



# ਲਾਭਪਾਤਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਸਮਝੌਤਾ



## Care Agreement for Beneficiaries and Their Caregivers

Consumer Direct Care Network Washington ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ WA Cares ਲਾਭਪਾਤਰੀ ਵਜੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੰਮਕਾਜ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਵੋਗੇ। ਦੋਵਾਂ ਧਿਰਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਸਹਿਮਤੀ ਹੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। WA Cares ਤੁਹਾਡੇ ਹਰੇਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਇਸ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ CDWA ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਕਾਪੀ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕਿਸੇ ਹੋਮ ਕੇਅਰ ਏਜੰਸੀ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਗੇ।

<b>1. ਲਾਭਪਾਤਰੀ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ</b>		
ਨਾਮ (ਪਹਿਲਾ ਅਤੇ ਆਖਰੀ)		
ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧ (ਜੇਕਰ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇ)		
ਫੋਨ ਨੰਬਰ (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਸਮੇਤ)		
<b>2. ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ</b>		
ਨਾਮ (ਪਹਿਲਾ ਅਤੇ ਆਖਰੀ)		
ਪਤਾ		
ਫੋਨ ਨੰਬਰ (ਏਰੀਆ ਕੋਡ ਸਮੇਤ)		
<b>3. ਮੇਰੀਆਂ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ</b>		
ਮੈਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ (ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਸ ਭਾਗ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਪੰਨਾ 3 'ਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਦੇਖੋ):		
<input type="checkbox"/> ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣਾ	<input type="checkbox"/> ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ	<input type="checkbox"/> ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ
<input type="checkbox"/> ਨਹਾਉਣਾ	<input type="checkbox"/> ਸਥਾਨ ਬਦਲਣਾ (ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ)	<input type="checkbox"/> ਖਰੀਦਦਾਰੀ
<input type="checkbox"/> ਪਖਾਨਾ ਵਰਤਣਾ	<input type="checkbox"/> ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਹਿਲਜੁਲ	<input type="checkbox"/> ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ
<input type="checkbox"/> ਤੁਰਨਾ-ਫਿਰਨਾ (ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ)	<input type="checkbox"/> ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ	<input type="checkbox"/> ਲੱਕੜ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ
<input type="checkbox"/> ਖਾਣਾ ਖਾਣਾ	<input type="checkbox"/> ਘਰ ਦਾ ਕੰਮਕਾਜ	

**4. ਕੰਮ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ**

a. ਮੈਨੂੰ \_\_\_\_\_ ਘੰਟੇ ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ  ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤਾ ਜਾਂ  ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ।

\* WA Cares ਭੁਗਤਾਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਘੰਟਿਆਂ ਨੂੰ 15-ਮਿੰਟ ਦੀਆਂ ਇਕਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

b. ਮੈਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮੈਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਦਿਨ (ਦਿਨਾਂ) ਅਤੇ ਸਮੇਂ (ਸਮਿਆਂ) 'ਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ:

ਐਤਵਾਰ	ਸੋਮਵਾਰ	ਮੰਗਲਵਾਰ	ਬੁੱਧਵਾਰ	ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ਸਮਾਂ:	ਸਮਾਂ:	ਸਮਾਂ:	ਸਮਾਂ:	ਸਮਾਂ:	ਸਮਾਂ:	ਸਮਾਂ:

c. ਸੇਵਾਵਾਂ ਇਸ ਮਿਤੀ ਨੂੰ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਗੀਆਂ (ਇਹ ਮਿਤੀ ਪੂਰਵ-ਅਧਿਕਾਰਤ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ):

\_\_\_\_\_.

**ਤਸਦੀਕ ਅਤੇ ਦਸਤਖਤ**

ਹੇਠਾਂ ਦਸਤਖਤ ਕਰਕੇ, ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ/ਸਮਝਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਤਸਦੀਕ ਕਰਦਾ/ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ:

- ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਕੰਮ, ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਲਾਭਪਾਤਰੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ, ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥਾ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਦੇਖਭਾਲ ਕਾਰਜਾਂ ਨੂੰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਅਤੇ ਘੰਟਿਆਂ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤ ਹੈ।
- ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਿਰਫ਼ ਉਹਨਾਂ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਟਾਈਮ ਸ਼ੀਟ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਅਧਿਕਾਰਤ ਸਨ ਅਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ, ਇਹ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਪੂਰਵ-ਅਧਿਕਾਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਲਾਭਪਾਤਰੀ ਦੇ ਲਾਭ ਬਕਾਏ 'ਤੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਲਾਭਪਾਤਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਹਟਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਕੰਮ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨੋਟਿਸ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ CDWA ਦੀ ਨੀਤੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ।

ਲਾਭਪਾਤਰੀ (ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧ) ਦੇ ਦਸਤਖਤ

ਮਿਤੀ

ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ) ਦੇ ਦਸਤਖਤ

ਮਿਤੀ

**ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟ**

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਾਰਜਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

ਦੇਖਭਾਲ ਕਾਰਜਾਂ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੋਵੇਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਜਾਂ **ADLs**, ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਵੈ-ਦੇਖਭਾਲ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜਾਂ ਨਿਯਮਤ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਜਾਂ **IADLs**, ਉਹਨਾਂ ਕਾਰਜਾਂ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸੁਤੰਤਰ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਹੇਠਾਂ ਉਹਨਾਂ ਕਾਰਜਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਕਿਸਮ	ਵੇਰਵਾ
ਕੋਲ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿਣਾ ਜਾਂ ਨਿਗਰਾਨੀ / ਦੇਖ-ਰੇਖ	ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
ਜੁਬਾਨੀ ਸੰਕੇਤ	ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨਾ (ਖਾਣਾ, ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣਾ, ਨਹਾਉਣਾ) ਜਾਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਣਾ (ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਕਰੋ ਫਿਰ ਉਹ ਕਰੋ)
ਸਰੀਰਕ ਸਹਾਇਤਾ	ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਹੱਥੀਂ ਮਦਦ ਕਰਨਾ (ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਸਤਰੇ ਤੋਂ ਉੱਠਣ ਲਈ ਖਿੱਚਣਾ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜੁਰਾਬਾਂ ਪਾਉਣਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਲ ਧੋਣਾ)
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗਤੀਵਿਧੀ	ਵੇਰਵਾ
ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣਾ	ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਅਤੇ ਚੁਣਨ, ਬਟਨ ਲਗਾਉਣ, ਜਿੱਪ ਲਗਾਉਣ, ਕੱਪੜੇ/ਜੁਰਾਬਾਂ/ਜੁੱਤੇ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਉਤਾਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ
ਨਹਾਉਣਾ	ਸ਼ਾਵਰ/ਬਾਥ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬਾਹਰ ਆਉਣ, ਸਰੀਰ ਧੋਣ, ਵਾਲ ਧੋਣ, ਪਾਣੀ ਪਾਉਣ, ਕੋਲ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿ ਕੇ ਸਹਾਇਤਾ, ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ (bed baths) ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ
ਤੁਰਨਾ-ਫਿਰਨਾ (ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ)	ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਤੁਰਨ, ਆਪਣੀ ਵੀਲਚੇਅਰ ਜਾਂ ਵਾਕਰ ਨੂੰ ਧੱਕਣ ਜਾਂ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ, ਰਸਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ
ਸਥਾਨ ਬਦਲਣਾ (ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ)	ਕੁਰਸੀ ਤੋਂ ਉੱਠਣ, ਸੋਫੇ 'ਤੇ ਬੈਠਣ, ਵੀਲਚੇਅਰ ਦੇ ਅੰਦਰ/ਬਾਹਰ, ਬਿਸਤਰੇ ਦੇ ਅੰਦਰ/ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ
ਖਾਣਾ ਖਾਣਾ	ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਭੋਜਨ ਲਿਆਵੇ, ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਭੋਜਨ ਕੱਟੇ ਜਾਂ ਮੈਸ਼ ਕਰੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੁਰਕੀ ਲੈਣ ਲਈ ਸੰਕੇਤ ਦੇਵੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਆਵੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਫੜੇ
ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਹਿਲਜੁਲ	ਬਿਸਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾਸਾ ਲੈਣ ਜਾਂ ਬੈਠਣ, ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਥਿਤੀ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ
ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ	ਆਪਣੇ ਦੰਦ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ, ਆਪਣੇ ਨਕਲੀ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ, ਸ਼ੇਵ ਕਰਨ, ਵਾਲ ਵਾਹੁਣ, ਲੋਸ਼ਨ ਲਗਾਉਣ, ਨਹੁੰ ਕੱਟਣ/ਘਸਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ
ਪਖਾਨਾ ਵਰਤਣਾ	ਟਾਇਲਟ 'ਤੇ ਬੈਠਣ/ਉੱਠਣ, ਕਮੇਡ ਜਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬਦਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ, ਪੂੰਝਣ, ਕੱਪੜੇ ਠੀਕ ਕਰਨ, ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਸੰਕੇਤ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੀ ਜਟਿਲ ਗਤੀਵਿਧੀ	ਵੇਰਵਾ
ਘਰ ਦਾ ਕੰਮਕਾਜ	ਆਪਣੇ ਬਰਤਨ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ, ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਾਊਂਟਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ, ਆਪਣੇ ਕੱਪੜੇ ਧੋਣ, ਆਪਣਾ ਬਿਸਤਰਾ ਬਣਾਉਣ, ਫਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ, ਧੂੜ ਝਾੜਨ, ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ

ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ	ਖਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਗਰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ, ਸਨੈਕਸ ਤਿਆਰ ਕਰਨ, ਮੀਨੂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ (ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਐਲਰਜੀ, ਖੁਰਾਕ ਸੰਬੰਧੀ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਜਾਂ ਪਸੰਦਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ) ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ
ਖਰੀਦਦਾਰੀ*	ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੋਰ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ, ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਤਾਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਔਨਲਾਈਨ ਆਰਡਰ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣ, ਇਸ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ
ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ*	ਮੈਡੀਕਲ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ, ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ, ਸਹਾਇਤਾ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਜਾਂ ਤਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਵਾਹਨ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਹੋਰ ਸਾਧਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਟੀ ਬੱਸ ਵਿੱਚ ਨਾਲ ਜਾਣ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ
ਲੱਕੜ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ	ਘਰ ਵਿੱਚ ਲੱਕੜ ਦਾ ਢੇਰ ਲਗਾਉਣ, ਫਾਇਰਪਲੇਸ ਵਿੱਚ ਲੱਕੜਾਂ ਪਾਉਣ, ਅੱਗ ਨੂੰ ਬਲਦਾ ਰੱਖਣ/ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣਾ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲੱਕੜ ਫਾੜਨਾ (chopping) ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।
ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ	ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਲਈ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਣਾ, ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਦੁਬਾਰਾ ਆਰਡਰ ਕਰਨਾ, ਗੋਲੀਆਂ ਦਾ ਡੱਬਾ ਜਾਂ ਡਿਸਪੈਂਸਰ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ (ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਗੋਲੀਆਂ ਨਹੀਂ ਪਾ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਵਿੱਚ ਲੁਕਾ ਕੇ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸ ਡੈਲੀਗੇਟਰ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ)

\*ਆਵਾਜਾਈ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੋਲ ਮੀਲਾਂ ਦੀ ਅਧਿਕਤਮ ਸੰਖਿਆ ਹੋਵੇਗੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਦਾਇਗੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਵਾਧੂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ WA Cares Fund Transportation (ਆਵਾਜਾਈ) ਸੇਵਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਉਪਰੋਕਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਵਰਕਸ਼ੀਟ ਤੁਹਾਡੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (ਵਾਲਿਆਂ) ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਪਰੋਕਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸਮਝੌਤੇ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੰਮ	ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?	ਮਦਦ ਦੀ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਲੋੜ ਹੈ?	ਮੈਨੂੰ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ
ਨਮੂਨਾ - ਨਹਾਉਣਾ	<input checked="" type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ	ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ 3 ਵਾਰ	ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਆਉਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਾਲ ਧੋਣਾ
ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣਾ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਨਹਾਉਣਾ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਤੁਰਨਾ-ਫਿਰਨਾ (ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ)	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਸਥਾਨ ਬਦਲਣਾ (ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ)	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਖਾਣਾ ਖਾਣਾ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਦਵਾਈਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਹਿਲਜੁਲ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਨਿੱਜੀ ਸਫਾਈ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਪਖਾਨਾ ਵਰਤਣਾ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਘਰ ਦਾ ਕੰਮਕਾਜ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਖਰੀਦਦਾਰੀ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		
ਲੱਕੜ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ	<input type="checkbox"/> ਹਾਂ <input type="checkbox"/> ਨਹੀਂ		