



منبع آمادگی طرح بیمه ملی معلولیت
(NDIS)



به منبع آمادگی طرح ملی بیمه معلولیت (NDIS) خوش آمدید.

این منبع توسط Amaze برای کمک به شما در ایجاد اهداف در پروسه پیش برنامه ریزی NDIS تهیه و ترتیب یافته است. تکمیل کردن این چک لیست تضمین نمی کند که شما یک بسته شخصی با بودجه NDIS دریافت خواهید کرد. برای دانستن واجد شرایط بودن تان، باید **Access Request Form** (فورم درخواست دسترسی) را تسلیم بدهید و سپس جلسه برنامه ریزی "اولین برنامه" را با NDIA یا نماینده NDIA انجام دهید.

ممکن است بخواهید چک لیست NDIS را ببینید تا معلوم کنید آیا شما یا شخصی که از او مراقبت می کنید می توانید به NDIS دسترسی پیدا کنید و یکی از شرکت کنندگان در این طرح شوید.

این منبع برای افراد مبتلا به اوتیسم است که شرکت کننده های NDIS هستند یا ممکن است واجد شرایط به شرکت در آن باشند. این منبع همچنین می تواند توسط مراقبت کنندگان به نمایندگی از شرکت کنندگان مورد استفاده قرار گیرد.

این منبع می تواند به شما کمک کند که:

1. اهداف خود را برای برنامه NDIS بنویسید و می تواند در پروسه پیش برنامه ریزی NDIS به شما کمک کند. این اجباری نیست و شما نیازی به تکمیل آن قبل از جلسه NDIS ندارید.

2. ساحه های حمایت از معلولیت را برای خودتان یا شخصی که از او مراقبت می کنید برجسته کنید.

پاسخ دادن به سوالات موجود در این منبع ممکن است باعث ناراحتی، خستگی و عصبانیت شود.

این طبیعی است و مهم است که کمک در خواست کنید.

خطوط تلفونی زیر می توانند معلومات و پشتیبانی ارائه دهند:

- Autism Connect - خط تلفون ملی اوتیسم 1300 308 699 (از ساعت 9 صبح تا 5 عصر، دوشنبه تا جمعه)
- Carers Victoria - شماره تلفون: 1800 422 737 (از ساعت 8 صبح تا 5 عصر، دوشنبه تا جمعه)
- Lifeline - تلفون 13 11 14 (24 ساعت در شبانه روز)
- Beyond Blue - تلفون: 1300 22 4636 (24 ساعت در شبانه روز)
- Disability Gateway - تلفون: 1800 643 787 (از ساعت 8 صبح تا 8 شام به وقت معیاری استرالیا شرقی، دوشنبه تا جمعه)

این منبع به عربی، آشوری، برمایی، چینی (ساده شده)، دری، فارسی، هندی، تاگالوگ، تامیل، تایلندی، ترکی، ویتنامی ترجمه شده است. بهترین روش تهیه نسخه انگلیسی همراه با نسخه ترجمه شده برای خانواده، دوستان و کارمندان جامعه است.

Amaze می خواهد از شرکت کنندگان در کارگاه NDIS که در مورد نسخه های قبلی منبع آمادگی NDIS نظر داده اند، تشکر کند.

آیا شما یا شخصی که از او مراقبت می کنید در موارد زیر به کمک نیاز دارید ...

شستشو - بدن

به دور یکی دایره بکشید

حمام کردن؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

شاور کردن؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

استفاده کردن از چوکی حمام یا کتاره زینه همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

تنظیم کردن گرمای آب؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

استفاده کردن از صابون / ژل حمام؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

پاک کردن تمام بدن؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

پاک کردن اعضای خصوصی بدن؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

استفاده از دستمال جان پاک؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

غیره

شستن - دست

به دور یکی دایره بکشید

باز و بسته کردن نل آب؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

تنظیم کردن گرمی آب؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

صابون زدن دست؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

خشک کردن دست ها با جان پاک یا دستمال کاغذی؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

استفاده از خشک کن دستی؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

دیگر

نظافت - ناخن ها

به دور یکی دایره بکشید

کوتاه کردن ناخن های پا؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

کوتاه کردن ناخن های دست؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

رنگ کردن انگشتان پا / ناخن ها؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

دیگر

نظافت - مو

به دور یکی دایره بکشید

شستن موی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده کردن از شامپو یا نرم کننده موی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
برس کردن موی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
شانه کردن موی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
شیش زدایی از مو؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده خشک کننده / صاف کننده / فر دهنده مو؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
خرید محصولات مو؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
کوتاه کردن مو یا رفتن به آرایشگاه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
غیره	<input type="text"/>		

نظافت - موهای صورت

به دور یکی دایره بکشید

اصلاح کردن ریش و صورت؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده از تیغ یا ریش تراش برقی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده از ژل / کف اصلاح ریش؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتخاب تیغ / ژل / کف / ریش تراش برقی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده از ریش تراش برقی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
کوتاه کردن ریش؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
کوتاه کردن بروت	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
رفتن به سلمانی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

نظافت - موهای بدن

به دور یکی دایره بکشید

یادگیری درباره برداشتن موهای بدن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
برداشتن موهای بدن. به عنوان مثال موم مالی ، تراشیدن ، لیزر؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

نظافت - بوی بدن

به دور یکی دایره بکشید

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد بوی بدن؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

خرید و انتخاب بو زداها؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

استفاده از بو زداها، اسپری بدن/ استیک/ کریستال / مالیدنی؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

خرید و انتخاب ادوکلن/ عطر؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

استفاده از ادوکلن بعد از تراشیدن / عطر؟

دیگر

صحت زنان - قاعدگی

به دور یکی دایره بکشید

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در باره قاعدگی؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری درباره محصولات حفظ الصحه مانند پدها و تامپون ها؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

خرید محصولات حفظ الصحی؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری چگونه استفاده از پد و تامپون، از جمله تبدیل کردن آنها؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

مدیریت محصولات حفظ الصحی خارج از خانه (مکتب / محل کار / بیرون در بین جامعه)؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری نحوه دفع صحیح محصولات حفظ الصحه؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

دردهای قاعدگی/ خلق و خوی و نحوه کنترل آنها؟

دیگر

صحت زنان - یائسگی

به دور یکی دایره بکشید

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد یائسگی و آنچه در بدن اتفاق می افتد؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

چگونه می توان در دوران یائسگی به کمک دسترسی داشت؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

به کار بردن استراتژی ها به عنوان مثال پنکه؟

دیگر

صحت دندان

برس کردن دندان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نخ دندان کشیدن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
پیدا کردن داکتر دندان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
رفتن به داکتر دندان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتخاب و استفاده از برس و خمیر دندان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتخاب و استفاده از دهان شویه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادگیری در مورد صحت دندان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

به دور یکی دایره بکشید

پوشیدن لباس

انتخاب لباس و کفش مناسب با شرایط آب و هوا؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
از کجا لباس و کفش بخرم و چطور قیمت آنها را بپردازم؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یافتن لباس ها در الماری لباس/ جالباسی ها؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
بررسی کردن پاک بودن لباس ها؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
لباس پوشیدن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دکمه کردن لباس ها؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
کلیدفت کردن لباس ها	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
پوشیدن جوراب؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
بستن بند بوت؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
پوشیدن تی شرت و جمپر؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
پوشیدن دامن، شورت و پتلون؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
کلاه به سر گذاشتن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

استفاده از تشناب - رفتن به تشناب

به دور یکی دایره بکشید

یادگیری در مورد تخلیه روده و ادرار؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
رفتن به تشناب جهت ادرار کردن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
رفتن به تشناب برای تخلیه کردن روده؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده از کاغذ تشناب؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
رها کردن آب تشناب (فلش زدن)	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
بالا و پایین گذاشتن سبت توالت؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده از تشناب سرپایی (یورینال) (پسران/ مردان)؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
شستن دست ها؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
مراحل توالت رفتن را به ترتیب صحیح دنبال کردن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
بالا کشیدن زیر پوش؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

استفاده از تشناب - محصولات کمکی به کنترل ادرار و مدفوع

به دور یکی دایره بکشید

یادگیری نحوه استفاده از کمک به کنترل ادرار و مدفوع مانند پد / پد پوشیدنی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دسترسی به یادگیری کمک به کنترل ادرار و مدفوع؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتخاب محصولات کمک به کنترل ادرار و مدفوع که متناسب با نیازهای شان باشد؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تبدیل کردن محصولات کنترل ادرار و مدفوع مانند پدها و پدهای پوشیدنی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
خرید محصولات کنترل ادرار و مدفوع؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادگیری نحوه دفع صحیح محصولات حفظ االصی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

مراقبت چشم

به دور یکی دایره بکشید

یادگیری در مورد مراقبت و محافظت از چشم؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادگیری در مورد رفتن به معاینه چشم؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتخاب عینک؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادگیری استفاده از عینک؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادگیری خرید عینک؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادگیری در مورد لنزهای تماسی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
پاک کردن عینک؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادآوری جهت استفاده از عینک؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتخاب و استفاده از عینک آفتابی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
غیره	<input type="text"/>		

خوردن و نوشیدن

به دور یکی دایره بکشید

درک نیازهای خاص رژیم غذایی، مانند غذای بدون گلوتن یا تجربیات حسی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
درک ارزش غذایی دسته های مختلف غذایی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تهیه غذا برای یک وعده غذایی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
پارچه کردن غذا / میوه برای خوردن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
باز کردن / بسته کردن / پر کردن جعبه غذای چاشت؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نوشیدن آب برای آبرسانی بدن	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده از قاشق؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده از چاقو؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
استفاده از پنجه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تغذیه شدن از طریق لوله؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انداختن مایع در پیاله /گیلاس؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

سلامت روانی - رفتار / حمایت عاطفی

به دور یکی دایره بکشید

مدیریت رفتارهای نگران کننده؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
گرایش های پریشان فکری؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تنظیم احساسات؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تنظیم مصرف غذا؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
کنار آمدن با شرایطی که چالش برانگیز است مثلا گروپ ها ، سر و صدا و نور؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
برنامه ریزی از قبل؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
حل مشکلات؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دانستن این که چگونه تصمیمات خوبی بگیرید؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
معلومات در مورد اوتیسم؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست

دیگر

سلامت روانی - صحت روانی

به دور یکی دایره بکشید

انجام کارها در طول روز / هفته که به احساس خوب کمک می کند؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
درک و شناخت اضطراب؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
افسردگی	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
افکار در مورد خودآزاری؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تمایلات / افکار خودکشی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
زورگویی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
کمک خواهی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یافتن گروه پشتیبانی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
مقابله با غم و اندوه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
درک مرگ؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
کنار آمدن با یک تصادف؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
مرض علاج ناپذیر / شدید؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
رفع نیازهای خودمراقبتی برای مراقبت کنندگان / والدین / اعضای خانواده؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست

دیگر

سلامتی روانی - تشخیص دیگر

به دور یکی دایره بکشید

همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	سایر تشخیص ها و معنی آنها؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	دوا و دوزها / مصرف دوا؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	ADHD؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	اختلالات خواب؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	صرعه یا مرگی؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	پشتیبانی با OCD (اختلال وسواس اجباری)
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	سکیزوفرنیا؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	اختلالات خوردن و تنظیم غذا؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	اختلال دو قطبی؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	سایر تشخیص ها به عنوان مثال اختلال بیش فعالی کمبود توجه (ADHD)، اختلال وسواس اجباری (OCD)، اختلال سرکشی مخالفت (ODD)؟
			دیگر

سلامتی جسمی - صحت جنسی و تولید مثل

به دور یکی دایره بکشید

همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	آموزش جنسی و دسترسی به منابع مناسب؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	پیدا کردن یک فرد قابل اعتماد برای صحبت کردن در مورد رابطه جنسی و روابط؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد مقاربت جنسی؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد استمناء؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد رفتار مناسب در زمینه جنسی؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری درباره بارداری؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد امراض مقاربتی (STD)؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد اچ آی وی و ایدز؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد رضایت در زمینه جنسی؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد رابطه جنسی بی خطر؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد وسایل جلوگیری از بارداری و نحوه استفاده از آن؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	یادگیری در مورد انواع مختلف جنسیت؟
			غیره

سلامتی جسمی - بلوغ

به دور یکی دایره بکشید

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

بلوغ و تغییرات جسمی در بدن پسران؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

بلوغ و تغییرات جسمی در بدن دختران؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

تغییرات اجتماعی که در دوران بلوغ اتفاق می افتد؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

درک تغییرات عاطفی در دوران بلوغ؟

غیره

سلامتی جسمی - داکتر

به دور یکی دایره بکشید

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

قرار ملاقات گرفتن در یک کلینیک؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

مراجعه به داکتر / متخصص / پرستار؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

مراجعه به یک متخصص صحت وابسته (allied health) (روانشناس / آسیب شناس گفتار / کاردرمانگر)؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد آنچه در قرار ملاقات اتفاق می افتد؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

مصرف دوا؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

کمک های اولیه

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

رفتن به شفاخانه؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد آمبولانس؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

استفاده از کارت Medicare یا HealthCare

دیگر

سلامتی جسمی - سبک زندگی سالم؟

به دور یکی دایره بکشید

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد خواب؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

برخاستن در صبح؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

خوابیدن در شب؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد خواب های وحشتناک؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد دواهای مربوط به مسائل خواب

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد عادات غذایی سالم؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد فعالیت های فیزیکی؟

دیگر

سلامتی جسمی - ایمنی

به دور یکی دایره بکشید

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

ایمن ماندن در اینترنت؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

گیم و اعتیاد به گیم؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

ایمن ماندن در وسیله نقلیه به عنوان مثال بستن کمربند ایمنی دروازه موتو؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

ایمن ماندن در دور و بر سرک ها و خطوط ترافیکی / قطار؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

آتش سوزی و مراحل تخلیه؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

چگونه می توان به زنگ خطر پاسخ داد؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

یادگیری در مورد این که چگونه با "000" تماس گرفت و درخواست کمک کرد؟

دیگر

آیا شما یا شخصی که از او مراقبت می کنید در موارد ذیل به کمک نیاز دارید ...

زندگی خانوادگی

به دور یکی دایره بکشید

همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	ورود و خروج از خانه؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	دور دادن کلید؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	انتخاب محل زندگی؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	دانستن حقوق تان به عنوان کرایه نشین
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	درک حقوق تان به عنوان کرایه نشین در یک خانه گروهی (قبلاً CRU - واحد مسکونی جامعه نامیده می شد)؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	انتخاب اینکه با چه کسی زندگی کنیم؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	مذاکره با هم خانه ها در مورد شرایط؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	نگهداری از خانه؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	انتخاب کوچ و سامان؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	تزیین کردن؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	پاک کردن خانه یا قسمت هایی از خانه (به عنوان مثال اتاق خواب)؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	استفاده از ابزارهایی برای پاک کردن مانند جاروب برقی یا موپ؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	شستن لباس و یادگیری در مورد ماشین لباسشویی / خشک کن / مواد شوینده؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	چگونه به یک دکان خواراکه فروشی بروید؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	خرید مواد غذایی، به شمول تهیه لیست و پرداخت؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	چگونه ظرف ها را شست و آشپزخانه را پاک نگه داشت؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	چگونه می توان تشناب/ اتاق حمام را پاک نگه داشت؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	پرداخت بل ها؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	مدیریت امور مالی؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	راه اندازی/ استفاده از حساب/ تسهیلات بانکی؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	چگونه از کارت بانکی استفاده کرد؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	به کارگیری روزانه پول؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	چگونه از باغ / گیاهان مراقبت کنیم؟
همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست	چگونه از یک حیوان خانگی مراقبت کنیم؟

دیگر

استخدام

به دور یکی دایره بکشید

نوشتن رزومه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
مهارت مصاحبه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
در جستجوی گزینه های شغلی مناسب بودن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
در جستجوی جایابی برای اندوختن تجربه کاری بودن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
در جستجوی فرصت های کار داوطلبانه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
درک آداب و انتظارات محل کار؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دانستن حقوق و مسئولیت های تان به عنوان یک کارمند؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تقاعد؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

مدافعه و حقوق؟

به دور یکی دایره بکشید

درک حقوق تان و قانون؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
مدافعه از خود؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
درک و یادگیری چگونگی مشارکت در خدمات مدافعه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
سالخوردگی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نوشتن وصیت نامه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
مردن؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
ترتیبات مراسم خاکسپاری؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

حمایت ها و خدمات؟

به دور یکی دایره بکشید

درخواست بودجه برای خدمات؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
درک چگونگی ترتیب خدمات پشتیبانی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
پر کردن فرم های درخواست و ارزیابی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تحقیق کردن در مورد گزینه های پشتیبانی مناسب؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تغییر دادن ارائه دهنده خدمات؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
غیره	<input type="text"/>		

آیا شما یا شخصی که از او مراقبت می کنید در موارد زیر به کمک نیاز دارید ...

تحصیل

به دور یکی دایره بکشید

امتناع مکتب؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
حمل و نقل به مکتب؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتقال از کودکستان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتقال از مکتب ابتدایی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتقال از مکتب لیسه	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتقال به TAFE / دانشگاه / خدمات روزانه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
انتقال بین صنف ها / محیط ها در طول روز؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

بالغان

به دور یکی دایره بکشید

یادگیری در مورد سفر؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادگیری یک مهارت جدید؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
یادگیری یک حرفه جدید؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
برنامه ریزی شغلی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
درخواست جهت تحصیلات عالی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تحصیل در TAFE؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
تحصیل در دانشگاه؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

آیا شما یا شخصی که از او مراقبت می کنید در موارد زیر به کمک نیاز دارید ...

روابط / دوستی ها

چگونه دوست پیدا کنید؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

چگونه دوست را حفظ کنید؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

چگونه دوست دختر / دوست پسر پیدا کنید؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

چگونه دوست دختر / دوست پسر خود را حفظ کنید؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

وقتی یک رابطه / دوستی پایان می یابد؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

چه کاری باید کرد و چگونه می توان با پایان یافتن رابطه کنار آمد؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

شناخت و درک رفتار خصمانه / تهدیدآمیز و زورگویی؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

درک هویت جنسی و جنسیتی؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

درک انواع مختلف جنسی؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

چگونه در یک رابطه صمیمی باقی بمانید؟ همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

دیگر

تعامل اجتماعی

به دور یکی دایره بکشید

دانشتن نحوه رفتار در اطراف افراد دیگر / موقعیت های جدید؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نحوه ورود به یک موقعیت اجتماعی ناشناخته جدید (به عنوان مثال در زمین بازی یا در یک کار جدید)؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
درک تعامل اجتماعی؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نحوه تعامل با والدین؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نحوه تعامل با خواهران و برادران؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نحوه تعامل با اعضای خانواده گسترده؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نحوه تعامل با دوستان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نحوه تعامل با همسالان مکتب؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نحوه تعامل با معلمان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
نحوه تعامل با رهبران؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
بخشی از فعالیتهای تفریحی بودن. به عنوان مثال، فوتبال، فیلم، پیشاهنگی، باله، نجات غریق موج سواری؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
در جستجوی معنویت؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
برقراری ارتباط با خانواده و دوستان؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
برنامه ریزی و رفتن به تعطیلات؟	همیشه	گاهی اوقات	قابل تطبیق نیست
دیگر	<input type="text"/>		

آیا شما یا شخصی که از او مراقبت می کنید در موارد زیر به کمک نیاز دارید ...

ارتباطات

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

برقراری ارتباط در خانه؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

برقراری ارتباط در مکتب؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

برقراری ارتباط در کار؟

دیگر

آیا شما یا شخصی که از او مراقبت می کنید در موارد زیر به کمک نیاز دارید ...

تحرک

به دور یکی دایره بکشید

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

حرکت کردن در اطراف خانه؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

پهلوی گرداندن در طول شب؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

سوار شدن و بیرون شدن از موتر؟

همیشه گاهی اوقات قابل تطبیق نیست

بیرون شدن از خانه؟

دیگر

به ترتیب اهمیت درجه بندی کنید.

حالا مهمترین 10 دسته را از نظر اهمیت درجه بندی کنید.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.