

# SDP ਨਾਮਾਂਕਣ ਚੈਕਲਿਸਟ

ਇਹ ਚੈਕਲਿਸਟ ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (SDP) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਹਰ ਕਦਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ।

## ਕਦਮ 01

ਇੱਕ ਸੂਚਨਾ ਮੀਟਿੰਗ  
ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ

ਇੱਕ SDP ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੀਟਿੰਗ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਖੋਗੇ ਕਿ SDP ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਹੋਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਕਿਵੇਂ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।



## ਕਦਮ 02

ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ  
ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੋ

ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਰਵਿਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਆਰਾ SDP ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ।



## ਕਦਮ 03

ਪੂਰੀ ਸਥਿਤੀ

ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਕਾਰਜਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਲਾਗੂ  
ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸਮਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।



## ਕਦਮ 04

ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸੀਲੀਟੇਟਰ  
(IF) ਚੁਣੋ

ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ  
ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸੀਲੀਟੇਟਰ ਚੁਣੋ। ਇੱਕ IF ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ,  
ਪਰ ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ।



## ਕਦਮ 05

ਆਪਣਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ  
ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਬਜਟ

ਆਪਣਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਬਜਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ  
ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ  
ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਫੰਡ ਦੇਵੇਗਾ।



## ਕਦਮ 06

ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ  
(PCP) ਬਣਾਓ

ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ (PCP) ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ IF,  
ਪਰਿਵਾਰ, ਜਾਂ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ। ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ  
ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਮਰਥਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।



## ਕਦਮ 07

ਇੱਕ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ  
ਬਣਾਓ

ਆਪਣੇ IF, ਪਰਿਵਾਰ, ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਇੱਕ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰੋ, ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ।



## ਕਦਮ 08

ਇੱਕ ਵਿੱਤੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ  
ਸੇਵਾ (FMS) ਚੁਣੋ

ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ, ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟਰੈਕ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿੱਤੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸੇਵਾ (FMS) ਚੁਣੋ।



## ਕਦਮ 09

ਆਪਣੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਯੋਜਨਾ  
(IPP) ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦਿਓ

ਆਪਣੀ ਅੰਤਿਮ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਯੋਜਨਾ (IPP), ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਚੁਣੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਰਵਿਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਮਿਲੋ।



## ਕਦਮ 10

ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ  
ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ

ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ IF ਅਤੇ FMS ਨਾਲ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।



## ਕਦਮ 11

ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ  
ਸਾਲਾਨਾ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ

ਹਰ ਸਾਲ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ IF ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ।



ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ  
ਤਿਆਰ ਹੋ?

ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਨਿਯੰਤਰਣ ਲੈਣ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਮੌਕਾ ਹੈ। ਇਹ ਚੋਣ, ਲਚਕਤਾ ਅਤੇ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਲਈ,  
ਅੱਜ ਹੀ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ  
ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ  
[SDPQuestions@altaregional.org](mailto:SDPQuestions@altaregional.org)  
'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

