



How you want to be treated.

ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

Your Safety While Living Here

ਇਹ ਹਰ ਇਕ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ

It's Everybody's Responsibility

ਇੱਥੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸੁਝਾਅ

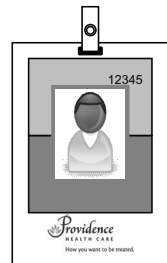
ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ (ਸੇਫਟੀ) ਸਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਤਰਜੀਹ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਸਨੀਕਾਂ (ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟਸ) ਦੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਧੀਆ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵਸਨੀਕ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣਾ ਸਿਹਤਮੰਦ, ਖੁਸ਼ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸੁਝਾਅ, ਤੁਹਾਡੇ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਤਜਰਬੇ ਵਾਲਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੌਖੇ ਸੁਝਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਕੁਝ ਮਿੰਟ ਲਾਵੋ।

ਕੌਣ ਕੀ ਹੈ?

ਸਾਡੇ ਘਰ ਵਰਗੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਛਾਣ ਲਈ ਕੜਾ (ਆਈ ਡੀ) ਪਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਹੈਰਾਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸ ਨੂੰ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇਣੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਦੋ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪਹਿਲਾ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਤਾਜ਼ਾ ਫੋਟੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਂ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੈੱਡ ਦੇ ਨੇੜੇ ਦਵਾਈਆਂ ਵਾਲੀ ਅਲਮਾਰੀ 'ਤੇ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ। ਦੂਜਾ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਸਾਡੇ ਸਟਾਫ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਜਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾ ਜਾਣਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਦੇਣ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਟਾਫ ਦੇ ਦੂਜੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦਾ ਹੈ (ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ) ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਵੀਡੈਂਸ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਨਾਂ ਦਾ ਬਿੱਲਾ ਲਾ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਟਾਫ ਦੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਬੋਰਡ ਉੱਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ ਕੇਅਰ ਅਟੈਂਡੈਂਟਸ (ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ) ਅਤੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਨਰਸਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਲਿਖਦੇ ਹਾਂ।



ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਅਕਸਰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।

ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੋ, ਇਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ।

ਜਰਾਸੀਮਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਉਪਰਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਜਰਾਸੀਮ ਮਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਨੂੰ ਇਕ ਮਿੰਟ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ!

ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਅਕਸਰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਜਾਂ ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੇ ਹੱਥ 'ਤੇ ਮਲਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।

ਇਹ ਕਰਨ ਤੋਂ **ਪਹਿਲਾਂ** ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ:

- ਖਾਣ ਅਤੇ ਪੀਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ
- ਕਿਸੇ ਚੀਰ, ਜ਼ਖ਼ਮ ਜਾਂ ਪੱਟੀ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਇਹ ਕਰਨ ਤੋਂ **ਬਾਅਦ** ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ:

- ਟੋਆਇਲਟ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ
- ਆਪਣਾ ਨੱਕ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ
- ਕਿਸੇ ਚੀਰ, ਜ਼ਖ਼ਮ ਜਾਂ ਪੱਟੀ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ
- ਗਾਰਬੇਜ਼ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਮਿਲਣ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਆਉਣ ਵੇਲੇ, ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਉਪਰ ਲਿਖੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।



ਡਾਕਟਰਾਂ, ਨਰਸਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਈ ਵੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛੋ - “ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਕੀਤੇ ਹਨ?” ਅਸਲੀਅਤ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤਿਆਂ ਦੇ ਇਹ ਬਟਨ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛੋ!

ਜਰਾਸੀਮ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ...

ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੂਜੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਨਿੱਜੀ ਸਫ਼ਾਈ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੰਘੀਆਂ, ਬੁਰਸ਼, ਨਹੁੰ ਕੱਟਣੇ, ਜਾਂ ਉਸਤਰੇ।
- ਖਾਣਾ।
- ਸਿਗਰਟਾਂ।



ਆਪਣੀ ਖੰਘ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਨੂੰ ਟਿਸ਼ੂ ਪੇਪਰ ਨਾਲ ਢਕੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਟਿਸ਼ੂ ਪੇਪਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਕੂਹਣੀ ਉੱਪਰ ਖੰਘੋ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਮਾਰੋ।

ਆਪਣੇ ਹੱਥ 'ਤੇ ਨਾ ਖੰਘੋ ਜਾਂ ਛਿੱਕ ਨਾ ਮਾਰੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ (ਬੀਮਾਰੀ) ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ, ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਜੁਕਾਮ, ਫਲੂ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਟੱਟੀਆਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਣ ਨਾ ਆਉਣ ਜਦ ਤੱਕ ਉਹ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

ਇਕ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ - ਅਸੀਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (ਟੀਕੇ) ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਲੂ ਜਾਂ ਨਮੂਨੀਏ ਲਈ।

ਰੋਕੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿਚ ਇਹ ਪੈਂਫਲਿਟ ਦੇਖੋ 'ਸਟੋਪ ਦਾ ਸਪਰੈੱਡਜ਼ ਆਫ ਜਰਮਜ਼ - ਇਟ ਟੇਕਸ ਲੈੱਸ ਦੈਨ ਏ ਮਿੰਟ ਟੂ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟ ਯੂਅਰਸੈੱਲਫ ਐਂਡ ਅਦਰਜ਼'।

ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ

ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ‘ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਮੇਰੇ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ’ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ। ਇਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੈਂਬਰ ਹੋ। ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਮੀਟਿੰਗ (ਕੇਅਰ ਕਾਨਫਰੰਸ), ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।

ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪਲੈਨ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਗਾਈਡ ਵਿਚ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪਲੈਨ (ਕੇਅਰ ਪਲੈਨ) ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਗਾਈਡ (ਕੇਅਰ ਗਾਈਡ) ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪਲੈਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਇਕ ਲਿਖਤੀ ਪਲੈਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਕੀ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ ਦੇ ਨੇਮਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਗਾਈਡ ਵਿਚ ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਦੇ ਦੇਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਰਹਾਣੇ ਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪਲੈਨ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਖੱਬਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪਲੈਨਿੰਗ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਅਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਹਰ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਰਲ ਕੇ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਦੇ ਹਾਂ।

ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪਹਿਲੀ ਮੀਟਿੰਗ ਤੁਹਾਡੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 6 ਤੋਂ 8 ਹਫਤਿਆਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਮੀਟਿੰਗ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਲ ਵਿਚ ਇਕ ਵਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। (ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਲਈ ਪੈਂਫਲਿਟ ‘ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ ਕੇਅਰ ਕਾਨਫਰੰਸ’ ਦੇਖੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਾਨ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਨਿੱਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉੱਪਰ ਲੇਬਲ ਜਾਂ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਾਉਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਣਾਉਣੀ ਦੰਦ, ਐਨਕਾਂ, ਸੁਣਨ ਯੰਤਰ, ਵੀਲਚੇਅਰ, ਗੱਦੀਆਂ, ਅਤੇ ਵਾਕਰ।

ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਹੈ, ਫਿਰ ਵੀ ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਆਉਂਦੇ ਅਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਗਹਿਣੇ, ਜਾਂ ਕੀਮਤੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਕੋਲ ਛੱਡਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਗਵਾਚ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕੀਮਤੀ ਸਮਾਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਇਨਸ਼ੁਰੈਂਸ ਲੈ ਲਵੋ। ਇਹ ਗਵਾਚਣ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣ ਲਈ ਇਨਸ਼ੁਰੈਂਸ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਡੀ ਇਨਸ਼ੁਰੈਂਸ ਗਵਾਚੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਇਨਸ਼ੁਰੈਂਸ ਵਿਚ ਐਨਕਾਂ, ਸੁਣਨ ਯੰਤਰਾਂ, ਬਣਾਉਣੀ ਦੰਦਾਂ, ਘੜੀਆਂ ਲਈ ਕਵਰੇਜ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਵੀਲਚੇਅਰ ਜਾਂ ਵਾਕਰ ਲਈ ਵੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਘਰ ਤੋਂ ਨਿੱਜੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਉਣਾ ਸੋਹਣਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਪਰ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਖੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਸਟਾਫ਼ ਦੋਨੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਚੱਲ ਸਕੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘੱਟ ਰੱਖੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਫ਼ਾਈ ਸੌਖੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਠੋਡਾ ਲੱਗ ਕੇ ਡਿਗਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਘਟਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਕੋਈ ਸਾਜ਼-ਸਮਾਨ ਲਿਆਉਣ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਕੋਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਘਰ ਭੇਜਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਵਰਤ ਨਾ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਜੇ ਥਾਂ ਦਾ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆ ਕੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਚੁੱਕਣ ਅਤੇ ਇੱਧਰ ਉਧਰ ਲਿਜਾਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਾਈ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਖਾਸ ਸਾਜ਼-ਸਮਾਨ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈੱਡ ਤੋਂ ਕੁਰਸੀ ਵਿਚ ਬਿਠਾਉਣ ਜਾਂ ਕੁਰਸੀ ਤੋਂ ਨਹਾਉਣ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਅਸੀਂ ਮਕੈਨੀਕੀ ਲਿਫਟ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਕਈ ਵਾਰੀ ਕੱਪੜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਖਤਰਾ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਕੱਪੜੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭੀੜੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਾਉਣੇ ਜਾਂ ਲਾਹੁਣੇ ਬਹੁਤ ਔਖੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸੱਟ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਕੱਪੜਿਆਂ ਲਈ ਹੋਰ ਚੋਣਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ‘ਸੌਖੇ ਕੱਪੜਿਆਂ’ ਬਾਰੇ ਪੈਂਫਲਿਟ ਦੇਖੋ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਖਾਸ ਯੰਤਰ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਕੁਝ ਵਸਨੀਕਾਂ ਦੀ ਪੈੜ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

- ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਦੇ ਅਲਾਰਮ - ਜੇ ਕੋਈ ਪਾਸ ਕੋਡ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮੰਜ਼ਲ ਜਾਂ ਬਿਲਡਿੰਗ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੇ ਹਨ।
- ਜਿੰਦਾ ਲੱਗੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਐਲੀਵੇਟਰਾਂ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ - ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਓਨਾ ਚਿਰ ਨਹੀਂ ਖੁਲ੍ਹਦੇ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਪਾਸ ਕੋਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ।
- ਇਧਰ ਉਧਰ ਘੁੰਮਣ 'ਤੇ ਬੋਲਣ ਵਾਲਾ ਅਲਾਰਮ - ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਸਨੀਕ ਤੁਰਦਾ ਫਿਰਦਾ ਆਪਣੇ ਗੁਆਂਢ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਬਿਲਡਿੰਗ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਯੰਤਰ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦਾ ਹੈ।
- ਹਿਲਜ਼ੁਲ ਦੱਸਣ ਵਾਲਾ ਅਲਾਰਮ - ਅਸੀਂ ਇਹ ਅਲਾਰਮ ਬੈੱਡਾਂ ਅਤੇ ਕੁਰਸੀਆਂ 'ਤੇ ਲਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਕੋਈ ਵਸਨੀਕ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਦਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉੱਠਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਅਲਾਰਮ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਯੰਤਰ ਸ਼ੋਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਸਤਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਵਸਨੀਕਾਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਹਰ ਇਕ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਤਿਲਕਣਾ ਅਤੇ ਡਿਗਣਾ

ਕੇਅਰ ਹੋਮਾਂ ਵਿਚ ਡਿਗਣਾ ਬਹੁਤ ਆਮ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਡਿਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਰਬੜ ਦੇ ਤਲੇ ਵਾਲੇ ਸਲਿੱਪਰ ਜਾਂ ਬੂਟ ਪਾਉ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪੂਰੇ ਪੈਰ ਨੂੰ ਢਕਦੇ ਹੋਣ।

ਡਿਗਣ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਸਨੀਕ ਬਾਥਰੂਮ ਜਾਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬੈੱਡ ਤੋਂ ਉੱਠਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮਦਦ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਸੱਦੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਉੱਠਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਰਾਤ ਨੂੰ ਤਾਂ ਇਹ ਖੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ ਉੱਥੇ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਾਫੀ ਲਾਈਟ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਨੇੜੇ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕਹੋ। ਆਪਣਾ ਕਾਲ ਬਟਨ, ਐਨਕਾਂ, ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸਦਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨੇੜੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੈੱਡ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਬਾਰੇ ਸਾਡਾ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਅਲਰਜੀ ਜਾਂ ਰੀਐਕਸ਼ਨ ਹੋਵੇ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੂਵ ਹੋ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਜਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਸਵਾਲ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਦੱਸ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਆਪਣੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਨਹੀਂ ਲਈਆਂ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਕੇਅਰ ਏਡ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੋਂ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਹੜੀ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕੌਣ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ ਨਾਂਹ ਕਰਨਾ ਓਕੇ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਫਿਕਰਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਾਂਗੇ।

ਖਾਣਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਦੂਜੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨਾਲ ਖਾਣ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਖਾਣਾ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛੋ। ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਲਰਜੀਆਂ, ਸੋਜ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਖੁਰਾਕਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹ ਕਈ ਖਾਸ ਖਾਣੇ ਨਹੀਂ ਖਾ ਸਕਦੇ। ਸਾਡੇ ਖੁਰਾਕ-ਮਾਹਰ (ਡਾਇਟੀਸ਼ਨ) ਅਤੇ ਟੀਮ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ ਭੋਜਨ, ਖਾਣ, ਪੀਣ ਜਾਂ ਸੋਜ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਖਾਸ ਖੁਰਾਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਖਾਣ ਜਾਂ ਪੀਣ ਵੇਲੇ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਮਿਲਣ ਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਗਾਈਡ ਉਪਰ ਲਿਖੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਖਾ ਜਾਂ ਪੀ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਖਿਲਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਖੋ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਚੈੱਕ ਕਰਨ।

ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਮਿਲਣ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਖਾਣਾ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੇਧਾਂ (ਗਾਈਡਲਾਈਨਾਂ) ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ:

- ਸਾਰਾ ਖਾਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਬੰਦ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।
- ਸਾਰੇ ਖਾਣਿਆਂ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਾਂ ਅਤੇ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਤਾਰੀਕ ਲਿਖੀ ਜਾਵੇ। ਤਾਰੀਕ ਲਿਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਜੇ ਇਹ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਵੇ ਜਾਂ 'ਚੰਗਾ ਰਹਿਣ ਦੀ' ਤਾਰੀਕ ਲੰਘ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖਰਾਬ ਹੋਏ ਖਾਣੇ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਵੋ।
- ਜੇ ਕੋਈ ਖਾਣਾ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਫਰਿੱਜ ਵਿਚ ਰੱਖੋ।

ਫਿਕਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ

ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਫਿਕਰਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਆਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ। ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਇਹ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਤੁਸੀਂ ਰਾਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਚਮੜੀ ਉੱਪਰ ਕੋਈ ਲਾਲ ਖੱਬਾ ਜਾਂ ਦੁਖਦੀ ਥਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਗਲਣ, ਹਿਲਜੁਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਨਹੀਂ ਸਨ।

ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਸਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਤੀਰੇ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਵਤੀਰੇ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਚੀਜ਼ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪਰ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਸਨੀਕ ਦੇ ਵਤੀਰੇ ਬਾਰੇ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਸਟਾਫ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਸਨੀਕ ਦੇ ਵਤੀਰੇ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਸਨੀਕ ਨਾਲ ਸਭ ਔਛਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਇਹ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਫਿਕਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸਟਾਫ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਸਿੱਧੀ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਫਿਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੇਜਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਪੁੱਛਣਾ ਚੰਗਾ ਹੈ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ। ਜਿੰਨਾ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਓਨਾ ਚੰਗਾ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਓਨਾ ਚੰਗਾ ਹੀ ਅਸੀਂ ਰਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕੋਈ ਵੀ ਫਾਰਮ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਸਾਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਾਰਮਾਂ, ਚਿੱਠੀਆਂ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਪੇਪਰਾਂ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਦੱਸੀਏ ਜਿਹੜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝ ਸਕੋ।

ਹਰ ਕੋਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਉਹ ਪੁੱਛਣ ਤੋਂ ਭੁੱਲ ਗਏ ਸਨ ਜਾਂ ਕੁਝ ਚਿਰ ਸੋਚਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੈਰਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਲਿਖ ਲਵੋ। ਅਗਲੀ ਵਾਰੀ ਮੌਕਾ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਲਵੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲ ਦਿੰਦੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ। ਜਵਾਬ ਲਿਖ ਲਵੋ।

ਅਸੀਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਸਾਫ਼ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਦੋਭਾਸ਼ੀਆ ਮੰਗੋ ਜੇ:

- ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਜ਼ਬਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਜਾਂ
- ਤੁਸੀਂ ਸਾਈਨਾਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਰੋਜ਼ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਲਈ ਅਸੀਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਢੰਗ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।

ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖਣੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ।

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਡਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣੋ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਇਹ ਉਮੀਦ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨਿਮਰਤਾ ਅਤੇ ਆਦਰ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰੀਏ। ਬਦਲ ਵਿਚ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਰੱਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਨਿਮਰਤਾ ਅਤੇ ਆਦਰ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰੋਗੇ। ਗੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਰਤਣਾ ਜਾਂ ਰੁੱਖਾ, ਉੱਪਦਰੀ ਜਾਂ ਅਪਮਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰਨਾ ਪ੍ਰਵਾਨਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮਾੜੇ ਵਰਤਾਉ ਦਾ ਹੱਲ ਫੌਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਦੌਰਾਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਦੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਨ ਲਈ 'ਰੈਜ਼ੀਡੈਂਟ ਹੈਂਡਬੁੱਕ - ਯੂਅਰ ਗਾਈਡ ਟੂ ਲਿਵਿੰਗ ਹੇਅਰ' ਦੇਖੋ।

ਇਹ ਇਕ ਕਮਿਊਨਟੀ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਵਸਨੀਕ ਤੁਹਾਡੇ ਗੁਆਂਢੀ ਹਨ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣੀ ਲਈ ਹਰ ਇਕ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।



How you want to be treated.