ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਭਾਗ (DSHS)

ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਅਸਮਰੱਥਾ (ਅਪੰਗਤਾ) ਬਾਰੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ (DDA)

ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ

ਇਸ ਸਮੇਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਏ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ

DSHS WASHINGTON STATE Department of Social and Health Services

DSHS 22-1984 PJ (Rev. 9/24) Punjabi

ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ?

ਇੱਕ ਔਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਵਲੋਂ **11** ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੌਰਾਨ

☑ ਘਰ ਬਦਲਣਾ ਬਹੁਤ ਤਣਾਅ ਭਰਿਆ ਕੰਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ!

ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਘਰ ਬਦਲਣ ਨੂੰ ਤਣਾਅ ਵਾਲਾ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ:

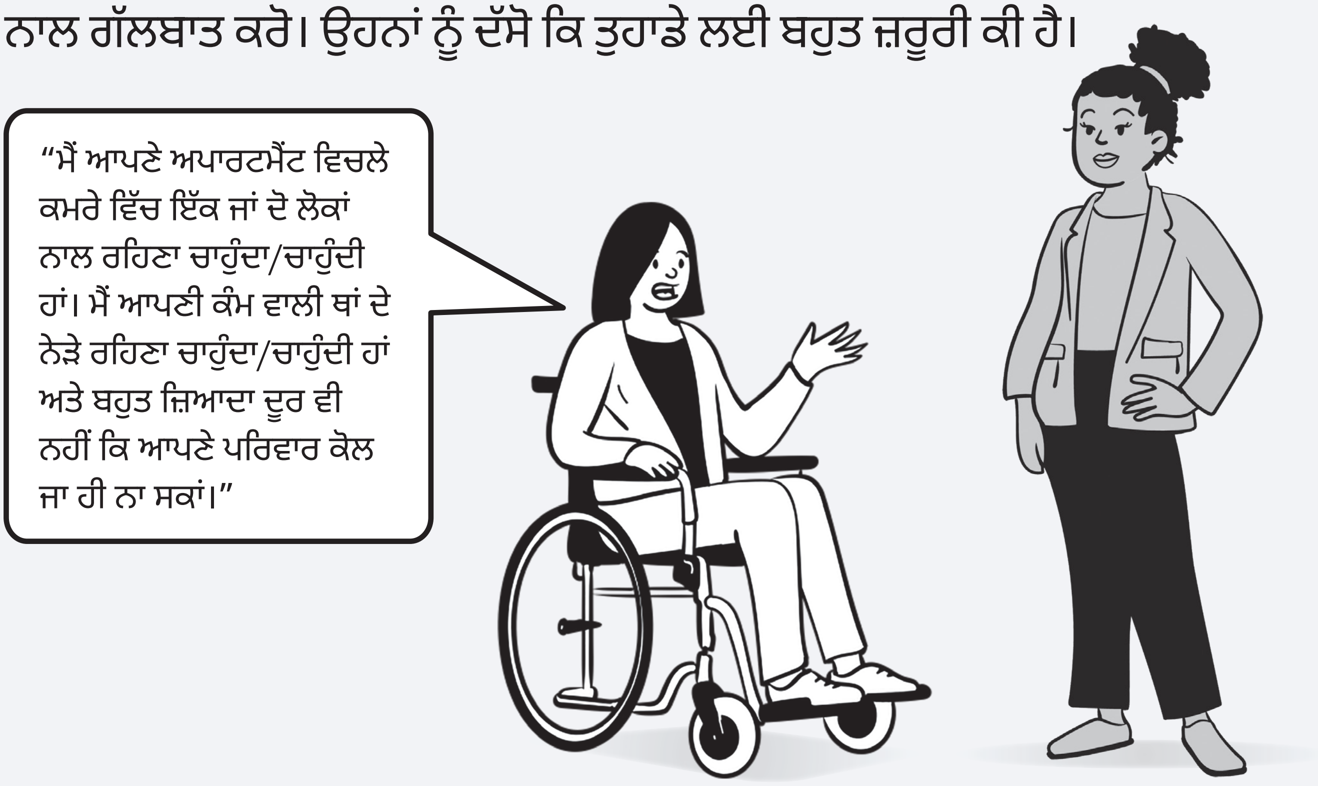
ਰੋਜ਼ ਦਾ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਰੁਟੀਨ ਅਪਣਾਉਣਾ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣਾ ਕਿ ਸਾਰਾ ਕੁਝ ਕਿੱਥੇ ਹੈ।

ਉੱਥੇ ਕੌਣ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉੱਥੇ ਕੌਣ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਵੀ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

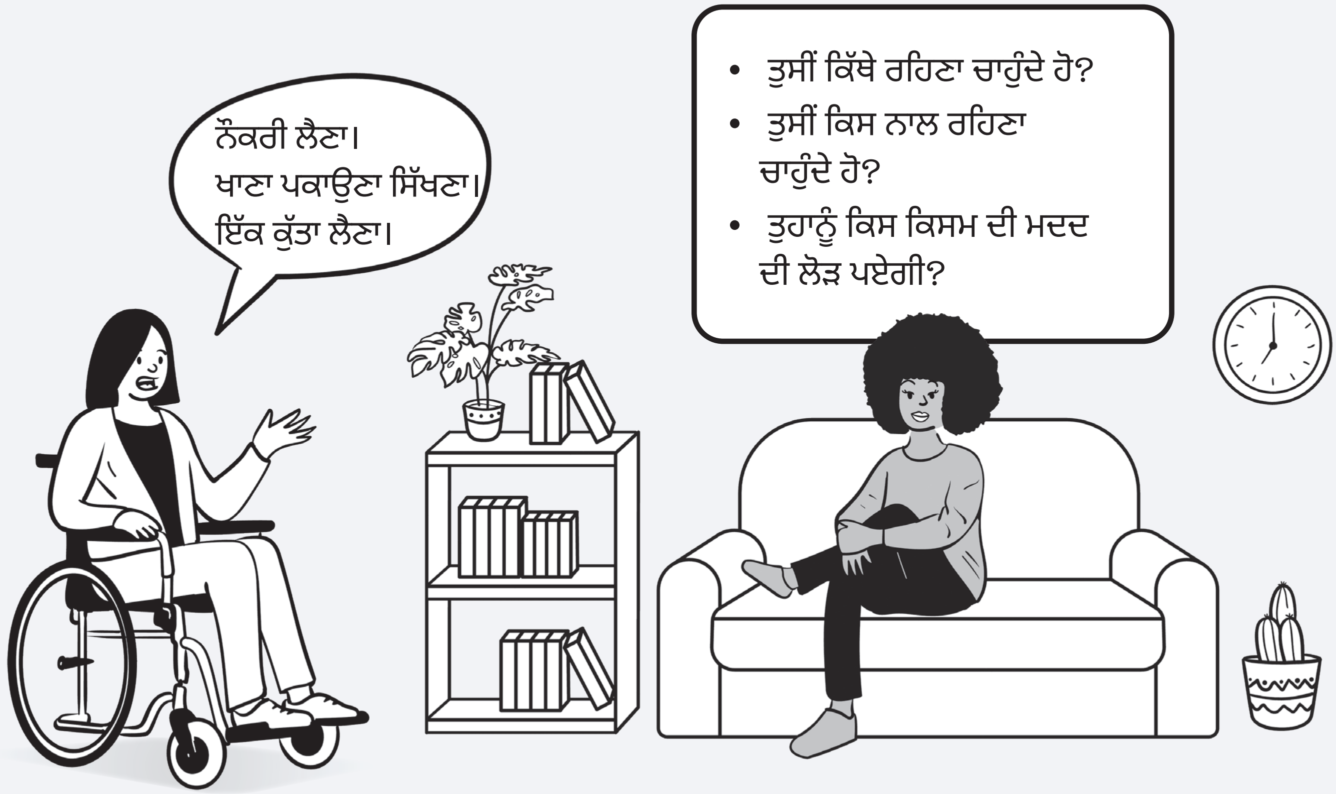
ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ DDA ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਇੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਉਹ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਖ਼ਾਸ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਚੀਜ਼, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਅਮਲ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਤਬਦੀਲੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਆਪਣੀ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਪਲਾਨ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੀ ਹੈ।



ਘਰ ਬਦਲਣ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਾ ਹੈ:



ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਟੀਚੇ ਕਿਹੜੇ ਹਨ?

ਸਹਿਮਤੀ ਫ਼ਾਰਮ 'ਤੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚੇਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

____

____

____

____

____

____

____

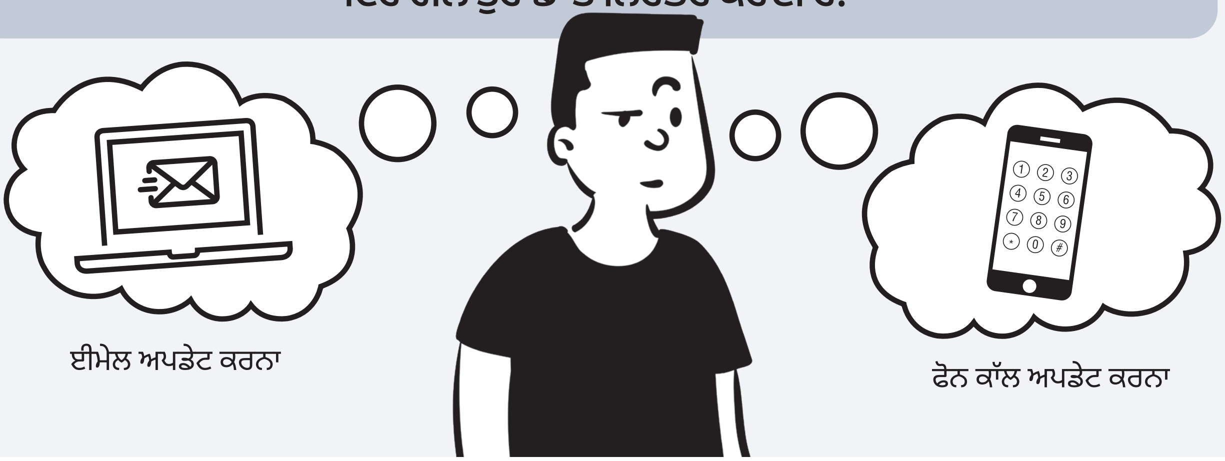
ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਸੰਭਵ ਘਰ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉੱਥੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਲ ਅਤੇ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੁਝ ਅਜਿਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

ਇੱਥੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਕੁਝ ਰੈਗੁਲਰ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

- ਇੱਥੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਡਾੱਕਟਰ, ਡੈਂਟਿਸਟ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀ ਦਾ ਵੀ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਏਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰੋਜ਼ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਉਪਕਰਣ ਦੀ ਲੋੜ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਟੀਮ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੌਣ ਲਿਜਾਏਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਰਾ ਸਮਾਨ ਉੱਥੇ ਮੌਜੂਦ ਹੈ

ਇਹ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਨਿਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈਟ 'ਤੇ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ -
ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਏਗਾ!
ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੱਖਰਾ ਤਰੀਕਾ ਵੀ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ –
ਇਹ ਗੱਲ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ!



ਈਮੇਲ ਅਪਡੇਟ ਕਰਨਾ

ਫੋਨ ਕਾੱਲ ਅਪਡੇਟ ਕਰਨਾ

ਆਪਣਾ ਪਲਾਨ ਬਣਾਉਣ ਦੀਆਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ?

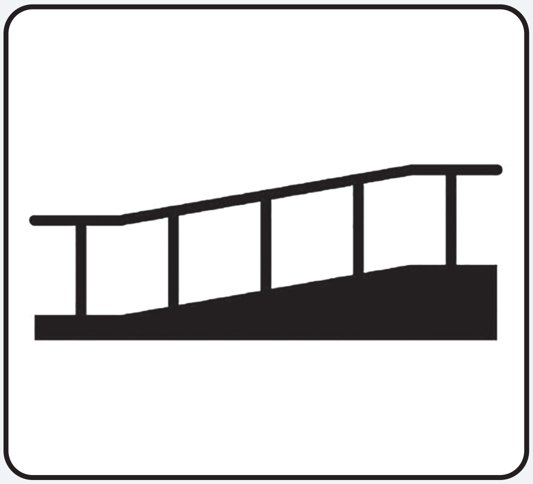
____

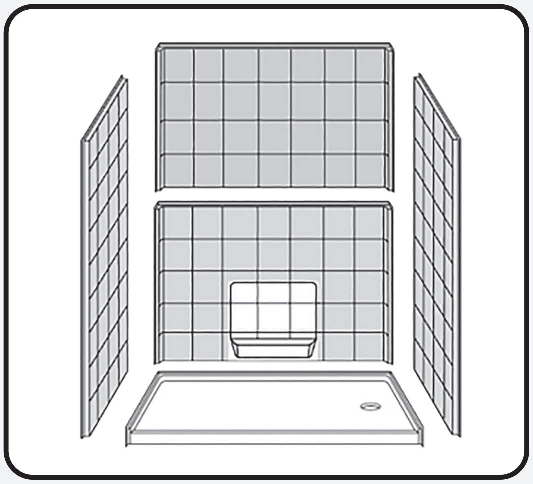
____

____

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉੱਥੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰੈਗੂਲਰ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਕਰੇਗੀ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਘਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੈਂਪ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਉਪਕਰਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

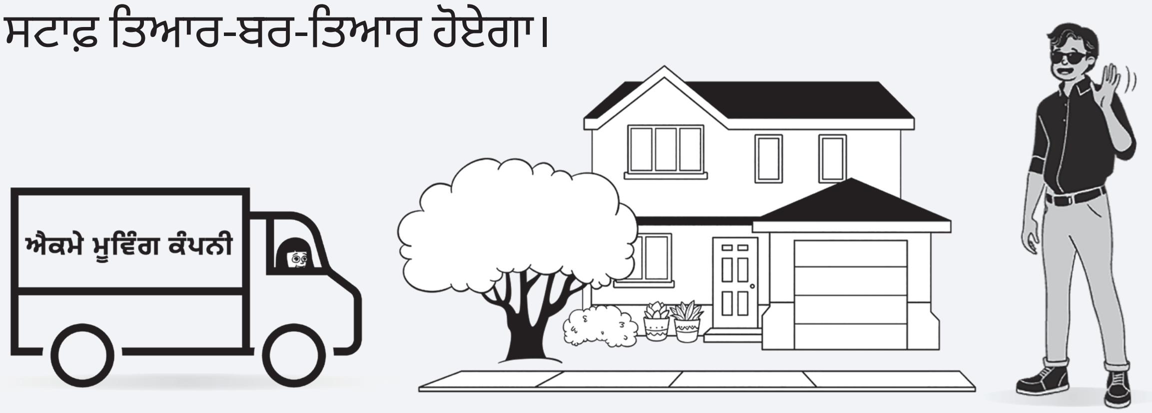




ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਵਾਂ ਘਰ ਉਸ ਥਾਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਨਵੇਂ ਡਾੱਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮੇਸੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੀਆਂ ਜਾਂ ਵੱਖਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ?

ਜਾਣ ਵੇਲੇ, ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਦਾ ਪਲਾਨ ਬਣਾਏਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਰਾ ਸਮਾਨ ਉੱਥੇ ਹੀ ਹੋਏਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਸਟਾਫ਼ ਤਿਆਰ-ਬਰ-ਤਿਆਰ ਹੋਏਗਾ।



ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੇਨੇਜਰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਪਸੰਦ ਹਨ? ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤਾ ਕਰਕੇ ਅਕਸਰ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ।

ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਫਿਰ ਤੋਂ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗੀ। ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ, DDA ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਟਾਫ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਕਰਾਏਗਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਰਵੇਖਣ ਦੇ ਕੁਝ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ, ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 30 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਏਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਸਾਰਾ ਸਮਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋਏ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪਲਾਨਾਂ ਲਈ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੇਗਾ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ ਸਬੰਧੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਰਿਕਾੱਰਡਾਂ (CARE) ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕਰੇਗਾ।

ਨਵੇਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ ਸਾਲ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਲਗਭਗ ਹਰ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਚੀਜ਼/ਸੇਵਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਣ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਦਾ ਬਿਹਤਰੀਨ ਮੌਕਾ ਇਹੀ ਹੋਏਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਕੇਸ ਮੈਨੇਜਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

DDA ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ:
www.dshs.wa.gov/dda/find-dda-office

DDA ਦਾ ਇੰਟਰਨੈਟ ਵੈਬਸਾਈਟ ਲਿੰਕ:
www.dshs.wa.gov/dda

DDA ਦੀਆਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ:
www.youtube.com/playlist?list=PLb1tUPq5ofBHTtHZD7sIfYCHvbkyVOay8

DSHS WASHINGTON STATE Department of Social and Health Services