

My Rights, My Decisions

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਇਹ ਜਾਣਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। **My Rights, My Decisions** ਫਾਰਮ ਕਿੱਟ ਇਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ **My Rights, My Decisions** ਫਾਰਮ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਤਿਆਰ ਹੋਵੇ।

My Rights, My Decisions ਫਾਰਮ ਕਿੱਟ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਾਮਜ਼ਦ ਕਰਨਾ
- ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ, ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਨਿਰਭਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਵੇਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ
- ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਕਿਹੜੇ ਇਲਾਜ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਿਹੜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ
- ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਕਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਹੈ
- ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ ਹੋ, ਜਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੋ
- ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਲੋੜਾਂ ਕੀ ਹਨ
- ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ **My Rights, My Decisions** ਫਾਰਮ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਭਰਨ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ **My Rights, My Decisions** ਫਾਰਮ ਕਿੱਟ ਉੱਤੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਦੁਆਰਾ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰ (ਜੀਪੀ) ਜਾਂ ਮਨੋਚਿਕਿਤਸਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ - ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਲੀਨਿਕ ਅਫ਼ਸਰ ਦੁਆਰਾ ਲਏ ਗਏ ਫੈਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲਏ ਫੈਸਲਿਆਂ ਦੀ ਥਾਂ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਕੇਵਲ ਤਾਂ ਹੀ ਜੇ ਉਹ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ।

ਇਕ ਵਾਰ ਭਰਨ ਅਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ **My Rights, My Decisions** ਫਾਰਮ ਕਿੱਟ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਈਮੇਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

Tribunalliaison@act.gov.au

