VIETNAMESE

Hình dung lại
ĐỜI TÔI
Tập thông tin để hỗ trợ quý vị với NDIS

PHIÊN BẢN 2.0

TÊN:

Nội dung

Về tập thông tin này **4**

Tôi có thể gia nhập NDIS? 5

Giới thiệu: Về Tôi **7**

Chi tiết Cá nhân 7

Bước 1: Khuyết tật Tâm lý Xã hội là gì? **13**

Những nhu cầu cần hỗ trợ của tôi 13

Bước 2: Hiểu NDIS **16**

Các câu hỏi tôi có 17

Bước 3: Tiêu chuẩn **18**

Bước 4: Nộp đơn xin NDIS hỗ trợ **19**

Các cuộc hẹn 19

Những người tôi muốn tham gia vào yêu cầu NDIS chấp nhận 20

Những người tôi không muốn liên lạc về yêu cầu NDIS chấp nhận 20

Các tờ đơn và bằng chứng hỗ trợ của tôi 21

Sự tiến triển đơn xin của tôi 22

Bước 5: hình dung lại đời tôi **23**

Ước mơ và hy vọng của tôi về cuộc sống có ý nghĩa 23

Khám phá ước mơ và hy vọng của tôi 26

Lập kế hoạch 26

Bước 6: Các kế hoạch với NDIS **32**

Chuẩn bị quản lý tiền NDIS của tôi 33

Tôi cần quản lý tiền NDIS của tôi bằng cách nào? ? 34

Về tập thông tin này

Tập sách này được thiết kế để hỗ trợ những người mắc bệnh tâm thần thông qua NDIS. Tập sách cũng có thể được sử dụng bởi các nhân viên, người hỗ trợ, gia đình, người chăm sóc và nhiều người nữa.

Cần giúp đỡ?

Hỏi những người quý vị tin tưởng, như người nhà hoặc nhân viên hỗ trợ, giúp làm việc thông qua tập sách này và/hoặc trên hành trình NDIS của quý vị.

Thu thập thông tin của quý vị

Quý vị có thể thu thập ở đây tất cả các thông tin quý vị vui lòng chia sẻ với những người khác. Điều này có thể bao gồm lai lịch quý vị, cuộc sống của mình như thế nào và làm thế nào quý vị muốn thay đổi.

Quý vị có thể dùng tập sách để:

- Mô tả tình trạng của mình khi nói chuyện với mọi người
- Thu thập suy nghĩ và ước mơ của quý vị để giữ cho mình cảm giác hy vọng
- Giúp quí vị nhớ chi tiết khi cuộc sống bị bận rộn
- Chuẩn bị cho NDIS

Sử dụng Trang mạng

Tập thông tin này dành để sử dụng với trang mạng **https://reimagine.today.** Trang mạng cung cấp thông tin và thí dụ nhằm giúp quý vị hoàn tất các hoạt động trong tập thông tin này.

Quý vị có thể nhờ người khác giúp sử dụng tập sách này. Nhưng hãy nhớ, qua tập sách quý vị có thể tự làm theo phương cách và thời gian riêng của chính mình. Quý vị cũng có thể quay trở lại để thêm vào hoặc sửa chữa khi cuộc sống của mình có thay đổi.

Hãy nhớ – ước mơ và hy vọng của quý vị rất quan trọng nhưng đôi khi có thể làm quý vị cảm thấy không an toàn hoặc dễ bị tổn thương, vì vậy điều quan trọng chỉ chia sẻ tập sách này với người đáng tin cậy và với người quý vị cảm thấy an toàn.

Trước khi chúng ta bắt đầu: Ai có thể nhận chương trình NDIS?

Bảng danh sách này giúp quý vị tìm hiểu xem mình có đủ điều kiện được nhận NDIS không. **Hãy nhớ rằng đây chỉ là kiểm tra ban đầu và quyết định cuối cùng về việc chấp nhận gia nhập tùy vào Cơ quan Bảo hiểm Khuyết tật Quốc gia.**

Bảng danh sách được nhận vào NDIS

Câu hỏi	Trả lời
1. Quý vị có phải cư dân Úc không? Để được nhận NDIS quý vị phải sống ở Úc và là: • Công dân Úc hoặc • Thường trú nhân hoặc • Giữ Giấy Chiếu khán Diện Bảo vệ Đặc biệt	☐ **Phải** Sang Câu hỏi 2 ☐ **Không phải** Quý vị có thể nhận được sự giúp đỡ khác*
2. Có phải quý vị dưới 65 tuổi? Để được nhận vào NDIS quý vị phải dưới 65 tuổi khi nộp đơn xin NDIS.	☐ **Phải** Sang Câu hỏi 3 ☐ **Không phải** Quý vị có thể nhận được sự giúp đỡ khác*
3. Quý vị có thường xuyên cần người khác hoặc dụng cụ để giúp đỡ làm những điều hàng ngày cho chính mình vì sức khỏe suy yếu hoặc căn bệnh có khả năng là vĩnh viễn? Để được nhận vào NDIS quý vị phải bị suy yếu hoặc có căn bệnh hầu như vĩnh viễn (suốt đời) và cản trở quý vị làm những công việc hàng ngày cho chính mình. Điều này bao gồm sự suy yếu thất thường và thay đổi mãnh liệt thường xảy ra đối với những người cuộc sống mỗi ngày bị ảnh hưởng nghiêm trọng vì bệnh tâm thần.	☐ **Phải** **Gọi NDIA qua số 1800 800 110 và xin Tờ đơn Gia nhập (an Access Request Form)**. ☐ **Không phải** Quý vị không thể nhận được tài trợ từ NDIS. a) Quý vị vẫn có thể xem Hy vọng và ước mơ của quý vị (Bước 5, trang 23) b) Quý vị có thể nhận được sự giúp đỡ khác.*

*Để biết thêm thông tin về các hỗ trợ có sẵn khác, xem 'Các Dịch vụ khác có thể hỗ trợ tôi' trên trang mạng reimagine.today:
http://reimagine.today/step-3/other-services-that-could-support-me/

Gel Xtreme 0.7

Giới thiệu: Về Tôi

Phần này thu thập thông tin chung về quý vị. Quý vị có thể sử dụng phần này khi gặp những người mới, chẳng hạn như những người chăm sóc, hỗ trợ và điều trị, ngay cả khi quý vị không được nhận vào NDIS.

Chi tiết Cá nhân:

Tên	
Địa chỉ	
Số điện thoại	
Địa chỉ email	

Những trang kế quý vị có thể cho biết một ít về mình!

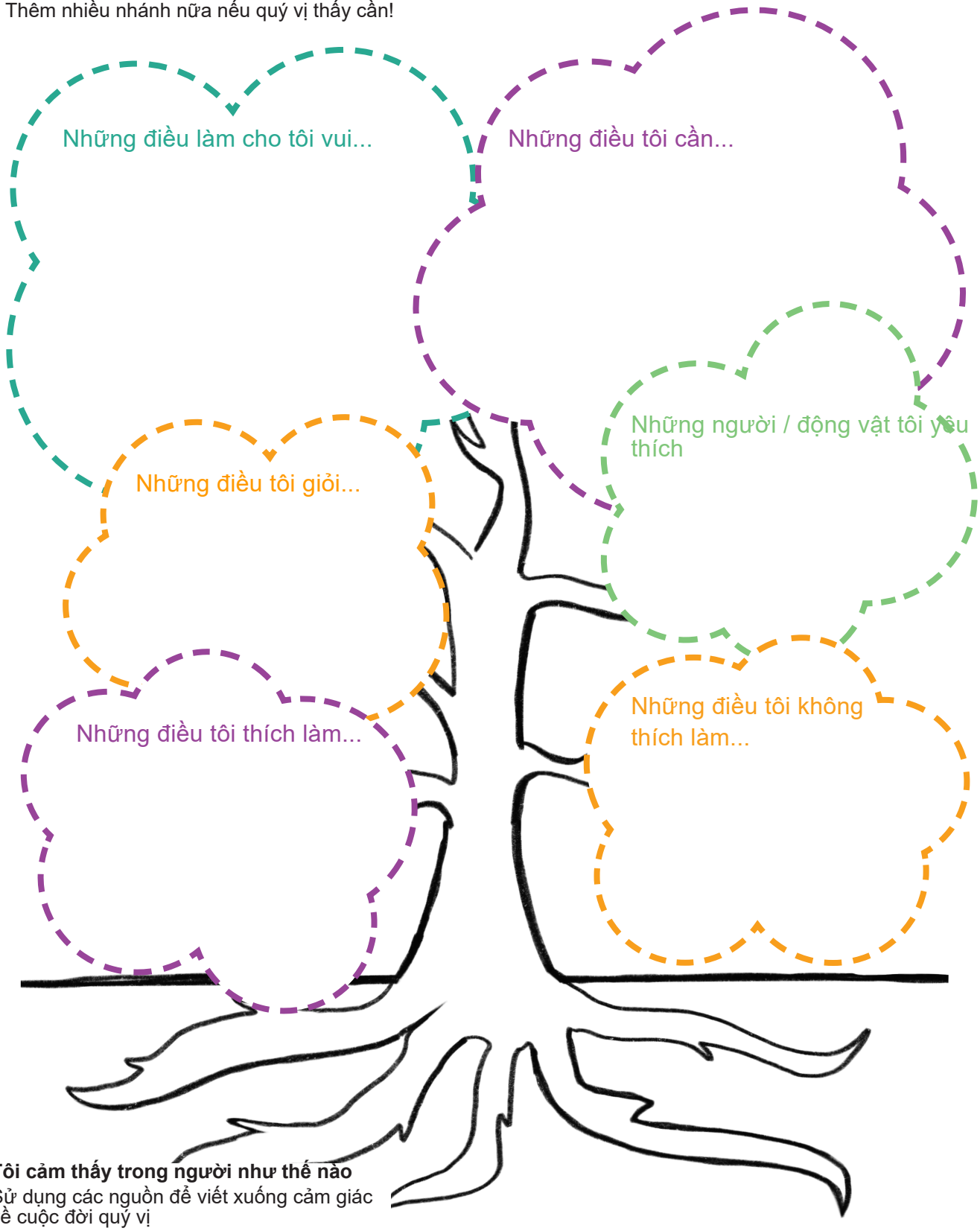
Những gì gồm có ở đây sẽ giúp người hỗ trợ hiểu thêm về quý vị ngay bây giờ và những hỗ trợ quý vị chọn để dẫn đến một đời sống có ý nghĩa.

Gợi ý: trong suốt tập sách này, chúng tôi bao gồm các từ và hình ảnh mẫu mà quý vị có thể thấy hữu íchl.

Tôi là ...

Sử dụng các nhánh cây, từ ngữ và hình ảnh để mô tả cá nhân quý vị và mình là người như thế nào.

Thêm nhiều nhánh nữa nếu quý vị thấy cần!



Tôi cảm thấy trong người như thế nào

Sử dụng các nguồn để viết xuống cảm giác về cuộc đời quý vị

Những điều tôi ...

Từ ngữ hoặc hình ảnh mô tả những điều quý vị thích hoặc không thích.

Tôi thích :

Thí dụ những hoạt động:

Thí dụ Những người làm tôi cảm thấy:

Thí dụ Những nơi như :

Những gì khác?

Tôi không thích:

Thí dụ những hoạt động:

Thí dụ Những người làm tôi cảm thấy:

Thí dụ Những nơi gây nhầm lẫn/khó khăn cho tôi, như :

Những gì khác?

Những người giúp đỡ tôi

Họ có thể là bạn bè, người thân, người sống chung nhà, hàng xóm, đồng nghiệp, đồng đội hoặc những người quan tâm và hỗ trợ quý vị (bao gồm thú vật). Họ cũng có thể là người quý vị hỗ trợ.

Nếu quý vị không có nhiều người thân trong cuộc sống, đây là những điều quý vị có thể nghiên cứu như là một phần của ước mơ và hy vọng. (trang 23).

Tên	Liên hệ với quý vị	Mô tả họ liên hệ với cuộc sống quý vị như thế nào

Trải nghiệm của tôi về bệnh tâm thần

Từ ngữ hoặc hình ảnh mô tả trải nghiệm của quý vị khi sống với bệnh tâm thần, khuyết tật hoặc khó khăn.

… từ ngữ hoặc hình ảnh mô tả trải nghiệm của quý vị:

Thí dụ:

Buồn

Chán nản

Bối rối

Tức giận

Không ai lắng nghe

Những người không hiểu

… bệnh tâm thần ảnh hưởng cuộc sống hằng ngày ra sao?

Thí dụ:

Khó khăn để ...

Những người ...

Đi chung quanh ...

Một số điều gì quý vị đã làm để giúp quý vị về điều này?

Thí dụ:

Ánh nắng

Bạn bè / gia đình

Thể dục

Thiền

Văn hóa

Kết nối với ...

Những điều tôi cần hỗ trợ

Từ ngữ hoặc hình ảnh mô tả những điều quý vị cần hỗ trợ.

Khi tôi khỏe mạnh, tôi cần hỗ trợ với …

Thí dụ:

Ở nhà

Nấu ăn

Lau chùi

Đi chung quanh

Di chuyển

Biết nơi để đi

Các sinh hoạt

Gặp mọi người

Làm bạn

Học

Làm việc

Khi tôi không khỏe, tôi cần hỗ trợ với …

Ai có thể hỗ trợ tôi đạt được những điều này?

Bước 1: Khuyết tật tâm lý xã hội là gì?

Nơi đây quý vị có thể thu thập thông tin cần thiết cho tờ đơn xin thu nhận NDIS (gọi là an access request). Quý vị có thể dùng thông tin này để hướng dẫn nhân viên phục vụ y tế cộng đồng khi họ giúp quý vị tập hợp các chứng từ với nhau.

Những nhu cầu cần hỗ trợ của tôi

Trong trang trước, chúng tôi đã biết 'những điều quí vị cần hỗ trợ' … nếu nộp đơn cho NDIS, quý vị sẽ được yêu cầu cung cấp thông tin về tình trạng 'tâm lý xã hội' của quý vị và bất cứ nhu cầu giúp đỡ khuyết tật khác.

Để tìm thêm về thuật ngữ 'khuyết tật tâm lý xã hội' – xin xem Bước 1 trên trang mạng the reimagine today.

Bây giờ, theo các tiết mục trong đơn xin NDIS sau đây, suy nghĩ lại về tình trạng tâm thần ảnh hưởng đến cuộc sống hàng (trang 11 và 12) ngày và những gì quý vị cần hỗ trợ trong các lĩnh vực được liệt kê. Quý vị sẽ được yêu cầu cung cấp các thông tin này trong đơn xin để chứng tỏ sự tác động đến cuộc sống của quý vị.

Ví dụ như – Xin xem Bước 1 trên trang mạng reimagine.today.

Sự di chuyển/khả năng vận động	Bước xuống giường và di chuyển quanh nhà và bên ngoài nhà
Truyền đạt	Hiểu người khác và được người khác hiểu

Giao tiếp xã hội	Kết bạn, giữ tình bạn và đương đầu với tình cảm và cảm xúc
Học hỏi	Hiểu, nhớ và học những điều mới
Tự chăm sóc	Cần giúp đỡ tắm, mặc quần áo và ăn.
Tự quản lý	Làm công việc hàng ngày, xử lý tiền bạc và đưa ra quyết định

Quý vị bị khuyết tật gì?

Nếu quý vị đã được chẩn đoán và thấy hữu ích, hãy chia sẻ thông tin này tại đây. Quý vị cũng có thể bao gồm thông tin về các triệu chứng của quý vị.

Tâm lý xã hội (bệnh tâm thần), trí tuệ, thể chất, cảm giác, những thứ khác

Điều trị gì, nếu có, quý vị đã hoặc hiện đang nhận được?

Điều trị này có thể liên quan đến bệnh về thể xác và/hoặc tâm thần.

Y tế, trị liệu, tư vấn, vật lý, nha khoa, dinh dưỡng, bệnh bàn chân, những thứ khác

Thuốc trị bệnh tâm thần, bệnh thể xác, những thứ khác

Tác động và phản ứng phụ dài hạn nào, nếu có, quý vị phải chịu đựng vì sự điều trị (liên quan đến thể xác và/hoặc tinh thần)?

Trọng lượng, không kiểm soát tiêu tiểu, táo bón, buồn ngủ, đau đớn, ham muốn tình dục, v.v

Bước 2: NDIS là gì?

Phần này là để giữ bất kỳ thông tin hoặc câu hỏi quan trọng nào quý vị có về NDIS. Sẽ rất hữu ích khi viết xuống những câu hỏi quý vị suy nghĩ và sau đó quý vị có thể hỏi vào lần tới khi nói chuyện với đại diện Cơ quan Bảo hiểm Khuyết tật Quốc gia hoặc những người hỗ trợ quý vị.

Để biết thêm thông tin về Cơ quan Bảo hiểm Khuyết tật Quốc gia và chi tiết liên hệ -
xin xem Bước 2 trên trang mạng the reimagine today.

Văn phòng địa phương NDIA của tôi

Số điện thoại	
Địa chỉ	

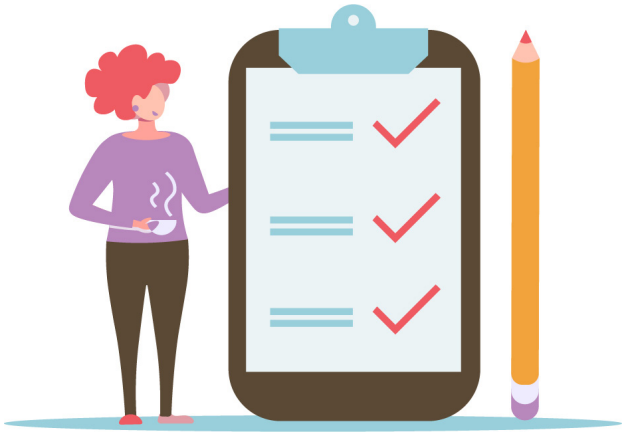
Văn phòng Điều Hợp viên Khu vực Địa phương của tôi

Tên cơ quan cộng sự (nếu yêu cầu)	
Tên nhân viên cộng sự	
Số điện thoại	
Địa chỉ	

Những câu hỏi tôi có về NDIS

Câu hỏi	Trả lời

Bước 3: Tiêu chuẩn



Kiểm tra xem quý vị có hội đủ tiêu chuẩn sang trang 5:

Trước khi chúng ta bắt đầu: Ai có thể nhận kế hoạch NDIS?

Để tìm hiểu thêm về việc đủ tiêu chuẩn và những gì cần làm nếu quý vị không đáp ứng được 'yêu cầu xin gia nhập', hãy xem **Bước 3 trên trang mạng reimagine.today.**

Hãy nhớ rằng: cho dù quý vị có đủ tiêu chuẩn hay không, Bước 5 của tập sách này (trang 23) có thể sử dụng để khám phá và lập kế hoạch cho hy vọng và ước mơ của quý vị.

Bước 4: Nộp đơn xin hỗ trợ từ NDIS

Tại đây quý vị có thể thu thập và theo dõi thông tin quý vị cần để chứng minh tác động của tình trạng khuyết tật đối với cuộc sống hàng ngày của mình. Điều này có thể hỗ trợ đơn xin NDIS (hoặc tờ đơn yêu cầu chấp nhận). Hãy nhớ rằng đây chỉ hướng dẫn. Hoàn cảnh của mỗi người mỗi khác và thông tin và bằng chứng quý vị cần sẽ khác nhau.

Tờ đơn yêu cầu chấp nhận là tờ đơn quý vị cần điền để nộp cho NDIS.

Gọi NDIA qua số 1800 800 110 để xin tờ đơn yêu cầu chấp nhận (Access Request Form).

Các cuộc hẹn với sự hỗ trợ

Tại đây quý vị có thể ghi xuống các cuộc hẹn với những người hỗ trợ mình về tờ đơn yêu cầu NDIS chấp nhận. Họ có thể bao gồm nhân viên đại diện NDIA, quản lý dịch vụ, đại diện luật pháp, nhân viên hỗ trợ, bác sĩ gia đình hoặc các chuyên viên y tế khác.

Ngày (khi nào)	Địa điểm (ở đâu)	Họp với (ai)	Ghi chú quan trọng hoặc các câu hỏi

Những người tôi muốn tham gia vào yêu cầu NDIS chấp nhận

Tại đây quý vị có thể thêm chi tiết liên lạc những người trong đời của quý vị, những người giúp đỡ và hỗ trợ mình. Họ có thể là gia đình, bạn bè, chuyên gia y tế hoặc những người làm việc cho một cơ quan hỗ trợ bệnh tâm thần hoặc khuyết tật.

Tên		**Cơ quan họ làm việc**	
Quan hệ với tôi		**Số điện thoại** (nếu thích hợp)	
Họ hỗ trợ tôi cách nào			
Tên		**Cơ quan họ làm việc**	
Quan hệ với tôi		**Số điện thoại** (nếu thích hợp)	
Họ hỗ trợ tôi cách nào			
Tên		**Cơ quan họ làm việc**	
Quan hệ với tôi		**Số điện thoại** (nếu thích hợp)	
Họ hỗ trợ tôi cách nào			
Tên		**Cơ quan họ làm việc**	
Quan hệ với tôi		**Số điện thoại** (nếu thích hợp)	
Họ hỗ trợ tôi cách nào			

Những người tôi không muốn liên lạc vào yêu cầu NDIS chấp nhận của tôi

Hãy suy nghĩ về những người không muốn hỗ trợ quý vị với đơn yêu cầu chấp nhận. Quý vị có thể nói với họ rằng quý vị không cần hoặc không muốn giúp đỡ!

Tờ đơn của tôi và bằng chứng hỗ trợ

Dùng phần này theo dõi giấy tờ và bằng chứng nào quý vị đã thâu thập để hỗ trợ đơn yêu cầu NDIS chấp nhận. Đánh dấu hoàn tất mỗi mục đã thâu thập và ghi bất cứ điều quan trọng quý vị cần nhớ trong phần ghi chú.

Đơn và bằng chứng	Đánh dấu nếu đã bao gồm	Ghi chú quan trọng và các câu hỏi
Đơn Yêu cầu Chấp nhận	☐ Qua điện thoại ☐ Gặp mặt ☐ Tờ đơn	
Chứng từ Hỗ trợ (quý vị sẽ được nhân viên NDIA thông báo nếu cần chứng từ này.)		
Bản báo cáo / hồ sơ y tế		
Lời phát biểu của người chăm sóc		
Thơ hỗ trợ (gia đình, nhân viên hỗ trợ, Bác sĩ Gia đình, Bác sĩ Tâm thần v.v)		
Nhân viên quản lý dịch vụ hoặc người chăm sóc được chỉ định		
Người giám hộ hoặc người được ủy thác		
Các tờ đơn khác và bằng chứng hỗ trợ		

Sự tiến triển đơn xin của tôi

Dùng phần này để theo dõi hồ sơ quý vị tiến triển đế đâu

Hành động	Ngày hoàn tất	Ghi chú quan trọng
Tiếp xúc NDIA để kiểm tra mình đủ tiêu chuẩn		
Hoàn tất Đơn Yêu cầu Chấp nhận (lưu ý: nếu quý vị hiện đang nhận các dịch vụ hỗ trợ khuyết tật, quý vị có thể không cần phải làm điều này)		
Gửi bằng chứng hỗ trợ (Càng nhiều càng tốt)		
Hoàn tất kế hoạch tính trước bằng cách hình dung đời sống của mình trong tập sách này (điều này rất hữu ích dù quý vị có được NDIS chấp nhận hay không)		
Nhận thư quyết định (theo dõi 21 ngày sau khi gửi tất cả bằng chứng nếu được yêu cầu)		
KHÔNG BẮT BUỘC: Yêu cầu NDIA tái xét [nếu quyết định là không đủ tiêu chuẩn và quý vị không đồng ý] (gửi yêu cầu trong vòng 3 tháng kể từ khi nhận được quyết định nếu cần)		
KHÔNG BẮT BUỘC: Yêu cầu thêm thông tin về quyết định không đủ tiêu chuẩn (nếu quý vị không hiểu lý do trong thư quyết định)		
KHÔNG BẮT BUỘC: Suy nghĩ xin Tái xét ở Tòa kháng cáo Hành chính (AAT) 1800 228 333		

Bước 5: hình dung lại đời sống của mình

Tại đây quý vị có thể hoạch định lại đời sống của mình có hoặc không có NDIS. Quý vị có thể nghĩ về hy vọng, mơ ước của mình và làm sao biến chúng thành sự thật. Hãy nhớ đạt được hy vọng và ước mơ của mình có thể mất rất nhiều thời gian và công sức, dù quý vị có mắc bệnh tâm thần hay không, vì vậy hãy thực hiện từng bước một!

Hy vọng và ước mơ về cuộc sống của tôi

Có nhiều cách để khám phá những hy vọng và ước mơ của mình.

Ở đây chúng ta xem xét tám lĩnh vực của cuộc sống hàng ngày trong đó NDIS cung cấp hỗ trợ. Đó là:

1. Lựa chọn và kiểm soát – Đưa ra quyết định của riêng mình về những gì quan trọng trong cuộc sống, cách quý vị sống và ai sẽ hỗ trợ.
2. Hoạt động hàng ngày – Công việc hàng ngày quý vị làm như nấu ăn, mua sắm, dọn dẹp và đi chơi.
3. Quan hệ – Những người trong cuộc sống của quý vị và họ có ảnh hưởng tốt hay không.
4. Nhà – Nơi quý vị sống có phù hợp hay không.
5. Công việc – Các hoạt động trong cuộc sống mang đến cho quý vị mục đích, chẳng hạn như công việc tình nguyện, học tập hoặc công việc được trả lương.
6. Sức khỏe và hạnh phúc – Quý vị muốn tinh thần và thể chất khỏe mạnh như thế nào.
7. Tham gia cộng đồng và xã hội – Tham gia và chia sẻ với người khác, những điều khác nhau quý vị làm trong cuộc sống khiến quý vị cảm thấy như mình hòa nhập vào.
8. Học tập suốt đời – Những điều quý vị muốn học trong suốt cuộc đời và việc học này có thể xảy ra theo nhiều cách.

Đối với mỗi lĩnh vực này, quý vị sẽ khám phá cuộc sống hiện tại như thế nào (quý vị muốn hỗ trợ gì) và quý vị muốn mọi thứ thay đổi như thế nào.

Hy vọng và ước mơ của tôi
Quý vị có thể dùng trang này để viết, vẽ, hình dung cuộc sống của mình

Nguyện vọng

Tôi muốn có thể:

Tôi muốn dành nhiều thời gian hơn:

Tôi muốn sống:

Thí dụ:

Thiên nhiên

Âm nhạc

Nghệ thuật

Độc lập

Nhà

Bạn bè

Thể thao

Y tế

Nghiên cứu

Làm việc

Tôi sẽ làm cách nào?

Bây giờ quý vị đã khám phá một số hy vọng và ước mơ cho tương lai, dành thời gian lập một số mục tiêu để giúp quý vị đạt được chúng!

Từ trang trước, chọn ba điều quý vị muốn tập trung làm trong tương lai. Đối với mỗi điều, quý vị có thể đặt từng bước để hoàn thành trong vòng ba tháng, sáu tháng và sau đó một năm. Quý vị cũng có thể khám phá những hỗ trợ gì quý vị có thể cần.

Hỗ trợ và dịch vụ phải hợp lý và cần thiết.

Hợp lý Nghĩa là một thứ gì đó chính đáng.

Cần thiết Nghĩa là một thứ gì đó quý vị cần.

Sau đây là các loại tài trợ của NDIS …

Gầy dựng khả năng: Hỗ trợ có thể có giúp quý vị xây dựng sự độc lập và kỹ năng của mình.

- Cải thiện cuộc sống hàng ngày, thí dụ phát triển các kỹ năng như dọn dẹp, mua sắm
- Cải thiện sắp xếp cuộc sống, thí dụ hỗ trợ để sống một mình
- Cải thiện mối quan hệ, thí dụ các lớp học để quan hệ với mọi người
- Gia tăng tham gia vào cộng đồng và xã hội, thí dụ tham gia một hoạt động xã hội
- Cải thiện việc học, thí dụ như đi học
- Tìm và giữ một việc làm
- Cải thiện sức khỏe & hạnh phúc, thí dụ tập thể dục
- Cải thiện lựa chọn cuộc sống, thí dụ hỗ trợ ra quyết định
- Phối hợp hỗ trợ, thí dụ Điều hợp viên hỗ trợ

Hỗ trợ chính: Hỗ trợ giúp quý vị hoàn thành các hoạt động trong cuộc sống hàng ngày.

- Hỗ trợ sinh hoạt hàng ngày, thí dụ người trợ giúp các nhiệm vụ ở nhà
- Hỗ trợ tham gia cộng đồng và xã hội, thí dụ người trợ giúp để đi đến các hoạt động xã hội
- Đồ dùng, thí dụ trang thiết bị
- Vận chuyển.

Hỗ trợ tài sản: Đây là về đầu tư hoặc mua những thứ quý vị cần lâu dài.

- Hỗ trợ kỹ thuật thí dụ xe lăn
- Sửa chữa nhà thí dụ tay vịn.

Để biết thêm chi tiết thí dụ về các hỗ trợ có thể cần –

hãy xem Bước 5 trên trang mạng the reimagine today.

Khám phá hy vọng và ước mơ của tôi – Hy vọng / Ước mơ 1
Kiểm tra hy vọng và ước mơ quý vị đặt ra trong hoạt động trước đó. Chọn tối đa ba điều quý vị muốn khám phá với nhiều chi tiết hơn. Viết hy vọng hoặc ước mơ của quý vị vào giữa trang và hoàn tất các câu hỏi xung quanh.

Tại sao tôi muốn điều này?

Kỹ năng nào tôi có hiện nay sẽ hữu ích?

Hỗ trợ nào tôi có hiện nay sẽ hữu ích?

Hy vọng / Ước mơ 1:

Kỹ năng nào tôi cần để làm điều này?

Hỗ trợ nào giúp tôi đạt được điều này?

Hy vọng / Ước mơ #1

(Sao chép lại điều này từ trang trước và sau đó điền vào khoảng trống bên dưới).

Hy vọng /ước mơ của tôi là …

Tôi đến đó bằng cách nào?

Đạt hy vọng / ước mơ của quý vị không xảy ra lập tức, phải đi từng bước nhỏ.

Thời hạn	Các bước để đạt hy vọng / ước mơ của tôi	Ai hoặc những gì có thể giúp tôi?
Trong khoảng thời gian **3 tháng** Tôi sẽ		
Trong khoảng thời gian **6 tháng** Tôi sẽ		
Trong khoảng thời gian **1 năm** Tôi sẽ		

Khám phá hy vọng và ước mơ của tôi – Hy vọng / Ước mơ 2
Viết hy vọng hoặc ước mơ của quý vị vào giữa trang và hoàn tất các câu hỏi xung quanh.

Tại sao tôi muốn điều này?

Kỹ năng nào tôi có hiện nay sẽ hữu ích?

Hỗ trợ nào tôi có hiện nay sẽ hữu ích?

Hy vọng / Ước mơ 2:

Kỹ năng nào tôi cần để làm điều này?

Hỗ trợ nào giúp tôi đạt được điều này?

Hy vọng / Ước mơ #2

(Sao chép lại điều này từ trang trước và sau đó điền vào khoảng trống bên dưới).

Hy vọng /ước mơ của tôi là …

Tôi đến đó bằng cách nào?

Đạt hy vọng / ước mơ của quý vị không xảy ra lập tức, phải đi từng bước nhỏ.

Thời hạn	Các bước để đạt hy vọng / ước mơ của tôi	Ai hoặc những gì có thể giúp tôi?
Trong khoảng thời gian **3 tháng** Tôi sẽ		
Trong khoảng thời gian **6 tháng** Tôi sẽ		
Trong khoảng thời gian **1 năm** Tôi sẽ		

Khám phá hy vọng và ước mơ của tôi – Hy vọng / Ước mơ 3
Viết hy vọng hoặc ước mơ của quý vị vào giữa trang và hoàn tất các câu hỏi xung quanh.

Tại sao tôi muốn điều này?

Kỹ năng nào tôi có hiện nay sẽ hữu ích?

Hy vọng / Ước mơ 2:

Hỗ trợ nào tôi có hiện nay sẽ hữu ích?

Kỹ năng nào tôi cần để làm điều này?

Hỗ trợ nào giúp tôi đạt được điều này?

Hy vọng / Ước mơ #3

(Sao chép lại điều này từ trang trước và sau đó điền vào khoảng trống bên dưới).

Hy vọng /ước mơ của tôi là …

Tôi đến đó bằng cách nào?

Đạt hy vọng / ước mơ của quý vị không xảy ra lập tức, phải đi từng bước nhỏ.

Thời hạn	Các bước để đạt hy vọng / ước mơ của tôi	Ai hoặc những gì có thể giúp tôi?
Trong khoảng thời gian **3 tháng** Tôi sẽ		
Trong khoảng thời gian **6 tháng** Tôi sẽ		
Trong khoảng thời gian **1 năm** Tôi sẽ		

Bước 6: Kế hoạch với NDIS

Tập thông tin này giúp quý vị chuẩn bị cho đơn xin NDIS và để tập hợp các thông tin quan trọng quý vị sẽ dùng trong tiến trình đặt kế hoạch với nhân viên NDIA.

Trang mạng the imagine today cung cấp một số thông tin về tiến trình đặt kế hoạch ở trang 6.

Một khi quý vị đã được NDIS chấp nhận tất cả kế hoạch và quản lý ngân quỹ sẽ hoàn tất thông qua tiến trình của Cơ quan Bảo hiểm Khuyết tật Quốc gia, chứ không qua trang mạng the reimagine today hoặc tập thông tin.

Nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi nào về vấn đề này, Cơ quan Bảo hiểm Khuyết tật Quốc gia có thể giúp đỡ quý vị.

Tôi có các câu hỏi về kế hoạch của tôi

Câu hỏi	Trả lời

Chuẩn bị quản lý tiền NDIS

Có hai quyết định chính quý vị cần phải đưa ra nếu nhận được tiền NDIS, quý vị nên suy nghĩ trước khi đến cuộc họp lập kế hoạch.

Để biết thêm thông tin về các lựa chọn của quý vị, trước tiên hãy kiểm tra

Bước 5 'Suy nghĩ về kế hoạch của tôi' trên trang mạng reimagine.today:
http://reimagine.today/step-5/thinking-about-my-plan/

» Xem video về 'Phối hợp Hỗ trợ'

» Đọc về 'Các Lựa chọn về Quản lý Quỹ Hỗ trợ'

Bây giờ quý vị đã đọc về các lựa chọn này, quý vị có thể nghĩ về điều nào tốt nhất cho quý vị bằng cách liệt kê một số ưu điểm (tích cực) và nhược điểm (tiêu cực).

Có thể cũng rất hữu ích để thảo luận điều này với một người hỗ trợ.

Tôi có cần một điều hợp viên hỗ trợ?

Ưu điểm (tích cực)	Nhược điểm (tiêu cực)
Quyết định của tôi là ...	

Tôi muốn quản lý tiền NDIS của tôi cách nào?

Đừng quên kiểm tra trước
Bước 5 'Suy nghĩ về kế hoạch của tôi' trên trang mạng reimagine.today:
http://reimagine.today/step-5/thinking-about-my-plan/

Chọn lựa	Ưu điểm (tích cực)	Nhược điểm (tiêu cực)
Tự quản lý		
Tự quản lý (Người đề cử đặt kế hoạch)		
Kế hoạch được quản lý (Nhà cung cấp quản lý có đăng ký)		
Được NDIA quản lý		
Phối hợp các điều trên		
Quyết định của tôi là:		

Ghi chú & ý tưởng bổ sung

Ghi chú & ý tưởng bổ sung

Một ít Thêm vào Tập sách

Cắt bất kỳ những hình ảnh này và dán vào tập sách để giúp quý vị hoàn tất công việc. Hãy nhớ rằng, quý vị cũng có thể tìm kiếm các hình ảnh khác và sử dụng chúng.

Nhật ký hàng ngày: theo dõi hoạt động

Những người chúng tôi nói chuyện về việc tạo ra nguồn thông tin này khuyên quý vị nên ghi nhật ký các hoạt động trong cuộc sống hàng ngày của mình, để có thể chia sẻ sự ảnh hưởng của bệnh tâm thần đối với quý vị như thế nào. Quý vị có thể SAO CHÉP và sử dụng nhật ký hàng ngày này để giúp ghi lại những điều quý vị làm và sự hỗ trợ mà quý vị nhận được để làm điều này.

Ngày (Tháng/Năm)	Hoạt động hàng ngày	Để làm điều này tôi cần giúp đỡ và hỗ trợ từ
Thứ hai		
Thứ ba		
Thứ tư		
Thứ năm		
Thứ sáu		
Thứ bảy		
Chủ nhật		

Chúc may mắn

Nhóm hình dung lại hôm nay (The reimagine today team) chúc quý vị may mắn trên hành trình đạt được những hy vọng và ước mơ của quý vị. Chúng tôi hy vọng trang mạng và tập thông tin này hữu ích cho quý vị, cho dù quý vị có được NDIS chấp nhận hay không.

Nếu quý vị có bất kỳ đề nghị hoặc ý kiến về trang mạng the imagine today hoặc tập thông tin, vui lòng liên hệ reimagine@mhcc.org.au

Đối với tất cả các câu hỏi liên quan đến NDIS, vui lòng liên hệ trực tiếp với NDIS 1800 800 110

Cám ơn!

Cám ơn:

Alolka, Kat, Arahni, Mark C, Petra, Simon, Peter, Jason, Marita, Vanessa, Lara, SJ, Paz, David P, Dianne, Erika, Gwen, Nicole, Reuben, John, Becky, Lynette, Michael S, Tina, Sean, Bridget, David S, Matthew, Eileen, Simone, Samantha, Scott, Mark R, Karen, Laura, Dean, Lorna, Debbie, Larry, Michael B, Rodney, Michael M, Janet, Cathy, Magali, Stephen, Robert