

تاریخ:

اسم:

تاریخ تولد:



Community
Access & Services SA

کتابچه طرح ریزی

(NDIS)

من

Dari

آماده سازی
طرح برای
بیمه ملی
معیوبین
(NDIS)



Funded by the National Disability Insurance Agency

کتابچه بودجه برای برنامه بیمه ملی معیوبین (NDIS) به همکاری انجمن دسترسی و خدمات (CAASSA) ترتیب گردیده است.

فهرست

۴ پلانگذار / طرح کننده محلی

۵ کتابچه معلومات من

۶ در باره من

۸ زندگی من

۱۰ صحتمندی من

۱۱ خدمات من

۱۲ زندگی روزانه

۱۴ تجهیزات و معالجه

۱۶ خدمات حمایتی

۱۷ من دوست دارم زندگی ام چگونه باشد

۲۰ چگونه میتوانم بودجه پلان خویش را مدیریت نمایم؟

پلانگذار محلی شما چه کسی میباشد؟

پلانگذار محلی شما شخصی است که شما را به خدمات (NDIS) و دسترسی به سایر خدمات ملی بیمه معیوبین انجمن ها در محل سکونت شما را معرفی می کند.

اگر درخواست شما NDIS قبول گردید، پلانگذار محلی شما را با اولین پلان خدمات NDIS برای دسترسی به خدمات همکاری میکند.

- نظر به معلومات که در این کتابچه درج گردیده از شما سوالات زیاد پرسان خواهد گردید.
- و این معلومات برای آنها کمک می کند تا پلان NDIS شما را ترتیب دهند.



مشخصات پلانگذار محلی شما

اسم	
شماره تماس	
ایمیل آدرس	
آدرس دفتر	

برای معلومات در مورد پلانگذار خویش و دانستن ارایه خدمات آنها برای افراد دارای معلولیت و خانواده های شان در محل سکونت خویش از آدرس اینترنتی <https://www.ndis.gov.au/contact/locations> دیدن نماید.



هدف از کتابچه طرح ریزی

(NDIS)

من چه است؟

افراد که دارای معلولیت بوده و موفق به دسترسی به خدمات ملی بیمه معیوبین میگردند میتوانند از (کتابچه طرح ریزی ملی بیمه معیوبین من) استفاده نمایند. بعداً از آن که شما نامه را در مورد قبول شدن برای دسترسی به خدمات ملی بیمه معیوبین دریافت نمودید، پلانگذار محلی برای ترتیب جلسه در مورد طرح ریزی پلان با شما به تماس خواهد شد. برای آمادگی به جلسه طرح ریزی پلان، این کتابچه میتواند شما را کمک نماید. البته، این مهم میباشد که شما به اندازه کافی معلومات خویش را از قبل آماده نمایید، زیرا پلانگذار محلی از شما در باره معلولیت و زندگی شما سوالات زیاد خواهند نمود.

این کتابچه طوری طرح ریزی گردیده تا به شما کمک کند در باره زندگی فعلی و آینده خویش فکر نمایید.

این معلومات در باره زندگی شما، مواردی که برای شما مهم است، خدماتی که فعلاً از آن استفاده می کنید و کارهایی که دوست دارید در جامعه انجام دهید میباشد.

چرا من باید از کتابچه طرح ریزی NDIS خویش استفاده نمایم؟

افراد ذیل میتوانند در خانه پری کتابچه NDIS شما را همکاری نمایند.

- خانواده، سرپرست، دوستان
- پلانگذار محلی شما

و یا کارمندان که در باره فورم NDIS معلومات دارند:

- انجمن های محلی
- ارایه دهنده گان خدمات

شما نیاز ندارد تمام کتابچه NDIS خویش را یکباره تکمیل نمایید، شما میتواند بعداً پاسخ های خویش اصلاح نماید.

همچنان، شما نیاز ندارید تمام سوالات را جواب دهید، تنها سوال های را جواب دهید که مربوط به شرایط فعلی شما میباشد.

کتابچه NDIS من، آغاز بسیار خوبی برای شما و آنهایی که قرار است شما را کمک نمایند میباشد، و از طریق این معلومات آنها نیازمندی های فعلی و آینده شما را بهتر میدانند.

به هر اندازه که شما برای جلسه برنامه ریزی خویش آمادگی بیشتری داشته باشید، به همان اندازه پلان NDIS شما نیازمندی های شما را تحت پوشش قرار خواهد داد.

چگونه میتوانم از کتابچه NDIS خود استفاده نمایم؟

برچسب های
صفحه ۲۳

برچسب ها با قابلیت استفاده مجدد

در صفحه ۲۳، برچسب ها و عکس ها وجود دارد و شما میتوانید به جای نوشتن برای پاسخ خویش از آنها استفاده نمایید. این صفحه برای اشخاص که به زبان خود قادر به خواندن و نوشتن نیستند ترتیب گردیده.

شما میتوانید از نمبر صفحه برچسب و یا عکس مورد نیاز خود را نشانی نمایید.

همچنان، برچسب ها قابل استفاده مجدد هستند، به این معنی که شما میتوانید این برچسب ها را در صفحه برای چند بار نصب و یا حذف نمایید.

فعالیت های حمایتی من

در صفحه ۱۱ این کتابچه فعالیت است که شما را کمک می کند در مورد حمایت های که در زندگی شما وجود دارد بدانید.

شما میتوانید حمایت های خویش را در داخل دایره های کوچک بنویسید و یا در عقب کتابچه از عکس ها و برچسب های لغات استفاده نمایید.

همه حمایت ها قدرتمند نیستند، مثلاً بعضی از حمایت ها:

- غیر متوازن
- پر استرس

- رابطه از هم پاشیده (مانند، جدال و یا خشونت با فرد در زندگی شما)

این فعالیت کمک میکند در مورد حمایت های موجود در زندگی خود بدانید. بعضی اوقات شاید متوجه شوید که افراد زیاد در زندگی خویش دارید که شما را حمایت می کنند مانند دوستان، خانواده و کمیونتی، و یا هم شاید متوجه شوید شما به کمک بیشتر در پلان ملی بیمه معیوبین خود نیاز دارید.

حمایت های من



برچسب های
صفحه 26

کلید روابط	مثال سیمتک ها
قوی / پر قدرت / مستحکم	خوانده گسترده / خوشنودی / نیکان
بر از پوشانی	رفاه انسانی
ضعیف / نا توان	محدوده و یا نگاه
شکسته / پاره / ناقص	سرگرمی
رابطه یک جانبه	وظیفه
رابطه دوجانبه / دو طرفه	مسجد

شخص کمک کننده

شخصی حمایت کننده میتواند شامل اعضای فامیل، کمیونتی و یا ارابه دهنده خدمات شما باشد، و شما را در تکمیل نمودن این فعالیت ها همکاری نماید.



زبان های که من میتوانم به آن صحبت نمایم

من میتوانم به صورت درست انگلیسی بفهمم و صحبت نمایم؟
 بلی نخیر

من به یک مترجم و یا ترجمان نیاز دارم؟
 بلی نخیر



آیا کسی هست که در تصمیم گیری در مورد زندگی شما، شما را کمک کند. مثلاً، در جایی که زندگی می کنید و یا از لحاظ نیازهای صحتی؟

اسم آن شخص:



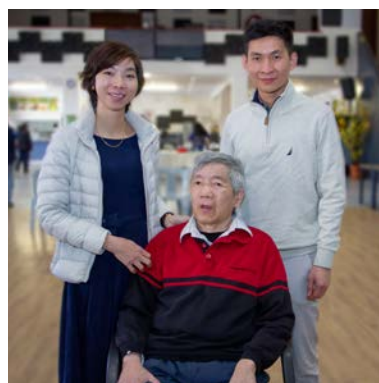
آیا شما میخواهید شخصی دیگری هم در زمان برنامه ریزی NDIS در جلسه با شما حضور داشته باشد، شخصی که مورد اعتماد شما میباشد.

اقارب و یا دوست نزدیک

ارائه دهنده گان خدمات فعلی

شخصی دیگر مورد اعتماد شما

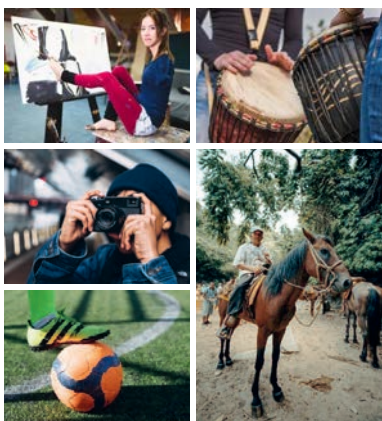
نام آن شخص:



چه چیزی شما را خوشحال می سازد؟ چه چیزی باعث لبخند شما می گردد؟



شما خوش دارید چه فعالیت را انجام دهید؟ شما چه مهارت دارید؟ به چه چیزی علاقه مندید؟
بطور مثال، اسب سواری، فوتبال، عکاسی، نقاشی، و یا نواختن موسیقی.



چه چیزی شما را غمگین می سازد؟ چه چیزی شما را ناامید یا عصبانی می کند؟ انجام کدام کار برای شما مشکل است؟ شما چه مشکلات و یا چالش های را تجربه می کنید؟



زندگی فعلی من:

آدرس فعلی شما کجا میباشد؟



شما با کی زندگی می کنید؟

به تنهایی، همراه با والدین، و یا همراه با فرزندان خود زندگی می کنید؟



انجام کدام کار خانه برای شما دشوار است؟



زمانی که شما بیرون از خانه و در جامعه هستید، انجام کدام فعالیت برای شما دشوار میباشد؟



زندگی من در پنج سال آینده:

شما در کجا خوش دارید زندگی نمایید؟
آیا در جایکه فعلاً زندگی می کنید خوشحال هستید؟ و یا خواهید در مکانی دیگری زندگی نمایید؟



شما با کی دوست دارید زندگی نمایید؟
به تنهایی؟ همراه با پدر و مادر؟ در یک خانه مشترک؟ همراه با فرزندان خود؟



آیا شما برای مدیریت فعالیتهای روزمره خود به کمک نیاز دارید؟

بلی نخیر

بطور مثال: با کدام یک از این موارد شما کمک نیاز دارید:

- آشنایی
- خریداری
- صفا کاری
- چمن زنی/ باغبانی
- بیرون رفتن از منزل
- حمام کردن
- لباس پوشیدن
- رفتن در جلسه و یا قرار های مهم
- اشتراک در برنامه های اجتماعی
- مقابله با استرس
- حمایت صحتی و یا روانی
- آموختن
- کار کردن
- گفتگو و ارتباط با اشخاص دیگر
- مدیریت امور مالی و پرداخت قبوض/ بیل ها
- خواندن و نوشتن به زبان خود و انگلیسی
- استفاده از تکنولوژی

من در مورد این فعالیت های روزمره به کمک نیاز دارم:

نیازهای روزمره خویش را در داخل این چوکات بنویسد و یا از (برچسب های سلامتی من) استفاده کنید:

برچسب های

صفحه 23



کلید روابط

قوی/ پر قدرت/ مستحکم —————

پر از پریشانی ~~~~~

ضعیف/ نا توان - - - - -

شکسته/ پایان یافته - - - // - - - // - - - //

رابطه یک جانبه ← یا/ ویا →

رابطه دو جانبه/ دو طرفه ↔

مثال سیستم ها

- | | |
|-------------------|-----------------------------------|
| دوستان | خانواده گسترده/ خویشاوندی/ نیاکان |
| رفاه اجتماعی | فرهنگ |
| محکمه و یا دادگاه | مراقبت های صحی |
| سرگرمی | تفریح/ اوقات فراغت |
| وظیفه | مکتب |
| معبد | کلیسا |
| | مسجد |

برچسب های

صفحه 30

زندگی من برای فعلاً به این شکل میباشد....
در باره فعالیت های که روزمره که انجام میدهید فکر نماید

شب 	بعد از ظهر 	صبح 	روز
			دوشنبه
			سه شنبه
			چهار شنبه
			پنجشنبه
			جمعه
			شنبه
			یکشنبه

هفته کامل من به این ترتیب می باشد...
شما دوست دارید هر روز چه کاری را انجام دهید؟

شب 	بعد از ظهر 	صبح 	روز
			دوشنبه
			سه شنبه
			چهارشنبه
			پنجشنبه
			جمعه
			شنبه
			یکشنبه

من هر از گاهی از این نوع تجهيزات استفاده می کنم.

برچسب های

صفحه 34

آیا از وسایل که شما استفاده می کنید نیاز به ترمیم و تبدیلی دارد؟ بلی /نخیر	چند بار از آن تجهيزات استفاده می کنم؟ روزانه /هفته یکبار	نوعیت تجهيزات من	
			وسيله حمل و نقل بطور مثال: ویلچر
			ارتباطات بطور مثال: آله شنوایی
			مراقبت از خود بطور مثال: شستن دندان ها
			دسترسی بطور مثال: رمپ/ راه رو برای ویلچر
			خانه بطور مثال: چوکی تسکین فشار
			سایر نیاز ها

آیا تجهیزات دیگر است که شما نیاز دارید از آن استفاده نماید اما فعلاً در دسترس ندارید؟

تجهیزات مانند:

- لوازم صحی برای افراد که مشکل کنترل ادرار دارند
- چوکی تسکین فشار
- ابزار حمایتی برای غذا خوردن
- آله شنوایی
- ترمیم موتر
- رمپ/ راه رو برای ویلچیر
- اسکوتر
- ابزار ایمنی

لوازم و تجهیزات که برای فعلاً از آنها استفاده نمی کنم اما نیاز دارم عبارت اند از:

برچسب های

صفحه 34

آیا در حال حاضر شما از درمان برای رفع نیاز های خویش استفاده می کنید؟

بلی نخیر

در حال حاضر من از این نوع معالجه برای معلولیت خود استفاده میکنم و برای این کار چندین بار پزشک خود را ملاقات می نمایم:

چند بار پزشک خود را می بینم؟ هفته یکبار / ماه یکبار و یا...	نوع معالجه فعلی من
<p>بطور مثال: هر دو هفته</p>	<p>بطور مثال: فیزیوتراپی</p> 

برچسب های

صفحه 37

برای یک زندگی بهتر و رفع نیاز هایم میخواهم از این نوع درمان برخوردار باشم:

خدمات فعلی من:

برای فعلاً شما به کدام خدمات دسترسی دارید و چند بار از این خدمات استفاده می کنید؟

در حال حاضر کدام نهاد با شما همکاری می کند؟	تعداد و مدت زمان دریافت از خدمات؟	نوع همکاری
بطور مثال: Community Access and Services SA	بطور مثال: ۳ ساعت در هفته	بطور مثال: همکاری با کاری های خانه

چه چیزی برای شما مهم است؟ چه چیزی را می خواهید در زندگی خود بهبود بخشید؟ چه چیزی را می خواهید در زندگی خود تغییر دهید؟

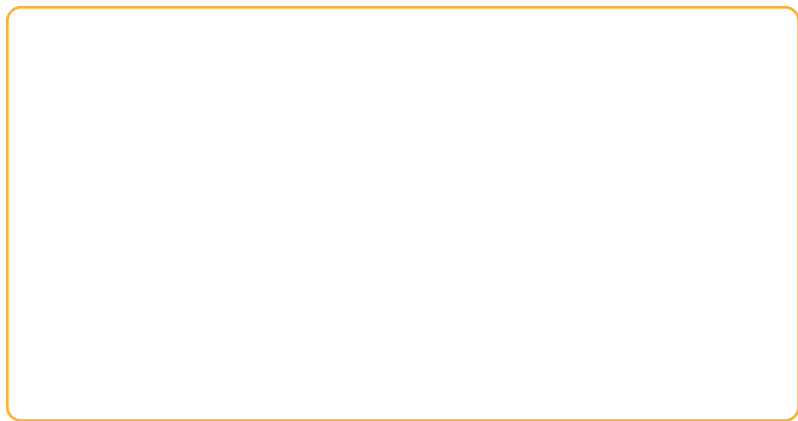
سه عکس را که برای شما مهمتر است توسط خط نشانی نمایید.



چرا شما می خواهید از خدمات NDIS استفاده نمایید؟

بطور مثال:

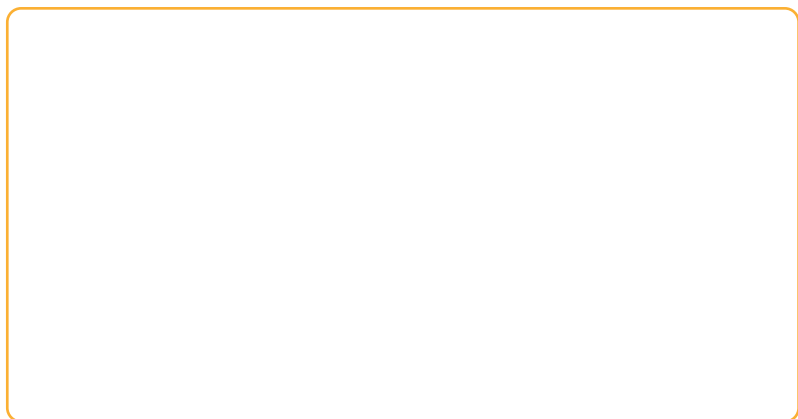
- من میخوام مستقل باشم و مهارت های را بیاموزم که بتوانم کارهایم را خودم انجام دهم.
- میخوام در فعالیت های روزانه ام مانند خرید لوازم همکاری نماید.
- من میخوام لوازم مورد نیاز خود را خرید نمایم تا بتوانم از یک جا به جای دیگر بروم، با دیگران در تماس باشم، و فعالیت ها خویش را انجام دهم.



شما به چه چیزی در زندگی خود امیدوار هستید؟

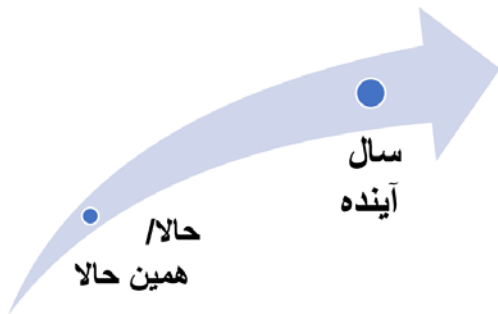
بطور مثال، من امیدوار هستم که یک روز:

- وظیفه داشته باشم.
- بتوانم برایم دوست و رفیق پیدا نمایم.
- مهارت های را یاد گیرم که بتوانم بدون کمک دیگران زندگی خویش مدیریت نمایم.
- شامل شدن در انجمن/ کمیونتی و اشتراک در برنامه های اجتماعی.
- برای اینکه بتوانیم شما را کمک کنیم، در باره سه قطعه عکس خود که برای شما بسیار است مهم فکر نموده و آنرا از صفحه ۱۷ انتخاب نمایید، و آرزو شما برای این بخش از زندگی تان چه میباشد؟



در جریان مصاحبه پلانگذار محلی شما در مورد اینکه چه چیزی را می خواهید در زندگی خود بهبود ببخشید و تغییر دهید از شما سوال خواهد کرد. برای پاسخ به این سوالات، شما میتوانید از جواب های که در صفحه ۱۴ و ۱۵ این کتابچه ارایه گردید استفاده نمایید.

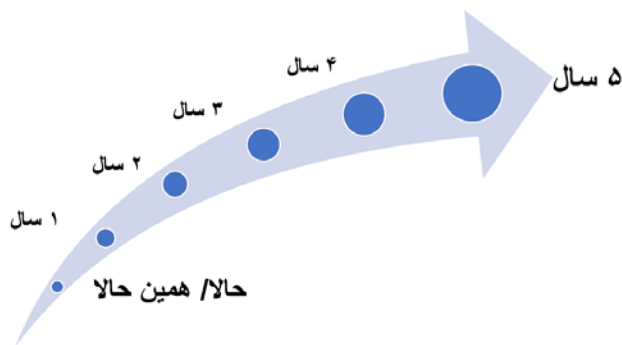
بطور مثال: شاید شما بخواهید که شادتر باشید، اما اگر شما خوشحال هستید چه کاری را انجام میدادید و یا در کجا میخواستید که باشید؟



زندگی من در یک سال:

در جریان یک سال، من چه چیزی را میخواهم بهبود بدهم؟
 مثال: من میخواهم بدون همکاری شخص دیگری خودم را نمایم، و من میخواهم اطمینان و مهارت این را کسب کنم.
 یادآوری فرد دیگری این کار را انجام دهم

چه چیزی مانع رسیدن من به این تغییر میشود؟	من از کدام حمایت ها برخوردار خواهم بود؟	چگونه میتوانم آنرا تغییر دهم؟	چه چیز را می خواهم تغییر دهم؟
			۱.
			۲.
			۳.



زندگی من در پنج سال:

در جریان پنج سال، من چه چیزی را میخوام بهبود ببخشم و یا تغییر دهم؟
 مثال: در پنج سال من میخوام به طور مستقل و در خانه خود زندگی نمایم.
 من می خواهم در خانه ای زندگی کنم که بتوانم خودم با خیال راحت از آن استفاده کنم.

چه چیزی مانع رسیدن من به این تغییر میشود؟	من از کدام حمایت ها برخوردار خواهم بود؟	چگونه میتوانم آنها تغییر دهم؟	چه چیز را می خواهم تغییر دهم؟
			۱.
			۲.
			۳.

چگونه میتوانم بودجه پلان خویش را مدیریت نمایم؟

شما چه کسی را میخواهید تا بودجه ملی بیمه NDIS شما را مدیریت کند؟ شما چگونه میخواهید مصارف خدمات خود را پرداخت نمایید؟

4 گزینه وجود دارد، لطفاً گزینه ای را که ترجیح می دهید انتخاب نمایید:

مدیریت از طریق سازمان NDIA

سازمان ملی بیمه معیوبین و یا NDIA بودجه پلان شما را مدیریت نموده و تمام مصارف خدمات شما را پرداخت می کند. شما نیاز ندارید هزینه اضافه دیگر را پرداخت نمایید.

شما برای دریافت خدمات تنها میتوانید ارایه دهنده های که ثبت شده NDIS باشد را انتخاب نمایید.

مدیریت از طریق شخص شما

با این انتخاب مسئولیت پرداخت هزینه خدمات از طریق بودجه NDIS به عهده شما میباشد.

و این کار از طریق پورتال Myplace شما انجام می شود، و برای این کار شما باید استفاده از تلفن هوشمند و یا کامپیوتر را بدانید. همچنان، بودجه NDIS شما بطور کامل در حساب بانکی شما پرداخت نمیشود، شما تنها میتوانید هزینه خدمات دریافتی خویش را پرداخت نمایید.

شما می توانید هر ارائه دهنده ای را برای ارائه خدمات خود انتخاب کنید و آنها نیاز ندارد که ثبت NDIS باشند.

ارایه خدمات توسط مدیر پلان و راجستر شده

یک سازمان راجستر شده نیز می تواند بودجه NDIS شما را مدیریت کند. آنها مانند یک کتابدار هستند که تمام صورت حساب های شما را پرداخت می کند.

اگر این گزینه را انتخاب نمودید باید از پلانگذار خود بخواهید که این مورد را در پلان شما درج کند.

شما می توانید هر ارائه دهنده ای را برای پیشکش خدمات خود انتخاب کنید و آنها نیاز ندارند که ثبت NDIS باشند.

انتخاب ترکیبی

شما همچنان می توانید ترکیبی از 3 گزینه فوق را انتخاب کنید.

به عنوان مثال: ممکن است بخواهید یک بخش از برنامه ها را خود مدیریت کنید اما بخش دیگر را

مدیر برنامه ریزی برای شما مدیریت نماید.

بطور مثال: شما میتوانید بخش از پلان خویش خود مدیریت کنید و بخش دیگر را به یک مدیر پلانگذار بسپارید.

آشپزی کردن



کار کردن



خریداری کردن



آشپزی کردن



کار کردن



پاکاری / صفایی کردن



باغبانی کردن



بیرون رفتن از منزل



لباس پوشاندن / بر تن کردن



حمام کردن



وقت گذاشتن برای ملاقات با
داکتر



اشتراک در برنامه های
اجتماعی



حمایت های صحتی و درمانی



آموختن



آموختن لسان اشاره یی



خواندن و نوشتن در زبان خود و انگلیسی



تماس گرفتن و ملاقات کردن دوستان



تماس گرفتن و ملاقات کردن دوستان



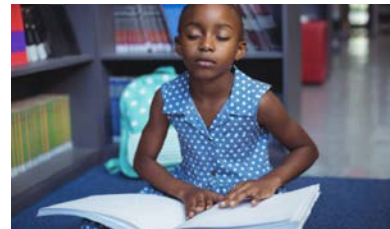
مدیریت امور مالی و پرداخت بیل ها



استفاده از تکنولوژی



آموختن خط بریل/ برای نابینایان



مادر



پدر



برادر



مادر



پدر



برادر



خواهر



خاله/ عمه



کاکا/ ماما



خواهر



برادر زاده/ خواهر زاده



برادر زاده/ خواهر زاده



کودکان



پدر بزرگ/ مادر بزرگ



دوست/ رفیق



کودکان



همسیه



دوست/ رفیق



مدیر/ ریس



حیوانات خانگی



همکاران



معلم



حیوانات خانگی



محل کار



مکتب



ارایه دهنده خدمات



گروه اجتماعی



مکتب



ارایه دهنده خدمات



کلیسا



معبد



مسجد



آسیب شناس گفتاری



داکتر



سایر متخصصان صحی



معالج حرفوی



فزیوتراپیست



فزیوتراپیست



مغازه دار / دوکاندار



مغازه دار / دوکاندار



جامعه / کمیونتی افغانان



سایر جوامع چند فرهنگی



بر خاستن از رختخواب



حمام کردن



شستن دندان ها



لباس پوشیدن



شانه کردن مو ها



غذا پختن



دورهمی خانوادگی



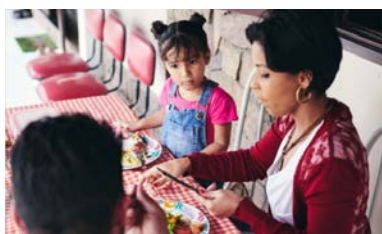
گردش/ بیرون رفتن از خانه



صرف صبحانه



صرف غذا ظهر



صرف غذا شب



تلویزیون تماشا کردن



ساحل رفتن



خریداری کردن



ماهی گیری



رفتن به کلب ورزشی



ورزش کردن



تماشا کردن بازی های ورزشی



درس خواندن



کار کردن



بیرون رفتن برای صرف غذا و یا نوشیدنی



انجام کار های منزل



ملاقات با دوستان



ملاقات با خانواده



باغبانی



رفتن نزد داکتر



با داکتر ملاقات گذاشتن



استراحت کردن



رسامی و یا نقاشی کردن



آموختن و یا نواختن
موسیقی



سینما رفتن



تمرین گروهی



بر خاستن از رختخواب



حمام کردن



شستن دندان ها



لباس پوشیدن



شانه کردن مو ها



غذا پختن



دورهمی خانوادگی



گردش/ بیرون رفتن از خانه



صرف صبحانه



صرف غذا ظهر



صرف غذا شب



تلویزیون تماشا کردن



ساحل رفتن



خریداری کردن



ماهی گیری



رفتن به کلب ورزشی



ورزش کردن



تماشا کردن بازی های ورزشی



درس خواندن



کار کردن



بیرون رفتن برای صرف غذا و یا نوشیدنی



انجام کار های منزل



ملاقات با دوستان



ملاقات با خانواده



باغبانی



رفتن نزد داکتر



با داکتر ملاقات گذاشتن



استراحت کردن



رسامی و یا نقاشی کردن



آموختن و یا نواختن
موسیقی



سینما رفتن



تمرین گروهی



لوازم صحت / دایپر



وسایل برای غذا و نوشیدنی ها



وسایل کمکی برای انجام کار های منزل



وسایل انتقال



تخت خواب و تشک های مراقبت از فشار



وسایل کمکی برای لباس پوشیدن



چوکی تخصصی خانگی



تخت خواب و تشک های مراقبت از فشار



وسایل کمکی برای لباس پوشیدن



وسایل حمام و دستشویی



وسایل حمام و دستشویی



هشدار های شخصی



وسایل معلوماتی و اطلاع
رسانی



آله شنوایی صدا



وسيله كمكى بينايى براى
خواندن



حيوانات كمكى



وسايل كمكى پياده روى



وسايل كمكى پياده روى



ويلچير و اسكوتر



ويلچير و اسكوتر



رهرو خاص براى انتقال
ويلچير



پروتز و ارتوتيك



پروتز و ارتوتيك



رهرو خاص براى انتقال
ويلچير



سهولت های خانگی برای
افراد معیوب



سهولت های خانگی برای
افراد معیوب



درمان حرفوی



فیزیوتراپی



روانشناس



درمان حرفوی



مشاوره



حمایت از رفتار های مثبت



آب درمانی



درمان گروهی



متخصص تغذیه





ایجاد ارتباط، توانمند سازی و حمایت از افراد دارای معلولیت
از جوامع چند فرهنگی و نسانی در استرالیای جنوبی.



Community
Access & Services SA

62 Athol Street,
Athol Park SA 5012

P (08) 8447 8821

F (08) 8447 5527

admin@caassa.org.au

www.caassa.org.au



Funded by the National Disability Insurance Agency