

ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ (ਪੀਸੀਪੀ) ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ (PCP) ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (SDP) ਦਾ ਦਿਲ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ, ਸੁਪਨਿਆਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ। ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ PCP ਬਣਾਉਣਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਤੇਜ਼ ਗਾਈਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ PCP ਕਿਵੇਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।



ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ (PCP) ਕੀ ਹੈ?

ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ (PCP) ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ, ਤਰਜੀਹਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਨਹੀਂ ਹੈ—ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਇੱਕ ਰੂਪ-ਰੇਖਾ ਹੈ, ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਮਰਥਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਇੱਕ PCP ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ PCP ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- **ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ:** ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਦਿਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਤੰਤਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?
- **ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ:** ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ?
- **ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰੋ:** ਤੁਹਾਡਾ PCP ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਫਿਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਜਟ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ—ਇਹ ਉਹ ਫੰਡ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਿਯੰਤਰਣ ਹੋਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਦਮ

ਇੱਥੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ:

1. ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ

ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਰਥਕ ਜੀਵਨ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਸੀਂ ਅਗਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?
- ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਟੀਚੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੌਕਰੀ ਲੱਭਣਾ ਜਾਂ ਨਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਬਣਾਉਣਾ?
- ਕਿਹੜੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਅਤੇ ਸੰਪੂਰਨ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ?

ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਦੀ ਨੌਕਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ, ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣਾ, ਹੋਰ ਸਮਾਜਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨਾ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਕਿਵੇਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹੋ—ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ।

2. ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਮਰਥਨਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- **ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਸਹਾਇਤਾ:** ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਆਵਾਜਾਈ, ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ।
- **ਹੁਨਰ-ਨਿਰਮਾਣ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ:** ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ, ਸਿੱਖਿਆ, ਜਾਂ ਥੈਰੇਪੀ।
- **ਭਾਈਚਾਰਕ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ:** ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਜਿਕ ਜਾਂ ਮਨੋਰੰਜਨ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ।

3. ਆਪਣੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ 'ਤੇ ਗੌਰ ਕਰੋ

ਇੱਕ ਚੰਗਾ PCP ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਜਾਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੱਲ ਕਰੇਗਾ। ਇਹ ਸਰੀਰਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਾਰ ਕਰੋਗੇ।

ਤੁਹਾਡੇ PCP ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡਾ PCP ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ:

- ਇੱਕ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ PCP ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ PCP ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਨਾਲ ਲਿੰਕ ਕਰੋ: ਤੁਹਾਡਾ PCP ਤੁਹਾਡੀ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਬਜਟ ਹੈ ਜੋ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ SDP ਫੰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ PCP ਵਿੱਚ ਹਰ ਟੀਚਾ ਤੁਹਾਡੀ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ, ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਆਈਟਮ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਦੱਸੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ SDP ਫੰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।

ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਕਾਰਜਯੋਗ ਬਣਾਉਣਾ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ PCP ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਅਮਲ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਕਿਵੇਂ ਹੈ:

1. **ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲੱਭੋ:** ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
2. **ਲਚਕਦਾਰ ਰਹੋ:** ਤੁਹਾਡਾ PCP ਇੱਕ ਜੀਵਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਜਾਂ ਟੀਚਿਆਂ ਦੇ ਬਦਲਣ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਟੀਚਿਆਂ ਜਾਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ PCP ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਅਪਡੇਟ ਕਰੋ।

4. ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਮੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਆਪਣਾ PCP ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ
- ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸੀਲੀਟੇਟਰ (IF): ਇੱਕ IF ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮੁੱਲਾਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੈ।
- ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ: ਤੁਹਾਡਾ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ PCP ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

- **ਵੱਡਾ ਸੁਪਨਾ:** ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਾ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ SDP ਫੰਡਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੋ।
- **ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ:** ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਹਾਇਤਾ ਨੈੱਟਵਰਕ ਬਣਾਓ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹਨ।
- **ਖਾਸ ਬਣੇ:** ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚੇ ਸਪਸ਼ਟ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, "ਮੈਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਤੰਤਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ" ਕਹਿਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, "ਮੈਂ ਕੁਕਿੰਗ ਕਲਾਸ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣਾ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ।"
- **ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤ ਕਰੋ:** ਸਫਲਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇਗੀ? ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ PCP ਉੱਥੇ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ PCP ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਰਗ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮ ਹੈ। ਸਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਨਾਲ, ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ, ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਸੁਤੰਤਰਤਾ, ਭਾਈਚਾਰਕ ਭਾਗੀਦਾਰੀ, ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਡਾ PCP ਇੱਕ ਅਰਥਪੂਰਨ ਅਤੇ ਸੰਪੂਰਨ ਜੀਵਨ ਵੱਲ ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰੇਗਾ।

ਅੱਜ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ!



Sponsored by the Alta California Regional Center Self-Determination Program Local Advisory Committee

SDPQuestions@altaregional.org

In collaboration with The Independent Facilitator Training Academy www.iftrainingacademy.com