



# ਸਮਰਥਤ ਫੈਸਲੇ-ਲੈਣ (Supported Decision-Making) ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ

ਕਲਾਇੰਟਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ

ACRC 2024

ਸਮਰਥਤ ਫੈਸਲੇ-ਲੈਣਾ  
(Supported  
Decision-Making)  
ਕੀ ਹੈ?





**NEW!**

## ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਕਾਨੂੰਨ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ...

ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਸਿਰਫ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ)

ਇੱਕ ਅਪਾਹਜ ਬਾਲਗ ਵੱਜੋਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਸਬੰਧੀ ਸਹਿਯੋਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਲਿੱਖਦੇ ਹੋ ਜਿਸਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਕਰਾਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਨਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

# ਸਮਰਥਤ ਫੈਸਲੇ-ਲੈਣਾ (SDM) ਹੈ...



ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਿਕਲਪ (ਫੈਸਲੇ) ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਜਿੱਥੇ

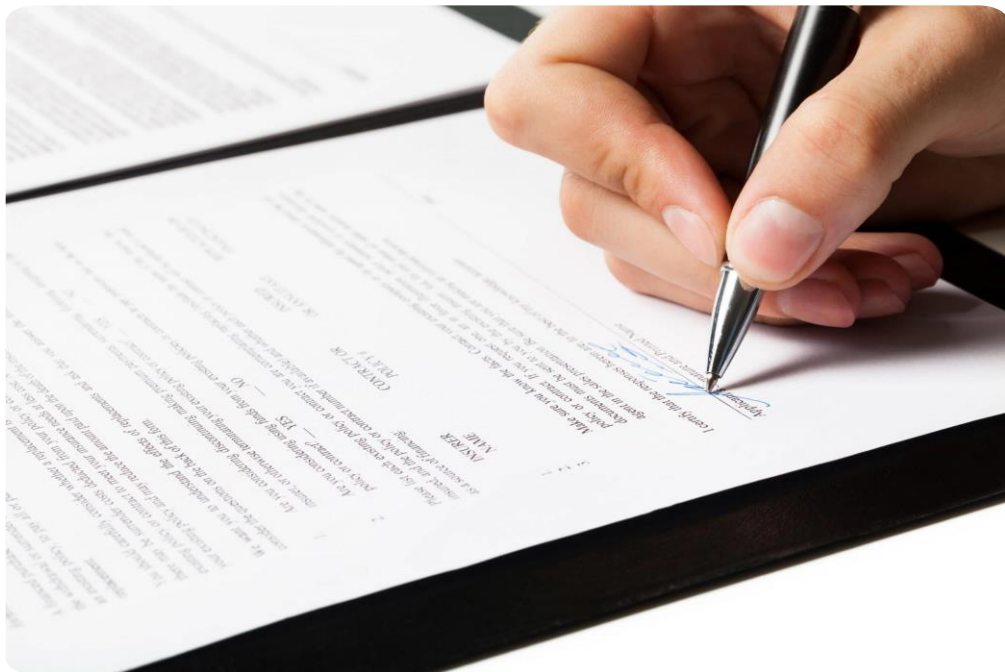
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਿਕਲਪ ਖੁਦ ਚੁਣਦੇ ਹਨ
- ਤੁਸੀਂ ਚੁਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਦਦ ਜਾਂ ਸਹਿਯੋਗ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ
- ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਚੁਣਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਸਹਿਯੋਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ - ਦੇਸਤ, ਪਰਿਵਾਰ, ਸਟਾਫ਼ - ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- ਸਹਿਯੋਗੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹਨ...

ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੁਸੀਂ ਹੋ

ਅੰਤਿਮ ਫੈਸਲਾ ਤੁਸੀਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀ।

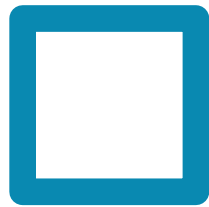


## SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ:



- ਦੁਜਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਇਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਭਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕੌਣ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ (ਅਤੇ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ)।
- ਤੁਸੀਂ ਦੁਜਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੀ ਨਕਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ
- ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ!

SDM:  
ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ  
ਸੋਚਦਿਆਂ





## ਵਿਕਲਪ = ਫੈਸਲਾ

- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਚੁਣਨ/ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ



- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਿਯੋਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

# ਚੋਣਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ -- ਉਦਾਹਰਨਾਂ

ਤੁਸੀਂ ਕਿੱਥੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਮਜ਼ੇ ਲਈ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਡਾਕਟਰ/ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਕਦੋਂ ਜਾਣਾ ਹੈ

ਕਿੱਥੇ/ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜਾ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਡੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਕੀ ਖਰੀਦਣਾ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਦੇਸਤੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਤੁਸੀਂ ਡੇਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਕਿਸਦੇ ਨਾਲ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਪੈਸਾ ਕਿਵੇਂ ਖਰਚਦੇ ਹੋ

ਕੀ ਖਾਣਾ ਹੈ

ਹੋਰ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚ ਸਕਦੇ ਹੋ?



SDM:  
ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ  
ਸੋਚਦਿਆਂ



# ਸਹਾਇਤਾ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

- ਸਧਾਰਨ-ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ: ਸਧਾਰਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਤਸਵੀਰਾਂ, ਡਰਾਈਂਗਾਂ ਜਾਂ ਫੋਟੋਆਂ
- ਕਿਸੇ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾਣਾ
- ਖੋਜ: ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣਾ, ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਜਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ
- ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ਾਂ ਜਾਂ ਵਿਜ਼ਿਟਾਂ: ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਸਹੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅਜ਼ਮਾਉਣਾ



# ਵਾਧੂ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ

- ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਾਰੀਖਾਂ, ਸਮਿਆਂ ਜਾਂ ਮੌਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਰੀਮਾਈਂਡਰ
- ਫ਼ਾਇਦੇ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਉਣ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ
- ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਅਤੇ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲਈ ਆਉਣਾ
- ਮਾਹਿਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਜੋ ਚੋਣ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਜਾਣਦੇ ਹਨ



# ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ!

- ਸਿਹਤਮੰਦ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਲਈ **ਕਲਾਸਾਂ**।
- **ਤਕਨਾਲੋਜੀ**: ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਫੋਨ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਡੀਵਾਈਸਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।
- ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮੇਰੀ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ

ਹੋਰ???



# ਮੈਂਨੂੰ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਈ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਚੁਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਹੋਰ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਸਹਿਯੋਗ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਯੋਗ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ



# ਸਮਰਥਕਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਿਆਂ





# ਮੈਂ ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ?

ਸਮਰਥਕ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਜਿਸ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ
- ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਜੋ ਤਵਾਨੂੰ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ
- ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਸਮਰਥਕ ਬਣਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਸਹਿਯੋਗੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਿੰਨੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ!



# ਸੰਭਾਵੀ ਸਮਰਥਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ

- ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ ਜਿਹਨਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਯੋਗੀ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ-ਇੱਕ ਕਰਕੇ, ਜਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਇਕੱਠੇ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ ਕਿ SDM ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।



# ਸੰਭਾਵੀ ਸਮਰਥਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ

ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ

- ਤੁਸੀਂ ਹਰੇਕ ਤੋਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਦਦ/ਸਹਿਯੋਗ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?
- ਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਸਮਰਥਕ ਬਣਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੈ
- ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਯੋਗੀ ਤੋਂ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ





# SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਫਾਰਮ

## ਨੂੰ ਭਰਣਾ

# SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ:

ਸਮਰਥਤ ਫੈਸਲੇ-ਲੈਣ (Supported Decision-Making) ਦਾ  
ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ

ਕੋਈ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਦੋਸਤ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ,  
ਜਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਅਤੇ  
ਵਿਆਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ SDM  
ਕਰਾਰ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ  
ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ!



# ਫਾਰਮ ਭਰਨਾ

- ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਹੈ, ਪੰਨਾ 1 ਦੇ ਉੱਪਰ ਖਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਲਿਖੋ।
- “ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਨਾਲ ਮੈਂ ਸਹਿਯੋਗ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਮੇਰਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹਾਂ, ਜਿੰਨੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਅਤੇ ਮਦਦ ਦੀ ਕਿਸਮ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।
- ਸਿਰਫ਼ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਬਣਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਏ ਹਨ





# ਨੱਥੀ-ਹੋਰ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ

- ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਜਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਨਕਲਾਂ ਨੱਥੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ।
- ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਨੱਥੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:
  - ਸਥਾਈ ਜਨਰਲ ਪਾਵਰ ਆਫ਼ ਅਟਾਰਨੀ
  - ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਜਾਂ ਐਡਵਾਂਸ ਡਾਇਰੈਕਟਿਵ ਲਈ ਪਾਵਰ ਆਫ਼ ਅਟਾਰਨੀ
  - ਵਿਦਿਅਕ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਅਸਾਈਨਮੈਂਟ
  - ਕੰਜ਼ਰਵੇਟਰਸ਼ਿਪ ਦੇ ਪੱਤਰ
  - ਰਿਲੀਸਿਜ਼
  - ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਭੁਗਤਾਨ-ਕਰਤਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ



# ਤੁਹਾਡੇ ਦਸਤਖਤ

- ਤੁਸੀਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਖੁਦ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਉੱਚੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:
  - ਕਿਸੇ ਨੋਟਰੀ ਪਬਲਿਕ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ, ਜੋ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟਿਤ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਾਂ
  - ਦੋ ਗਵਾਹਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏਗੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰਾਰ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਦੇ ਦੇਖਿਆ ਹੈ।
- ਇਹ ਕਰਾਰ ਵੈਧ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਦਸਤਖਤ ਇਹਨਾਂ ਲੋੜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ



# ਅਟੈਚਮੈਂਟ 1 ਖਾਲੀ SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਲਈ - ਸਮਰਥਕ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ

- ਹਰੇਕ ਸਹਿਯੋਗੀ ਜਿਸਦੀ ਤੁਸੀਂ ਕਰਾਰ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਨੂੰ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ SDM ਕਰਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਕਰਾਰ ਦੀ ਇੱਕ ਨਕਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਸਮਰਥਕ ਨੂੰ ਇਸ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ 'ਤੇ ਮਿਤੀ ਪਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ
- ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਸਾਰੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕਰਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ SDM ਕਰਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਣਗੇ



## ਅਟੈਚਮੈਂਟ 2 -- ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ

- ਇਹ SDM ਕਰਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਹਰ ਕੋਈ (ਤੁਸੀਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਯੋਗੀ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਜੋ ਕਰਾਰ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦਾ ਹੈ) ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੈ ਇਸ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- SDM ਨਵਾਂ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਦੁਜਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕਰਾਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।



## ਅਟੈਚਮੈਂਟ 3 - SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾਵਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

- ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਕਟਰ, ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ, ਸਕੂਲ, ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਏਜੰਸੀਆਂ) ਨੂੰ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ SDM ਸਮਝੌਤੇ ਦੀਆਂ ਨਕਲਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋਗੇ।
- ਇਹ ਅਟੈਚਮੈਂਟ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਸਹਿਯੋਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ!
- ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ SDM ਨਵਾਂ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਹਰ ਕੋਈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦਾ ਹੈ।



**SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ  
'ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਹੋਣ ਤੋਂ  
ਬਾਅਦ**





# ਅਟੈਚਮੈਂਟਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨਾ

- ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ SDM ਕਰਾਰ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕਰਾਰ (ਅਟੈਚਮੈਂਟ 1) ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸਮਝੌਤਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨੱਥੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਨਾਲ ਹੀ ਅਟੈਚਮੈਂਟ 2 ਅਤੇ 3 ਵੀ ਹਨ।
- ਫੋਟੋ ਕਾਪੀਆਂ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜਾਣਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਸਹਿਯੋਗ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ:

ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਸਕੂਲ, ਤੁਹਾਡਾ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ SC, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ, ਦੇਸਤ, ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਹੋਰ!

ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਅਸਲ SDM ਕਰਾਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ **ਸੁਰੱਖਿਅਤ** ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ



# SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦਾ ਨਵੀਨੀਕਰਨ/ਉਸਨੂੰ ਬਦਲਣਾ

- ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ SDM ਕਰਾਰਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
- SDM ਸਮਝੌਤਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਅੱਪਡੇਟ/ਬਦਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਦੋ-ਸਾਲ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਸਮੇਤ, ਕੋਈ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਕੋਈ SDM ਕਰਾਰ ਅੱਪਡੇਟ/ਬਦਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੇਂ ਕਰਾਰ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕਰਾਰ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੇਂ SDM ਕਰਾਰ ਦੀਆਂ ਨਕਲਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ/ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਅਟੈਚਮੈਂਟਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੁਰਾਣੇ ਕਰਾਰ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਸੀ।



# ਇੱਕ SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਸਮਾਪਤ/ਖਤਮ ਕਰਨਾ

ਤੁਹਾਡਾ SDM ਕਰਾਰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਲਾਗੂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਸਮਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ (ਖਤਮ) ਜਦੋਂ:

- ਤੁਸੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ (ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਗੁਜ਼ਰ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ☺)
- ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੁਣ ਸਹਿਯੋਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ, ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ

ਜੇਕਰ ਸਿਰਫ਼ ਕੁਝ ਸਹਿਯੋਗੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਕਰਾਰ ਬਾਕੀ ਸਭ ਕੁਝ ਦੇ ਲਈ ਲਾਗੂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।



The End

# ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ SDM ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਹੈ

- ਕੋਈ ਸਹਿਯੋਗੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਕੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੁਝ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹੁਣ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ, ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ SDM ਕਰਾਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਰਾਦੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ: ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਨਾ, ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਪਾੜਨਾ, ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਲਿਖਤ ਨੂੰ ਖਰਚਣਾ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਤਰੀਕਾ ਵਰਤਣਾ।





# ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ

- ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ SDM ਸਮਝੌਤਾ ਹੈ ਜੋ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਹਿਯੋਗੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿਸੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇ, ਫਿਰ ਵੀ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਅਤੇ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।
- ਸਹਿਯੋਗੀ ਤੁਹਾਡੀ ਤਰਫੋਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ (ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਕੋਈ ਹੋਰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜਿਵੇਂ ਪਾਵਰ ਆਫ਼ ਅਟਾਰਨੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਜੋ ਇਸਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ)

ਯਾਦ ਰੱਖੋ:

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਾਰੇ ਅੰਤਿਮ ਫੈਸਲੇ/ਚੋਣਾਂ, ਕਿਸੇ SDM ਕਰਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ



# ਸਵਾਲ???

SDM ਦੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿੱਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ:

## ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੀ ARC

ਫੋਨ: 916-552-6619

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: <https://thearcca.org/info-resources/supported-decision-making/>

## SDM ਤਕਨੀਕੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ( ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਵਿਚ)

ਸਟੇਟ ਕੌਂਸਲ ਆਫ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟਲ ਡਿਸਐਬਿਲਿਟੀਜ਼

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: <https://scdd.ca.gov/sdm-tap/>

## ਵੈਲਫੇਅਰ ਅਤੇ ਇੰਸਟੀਚਿਊਸ਼ਨ ਕੋਡ ਸੈਕਸ਼ਨ 21000-21008

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਲੇਜਿਸਲੇਚਰ ਵੈੱਬਸਾਈਟ: [ਕੋਡ ਡਿਸਪਲੇ ਟੈਕਸਟ \(ca.gov\)](http://leginfo.ca.gov)





# ਪੇਸ਼ਕਾਰ

**Amy Lampe**

ACRC ਬੋਰਡ  
ਕਲਾਇੰਟ ਸਲਾਹਕਾਰ  
ਕਮੇਟੀ ਮੈਂਬਰ

**Mechelle Johnson**

ACRC ਕਲਾਇੰਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਡਾਇਰੈਕਟਰ

ਫੋਨ: (916) 978-6653

ਈਮੇਲ: [mjohnson@altaregional.org](mailto:mjohnson@altaregional.org)

**Reyva Johnson**

ACRC ਕਲਾਇੰਟ ਐਡਵੋਕੇਟ

ਫੋਨ: (916) 290-4203

ਈਮੇਲ: [rjohnson1@altaregional.org](mailto:rjohnson1@altaregional.org)

**David Lopez**

ACRC ਕਲਾਇੰਟ ਐਡਵੋਕੇਟ

ਫੋਨ: (916) 978-6366

ਈਮੇਲ: [dlopez@altaregional.org](mailto:dlopez@altaregional.org)

**Jacob Miller**

ACRC ਕਲਾਇੰਟ ਐਡਵੋਕੇਟ

ਫੋਨ: (916) 290-4170

ਈਮੇਲ: [jmiller@altaregional.org](mailto:jmiller@altaregional.org)