عقلی معذوری رکھنے والے نوجوان افراد کے لیے صحت کی دیکھ بھال کا نیا مرحلہ (ٹرانزیشن)

گھرانوں اور سنبھالنے والوں کے لیے معلومات

یہ اشاعت عقلی معذوری رکھنے والے ان نوجوانوں کے گھرانوں اور سنبھالنے والوں کے لیے ہے جو بچوں کی صحت کی خدمات سے نکل کر بالغوں کی صحت کی خدمات میں آ رہے ہیں۔

یہ کچھ عام عملی مسائل کے بارے میں رہنمائی فراہم کرتی ہے جنہیں نئے مرحلے میں آنے سے پہلے اور اسکے دوران حل کرنا ضروری ہے۔ یہاں کئی خدمات اور اداروں کی فہرست بھی دی جا رہی ہے جو آپ کو اور آپ کے نوجوان کو تبدیلی کے اس زمانے میں راستہ تلاش کرنے میں مدد دے سکتے ہیں۔

ٹرانزیشن (نئے مرحلے) سے کیا مراد ہے؟

ٹرانزیشن بچوں (0-18 سال) کے لیے صحت کی خدمات سے نکل کر بالغوں (+18 سال) کے لیے صحت کی خدمات حاصل کرنے کا عمل ہے اور یہ اکثر دوسری اہم تبدیلیوں کے ساتھ ساتھ واقع ہوتا ہے جیسے سکول مکمل کرنا۔ ٹرانزیشن کی تیاری کا مطلب یہ ہے کہ آپ اور آپ کے نوجوان کو یہ عمل انجام دینے کے لیے علم دلا کر تیار کیا جائے۔تمام فیصلے کرتے ہوئے مرکزی اہمیت آپ کے نوجوان کو، اس کے بہترین مفاد کو اور اس کے ایک مکمل زندگی جینے کے حق کو حاصل ہونی چاہیے اور ساتھ ساتھ اسے سنبھالنے والے فرد کے طور پر آپ کے کردار کو بھی ملحوظ رکھا جانا چاہیے۔

بہترین تو یہ ہے کہ ٹرانزیشن ایک بتدریج عمل کے طور پر ہو جو جلد شروع ہو اور اس طرح آپ کو منصوبہ بندی اور تیاری کے لیے وقت ملے۔ صحت کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیموں کے ساتھ ٹرانزیشن کے بارے میں بات چیت 14 سال کی عمر سے شروع کی جا سکتی ہے۔ یہاں جن خدمات کا ذکر ہے، ان میں سے بہت سی خدمات NSW کی ہیں لیکن اگر آپ کہیں اور رہتے ہیں تو وہاں بھی ایسی ہی خدمات موجود ہو سکتی ہیں۔

براہ مہربانی ٹرانزیشن کے بارے میں تجاویز اور وسائل کے لیے ہماری دو ویب سائیٹس دیکھیں:

- Trapeze **www.trapeze.org.au**
- NSW Agency for Clinical Innovation (ACI) اختراعی علاج معالجے کے لیے نیو ساؤتھ ویلز ایجنسی (ACI) کی ٹرانزیشن کیئر سروس **www.aci.health.nsw.gov.au/networks/transition-care/about/transition-care-service**

اگر آپ نے اپنے نوجوان کی صحت کی خدمات کی ٹرانزیشن کے لیے Trapeze یا ACI ٹرانزیشن کیئر سروس سے رابطہ نہیں کیا ہے تو آپ کا رابطے کا بنیادی نقطہ آپ کے جنرل پریکٹیشنر (جی پی) یا سپیلشسٹ ڈاکٹر ہو سکتے ہیں۔

اس اشاعت میں

ٹرانزیشن سے کیا مراد ہے؟	1
اس اشاعت میں	1
مدد تلاش کرنا	2
صحت کی پرائیویٹ انشورنس	3
بچوں یا نوعمر افراد کی خدمات چھوڑنے سے پہلے	3
سنبھالنے والوں اور مریض کا تجربہ	4
ادویات	4
آلات اور وسائل	4
تولیدی و جنسی صحت	4
فیصلے کرنا	5
سرکاری خدمات	6
سکول میں مواقع اور سکول کے بعد مواقع	7

ACI-0412 [05/20] ACI/D20/967

NSW GOVERNMENT | AGENCY FOR CLINICAL INNOVATION | trapeze a supported leap into adult health | The Sydney children's Hospitals Network care, advocacy, research, education

مدد تلاش کرنا

عقلی معذوری رکھنے والے نوجوان کے والد/والدہ یا سنبھالنے والے کی حیثیت میں یہ معلوم ہونا فائدہ مند ہے کہ آپ کو مدد کہاں سے مل سکتی ہے۔ آپ اکیلے نہیں ہیں اور اضافی مدد کے لیے دوسروں سے رابطہ کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔

کارآمد افراد یا تنظیمیں

- رشتہ دار اور دوست
- آپ کے جی پی اور آپکے نوجوان کی صحت کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم کے ارکان
- امدادی کارکن یا سماجی کارکن
- ماہرین نفسیات یا کاؤنسلرز
- تہذیبی اور لسانی مدد – متنوع تہذیبوں کے لیے صحت کے کارکنوں یا شعبۂ صحت کے انٹرپریٹرز کے ذریعے
- مقامی ہیلتھ ڈسٹرکٹ یا ایبوریجنل ہیلتھ سروسز میں ایبوریجنل رابطہ افسر یا ایبوریجنل صحت کے کارکن

سنبھالنے والوں کے لیے مدد

- **Carer Gateway**
  Australian Dept of Social Services کی پیشکش، Carers Gateway ایک کمیونٹی فورم کے ذریعے عملی معلومات اور مشورہ، مفت کاؤنسلنگ (ماہرانہ مشورہ) کی خدمات اور کوچنگ (رہنمائی) نیز دوسرے سنبھالنے والوں کے ساتھ تعلق فراہم کرتا ہے۔
  فون: 1800 422 737
  www.carergateway.gov.au
- **Carers NSW**
  نیو ساؤتھ ویلز میں سنبھالنے والوں کے لیے اہم ترین غیرسرکاری تنظیم۔ یہ سنبھالنے والوں کی زندگیاں بہتر بنانے کے لیے کام کرتی ہے۔
- **فون: 1800 242 636**
  www.carersnsw.org.au

معذوری کی ایڈووکیسی

- معذوری کی ایڈووکیسی کے ادارے NSW
  www.dss.gov.au/disability-and-carers/programmes-services/for-people-with-disability/national-disability-advocacy-program/models-of-disability-advocacy/national-disability-advocacy-agencies-funded-by-the-commonwealth-by-state-or-territory/disability-advocacy-agencies-new
- Department of Social Services نے ایک آن لائن **Disability Advocacy** تلاش کرنے کا وسیلہ بنایا ہے جس میں سٹیٹس اور ٹیریٹری کی حکومتوں کے مالی وسائل سے معذوری کی حمایت میں کام کرنے والے شامل ہیں۔ یہ فائنڈر معذور افراد کو پورے آسٹریلیا میں National Disability Advocacy Program کی خدمات تلاش کرنے میں بھی مدد دے گا۔ **www.disabilityadvocacyfinder.dss.gov.au/disability/ndap/**

کمیونٹی میں امدادی ادارے

- **Ability Links** کمیونٹی میں معذور افراد، ان کے گھرانوں اور سنبھالنے والوں سے تعلق رکھنے کا طریقہ ہے۔ اس ادارے کے کارکن (لنکرز) معذور افراد، ان کے گھرانوں اور سنبھالنے والوں کے ساتھ قریبی طور پر کام کرتے ہوئے ان کے اہداف، امیدیں اور خواب پورے کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ **www.abilitylinksnsw.org.au**
- **Council for Intellectual Disability** عقلی معذوری رکھنے والے سب لوگوں کے ساتھ اور ان کے لیے کام کرتی ہے تاکہ ان کے حقوق کی حمایت میں اور ان تمام پہلوؤں میں زندگی بہتر بنانے کے لیے آواز اٹھائی جائے جہاں بہتری ممکن ہو۔ **cid.org.au**
- **IDEAS (معذوری کے بارے میں علم و آگہی کی خدمات کے بارے میں معلومات)**
  فون: 904 029 1800 | www.ideas.org.au
- **عقلی معذوری رکھنے والوں کے حقوق کی سروس**
  معذوروں کی حمایت میں آواز اٹھانے والی سروس اور کمیونٹی لیگل سنٹر ہے۔ یہ سروس عقلی معذوری رکھنے والے لوگوں کے ساتھ کام کرتے ہوئے ان کے حقوق کا فروغ اور تحفظ کرتی ہے۔ **www.idrs.org.au**

بچوں یا بالغوں کے ہسپتالوں میں نوعمر افراد کے ٹرانزیشن کلینک

- **NSW ACI ٹرانزیشن کیئر سروس**، ایریا کوآرڈینیٹرز کی تفصیلات کے ساتھ
  www.aci.health.nsw.gov.au/networks/transition-care/about/transition-care-service

  – نادرن ایریا
  فون: 02 4925 7866 یا 0434 361 202

  – ویسٹرن ایریا
  فون: 02 8890 7787 یا 0436 323 321

  – ساؤتھ ایسٹرن ایریا
  فون: 02 9382 5455 یا 0425 232 128
- سڈنی چلڈرنز ہاسپٹل نیٹ ورک
  Trapeze سروس فون: 02 9382 5457
  www.trapeze.org.au

آپکے نوجوان کے لیے جنرل پریکٹیشنر

- آپ کا جی پی آپ کے نوجوان کی صحت کی دیکھ بھال کے لیے مرکزی طبی کوآرڈینٹر ہے اور صحت کی دیکھ بھال فراہم کرنے والوں سے آپ کا رابطہ کروا سکتا ہے۔
- اگر آپ کے نوجوان کی طبیعت خراب ہو تو آپکے لیے رابطے کا پہلا نقطہ آپ کے جی پی کو ہونا چاہیے (سوائے ہنگامی صورتحال کے)۔
- ایسی جی پی پریکٹس تلاش کرنا اہم ہے جو آپ کی ضروریات پوری کرتی ہو۔ ان باتوں پر غور کرنا چاہیے کہ ان سے رابطہ کتنی آسانی سے ممکن ہے اور اپائنٹمنٹس کی دستیابی کیسی ہے۔
- اپنے جی پی سے پہلی اپائنٹمنٹ کی درخواست کرتے ہوئے غور کریں کہ کیا انتظارگاہ میں آپ کا تجربہ بہتر بنانے کے لیے خاموش جگہ کی ضرورت ہے اور کیا یہ دستیاب ہے۔
- آپ کا جی پی آپ کے نوجوان کی صحت کی ضروریات کے جامع جائزے اور منصوبہ بندی (دائمی بیماری کو سنبھالنے کے لیے پلان) کے لیے سالانہ صحت کا معائنہ کر سکتا ہے۔ سنبھالنے والے کے طور پر خود اپنا خیال رکھنا بھی اہم ہے اس لیے اپنے جی پی سے اپنا سالانہ صحت کا معائنہ کروانے کی بات کریں۔
- زیادہ لمبی اپائنٹمنٹ مانگنے پر غور کریں تاکہ آپ کے جی پی کو آپ کے نوجوان کا معائنہ کرنے اور اس کے بارے میں بات چیت کے لیے کافی وقت مہیا ہو۔
- اگر ضرورت ہو تو اپنے جی پی سے نفسیاتی مدد اور دوسری الائیڈ ہیلتھ سروسز سے ریفرل (رابطے کے لیے حوالے) مانگیں۔ جی پی کے دیے ہوئے ریفرل فارم کے سبب ان خدمات کے لیے میڈی کیئر سے مالی وسائل مل سکتے ہیں۔
- اگر آپ کے نوجوان کا My Health Record (مائی ہیلتھ ریکارڈ) بنا ہوا ہے تو اپنے جی پی سے نوجوان کی صحت کے بارے میں معلومات اپ لوڈ کرنے کے لیے کہیں تاکہ صحت کے دوسرے کارکنوں کو معلومات دینا آسان ہو جائے۔
- **نیشنل ہوم ڈاکٹر سروس**
  عام دفتری اوقات کے بعد جی پی کی گھر پر آمد بلک بلنگ کے تحت ہے
  فون: 13 74 25 (13 SICK)
  www.homedoctor.com.au
- **ہیلتھ ڈائریکٹ**
  24 گھنٹے صحت کی معلومات کے لیے سرکاری مالی وسائل سے چلنے والی سروس
  فون: 1800 022 222
  www.healthdirect.gov.au

صحت کی پرائیویٹ انشورنس

اگر آپ کے خاندان کے پاس صحت کی پرائیویٹ انشورنس ہے تو براہ مہربانی انشورنس کمپنی سے پوچھیں کہ آپ کے نوجوان کو کس عمر تک انشورنس پالیسی میں زیرکفالت شخص تصوّر کیا جا سکتا ہے۔

بچوں یا نوعمر افراد کی خدمات چھوڑنے سے پہلے

- ✓ 14 سال کی عمر کے آس پاس صحت کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیموں کے ساتھ ٹرانزیشن کے بارے میں بات چیت شروع کر دیں۔
- ✓ 15 سال کی عمر سے غور کریں کہ کیا آپ کے نوجوان کا اپنا میڈی کیئر کارڈ ہونا چاہیے۔
- ✓ 16 سال کے آس پاس صحت کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیموں اور ماہرین سے پوچھیں کہ وہ آپ کے نوجوان کے لیے بالغوں کی صحت کی دیکھ بھال کرنے والے کن افراد/اداروں کو تجویز کرتے ہیں اور ٹرانزیشن پلان بنائیں۔
- ✓ صحت کی دیکھ بھال کی ٹیم سے بات کریں کہ کیا صحت کی ٹرانزیشن کو آسان بنانے کے لیے یہ ممکن ہے کہ کچھ عرصہ بالغوں کی خدمات کے ساتھ ساتھ بچوں کی خدمات بھی حاصل رہیں۔ اس کے وقت کے سلسلے میں آپ کو صحت کی دیکھ بھال کی ٹیموں کے ساتھ بات کرنی چاہیے۔ ممکن ہے 17 سال کی عمر سے ایسا ہو۔
- ✓ اگر مناسب ہو تو ایبوریجنل ہیلتھ سروسز سے رابطہ کریں۔
- ✓ کلینیکل خطوط، دیکھ بھال کے خلاصوں، متعلقہ رپورٹوں اور امیجنگ (سکینز) کی کاپیاں مانگیں۔
- ✓ صحت کی دیکھ بھال کی ٹیم کے ساتھ بچوں کے ہسپتال سے ملنے والی ادویات، آلات یا الائیڈ ہیلتھ سروسز حاصل کرنے کے بارے میں بات کریں کیونکہ بالغوں کے ہسپتال میں یہ چیزیں مختلف ہو سکتی ہیں۔
- ✓ بالغوں کی صحت کی دیکھ بھال میں ابتدائی اپائنٹمنٹوں کے لیے زیادہ انتظار کے امکان کو مدنظر رکھیں اور صحت کی دیکھ بھال کرنے والوں سے بات کریں کہ بچوں کی صحت کی آخری اپائنٹمنٹ اور بالغوں کی صحت کی پہلی اپائنٹمنٹ کے درمیان کے عرصے میں اگر کوئی ہنگامی صورتحال پیش آئے تو اسے کیسے سنبھالا جائے۔
- ✓ اگر آپ کے نوجوان کی طبی ضروریات زیادہ ہوں یا اگر وہ خود اپنی صحت کے معاملات کا انتظام نہ کر سکتا ہو تو صحت کی دیکھ بھال کرنے والی ٹیم سے یہ بات کرنے پر غور کریں کہ کیا NDIS پلان میں نرس کا وقت شامل کیا جانا چاہیے۔
- ✓ صحت کی دیکھ بھال کی ٹیم کے ساتھ فرد پر مرکوز پروفائل بنوانے پر غور کریں جو اس بارے میں ہو کہ بالغوں کے ماحول میں بہترین دیکھ بھال کا انتظام کیسے ہو سکتا ہے تاکہ بالغوں کی ٹیموں کو آپ کے نوجوان کے بارے میں جاننے میں مدد ملے اور وہ آگاہ ہوں کہ صحت کے معاملے میں انہیں کیسے قدم اٹھانا ہو گا۔

Trapeze اور ACI ٹرانزیشن کیئر کے کوآرڈینیٹر صحت کی دیکھ بھال میں ٹرانزیشن کے عمل میں مدد دینے کے لیے دستیاب ہیں۔

سنبھالنے والوں اور مریض کا تجربہ

بالغوں کے ہسپتال یا سروس میں فراہم کی جانے والی دیکھ بھال اس سے مختلف ہو سکتی ہے جو بچوں کی صحت کی خدمات میں مہیا کی جاتی تھی۔

بالغوں کی صحت کی خدمات آپ کے نوجوان کے ہسپتال میں داخلے کے وقت خاندان اور سنبھالنے والوں کے اہم کردار کو تسلیم کرتی ہیں۔ عملے مثلاً نرسنگ یونٹ مینیجر سے اس بارے میں بات کریں کہ آپ کے نوجوان کی ضروریات بہترین طور پر کیسے پوری ہو سکتی ہیں (مثلاً گھر کا کوئی فرد ہسپتال میں داخلے کے دوران نوجوان کے بستر کے پاس رہے)۔ اگر آپ کو مدد کی ضرورت ہو تو سنبھالنے والوں کا نمائندہ یا پیشنٹ فرینڈ (ہسپتالوں میں مریضوں کا حمایتی) آپ کو اس ابتدائی حمایت کے لیے مدد دے سکتا ہے۔ ہر شخص کو صحت کی مناسب دیکھ بھال کا حق حاصل ہے۔ اس بارے میں صحت کے کارکنوں سے بات چیت میں مدد کے لیے وسائل دستیاب ہیں کہ آپ کے نوجوان کے لیے کیا متعلقہ اور مناسب ہے۔

- **Admission2Discharge Together (داخلے سے رخصت تک ساتھ)** ذہنی نقص رکھنے والے لوگوں، انہیں سنبھالنے والوں، گھرانوں اور معذوری کے امدادی عملے کے لیے ہسپتال کے تجربات بہتر بنانے کی غرض سے تشکیل دیا گیا تھا۔ آپس میں بہتر بات چیت اور متعلقہ اور حالیہ معلومات کے ایک دوسرے کے ساتھ تبادلے کے ذریعے، ہسپتالوں کے عملے کو ذہنی نقص رکھنے والے لوگوں کی ضروریات پوری کرنے کے بہتر مواقع حاصل ہوتے ہیں۔ www.a2d.healthcare
- **My Health Matters folder (میری صحت کے معاملات فولڈر)** عقلی معذوری کے لیے کاؤنسل نے تشکیل دیا ہے۔ www.cid.org.au/resource/my-health-matters-folder
- ACI کا **Say Less, Show More (بولو کم، دکھاؤ زیادہ)** سادہ تصویری کہانیوں (بصری کہانیوں) کا سلسلہ ہے جو واضح کرتا ہے کہ جسمانی معائنے یا خون کے ٹیسٹ کے دوران کیا ہوگا۔ www.aci.health.nsw.gov.au/resources/intellectual-disability/hospitalisation/say-less-show-more
- **Clinical Excellence Commission 5 اہم ترین اقدامات - سنبھالنے والوں** کو شریک کرنا ایک آسان عمل ہے جو صحت کے کارکنوں کو سنبھالنے والوں کے ساتھ کام کرنے کی ترغیب دیتا ہے تاکہ وہ انفرادی دیکھ بھال میں مدد کے لیے قیمتی غیرطبی معلومات حاصل کریں۔ www.cec.health.nsw.gov.au/quality-improvement/people-and-culture/person-centred-care/top5

ادویات

آسٹریلیا میں اکثر ادویات فارماسیوٹیکل بینیفٹس سکیم (PBS) کے ذریعے رعایتی قیمتوں پر دستیاب ہیں۔ یہ رعایت حاصل کرنے کے لیے آپ کے پاس میڈی کیئر کارڈ ہونا ضروری ہے۔ ہیلتھ کیئر کارڈ(HCC) سے آپ کے نوجوان کے لیے دوائیوں کی قیمت مزید کم ہو سکتی ہے۔ جب ایک کیلنڈری سال میں آپ کے دوائیوں کے اخراجات ایک خاص حد سے بڑھ جائیں تو آپ اور آپ کا گھرانہPBS سیفٹی نیٹ کے لیے اہل ہو سکتے ہیں۔

- **کنسیشن (رعایتی) کارڈ اور ہیلتھ کیئر کارڈ** www.servicesaustralia.gov.au/individuals/subjects/concession-and-health-care-cards
- **PBS سیفٹی نیٹ کے بارے میں معلومات** www.humanservices.gov.au/individuals/steps/when-you-spend-lot-pbs-medicines/51177
- اگر آپ بچوں کے ہسپتال کی فارمیسی کے ذریعے ادویات حاصل کر رہے ہیں تو پتہ کریں کہ کیا بالغوں کے ہسپتال میں یہ سلسلہ جاری رہ سکتا ہے۔ بچوں کی صحت کی ٹیم یا بالغوں کی صحت کی ٹیم، ٹرانزیشن کوآرڈینیٹر یا ہسپتال کے فارماسسٹ سے بات کریں۔

آلات اور وسائل

آپ کے نوجوان کی ٹرانزیشن کے وقت آپ کو بچوں کے ہسپتال سے ادھار لیے گئے آلات جیسے پمپ، ہوا میں نمی پیدا کرنے والی مشینیں اور آکسیجن ٹینک لوٹانے ہوں گے۔ اگر آپ کے نوجوان کو غذا کی ٹیوبوں، کنیکشنز، خاص غذاؤں یا فارمولا جیسے وسائل حاصل ہیں تو آپ کو پتہ کرنا ہو گا کہ کیا ٹرانزیشن کے بعد آپ کا سپلائر یہ چیزیں فراہم کرنا جاری رکھے گا یا کیا نئی ریفرل اور نسخے کی ضرورت ہو گی۔

آپ کے جی پی، سپیشلسٹ یا صحت کی دیکھ بھال کی ٹیم آپ کو ان وسائل کی درخواست دینے کے لیے مدد دے گی یا مدد کرنے والے مناسب لوگوں تک آپ کی رہنمائی کی جائے گی۔ یہ انتظام ممکن بنانے والےNDIS کے طریق کار (پاتھ وے) دیکھیں۔

تولیدی و جنسی صحت

ممکن ہے عقلی معذوری رکھنے والے نوجوان اپنی جنسیات کو دریافت کرنا چاہیں اور اپنے نوجوان کی تولیدی و جنسی صحت کا خیال رکھنا اس کی عمومی صحت اور فلاح کا خیال رکھنے میں شامل ہے۔ اگر آپ کے ذہن میں سوالات ہوں تو براہ مہربانی اپنے جی پی سے بات کریں اور یہ وسائل دیکھیں:

- **Family Planning NS: معذوری کے لیے وسائل** www.fpnsw.org.au/who-we-help/disability/disability-resources

فیصلے کرنا

18 سال کی عمر کے بعد، NSW کا قانون سمجھتا ہے کہ آپ کے نوجوان میں فیصلے کرنے کی اہلیت ہے۔ شاید آپ کے نوجوان کو اس کے مالی معاملات، صحت اور زندگی کے فیصلے کرنے کے لیے مدد مل سکتی ہو۔ یہ عمل اس کی خواہشات کی روشنی میں چلتا ہے۔

اگر آپ کے نوجوان میں فیصلے کرنے کی اہلیت ہے تو وہ فیصلے کرنا جاری رکھ سکتا ہے اور اسے جاری رکھنا چاہیے۔ وہ ایک مستقل گارڈین یعنی قانونی سرپرست (طبی، صحت سے متعلق اور زندگی کے فیصلوں کے لیے) مقرر کر سکتا ہے یا اپنی زندگی کے دوران (جیسے بیماری یا سفر کی صورت میں) اپنے معاملات سنبھالنے کے لیے مختار نامہ بنوا سکتا ہے (جائیداد اور مالی معاملات کے لیے)۔ یہ انتظامات کسی بھی وقت منسوخ کیے جا سکتے ہیں بشرطیکہ نوجوان میں اہلیت ہو۔

اگر آپ کا نوجوان مدد کے ساتھ بھی اپنی زندگی کے اہم فیصلے کرنے کے قابل نہیں ہے تو یہ مناسب ہو سکتا ہے کہ اس کے ساتھ قریبی اور بھروسے کا رشتہ رکھنے والے دوسرے لوگ یعنی ایک 'ذمہ دار فرد' یہ فیصلے کرے۔

'ذمہ دار فرد' خاندان کا رکن، دوست یا ہمسایہ ہو سکتا ہے تاہم یہ ذہن میں رکھنا اہم ہے کہ امدادی خدمات فراہم کرنے کا معاوضہ لینے والا کوئی بھی شخص اس کردار کا اہل نہیں ہے۔

کبھی کبھار ایک رسمی کارروائی ضروری ہوتی ہے جس میں NSW Civil and Administrative Tribunal کا Guardianship Division (قانونی سرپرستی کا شعبہ) طبی، صحت اور زندگی کے فیصلوں کے لیے گارڈین مقرر کر سکتا ہے یا مالی معاملات کے لیے فنانشل مینیجر مقرر کر سکتا ہے۔ اس کی ضرورت تب ہو سکتی ہے جب کوئی اختلاف پایا جاتا ہو یا اگر نوجوان کے لیے ذمہ دار فرد کا کردار ادا کر سکنے والا کوئی نہ ہو۔

اپنی انفرادی صورتحال میں رہنمائی کے لیے براہ مہربانی نیچے دیے گئے وسائل سے رابطہ کریں۔

- **Aboriginal Legal Services NSW/ACT**
  www.alsnswact.org.au
- **ڈیپارٹمنٹ آف کمیونٹیز اینڈ جسٹس:**
  Capacity Toolkit۔ NSW میں سرکاری اور کمیونٹی کارکنوں، پیشہ ور ماہرین، خاندانوں اور سنبھالنے والوں کے لیے معلومات
  www.justice.nsw.gov.au/diversityservices/Pages/divserv/ds_capacity_tool/ds_capacity_tool.aspx
- **Guardianship Division NSW Civil and Administrative Tribunal**
  www.ncat.nsw.gov.au/Pages/guardianship/guardianship.aspx
- **LawAccess NSW** قانون اور قانونی معاملات پر معلومات دیتا ہے۔ یہ ادارہ فون پر قانونی مدد اور متعلقہ خدمات کے لنکس فراہم کرتا ہے۔
  فون: 1300 888 529
  www.lawaccess.nsw.gov.au
- **لیگل ایڈ NSW**
  www.legalaid.nsw.gov.au
- **NSW پبلک گارڈین**
  www.publicguardian.justice.nsw.gov.au
- **NSW ٹرسٹی اینڈ گارڈین**
  www.tag.nsw.gov.au
- **Planning Ahead Tools (آئندہ منصوبہ بندی کے وسائل)** NSW حکومت کی ویب سائیٹ ہے جو وصیت، مختار نامے، مستقل گارڈین شپ یا پیشگی دیکھ بھال کی منصوبہ بندی کے لیے معلومات دیتی ہے۔
  www.planningaheadtools.com.au
- **Youth Law Australia** ایک کمیونٹی لیگل سروس ہے جو 25 سال سے کم عمر کے افراد کو مفت، رازدارانہ قانونی معلومات اور مدد فراہم کرتی ہے۔
  فون: 02 9385 9588 | www.yla.org.au

سرکاری خدمات

MyGov

MyGov آسٹریلین حکومت کی خدمات آن لائن لینے اور ایک ہی جگہ پر سب خدمات تک رسائی کا طریقہ ہے۔

فون: 132 307 | my.gov.au

کچھ سرکاری خدمات یہ ہیں:

- میڈی کیئر
- بچوں کا خرچ (چائلڈ سپّورٹ)
- آسٹریلین ٹیکس آفس
- سنٹرلنک
- آسٹریلین JobSearch
- مائی ہیلتھ ریکارڈ
- معذوری کی قومی انشورنس سکیم (NDIS)

Australian Department of Human Services (سنٹرلنک)

سنٹرلنک آسٹریلیا کے رہائشی افراد کی مدد کے لیے بہت سی مختلف ادائیگیاں پیش کرتا ہے۔ ویب سائیٹ پر پیمنٹ اینڈ سروس فائنڈر کے ذریعے یہ معلوم کرنے میں مدد مل سکتی ہے کہ آپ کا نوجوان کس مدد کے لیے اہل ہے۔ لازمی ضرورت کے طبی آلات کے لیے ادائیگی بھی دستیاب ہے۔
www.servicesaustralia.gov.au/individuals/topics/payment-and-service-finder/28656

- معذوریوں اور سنبھالنے والوں کے لیے لائن **فون: 132 717**
- نوجوانوں اور طالبعلموں کے لیے لائن | **فون: 132 490**
- دوسری زبانوں میں مدد | **فون: 131 202**

آسٹریلین ٹیکسیشن آفس

'آسٹریلین ٹیکسیشن آفس: معذوری رکھنے والے افراد' معذوری رکھنے والے افراد کے لیے امدادی خدمات فراہم کرتا ہے اور ٹیکس اور سپرانیوئیشن کے لیے رعایتیں اور استثناء دستیاب ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ کے نوجوان کو آمدن (سنٹرلنک سمیت) ملتی ہے تو بینک اکاؤنٹ اور ٹیکس فائل نمبر کی ضرورت ہوتی ہے۔
www.ato.gov.au/Individuals/People-with-disability

معذوری کی قومی انشورنس سکیم

معذوری کی قومی انشورنس سکیم (National Disability Insurance Scheme, NDIS) عقلی، جسمانی، حسّیاتی، ذہنی اور نفسیاتی معذوری رکھنے والے اہل افراد کو مدد فراہم کرتی ہے۔ اہل معذور افراد یا نشوونما میں تاخیر کے شکار بچوں کے لیے جلد مدد کی خدمات بھی فراہم کی جا سکتی ہیں۔NDIS معذوری رکھنے والے تمام لوگوں کو ان کی کمیونٹی میں دستیاب خدمات کے بارے میں معلومات فراہم کر سکتی ہے اور ان سے رابطے کروا سکتی ہے جیسے ڈاکٹروں، سپورٹس کلبوں، امدادی گروپوں، لائبریریوں اور سکولوں سے رابطے، اور اس کے ساتھ ساتھ معلومات دے سکتی ہے کہ ہر سٹیٹ اور ٹیریٹری کی حکومت کیا مدد فراہم کرتی ہے۔
www.ndis.gov.au

ووٹ دینے کے لیے اندراج

آسٹریلیا میں 18 سال سے اوپر عمر کے تمام آسٹریلین شہریوں کے لیے بطور ووٹر اندراج کروانا اور وفاقی انتخابات اور ریفرنڈم میں ووٹ دینا لازمی ہے۔

ہر شخص کو ووٹ دینے کا حق حاصل ہے۔ کچھ لوگوں کو اندراج کروانے اور ووٹ دینے کے لیے اضافی مدد کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ آسٹریلین الیکٹورل کمیشن ان لوگوں کے لیے کئی مختلف **پڑھنے میں آسان گائیڈز** فراہم کرتا ہے جنہیں تحریری معلومات پڑھنے اور سمجھنے میں مشکل ہو۔ اگر آپ کا نوجوان ووٹنگ کا عمل نہیں سمجھ سکتا تو آپ درخواست کر سکتے ہیں کہ اسے اندراج اور ووٹنگ سے مستثنیٰ' کر دیا جائے۔
www.aec.gov.au/About_AEC/Publications/easy-read

اس کے لیے، **فارم - دعویٰ اعتراض کہ ایک رائے دہندہ کو بطور ووٹر درج نہیں کیا جانا چاہیے**، مکمل کر کے اپنے جی پی سے فارم پر دستخط کروائیں اور اسے Australian Electoral Commission کو لوٹا دیں۔
www.aec.gov.au/Enrolling_to_vote/pdf/forms/objection/er005aw.pdf

باتصویر شناختی کارڈ

ایسے مواقع آ سکتے ہیں کہ آپ کے نوجوان کو اپنی شناخت کا ثبوت پیش کرنا پڑے۔ **NSW فوٹو کارڈ** ان لوگوں کے لیے باتصویر شناخت نامہ فراہم کرتا ہے جن کے پاس حالیہ NSW ڈرائیور لائسنس یا کسی اور قسم کا باتصویر شناخت نامہ نہیں ہے۔ آپ اسے بینک اکاؤنٹ کھولنے یا لائسنس کے تحت چلنے والے کاروباروں میں داخل ہونے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔ یہ کارڈ ان نوجوانوں کے لیے مفت ہے جن کے پاس سنٹرلنک کا جاری کردہ حالیہ پنشنر کنسیشن کارڈ ہو (جیسے معذوری کی امدادی پنشن لینے والوں کا کارڈ)۔
www.rms.nsw.gov.au/roads/licence/nsw-photo-card.html

NSW کمپینئن کارڈ

NSW کمپینئن کارڈ بڑی اور مستقل معذوری رکھنے والے ان لوگوں کے لیے ایک پروگرام ہے جنہیں کمیونٹی کے پروگراموں اور سرگرمیوں میں شریک ہونے کے لیے تمام عمر بہت زیادہ دیکھ بھال کی ضرورت رہتی ہے۔ یہ کارڈ ایک شخص کو سنبھالنے والے کے لیے سکیم میں شریک مقامات اور پروگراموں میں مفت داخلہ ممکن بناتا ہے۔
www.companioncard.nsw.gov.au

سکول میں مواقع اور سکول کے بعد مواقع

سکولوں کے لیے ضروری ہے کہ معذور طالبعلموں کے لیے تدریس، تعلیم اور جانچ کی سرگرمیوں میں مناسب ردّوبدل کا انتظام کریں۔ ایک معذور نوجوان کی زندگی میں سکول سے فارغ ہونا ایک اہم تبدیلی کا موقع ہوتا ہے۔ اپنے سکول کے ساتھ اپنے علاقے میں سالانہ سکول مکمل کرنے والوں کی ایکسپو معذوری کے بارے میں بات کریں۔ آپ کے نوجوان کا سکول آپ کو معلومات فراہم کرے گا اور سکول کے بعد دن کے وقت کے پروگراموں یا معاونت کے ساتھ کام کے ماحول کی منصوبہ بندی میں مدد دے گا۔

یاد رکھیں، اس کے لیے ضروری ہوگا کہ آپ کے NDIS پلان میں اس کی منصوبہ بندی کی جائے۔ اس عمل میں رہنمائی کے لیے بہت سے کارآمد وسائل دستیاب ہیں۔

- **نیشنل ڈس ایبیلٹی کوآرڈینیشن آفیسر پروگرام** – معذوری رکھنے والوں کے لیے باحکمت طریقے سے کام کرتے ہوئے اعلی تعلیم اور اس کے بعد روزگار میں شرکت کے لیے مدد دیتا ہے جو ریجنوں میں موجود NDCOs کا نیشنل نیٹ ورک فراہم کرتا ہے۔
www.education.gov.au/national-disability-coordination-officer-programme
- **NSW ایجوکیشن سٹینڈرڈز اتھارٹی، سپیشل ایجوکیشن**
https://educationstandards.nsw.edu.au/wps/portal/nesa/11-12/Diversity-in-learning/stage-6-special-education
- **NSW ڈیپارٹمنٹ آف ایجوکیشن کی ٹرانزیشن کے لیے منصوبہ بندی** – ہائی سکول کی تعلیمی اور امدادی ٹیمیں طالبعلموں، والدین اور سنبھالنے والوں کو ٹرانزیشن کی منصوبہ بندی میں مدد دیتی ہیں۔
https://education.nsw.gov.au/teaching-and-learning/disability-learning-and-support/leaving-school/transition-planning
- **TAFE NSW معذوری کے لیے امدادی خدمات**
www.tafensw.edu.au/student-services/disability-services
- **ٹریننگ سروسز NSW، اپرنٹس شپس (ہنر کی تربیتی ملازمت اور ٹرینی شپس (دفتروں میں تربیتی ملازمت)**
www.training.nsw.gov.au/apprenticeships_traineeships/index.html
- **یونیورسٹیاں** – ہر یونیورسٹی کی اپنی معذوری کی امدادی سروس ہو گی
- **نیشنل ڈس ایبیلٹی انشورنس سکیم(NDIS)** عام طور پر سکول کے بعد خدمات کے لیے ادائیگی کرتی ہے
فون: 1800 800 110 | www.ndis.gov.au

CC BY-ND

© State of New South Wales (Agency for Clinical Innovation) 2020. Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 licence. For current information go to: **aci.health.nsw.gov.au** The ACI logo is excluded from the Creative Commons licence and may only be used with express permission. Next review 2027.

ACI-0412 [05/20] ACI/D20/967

NSW GOVERNMENT | AGENCY FOR CLINICAL INNOVATION