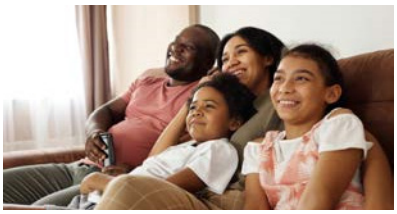
WESTSIDE
REGIONAL CENTER

تجربه
خوشامدگویی
به خانواده

کاتالوگ دوره

فهرست موضوعات دوره آنلاینتجربه خوشامدگویی به خانواده ویژه «نوجوانان دانش‌آموز» در ادامه ارائه شده است.



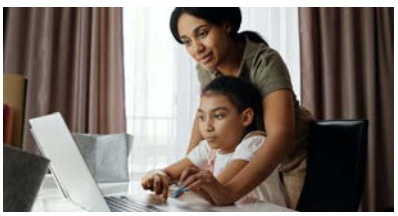
واحد 1: تجربه خوشامدگویی به خانواده

آموزش 1.1: خوشامدگویی و کلیات

به این دوره خوش آمدید!

آموزش 1.2: روش استفاده از Xperiencify

هدف ما ارائه اطلاعات به شما به ساده‌ترین روش است. ما این خودآموز تصویری را برای آشنا ساختن شما با پلتفرم آنلاین خود تهیه کرده‌ایم. پس از استفاده از خودآموز تصویری، برگه «روش استفاده از Xperiencify» را دانلود کنید و به‌دقت بخوانید تا با روش استفاده از پلتفرم آنلاین آشنا شوید. به راهنمایی نیاز دارید؟ از 8:00 صبح تا 5:00 ب.ظ دوشنبه تا جمعه می‌توانید از طریق نشانی **westsiderc5901@gmail.com** با گروه پشتیبانی ما تماس بگیرید.



آموزش 1.3: روش کسب امتیاز در Xperiencify

برای به پایان رساندن دوره، باید همه آیتم‌های «عمل» (Action) را در تک‌تک واحدهای آموزشی تکمیل کنید تا امتیازی به نام «XP» کسب کنید. «عمل»های دارای XP عبارت‌اند از تماشا کردن ویدئو، دانلود کردن مطالب، و/یا مراجعه به وب‌سایت‌ها. شما باید همه «عمل»ها را کامل کنید تا «گواهی پایان» را کسب نمایید.

تجربه خوشامدگویی به خانواده

کاتالوگ دوره

واحد 2: خدمات و حمایتها

آموزش 2.1: فراغت

خدمات «فراغت» با هدف ایجاد فرصت استراحت برای بستگانی که مسئولیت طاقت‌فرسای مراقبت از عزیزان دچار ناتوانی‌های ذهنی و رشدی (I/DD) را بر عهده دارند، طراحی شده است. خدمات ممکن است متناوب باشد یا مرتباً و به‌طور موقت، برای مراقبت و/یا نظارت غیرپزشکی، اجرا گردد.

آموزش 2.2: حمایتهای مراقبتی روزانه (نظارت تخصصی)

والدینی که شاغل یا محصل تمام-وقت باشند، ممکن است واجدشرایط دریافت کمک در زمینه نظارت، عمدتاً در ساعات پس از مدرسه و/یا در دوره تعطیلی مدرسه، محسوب شوند. خدمات مراقبت روزانه به کودکان دبستانی دچار ناتوانی ارائه می‌شود که مراقب آنها در خانواده، شاغل یا، برای یافتن شغل، درگیر برنامه فنی-حرفه‌ای/تحصیلی است و امکان دیگری برای مراقبت و پایش کودک ندارد. این خدمات فقط برای ارائه مراقبت و پایش ابتدایی در نظر گرفته شده است.

آموزش 2.3: سال تحصیلی تمدید شده (ESY)

خدماتی که به افراد زیر 18 سال، در دوره تعطیلی مدرسه (در جریان سال تحصیلی)، در روزهای تعطیل یا تعطیلات تابستانی (که مدرسه کاملاً تعطیل است)، ارائه می‌شود. خدمات مراقبت و پایش در ساعاتی که والدین/سرپرست مشغول کار یا تحصیل هستند، ارائه می‌شود.

آموزش 2.4: مهارتهای اجتماعی

آموزش مهارت‌های اجتماعی نوعی روش درمانی است که کارشناسان و درمانگران برای افراد دچار ناتوانی‌های رشدی و کمبودهای اجتماعی به کار می‌گیرند. این کلاس‌های مشمول محدودیت زمانی به تقویت مهارت‌های میان‌فردی، تعاملات اجتماعی و منظورشناسی (این که بدانیم چه بگوییم، چگونه بگوییم و چه‌زمانی بگوییم) کمک می‌کند. آموزش مهارت‌های اجتماعی به کودکان بالای سه سال که دچار عقب‌ماندگی رشدی و کمبودهای مهارت اجتماعی هستند ارائه می‌شود.

آموزش 2.5: خدمات حمایتی رفتاری

رفتارهای مشکل‌ساز مانند کتک زدن، نیشگون گرفتن و فرار کردن می‌تواند زندگی افراد مرتکب این رفتارها و نیز افراد مسئول مراقبت از آنان را مختل کند. در بسیاری از موارد، ارتکاب این رفتارها راهی برای نشان دادن نیازها و خواسته‌ها است.

خدمات مداخله رفتاری می‌تواند به کاهش رفتارهای مشکل‌ساز و آموزش رفتارهای بهتر برای ابراز موثرتر نیازها کمک کند.

آموزش 2.6: برنامه‌ریزی برای انتقال ویژه دانش‌آموزان دبیرستانی مشمول آموزش ویژه

دبیرستان مرحله آخر مسیر ورود نوجوانان به دنیای بزرگسالی است. در این مقطع، فرد نوجوان فرصت می‌یابد تا چشم‌انداز آینده خود را با شما و گروه IEP در میان بگذارد. مثلاً، نوجوان می‌تواند ترجیحات مربوط به محل زندگی یا کار، رفتن به کالج را مطرح کند و، مهمتر از همه، مشخص کند که در این مسیر از چه کسی باید کمک بگیرد. کارشناسان حمایت تحصیلی WRC این ویدئو را برای راهنمایی شما و نوجوان‌تان در این مسیر 4-ساله تدوین کرده‌اند.

تجربه
خوشامدگویی به خانواده

کاتالوگ دوره

واحد 3: مرکز کمک‌رسانی و توانمندسازی خانواده وست‌ساید (WFREC)

آموزش 3.1: به WFREC خوش آمدید

«مرکز کمک‌رسانی و توانمندسازی خانواده وست‌ساید» (WFREC) در همان ساختمان «مرکز منطقه‌ای وست‌ساید» واقع است و با این مرکز و حوزه‌های آموزشی محلی و سازمان‌های اجتماعی ارائه‌دهنده حمایت و خدمات به کودکان و خانواده‌ها همکاری می‌کند. کارکنان WFREC شامل والدین مجرب و اعضاء خانواده واجد شرایط ارائه حمایت عاطفی، فنی و اطلاع رسانی به خانواده‌های دارای نوزاد، کودک یا نوجوان دچار ناتوانی، بیماری مزمن یا دیگر نیازهای مراقبتی، بهره‌مند است.

آنها، به کمک گروه‌های حمایتی مختلف، فرصت آشنایی والدین با یکدیگر و کسب تجربه والدین از همدیگر را فراهم می‌کنند. این گروه‌ها برای ارائه اطلاعات، منابع، همدلی و امید تشکیل شده‌اند. با فراهم شدن امکان تبادل مشکلات و تجربیات بین خانواده‌ها، این حمایت هدفمند می‌شود. آنها همچنین دوره‌های آموزشی و کارگاه‌هایی را برای آشنا ساختن خانواده‌ها با روش استفاده از سامانه‌های اغلب-پیچیده مراقبت در کالیفرنیا برگزار می‌کنند.

واحد 4: حمایت

آموزش 4.1: حمایت در زمینه آموزش ویژه

فرآیند آشنا شدن با سامانه‌های جدید گاهی با مشکلاتی همراه می‌شود. به همین دلیل، وست‌ساید از گروهی از کارشناسان برای همراهی با شما در این مسیر کمک گرفته است. این خدمات رایگان است!

آموزش 4.2: حمایت از خود و کمیته مشورتی مشتری

در منطقه WRC چندین گروه حمایت از خود فعالیت می‌کنند. این گروه‌ها در مکان‌های عمومی مختلف، مانند رستوران‌ها، بازارها و اتاق‌های عمومی تشکیل جلسه می‌دهند. اعضا، در جلسات گروه‌ها، دوستان جدید می‌یابند و روابط دوستی پایدار ایجاد می‌کنند. تعداد دفعات و مدت جلسات، بسته به خواسته‌های هر گروه، فرق می‌کند. حضور در جلسات حمایت از خود به همه افراد 18 ساله و بالاتر توصیه می‌شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر، با Linda Butler، هماهنگ‌کننده حمایت از مشتری، به شماره (310) 258-4245 یا نشانی lindab@westsiderc.org، تماس بگیرید.

آموزش 4.3: فرآیند اعتراض و دادرسی منصفانه

سه روش برای اعتراض به رای مرکز منطقه‌ای وجود دارد. با این روش‌ها آشنا شوید و بدانید که منابع سودمند را از کجا می‌توان دریافت کرد.

آموزش 4.4: دفتر حمایت از حقوق مشتری (OCRA)

«دفتر حمایت از حقوق مشتری» (OCRA) بخشی از «حقوق افراد دچار ناتوانی کالیفرنیا» است. OCRA به ارائه اطلاعات، مشاوره و خدمات وکالت رایگان به مشتریان مرکز منطقه‌ای می‌پردازد. OCRA مشتریان همه 21 مرکز منطقه‌ای کالیفرنیا را پوشش می‌دهد. در هر مرکز منطقه‌ای یک «حامی حقوق مشتری» (CRA) وجود دارد.

واحد 5: منابع عمومی و مستقر در منطقه

آموزش 5.1: برنامه خدمات حمایتی در منزل (IHSS)

«برنامه خدمات حمایتی در منزل» (IHSS) بخشی از هزینه‌های خدمات ویژه سالخوردگان و افراد دچار ناتوانی را که برای زندگی سالم در منزل خود به مراقبت غیرپزشکی نیاز دارند، تامین می‌کند. این ویدئو درباره انواع خدمات ارائه شده، اطلاعات کلی ارائه می‌دهد؛ درباره انواع اطلاعاتی که باید برای تقاضانامه خود گرداوری کنید و درباره نحوه حفظ آمادگی؛ نحوه ثبت تقاضا و اتفاقاتی که در ویزیت در منزل رخ می‌دهد؛ درباره مراحل بعدی و حق شما برای درخواست تجدیدنظر در صورت مخالفت با تصمیم اتخاذشده، پیشنهاداتی ارائه می‌دهد.

آموزش 5.2: درآمد تامینی مکمل (SSI)

SSI به بزرگسالان و کودکان دچار ناتوانی یا نابینایی و افرادی که درآمد و منابع آنها از حد معینی کمتر است، کمک‌هزینه ماهانه پرداخت می‌کند. کمک‌هزینه SSI ممکن است به افراد 65 ساله و بالاتر بدون ناتوانی که معیارهای مالی را برآورده می‌کنند، نیز پرداخت شود.

آموزش 5.3: CalFresh

CalFresh، با نام سابق «کوپن غذا» (Food Stamps) به افراد و خانواده‌های کم‌درآمد مزایای غذای ماهیانه ارائه می‌کند. مزایای CalFresh بودجه غذایی را شامل می‌شود و امکان تهیه غذای مقوی، شامل میوه، سبزیجات، نان، غلات، حبوبات، گوشت، ماهی، مرغ، شیر، محصولات لبنی و... را برای افراد و خانواده‌ها فراهم می‌کند.

آموزش 5.4: CalABLE

حساب Achieving a Better Life Experience (ABLE) نوعی حساب پس‌انداز معاف از مالیات است که برای افراد دچار ناتوانی طراحی شده است. شما می‌توانید از حساب ABLE برای پس‌انداز کردن پول برای جبران بسیاری از مخارج مرتبط با ناتوانی، مانند آموزش، مسکن، حمل‌ونقل، آموزش شغلی، حمایت شغلی، فناوری کمکی و خدمات مرتبط استفاده کنید. موجودی حساب ABLE (تا $100,000)، طبق قوانین SSI، جزو منابع مالی شما محسوب نمی‌شود.

آموزش 5.5: حمل‌ونقل

این خدمات حمل‌ونقل در دسترس عموم مردم قرار دارد. دسترسی به برخی از این خدمات منوط به برآورده کردن شرایط صلاحیت خاص است.

تجربه خوشامدگویی به خانواده

کاتالوگ دوره

آموزش 5.6: برنامه کمک نقدی ویژه مهاجران (CAPI)

CAPI به مهاجران سالخورده، نابینا یا ناتوان که، صرفاً به دلیل وضعیت مهاجرت خود، واجدشرایط «درآمد تامینی مکمل»/«پرداخت مکمل دولتی» (SSI/SSP) نیستند، مزایای نقدی ارائه می‌کند.

آموزش 5.7: My Health LA، Medi-Cal و دیگر برنامه‌های سلامت

آیا به یک بیمه خدمات درمانی رایگان یا کم‌هزینه نیاز دارید؟ آیا برای یافتن برنامه‌های سلامت و پوشش هزینه نیازهای درمانی خاص، به راهنمایی نیاز دارید؟ آیا، برای خود یا خانواده‌تان، به خدمات پیشگیری (مراقبت از چشم، تنظیم خانواده، تشخیص سرطان) رایگان یا کم‌هزینه نیاز دارید؟

آموزش 5.8: کمک در زمینه تهیه و اجاره مسکن

با برنامه‌های ویژه کمک‌رسانی به افراد، خانواده‌ها، سالخوردگان و افراد دچار ناتوانی در زمینه یافتن مکان زندگی ارزان‌قیمت آشنا شوید.

آموزش 5.9: خدمات ویژه بی‌خانمان‌ها

آیا بی‌خانمان یا در معرض بی‌خانمانی هستید؟ آیا کسی را می‌شناسید که برای یافتن یک مکان امن برای اقامت به کمک نیاز داشته باشد؟ با سازمان‌های اجتماعی یا ارائه‌دهندگان خدمات ویژه بی‌خانمان‌ها در منطقه خود آشنا شوید.

آموزش 5.10: برنامه کمک‌هزینه ویژه سگ کمک‌رسان

«برنامه کمک‌هزینه ویژه سگ کمک‌رسان» ماهانه مبلغ 50$ به افراد واجدشرایطی که برای برآورده کردن نیازهای ناشی از ناتوانی، به سگ راهنما، سگ علامت‌دهنده، یا سگ کمک‌رسان نیاز دارند، پرداخت می‌کند.

تجربه
خوشامدگویی به خانواده

کاتالوگ دوره

WESTSIDE REGIONAL CENTER