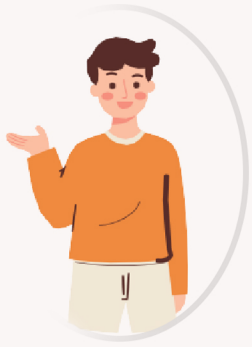


ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਵਾਲ: ਲਾਭ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (SDP) ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ

ਇਹ ਗਾਈਡ ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬਾਰੇ ਆਮ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੀ ਹੈ (SDP)। ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਤਸੁਕ ਹੋ ਕਿ SDP ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਹੋਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਿਵੇਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਗਾਈਡ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।



ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (SDP) ਕੀ ਹੈ?

ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (SDP) ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ 'ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਦੁਆਰਾ ਸੇਵਾ ਵਿਕਲਪਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾ ਬਜਟ ਦੇ ਪੈਸੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਖਰਚਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਚੁਣੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਲਚਕਤਾ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

SDP ਮੇਰੀ ਪਸੰਦ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਧਾਰਦਾ ਹੈ?

ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਦੀ ਰਵਾਇਤੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਕੁਝ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਰੁਕਾਵਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

SDP ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਇੰਚਾਰਜ ਹੋ:

- ਤੁਸੀਂ ਫੈਸਲਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜੇ ਟੀਚੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਫਿੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਾਜਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਦੇ ਪੈਸੇ ਦੀ ਰਚਨਾਤਮਕ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਹੈ ਵਿਲੱਖਣ ਇਲਾਜ।



SDP ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਜੀ ਟੀਚਿਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਜੀਵਨ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

SDP ਲਈ ਕੌਣ ਯੋਗ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ?

ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਲੈਂਟਰਮੈਨ ਐਕਟ ਦੇ ਅਧੀਨ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ, SDP ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਲੈਂਟਰਮੈਨ ਐਕਟ ਦੇ ਅਧੀਨ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ, SDP ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ। 3 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਕੁਝ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

SDP 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਵੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਸ ਟੀਚੇ ਹਨ ਜੋ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਦੀਆਂ ਰਵਾਇਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।
- ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਸੁਪਨੇ



ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਰਵਿਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ SDP ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ।

ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ ਆਈ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ?



ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ:

1. ਇੱਕ SDP ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ: ਆਪਣੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਦੁਆਰਾ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ, ਆਪਣੀ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ।
2. ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ (PCP): ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਦੱਸਦੀ ਹੈ।
3. ਆਪਣਾ ਬਜਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ: ਤੁਹਾਡਾ ਬਜਟ ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਰਵਾਇਤੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀਆਂ ਹਨ।
4. ਇੱਕ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰੋ: ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਦੇ ਪੈਸੇ ਕਿਵੇਂ ਖਰਚ ਕਰੋਗੇ।

SDP ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਮਹੀਨੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸੀਲੀਟੇਟਰ (IF) ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਹਰ ਕਦਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਕੀ, ਜੇਕਰ ਆਈ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਪੂਰੀ SDP ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸੀਲੀਟੇਟਰ (IF) ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ PCP ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਬਜਟ ਦੇ ਪੈਸੇ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ। ਇੱਕ IF ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਕਾਲਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ।



ਕੀ ਮੈਂ ਮੇਰਾ ਮਨ ਬਦਲੋ ਅਤੇ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਜਾਓ?

ਹਾਂ! ਜੇਕਰ SDP ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਵੱਲ ਵਾਪਸ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾਵਾਂ। SDP ਲਚਕਦਾਰ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਇਹ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਾਪਸ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਿਉਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਆਈ ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲੋਂ SDP ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ?

ਇੱਥੇ SDP ਚੁਣਨ ਦੇ ਕੁਝ ਕਾਰਨ ਹਨ:

- ਵਧੇਰੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ: ਤੁਸੀਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਰਚਨਾਤਮਕ ਵਿਕਲਪ: ਵਿਲੱਖਣ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਾਂ ਹੁਨਰ-ਨਿਰਮਾਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਜੋ ਰਵਾਇਤੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹਨ।
- ਮਜ਼ਬੂਤ ਨਿਯੰਤਰਣ: ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਇੱਕ ਜੀਵਨ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਨਿਯੰਤਰਣ, ਲਚਕਤਾ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਆਸ਼ਾਵਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਜੀ ਟੀਚਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅੱਜ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ

ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ!

ਅਲਟਾ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਥਾਨਕ ਸਲਾਹਕਾਰ ਕਮੇਟੀ

SDPQuestions@altaregional.org

ਦੁਆਰਾ ਸਪਾਂਸਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ www.iftrainingacademy.com



Alta California
Regional Center

