

ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (SDP) ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ 'ਤੇ ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ

ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਚੁਣਨ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ, ਤਰਜੀਹਾਂ ਅਤੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
SDP ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ, ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਗਾਈਡ ਹੈ।

1

ਇੱਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ

- **ਇਹ ਕੀ ਹੈ:** ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਇੱਕ SDP ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਇਹ ਮੀਟਿੰਗ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ SDP ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- **ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ:** ਮੀਟਿੰਗ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ SDP ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਵਿਕਲਪ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- **ਕਾਰਵਾਈ:** ਸਥਾਨਕ ਜਾਂ ਵਰਚੁਅਲ SDP ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

2

SDP ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੋ

- **ਇਹ ਕੀ ਹੈ:** ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੀਟਿੰਗ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ SDP ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਲੋੜੀਂਦਾ ਕਦਮ ਹੈ।
- **ਇਹ ਮਾਇਨੇ ਕਿਉਂ ਰੱਖਦਾ ਹੈ:** ਓਰੀਐਂਟੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਖੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਕਿਵੇਂ ਬਣਾਉਣੀ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਮਰਥਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- **ਐਕਸ਼ਨ:** ਐਨਲਾਈਨ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਸਥਿਤੀ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ।

3

ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਰਥਨ ਲੱਭ ਰਿਹਾ ਹੈ

- **ਇਹ ਕੀ ਹੈ:** ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸੀਲੀਟੇਟਰ (IF) ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜੋ SDP ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ (PCP) ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- **ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ:** ਇੱਕ IF ਹੋਣ ਦੀ ਬਹੁਤ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ।
- **ਐਕਸ਼ਨ:** ਤੁਹਾਡੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸੀਲੀਟੇਟਰ ਲੱਭਣ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

4

ਇੱਕ PCP ਬਣਾਓ

- **ਇਹ ਕੀ ਹੈ:** ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਯੋਜਨਾ (PCP) ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਤਰਜੀਹਾਂ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
- **ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ:** SDP ਵਿੱਚ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਲਈ PCP ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ, ਭਾਈਚਾਰਾ, ਕੰਮ ਜਾਂ ਸਿਹਤ।
- **ਐਕਸ਼ਨ:** ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ IF, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ।

5

ਆਪਣਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਬਜਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ

- **ਇਹ ਕੀ ਹੈ:** ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਬਜਟ ਉਹ ਰਕਮ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਬਜਟ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪਿਛਲੇ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਐਡਜਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- **ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ:** ਤੁਹਾਡਾ ਬਜਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਪੈਸਾ ਕਿਵੇਂ ਖਰਚ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ।
- **ਐਕਸ਼ਨ:** ਬਜਟ ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਰਵਿਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ, ਜਿਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।



Alta California
Regional Center

IF
Independent
Facilitator
TRAINING ACADEMY

6

ਆਪਣੀ ਖਰਚ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ

- ਇਹ ਕੀ ਹੈ: ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸਭ ਕੁਝ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਇਲਾਜ, ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ।
- ਇਹ ਮਾਇਨੇ ਕਿਉਂ ਰੱਖਦਾ ਹੈ: ਖਰਚ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬਰੇਕਡਾਊਨ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪੈਸਾ ਕਿਵੇਂ ਖਰਚਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਮਰਥਨ, ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਆਈਟਮਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਐਕਸ਼ਨ: ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦਾ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ IF, ਪਰਿਵਾਰ, ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਜਾਂ FMS ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ।

7

ਇੱਕ ਵਿੱਤੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸੇਵਾ (FMS) ਚੁਣੋ

- ਇਹ ਕੀ ਹੈ: ਫਿਸਕਲ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਸਰਵਿਸ (FMS) ਤੁਹਾਡੇ SDP ਬਜਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਦੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਖਰਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟਰੈਕ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਭ ਕੁਝ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ: FMS ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬਜਟ ਦਾ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਭੁਗਤਾਨਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।
- ਕਾਰਵਾਈ: ਆਪਣੇ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਜਾਂ ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸਿਲੀਟੇਟਰ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਇੱਕ FMS ਚੁਣੋ।

8

ਆਪਣੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਯੋਜਨਾ (IPP) ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦਿਓ

- ਇਹ ਕੀ ਹੈ: ਤੁਹਾਡੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਯੋਜਨਾ (IPP) ਇੱਕ ਰਸਮੀ ਯੋਜਨਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ PCP ਅਤੇ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਰੂਪਰੇਖਾ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬਜਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋਗੇ।
- ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ: IPP ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਅਧਿਕਾਰਤ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਕਾਰਵਾਈ: ਆਪਣੇ IPP ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਰਵਿਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਮਿਲੋ।

9

ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ

- ਇਹ ਕੀ ਹੈ: ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਮਨਜ਼ੂਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ IPP ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਟਰੋਲ ਵਿੱਚ ਹਨ।
- ਇਹ ਮਾਇਨੇ ਕਿਉਂ ਰੱਖਦਾ ਹੈ: ਜੇਕਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਕਾਰਵਾਈ: ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਸਭ ਕੁਝ ਸੁਚਾਰੂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਚੱਲਦਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ IF, FMS, ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹੋ।

10

ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰੋ

- ਇਹ ਕੀ ਹੈ: ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਅਤੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਸਾਲ, ਜਾਂ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਜਦੋਂ ਵੀ ਚਾਹੋ ਆਪਣੀ IPP, PCP, ਅਤੇ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਅਤੇ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ: ਜੀਵਨ ਬਦਲਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਉਹਨਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮਿਲ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।
- ਐਕਸ਼ਨ: ਅਨੁਸੂਚੀ, ਹਫਤਾਵਾਰੀ, ਮਾਸਿਕ, ਹਰ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ (ਤਿਮਾਹੀ), ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖਰਚ ਯੋਜਨਾ ਬਕਾਇਆ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਅਤੇ IF ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਨੂੰ ਟਰੈਕ 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 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਯੋਗਤਾ ਰੀਮਾਈਡਰ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਅਜ਼ੀਜ਼ 3 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯੋਗਤਾ ਬਾਰੇ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸੇਵਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਅਲਟਾ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਖੇਤਰੀ ਕੇਂਦਰ ਸਵੈ-ਨਿਰਧਾਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਥਾਨਕ ਸਲਾਹਕਾਰ ਕਮੇਟੀ
ਦੁਆਰਾ ਸੁਤੰਤਰ ਫੈਸਿਲੀਟੇਟਰ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਅਕੈਡਮੀ
www.iftrainingacademy.com
ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸਪਾਂਸਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ