐਸਟ ਫਾਰ ਐਡਮਿਨਿਸਟਰੇਟਿਵ ਰਿਵੀਊ ਫਾਰਮ ਮੰਗਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਫਾਰਮ ਦੇ ਨਾਲ, ਵਰਕਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਕਾਪੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਰਿਕੁਐਸਟ ਫਾਰ ਐਡਮਿਨਿਸਟਰੇਟਿਵ ਰਿਵੀਊ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੇਪਰ ਲਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਚਿੱਠੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਕਿਸਮ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਦੀ ਚਿੱਠੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਇਹ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਕਿਉਂ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਦੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ 20-ਕਾਰੋਬਾਰੀ-ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਡੈੱਡਲਾਈਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਿਲ ਜਾਵੇ।

ਜੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਰਿਵੀਊ ਕਾਮਯਾਬ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਮਨਜ਼ੂਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਅਪੀਲਜ਼ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਸੁਣਿਆ ਜਾਵੇ। ਪਰ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਰਿਵੀਊ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਮਿਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੱਤ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਵਿਚ ਅਪੀਲਜ਼ ਕਮੇਟੀ ਕੋਲ ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਪੀਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮੰਗਣਾ ਇਕ ਚੰਗਾ ਖਿਆਲ ਹੈ।

ਸਵਾਲ: ਕੀ ਬੱਚੇ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹਨ?

ਜਵਾਬ: ਨਹੀਂ। ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਭੱਤੇ (ਬੈਨੇਫਿਟਸ) ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 18 ਸਾਲ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ 18ਵੇਂ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੋਂ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੱਕ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਸਵਾਲ: ਕੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਪੱਕਾ ਹੈ ਜਾਂ ਮੈਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ?

ਜਵਾਬ: ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦਾ ਦਰਜਾ ਪੱਕਾ ਦਰਜਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਬੀ ਸੀ ਏ ਐੱਨ ਡੀ ਐੱਸ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਪ੍ਰੋਕਟਿਸ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰੀ ਦਾ ਰਿਵੀਊ ਸਿਰਫ ਖਾਸ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਕਰਨ ਦੀ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਬੀ ਸੀ ਏ ਐੱਨ ਡੀ ਐੱਸ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਦਾ ਰਿਵੀਊ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਉਪਰਲੇ ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਹੋਰ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਭਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸਵਾਲ: ਜੇ ਮੈਂ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦਾ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾ ਹੋਵਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂ ਰਿਜ਼ਰਵ ਉੱਪਰ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੋਵਾਂ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਈ ਐੱਸ ਸੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਬੈਂਡ ਰਾਹੀਂ ਭਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਜਵਾਬ: ਹਾਂ। ਸਿਰਫ ਇਕ ਛੋਟ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੌਨ-ਸਟੈਟਸ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਰਿਜ਼ਰਵ ਉੱਪਰ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਐੱਮ ਐੱਸ ਡੀ ਪੀ ਆਰ ਰਾਹੀਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।



ਡਾਕਟਰਾਂ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ

ਪਿਆਰੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ:

ਤੁਹਾਡਾ ਮਰੀਜ਼ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ (ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ) ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦਾ ਭਾਗ ਤਿੰਨ ਅਰਜ਼ੀਕਰਤਾ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਵਲੋਂ ਭਰਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਾਗ ਚਾਰ - ਅਸੈਸਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਭਰਨ ਲਈ ਵੀ ਆਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਹਿੱਸੇ ਹੇਠਾਂ ਦੱਸੇ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਭਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਮਰੀਜ਼ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇਗਾ।

- ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਕਰਤਾ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ, ਵੱਡਾ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਗਾੜ ਸਮਝਿਆ ਜਾਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਹ ਗੱਲ ਨੋਟ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਕਈ ਅਜਿਹੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਰਲ ਕੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿਚ ਵੱਡਾ ਵਿਘਨ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਦੇ ਪੂਰੇ ਅਸਰ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉਂਦੇ ਹੋ (ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮਾੜੇ ਦਿਨਾਂ ਨੂੰ) ਅਤੇ ਵਿਗਾੜ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦ “ਸਵੀਅਰ” ਵਰਤਦੇ ਹੋ।
- ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਦੋ ਸਾਲ ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਂ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀਮਤ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਕਾਰਜੀ ਹੁਨਰਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਰਨਾ, ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹਨਾ, ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਚੁੱਕਣਾ ਅਤੇ ਲਿਜਾਣਾ, ਦਿਮਾਗੀ ਕਾਰਜ) ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿਚ, ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ, ਖਾਣਿਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਦਵਾਈਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਲੈਣਾ, ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ, ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਕਰਨਾ, ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਨਾ, ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ, ਪੈਸੇ ਧੋਲੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕਾਰਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਉਹ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਦੱਸੋ ਜਿਹੜੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਔਖ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮਰੀਜ਼ ਕਿਸੇ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਕਾਰਜ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਮਿਆਦ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- ਉਪਰ ਲਿਖੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤ, ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਟੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਪਰ ਮੌਜੂਦ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਗੱਲ ਨੋਟ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ - ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਕਰਤਾ ਨੂੰ ਜੱਦੋਜਹਿਦ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਲਈ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਉਪਰ ਦੱਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰੀ ਦੀ ਕਸੌਟੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਮਰੀਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵੇਰਵੇ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਕਿਵੇਂ ਉਸ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਾਰਜਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਭਾਗ ਭਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੇ ਦੇਣਾ।

ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ।



ਅਸੈਂਸਰਾਂ ਨੂੰ ਚਿੱਠੀ

ਪਿਆਰੇ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ:

ਤੁਹਾਡਾ ਮਰੀਜ਼ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ (ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ) ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦਾ ਭਾਗ ਚਾਰ - ਅਸੈਂਸਰ ਰਿਪੋਰਟ - ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਕਰਤਾ ਦੇ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਵਲੋਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅਸੈਂਸਰ ਵਲੋਂ ਭਰਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ। (ਲਾਇਸੈਂਸਸ਼ੁਦਾ ਮਾਹਰ ਜਿਹੜੇ ਅਸੈਂਸਰ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਦੀ ਲਿਸਟ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਦੇ ਅੱਗੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਹੈ)। ਇਸ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਰੀਜ਼/ਕਲਾਇੰਟ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਹਿੱਸੇ ਹੇਠਾਂ ਦੱਸੇ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਆਸ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਭਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਮਰੀਜ਼/ਕਲਾਇੰਟ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇਗਾ।

- ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋਣ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਕਰਤਾ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵੱਡਾ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਗਾੜ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਉਸ ਦੀ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਂ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੀਮਤ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਇਸ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹੋਰਨਾਂ ਤੋਂ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੋਵੇ।
- ਅਸੈਂਸਰ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਕਰਤਾ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮਰਥਾ ਦਾ ਅਨੁਮਾਨ, ਉਸ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਲਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ, ਘਰ ਦਾ ਕੰਮ, ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਕਰਨਾ, ਖਾਣਿਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ, ਘਰ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਨਾ, ਪੈਸੇ ਧੋਲੇ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਕਾਰਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਇਹ ਫਾਰਮ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਡਿਜ਼ਾਇਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੈਂਸਰ ਨੂੰ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਕਰਤਾ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰਥਾ ਦਾ ਪਤਾ ਇਸ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਲਾਉਣਾ ਪਵੇ ਕਿ ਕੀ ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ, ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰਾਂ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੀ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਆਪ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲਾ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਨਾਰੇ 'ਤੇ ਧੱਕਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਅਲੱਗ ਥਲੱਗ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਆਪਣੀ ਮੰਦੀ ਸਮਾਜਿਕ ਹਾਲਤ ਕਾਰਨ ਮਦਦ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਹੋ ਗਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲੇ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਲਾਇੰਟ ਨੂੰ “ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ” ਸੀਮਾਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਦੀ ਅਕਸਰਤਾ ਅਤੇ ਮਿਆਦ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨ ਲਈ ਜੱਦੋਜਹਿਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਾਉਣਾ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਜਿੱਥੇ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਇਕ ਦਿਨ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਵੱਖਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, “ਮਾੜੇ ਦਿਨਾਂ” ਦਾ ਆਪਣੇ ਕਲਾਇੰਟ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਵਰਤਾਰੇ 'ਤੇ ਅਸਰ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।

ਉਪਰ ਦੱਸੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਲਈ ਹੱਕਦਾਰੀ ਦੀ ਕਸੌਟੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਕਲਾਇੰਟ/ਮਰੀਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵੇਰਵੇ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਕਿਵੇਂ ਉਸ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਾਰਜਾਂ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਭਾਗ ਭਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੇ ਦੇਣਾ।

ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ।



ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਾਰਜਾਂ ਦੀ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਪਰਸਨਜ਼ ਵਿਚ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀਜ਼ (ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ) ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ

ਇਹ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ (ਚੈਕਲਿਸਟ), ਪੀ ਡਬਲਯੂ ਡੀ ਦੇ ਦਰਜੇ ਲਈ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਦਾ ਭਾਗ ਦੇ ਭਰਨ ਵਿਚ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਹੈ। ਨਿਯਮ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਭੱਤੇ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਦਿਖਾਉਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰ ਜਾਂ ਅਸੈਸਰ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰਹਿਣੀ-ਬਹਿਣੀ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਪੜ੍ਹਨ ਵੇਲੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਲਿਖੇ ਸਵਾਲ ਵੀ ਪੁੱਛਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:

- ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਮੈਨੂੰ ਕਦੇ ਕਦੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ?
- ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਕਦੇ ਕਦੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਕਸਰ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਵਾਰੀ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ?
- ਜੇ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?
- ਜੇ ਕੋਈ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪ ਹੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਕਰਨ ਨੂੰ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਕਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?

ਮਿਲਾਨ-ਸੂਚੀ ਦੇ ਅੰਤ 'ਤੇ ਦੋ ਭਾਗ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜੋ ਲਿਸਟ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ “ਹੋਰ” ਦੇ ਥੱਲੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿਚ ਲਿਖ ਲਵੋ।

ਮੇਰੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਮੇਰੇ ਲਈ ਅੱਗੇ ਲਿਖੇ ਕਾਰਜ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ:

1. ਨਿੱਜੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਨਿੱਤਨੇਮ:

- ਨਹਾਉਣ ਵਾਲੇ ਟੱਬ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਾ
- ਸ਼ਾਵਰ ਵਿਚ ਖੜ੍ਹਨਾ
- ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਜਾਂ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਧੋਣ ਲਈ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਥੱਲੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨਾ
- ਸ਼ੇਵ ਕਰਨਾ, ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਬੁਰਸ਼ ਫੇਰਨਾ, ਵਾਲ ਵਾਹੁਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਮੂੰਹ ਧੋਣਾ
- ਹਰ ਰੋਜ਼ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਮੁਢਲੀ ਸਫਾਈ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਜਾਂ ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਹੋਣਾ
- ਸੌਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ
- ਬੈੱਡ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਬੈੱਡ ਤੋਂ ਉੱਠਣਾ
- ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣਾ

2. ਖਾਣੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਖਾਣਾ:

- ਸਿੱਕ, ਕਾਊਂਟਰ ਅਤੇ ਸਟੋਵ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹਨਾ
- ਖਾਣੇ ਨੂੰ ਸ਼ੈਲਫਾਂ ਤੋਂ ਕਾਊਂਟਰਾਂ ਤੱਕ ਅਤੇ ਕਾਊਂਟਰਾਂ ਤੋਂ ਸਟੋਵਾਂ ਅਤੇ ਓਵਨਾਂ ਤੱਕ ਲਿਜਾਣਾ
- ਖਾਣੇ ਨੂੰ ਕੱਟਣਾ, ਛਿੱਲਣਾ, ਰਲਾਉਣਾ ਜਾਂ ਹਿਲਾਉਣਾ
- ਕੈਨ ਅਤੇ ਡੱਬੇ ਖੋਲ੍ਹਣਾ, ਬੈਗ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ
- ਰੈਸਪੀਆਂ ਅਤੇ ਲੇਬਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ
- ਖਾਣੇ ਨੂੰ ਸਟੋਵ ਤੋਂ ਚੁੱਕਣਾ ਜਾਂ ਓਵਨ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ
- ਮਿਆਦ ਲੰਬੇ ਜਾਂ “ਖਰਾਬ ਹੋਏ” ਖਾਣੇ ਸੁੱਟਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ
- ਚਿੱਥਣਾ ਅਤੇ ਨਿਗਲਣਾ
- ਆਮ ਖਾਣੇ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖਾਣੇ ਖਾਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਖਾਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਹੋਣਾ



3. ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ:

- ਸਹੀ ਦਵਾਈਆਂ, ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਸਹੀ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਲੈਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ
- ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਖਰੀਦਣਾ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਖਰੀਦਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ

4. ਘਰ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖਣਾ:

- ਭਾਂਡੇ ਧੋਣਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣਾ, ਕਾਊਂਟਰ ਅਤੇ ਸਿੰਕ ਸਾਫ ਕਰਨਾ, ਫਰਸ਼ਾਂ ਸਾਫ ਕਰਨਾ
- ਆਪਣਾ ਬਾਥਟੱਬ, ਟੋਆਇਲਟ, ਬਾਥਰੂਮ ਸਿੰਕ ਅਤੇ ਫਰਸ਼ ਸਾਫ ਕਰਨਾ
- ਵੈਕਿਊਮ ਕਰਨਾ, ਘੱਟਾ ਝਾੜਨਾ, ਵਿੰਡੋ ਸਾਫ ਕਰਨਾ
- ਆਪਣੀ ਲਾਉਂਡਰੀ ਲਿਜਾਣਾ, ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਤੈਹਾਂ ਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਪਰ੍ਹਾਂ ਰੱਖਣਾ
- ਆਪਣਾ ਘਰ ਸਾਫ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਜਾਂ ਉਤਸ਼ਾਹ ਹੋਣਾ

5. ਨਿੱਜੀ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਸ਼ਾਪਿੰਗ ਕਰਨਾ:

- ਸਟੋਰਾਂ ਵਿਚ ਘੁੰਮਣਾ, ਸੈਲਫਾਂ ਤੋਂ ਚੰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੈਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਖੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਕੈਸ਼ ਰਜਿਸਟਰ ਅੱਗੇ ਲੱਗੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਵਿਚ ਖੜ੍ਹ ਸਕਣਾ
- ਸੈਲਫਾਂ ਤੋਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੁੱਕਣਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੋਕਰੀ ਵਿਚ ਰੱਖਣਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੋਕਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢਣਾ ਅਤੇ ਕੈਸ਼ੀਅਰ ਦੇ ਡੈੱਸਕ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ
- ਗਰੋਸਰੀ ਘਰ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ (ਇਸ ਨੂੰ ਬੱਸ ਤੱਕ ਲਿਜਾਣਾ, ਬੱਸ 'ਤੇ ਲਿਜਾਣਾ, ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਲਿਜਾਣਾ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਵਿਚ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਕਾਰ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢਣਾ)
- ਸਟੋਰਾਂ ਵਿਚ ਭੀੜ, ਲਾਈਟ, ਆਵਾਜ਼ ਅਤੇ ਹਿਲਜੁਲ ਜਾਂ ਲੰਮੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਕਰਕੇ ਫਿਕਰਮੰਦ, ਡਰੇ, ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਜਾਂ ਗੁੱਸੇ ਨਾ ਹੋਣਾ

6. ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਨਾ:

ਅੰਦਰ

- ਪੌੜੀਆਂ ਜਾਂ ਢਾਲਵੀਆਂ ਪੌੜੀਆਂ 'ਤੇ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਥੱਲੇ ਜਾਣਾ
- ਫਰਨੀਚਰ 'ਤੇ ਬਹਿਣਾ ਅਤੇ ਉੱਠਣਾ ਸਮੇਤ ਆਪਣੇ ਬੈੱਡ ਦੇ
- ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਦਰਾਜ਼ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਅਤੇ ਬੰਦ ਕਰਨਾ
- ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਜਾਣਾ
- ਫਰਸ਼ ਤੋਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਝੁਕਣਾ
- ਗੋਡਿਆਂ ਭਾਰ ਝੁਕਣਾ ਅਤੇ ਗੋਡਿਆਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠਣਾ

ਬਾਹਰ

- ਪੱਧਰੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਤੁਰਨਾ
- ਉੱਚੀ-ਨੀਵੀਂ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਤੁਰਨਾ
- ਪੌੜੀਆਂ ਜਾਂ ਢਾਲਵੀਆਂ ਪੌੜੀਆਂ 'ਤੇ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਥੱਲੇ ਜਾਣਾ
- ਬਿਨਾਂ ਫਿਕਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਡਰੇ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ

7. ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਸਾਧਨ ਵਰਤਣਾ:

- ਬੱਸ ਸਟੌਪ ਨੂੰ ਤੁਰ ਕੇ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਖੜ੍ਹਨਾ
- ਬੱਸ ਜਾਂ ਟਰੇਨ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਉਤਰਨਾ
- ਖੜ੍ਹਨਾ, ਆਪਣੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਬਹਿਣਾ ਅਤੇ ਉੱਠਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਟੌਪ 'ਤੇ ਉਤਰਨ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ
- ਬੱਸ ਜਾਂ ਟਰੇਨ ਦੇ ਸਮਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ



8. iਨੱਜੀ ਪੈਸੇ ਧੇਲੇ ਨੂੰ ਸਾਂਭਣਾ:

- ਬਿੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਦੇਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਸਮੇਤ ਕਿਰਾਏ ਦੇ
- ਗਰੋਸਰੀਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਪੈਸੇ ਰੱਖਣਾ
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੈਨੂੰ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ

ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਡਿਸਟੇਬਿਲਟੀ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ:

- ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਚਿੰਤਾ, ਘਬਰਾਹਟ, ਸਟਰੈੱਸ ਜਾਂ ਉਦਾਸੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਭੰਬਲਭੂਸਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅਗਾਂਹ ਪਲੈਨਿੰਗ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੰਮ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਸਮਝਦਾਰ (ਚੰਗੀਆਂ) ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਅਤੇ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਰੋਸ਼ਨੀ, ਆਵਾਜ਼ ਅਤੇ ਹਿਲਜੁਲ ਤੰਗ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਫਿਕਰਮੰਦ ਹੋਏ ਅਤੇ ਡਰੇ ਬਿਨਾਂ ਮੇਲਜੋਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਦੋਸਤਾਂ, ਪਰਿਵਾਰ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਾਰਟਨਰ ਨਾਲ ਵਾਰਤਾਲਾਪ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਅਜਨਬੀਆਂ ਨਾਲ ਵਾਰਤਾਲਾਪ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਅਣਚਿਤਵੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ

ਗੱਲਬਾਤ (ਨੋਟ: ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲੀ ਦੇ ਮਸਲੇ ਇੱਥੇ ਢੁਕਵੇਂ ਨਹੀਂ ਹਨ)

- ਬੋਲਣ ਜਾਂ ਲਿਖਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ
- ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜੇ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ
- ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਕੀ ਪੜ੍ਹਿਆ ਹੈ
- ਇਹ ਸੁਣਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਮੈਨੂੰ ਸਾਹਮਣੇ ਜਾਂ ਫੋਨ 'ਤੇ ਕੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ
- ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਵੇਲੇ ਫਿਕਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਡਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ

ਮੈਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਕਮਿਊਨਟੀ ਏਜੰਸੀਆਂ
- ਕੌਂਸਲਰ
- ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ
- ਦੋਸਤ
- ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ
- ਘਰ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਰਕਰ
- ਰੂਮਮੇਟ
- ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪ
- ਵਾਲੰਟੀਅਰ
- ਹੋਰ _____



ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਅਨੁਕੂਲ ਰਿਹਾਇਸ਼
- ਨਹਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ
- ਬਰੇਸਾਂ
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ
- ਸੇਟੀ
- ਟੱਟੀ ਪਿਸ਼ਾਬ ਵਾਲਾ ਬਰਤਨ
- ਗੱਲਬਾਤ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ
- ਫਹੁੜੀਆਂ
- ਖਾਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਯੰਤਰ
- ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਬੈੱਡ
- ਉਲੱਥਾ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਯੰਤਰ
- ਓਸਟੋਮੀ ਜਾਂ ਯੂਰੋਲੋਜੀਕਲ ਅਪਲਾਇੰਸ
- ਨਕਲੀ ਅੰਗ
- ਸਕੂਟਰ
- ਪੱਚਰਾਂ
- ਓਰਥੋਟਿਕਸ
- ਟੋਆਇਲਟ ਲਈ ਸਹਾਇਕ
- ਵਾਕਰ
- ਵੀਲਚੇਅਰ
- ਹੋਰ _____

ਮੈਨੂੰ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਨਵਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਹੈ

- ਹਾਂ

ਇਹ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਅਲਾਇੰਸ ਬੀ ਸੀ ਦੇ ਇਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਐਕਸੈੱਸ ਵਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।
ਬੀ ਸੀ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟਾਂ ਲਈ ਫੰਡ ਦੇਣ ਵਾਸਤੇ ਹੈਲਥ ਸਾਇੰਸਿਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਔਫ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਅਤੇ
ਲਾਅ ਫਾਉਂਡੇਸ਼ਨ ਔਫ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ।

1450-605 Robson St., Vancouver, BC V6B 5J3 • ਟੈਲੀਫੋਨ: 604-872-1278 • ਫੈਕਸ 604-875-9227
ਟੋਲ ਫਰੀ 1-800-663-1278 • www.disabilityalliancebc.org

ਹੈਲਪ ਸ਼ੀਟਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਲੜੀ ਅਤੇ ਡੀ ਏ ਬੀ ਸੀ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਲਿਖਤਾਂ ਇੱਥੇ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ:
<https://disabilityalliancebc.org/publications>.



we are all
connected

