ការជ្រើសរើសការថែទាំនៅក្នុងលំនៅដ្ឋានគ្រួសារ មនុស្សពេញវ័យ ឬមណ្ឌលរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ

ក្រុងសៀវភៅនេះផ្តល់ព័ត៌មាន និងធនធានអំពីរបៀបស្វែងរក និងជ្រើសរើសលំនៅដ្ឋានគ្រួសារ មនុស្សពេញវ័យ ឬមណ្ឌលរស់នៅ ដែលទទួលបានជំនួយ។

ក្រសួងសង្គមកិច្ច និងសេវាសុខាភិបាលរដ្ឋកាណាដា
រដ្ឋបាលជំនួយជនចាស់ជរា និងយូរអង្វែង

តើអ្នកកំពុងស្វែងរកលំនៅដ្ឋាន និងជម្រើសថែទាំសម្រាប់ខ្លួនអ្នក ឬនរណាម្នាក់ផ្សេង? មានរឿងជាច្រើនត្រូវពិចារណា លក្ខខណ្ឌដែលអាចថ្មី និងលក្ខខណ្ឌលំនៅដ្ឋាន និងសេវាកម្មដើម្បីរុករកមុនពេលធ្វើការសម្រេចចិត្ត។

ក្នុងសៀវភៅនេះផ្តល់ជំហានមួយចំនួនដែលត្រូវធ្វើ និងសំណួរដែលត្រូវសួរ ដើម្បីជំនួយអ្នកទទួលបានព័ត៌មានដែលអ្នកត្រូវការ បើសិនជាលំនៅដ្ឋានគ្រួសារ មនុស្សពេញវ័យ ឬមណ្ឌលរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយគឺជាជម្រើសដ៏ត្រឹមត្រូវសម្រាប់អ្នក។

បើសិនជាអ្នក ឬអ្នកជាទីស្រលាញ់ត្រូវការថែទាំច្រើនជាងអ្នកអាចនៅផ្ទះបាន វាអាចជាវេលាក្នុងការរុករកការថែទាំនៅផ្ទះ។ ការថែទាំនៅផ្ទះគឺជាពាក្យវាក្យសព្ទដែលត្រូវបានប្រើដើម្បីរៀបរាប់ពីលំនៅដ្ឋាន ឬមណ្ឌលដែលមនុស្សពេញវ័យអាចរស់នៅ និងទទួលជំនួយជាមួយនឹងការថែទាំនៅក្នុងបរិយាកាសជុំវិញសហគមន៍។

មានជម្រើសថែទាំនៅផ្ទះជាច្រើនដែលប្រែជាអាចរកបានក្នុងពេលប្រាំពីរឆ្នាំចុងក្រោយ។ ប្រភេទនីមួយៗនៃលំនៅដ្ឋានថែទាំនៅផ្ទះផ្តល់ជូនជម្រើសលំនៅដ្ឋាន និងសេវាថែទាំខុសគ្នា។

វាសំខាន់សម្រាប់អ្នកដែលត្រូវយល់ពីភាពខុសគ្នានៅក្នុងជម្រើសនៅផ្ទះអាចរកបាន និងមានគំនិតល្អនូវសេវាអ្វីខ្លះដែលត្រូវបានត្រូវការ។ នោះអ្នកអាចផ្គូផ្គងសេចក្តីត្រូវការ និងចំណង់ចំណូលចិត្តរបស់អ្នកជាមួយជម្រើសនៅផ្ទះដាក់លាក់មួយ។

ក្នុងសៀវភៅនេះរៀបរាប់ពីជម្រើសនៅផ្ទះចំនួនពីរ៉ លំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ។ ទាំងពីរគឺចេញអាជ្ញាប័ណ្ណដោយរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន។

មានជម្រើសលំនៅដ្ឋានមិនមានអាជ្ញាប័ណ្ណផ្សេងទៀតដែលមិនបានគ្របដណ្តប់នៅក្នុងក្នុងសៀវភៅនេះ រួមទាំងសហគមន៍ចូលនិវត្តន៍ និងសហគមន៍ចូលនិវត្តន៍ការថែទាំបន្ត។ ព័ត៌មានបន្ថែមគឺអាចរកបានអំពីជម្រើសទាំងនេះតាមរយៈ: ការិយាល័យព័ត៌មាន និងជំនួយសម្រាប់មនុស្សវ័យចំណាស់ក្នុង មូលដ្ឋានរបស់អ្នក។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមមើលទំព័រ 5 ឬចូលមើល https://www.dshs.wa.gov/altsa។

ប្រាំមួយជំហានចំពោះការស្វែងរកលំនៅដ្ឋានត្រឹមត្រូវសម្រាប់អ្នក៖

ជំហានទី 1៖
និយាយអំពីការប្រែប្រួលនៅក្នុងជីវិត

ជំហានទី 2៖
មើលសេចក្តីត្រូវការ

ជំហានទី 3៖
ទទួលព័ត៌មានដែលអ្នកត្រូវការ

ជំហានទី 4៖
ទទួលបញ្ជីលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ

ជំហានទី 5៖
រៀបចំការទស្សនា

ជំហានទី 6៖
ធ្វើការសម្រេចចិត្ត

តើអ្វីជាលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ និងទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ?

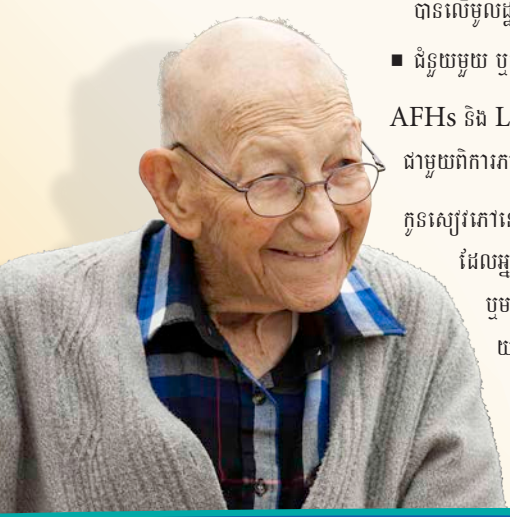
លំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ (AFH) គឺជាត្រូវបានចេញអាជ្ញាប័ណ្ណដើម្បីផ្តល់លំនៅដ្ឋាន និងការថែទាំរហូតដល់មនុស្សពេលវ័យចំនួនប្រាំមួយទាក់នៅក្នុងលំនៅបានទូទៅដែលស្ថិតនៅក្នុងសង្កាត់រស់នៅ។ AFH អាចត្រូវបានដំណើរការដោយគ្រួសារមួយ បុគ្គលទោលម្នាក់ ឬដៃគូអាជីវកម្ម។ AFH ក៏អាចជួលបុគ្គលិកដទៃផងដែរ។ AFH ខ្លះអនុញ្ញាតឱ្យមានសត្វចិញ្ចឹម។ ក្នុងលំនៅដ្ឋានខ្លះ ភាសាច្រើនត្រូវបាននិយាយ។

មណ្ឌលរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ (AFH) គឺត្រូវបានចេញអាជ្ញាប័ណ្ណដើម្បីផ្តល់លំនៅដ្ឋាន និងការថែទាំទៅដល់មនុស្សប្រាំពីរនាក់ ឬច្រើននាក់នៅក្នុងលំនៅដ្ឋាន ឬមណ្ឌលដែលមានទីតាំងនៅក្នុងសង្កាត់រស់នៅ។

AFHs និង ALFS ទាំងអស់ផ្តល់លំនៅដ្ឋាន និងអាហារ (បន្ទប់ និងម្ហូបអាហារបរិភោគ) ហើយសន្ទតទូវទំនួលខុសត្រូវទូទៅសម្រាប់សុវត្ថិភាព និងការថែទាំនៃអ្នករស់នៅ។ សេវាបន្ថែមអាចត្រូវបានផ្តល់ ដែលរួមមាន៖

- ការផ្លាស់ប្តូរកម្រិតនៃជំនួយជាមួយការថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន។
- ការថែទាំគិលានុបដ្ឋានដែលកើតឡើងលោះ (គិលានុបដ្ឋាយិការអាចរកបានលើមូលដ្ឋានក្រៅមៅ៉ង)។
- ជំនួយមួយ ឬការគ្រប់គ្រងនៃការប្រើប្រាស់ថ្នាំ។

AFHs និង LFs ខ្លះក៏ផ្តល់នូវការថែទាំពិសេសទៅដល់មនុស្សដែលរស់នៅជាមួយពិការភាពការអភិវឌ្ឍ ភាពវិកលចរិក ឬជម្ងឺផ្លូវចិត្តផងដែរ។



ក្នុងស្សៀវភៅនេះគូសវាសប្រាំមួយជំហានដែលនឹងជួយអ្នកទទួលបានព័ត៌មានដែលអ្នកត្រូវការដើម្បីសម្រេចថាតើលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬមណ្ឌលរស់នៅទទួលបានជំនួយគឺជាជម្រើសត្រឹមត្រូវសម្រាប់អ្នកឬយ៉ាងណា។

ជំហានទី 1 ៖ និយាយអំពីការប្រែប្រួលនៅក្នុងជីវិត

ជំហានដំបូងក្នុងការសម្រេចចិត្តអំពីការថែទាំរយៈពេលវែង គឺសម្រាប់អ្នកទាំងអស់គ្នាដែលពាក់ព័ន្ធដើម្បីយកឈ្នះលើភាពស្មាក់ស្ទើររបស់ពួកគេក្នុងការនិយាយអំពីវា។ មនុស្សជាច្រើនពន្យាពេលនៃកិច្ចសន្ទនានេះ ពីព្រោះពួកគេពុំមានភាពងាយស្រួល ឬពុំមានភាពប្រាកដប្រជាអំពីវិធីក្នុងការលើកឡើងអំពីវា។ បុគ្គល ដែលត្រូវការការថែទាំបន្ថែមអាចមានភាពស្មាក់ស្ទើរក្នុងការសារភាពអំពីការប្រែប្រួលនៃតម្រូវការរបស់ពួកគេ។ សមាជិកគ្រួសារអាចមានគំនិតខុសៗគ្នាអំពីអ្វីដែលគួរតែកើតឡើង។ ម៉ាយល៍អាចបំបែកមនុស្សជាទីស្រលាញ់ឱ្យនៅឆ្ងាយពីគ្នាបាន។

ទោះបីជាយ៉ាងណាក៏ដោយ ភាពភ័យខ្លាច និងភាពគ្មានផាសុកភាពអាចធ្វើឱ្យ មនុស្សម្នាក់ៗត្រូវមខ្ជនមិនទាន់ ប្រសិនបើមានវិបត្តិណាមួយកើតឡើង។ ការ ចាប់ផ្តើមនិយាយនៅពេលនេះ នៅមុនពេលដែលមានវិបត្តិនៅក្នុងជីវិតដែលមិនបានរំពឹងទុកណាមួយកើតឡើង បង្ក្រៀងអ្នកនូវអ្វីដែលអ្នកចង់ដឹងជាមុន។

គន្លឹះក្នុងការនិយាយអំពីការប្រែប្រួលនៅក្នុងជីវិត

- កំណត់ពេលវេលាសម្រាប់ជជែកគ្នានៅពេលដែលមនុស្សគ្រប់រូបកំពុងសម្រាក និងបានត្រៀមខ្ជនរួចរាល់។
- ធ្វើការងារផ្ទះ និងមានចំណេះដឹងមួយចំនួនអំពីប្រភេទសេវាលំនៅដ្ឋាន និងសេវាថែទាំណាខ្លះដែលអ្នកអាចស្វែងរកបាន នៅកន្លែងដែលអ្នករស់នៅ។
- បុគ្គលដែលត្រូវការការថែទាំ និងការគាំទ្របន្ថែម គួរតែមានតួនាទីសំខាន់នៅក្នុងការកំណត់អំពីអ្វីដែលពួកគេត្រូវការ និងវិធីក្នុងការសម្រេចបានតម្រូវការទាំងនោះ។
- អនុញ្ញាតឱ្យបុគ្គលម្នាក់ៗនិយាយដោយគ្មានការរំខាន ឬការរិះគន់។
- ការយល់អំពីអារម្មណ៍គឺជាផ្នែកដ៏ធំមួយនៃកិច្ចពិភាក្សានេះ។
- មានភាពអត់ធ្មត់ចំពោះចំនួនពេលវេលាដែលអាចត្រូវចំណាយសម្រាប់ការពិភាក្សានានា។
- ចូរចងចាំថា តាមធម្មតា គេត្រូវមានកិច្ចសន្ទនាលើសពីមួយដើម្បីសម្រេចចិត្តអំពីអ្វីដែលគេត្រូវធ្វើ។ ចូរកុំព្យាយាមដោះស្រាយបញ្ហាជាច្រើនក្នុងពេលតែមួយ។ ជំហានតូចៗជាច្រើន ប្រសើរជាងជំហានធំមួយដែលធ្វើឲអ្នកទាំងអស់គ្នាមិនសប្បាយចិត្ត និងមានអារម្មណ៍កាន់តែច្រឡំ។
- គិតវិជ្ជមានជានិច្ច។ វាគឺជារឿងធម្មតានោះទេ ដែលគេយល់ថាការប្រែប្រួល តែងតែមានការលំបាក។
- អនុញ្ញាតឲអ្នកទាំងអស់គ្នាមានពេលសម្រាប់គិតអំពីអ្វីៗ។ គ្រប់យ៉ាងដែលត្រូវពិភាក្សា។ ប្រសិនបើកំពុងជួយមនុស្សជាទីស្រឡាញ់ ៖ ចូរចងចាំថា អ្នកកំពុងផ្តល់ការណែនាំ មិនមែនធ្វើការសម្រេចចិត្តនោះទេ។

បំណងប្រាថ្នា និងជម្រើសរបស់បុគ្គលដែលនឹងរស់នៅក្នុងគ្រួសារ មនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ គឺជាផ្នែកសំខាន់បំផុតនៃដំណើរការនេះ។

ជំហានទី 2ៈ ការត្រួតពិនិត្យតម្រូវការឡើងវិញ

ពិចារណាយ៉ាងប្រុងប្រយ័ត្នអំពីការថែទាំ និងជំនួយដែលអ្នក ឬមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នកត្រូវការ។ ធ្វើបញ្ជីអំពីតម្រូវការផ្នែកវេជ្ជសាស្ត្រ ផ្នែករាងកាយ និងសង្គម។

ឧទាហរណ៍ ៖

- តើមានអ្នកណាម្នាក់ត្រូវការការបោកសម្លៀកបំពាក់ និងការធ្វើម្ហូបអាហារដែរឬទេ?
- តើត្រូវការជំនួយក្នុងការទៅបន្ទប់ទឹក ឬការស្សៀកពាក់ដែរឬទេ?
- តើការរំញ្ជក់អំពីការលេបថ្នាំជាប្រចាំមានភាពចាំបាច់ដែរឬទេ?
- តើត្រូវការជំនួយប្រភេទណាខ្លះដើម្បីឱ្យបុគ្គលនោះអាចនៅតែបន្តមានទំនាក់ទំនងនៅក្នុងសង្គមបាន?

ជំហានទី 3៖ ការទទួលបានព័ត៌មានដែលអ្នកត្រូវការ

ការប្រមូលផ្តុំព័ត៌មានដំហានដំបូងជាច្រើនចាប់ផ្តើមតាមរយៈការនិយាយទូរស័ព្ទ។ មានធនធានជាច្រើនដែលអាចស្វែងរកបាន ប៉ុន្តែវាអាចមានការលំបាកក្នុងការដឹងអំពីចំណុចដែលត្រូវចាប់ផ្តើម។ វាមានផលប្រយោជន៍ក្នុងការដឹងថា ជំណឿរការនេះ គឺត្រូវការពេលវេលាសម្រាប់អ្នកទាំងអស់គ្នា។ ចូររៀបចំផែនការទៅតាមនោះ។

អ្នកដែលត្រូវហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់

ព័ត៌មាន និងជំនួយសម្រាប់មនុស្សវ័យចំណាស់

មានការិយាល័យព័ត៌មាន និងជំនួយសម្រាប់មនុស្សវ័យចំណាស់ (I&A) ក្នុង មូលដ្ឋានតាមរយៈរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន។ I&A ផ្តល់ព័ត៌មានអំពីសេវាក្នុងមូលដ្ឋាន សម្រាប់មនុស្សវ័យចំណាស់ (មនុស្សពេញវ័យដែលមានអាយុ 60 ឆ្នាំ និងច្រើនជាងនេះ) នៅក្នុងសហគមន៍។ បុគ្គលិក I&A អាចជួយចំណោះបញ្ហាទាំងនេះ ថាតើសេវាអ្វីខ្លះដែលអាចស្វែងរកបាន និងតម្លៃរបស់សេវាទាំងនោះ ឈ្នោះ និងអាសយដ្ឋានរបស់លំនៅដ្ឋានរបស់គ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ នៅក្នុងមូលដ្ឋាន និងទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ វិធីបំពេញទម្រង់នានា និងវិធីទទួលបានព័ត៌មានអំពីផលប្រយោជន៍នានាដែលអ្នកអាចមាន។

I&A គឺជាផ្នែកមួយនៃទីភ្នាក់ងារមនុស្សចាស់ក្នុងតំបន់ (AAA) នៅក្នុងមូលដ្ឋាន របស់អ្នក។ ដើម្បីស្វែងរកការិយាល័យ I&A ឬ AAA ដែលក្បែរអ្នកបំផុត ចូរពិនិត្យស្បៃវ៉ែតៅបញ្ជីលេខទូរស័ព្ទយេឡូផេក (Yellow Pages) របស់អ្នក ដែលស្ថិតនៅក្រោម “សេវាពលរដ្ឋវ័យចំណាស់”។ ជាញឹកញាប់ លេខទូរស័ព្ទរបស់ I&A ត្រូវបានកត់ត្រានៅក្រោមការិយាល័យ AAA។ អ្នកក៏អាចទទួលបានលេខទូរស័ព្ទ និងអាសយដ្ឋានរបស់ការិយាល័យ I&A ឬ AAA តាមរយៈ https://www.dshs.wa.gov/ALTSA/resources។

សេវាលំនៅដ្ឋាន និងសហគមន

ប្រសិនបើអ្នកគិតថាអ្នកអាចត្រូវការការផ្តល់ហិរញ្ញប្បទានដោយរដ្ឋ (Medicaid) ដើម្បីជួយទទួលប្រាក់ថ្លៃសេវានានា សូមទាក់ទងការិយាល័យសេវាលំនៅដ្ឋាន និងសហគមន៍ (HCS) ក្នុងមូលដ្ឋានរបស់អ្នក។ ចូរហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់ការិយាល័យ HCS នៅក្នុងតំបន់របស់អ្នក និងស្នើសុំការវាយតម្លៃណាមួយ។ លេខទូរស័ព្ទ និងទីតាំងការិយាល័យនានាក្នុងមូលដ្ឋាន មានកត់ត្រានៅតម្រុបខាងក្រោយនៃភូនស្បៃវ៉ែតនេះ។

អ្នកកំណត់ទីតាំងថែទាំមនុស្សចាស់

ប្រសិនបើអ្នកកំពុងស្វែងរកព័ត៌មាន និងការរស់នៅខាងក្រៅរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន អ្នកកំណត់ទីតាំងថែទាំមនុស្សចាស់ គឺជាធនធានដ៏ល្អប្រសើរក្នុងការភ្ជាប់ទំនាក់ទំនងរវាងអ្នក និងសេវានានាក្នុងមូលដ្ឋាន។

ចូរហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់អ្នកកំណត់ទីតាំងថែទាំមនុស្សចាស់តាមរយៈលេខ 1-800-677-1116។ អ្នកអាចទទួលបានសេវាភាសាពេញលេញចំនួន 150 ភាសា នៅពេលអ្នកហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់ទីនោះ។ ឬចូលទៅជួបពួកគេតាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិតតាមរយៈ www.eldercare.gov។

ការទទួលបានសេវាធានានៅលំនៅដ្ឋានរបស់អ្នកផ្ទាល់

ទោះបីជាកូនស្សៀវភៅនេះផ្តោតលើការផ្ទាស់ទៅរស់នៅក្នុងលំនៅដ្ឋាន គ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយក៏ដោយ ក៏មានសេវា និងធនធានជាច្រើនដែលអាចស្វែងរកបានសម្រាប់ការជួយមនុស្សពេញវ័យឱ្យទទួលបានការថែទាំដែលត្រូវការដើម្បីបន្តការរស់នៅក្នុងលំនៅដ្ឋាន។ ធនធានណាមួយដែលបានកត់ត្រានៅក្រោមផ្នែក "អ្នកដែលហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់" នៃកូនស្សៀវភៅនេះ ក៏អាចជួយដល់ជម្រើសសេវានៅក្នុងលំនៅដ្ឋានបានផងដែរ។

កូនស្សៀវភៅ DSHS, Medicaid និងសេវាថែទាំរយៈពេលវែងមួយផ្សេងទៀត (DSHS 22-619) ពណ្ណនាអំពីសេវាជាច្រើនដែលអាចស្វែងរកបាននៅក្នុងលំនៅដ្ឋាន។ ចូរមើលទំព័រទី 14 សម្រាប់ព័ត៌មានអំពីការណែនាំ ឬចូលទៅកាន់ប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិតតាមរយៈ – https://www.dshs.wa.gov/altsa។

ជំហានទី 4ៈ ទទួលបានបញ្ជីលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ និងទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ

មានលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ និងទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបាន ជំនួយជាច្រើននៅក្នុងរដ្ឋវ៉ាស៊ីនតោន។ ដើម្បីចាប់ផ្តើមស្វែងរកលំនៅដ្ឋានដែលល្អស័ក្តិសមសម្រាប់អ្នក ឬមនុស្សជាទីស្រឡាញ់របស់អ្នក សូមចូលមើល ៖ https://www.dshs.wa.gov/altsa/residential-care-services/long-term-care-residential-options។

បញ្ជីនេះផ្តល់លេខទូរស័ព្ទ និងអាសយដ្ឋានរបស់ទីកន្លែងនៅក្នុងតំបន់ដែលបានស្នើសុំ។ វាក็กត់ត្រាកិច្ចសន្យាណាខ្លះ (ប្រសិនបើមាន) ដែលទីកន្លែងនោះបាន ធ្វើជាមួយរដ្ឋដើម្បីផ្តល់ការថែទាំដល់និវាសនជនដែលទទួលបានហិរញ្ញប្បទានពីរដ្ឋផងដែរ។

ប្រសិនបើអ្នកភ្ជាន់កុំព្យូទ័រនៅលំនៅដ្ឋាន ចូរត្រួតពិនិត្យបណ្ណាល័យនៅក្នុង មូលដ្ឋានរបស់អ្នកដើម្បីប្រើប្រាស់កុំព្យូទ័រណាមួយ។

លើសពីនេះទៀត ការិយាល័យព័ត៌មាន និងជំនួយនៅក្នុងមូលដ្ឋាន ទីភ្នាក់ងារ មនុស្សចាស់ក្នុងតំបន់ ឬការិយាល័យសេវាលំនៅដ្ឋាន និងសហគមន៍អាចផ្តល់ជូនទូរបញ្ជីជម្រើសនានាដែលអាចស្វែងរកបាន។

ជំហានទី 5ៈ រៀបចំការទស្សនា

នៅពេលដែលអ្នកមានបញ្ជីលំនៅដ្ឋានដែលអាចនឹងស័ក្តិសមសម្រាប់អ្នកហើយ នោះអ្នកចាំបាច់ត្រូវទៅមើលលំនៅដ្ឋានដែលត្រូវតាមតម្រូវការរបស់អ្នក។ ចំណុចនេះ គឺសំខាន់ខ្លាំងណាស់។ ទៅមើលលំនៅដ្ឋានដែលអាចនឹងស័ក្តិសមសម្រាប់អ្នកឱ្យបានច្រើនបំផុតតាមដែលអ្នកអាចធ្វើបាន នៅពេលវេលាខុសៗគ្នា។

ទោះបីជាការកំណត់ការទៅមើលលំនៅដ្ឋានទាំងនេះអាចចំណាយពេលវេលាច្រើនក៏ដោយ ប៉ុន្តែនៅចុងបញ្ចប់ វាមានតម្លៃក្នុងការចំណាយពេលនេះសម្រាប់ធ្វើការសម្រេចចិត្តដែលល្អបំផុត។ ការទៅមើលលំនៅដ្ឋានជួយអ្នកក្នុងការប្រៀបធៀបជម្រើសនានាដែលអាចស្វែងរកបាន និងទទួលបានអារម្មណ៍ល្អ សម្រាប់អ្វីដែលអាចស្វែងរកបាន។

ស្វែងរកព័ត៌មានបន្ថែមអំពីកេរ្តិ៍ឈ្មោះរបស់លំនៅដ្ឋានដែលអ្នកធ្វើទស្សនកិច្ច ដោយ ៖

- ស្នើសុំតំណាងពីលំនៅដ្ឋានដែលអ្នកកំពុងទៅមើល ៖
  - បង្ហាញអ្នកនូវរបាយការណ៍ត្រួតពិនិត្យលើកចុងក្រោយរបស់រដ្ឋ។ របាយការណ៍នេះនឹងផ្តល់ជូនអ្នកនូវការយល់យ៉ាងច្បាស់អំពីតំបន់ដែលមានបញ្ហាជាសក្តានុពលណាមួយនៃលំនៅដ្ឋាននោះ។ (សម្រាប់តែទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយតែប៉ុណ្ណោះ) ផ្តល់ជូនអ្នកនូវសំណៅចម្លងមួយច្បាប់អំពីទម្រង់លាតត្រដាង ដែលបង្ហាញអំពីការថែទាំ និងសេវានានាដែលទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយស្នើផ្តល់។ ផ្តល់ជូនទូរឯកសារយោង ឬលេខទូរស័ព្ទដើម្បីទាក់ទងនិវាសនជនកាលពីមុន ឬសមាជិកគ្រួសាររបស់ពួកគេ។
- បើកមើលប្រវត្តិការរិះគន់ចំពោះទីកន្លែងណាមួយតាមរយៈការចូលទៅកាន់ប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិត ៖ នៅ https://www.dshs.wa.gov/altsa/long-term-care-professionals-providers។ អ្នកក៏អាចរកបានប្រវត្តិការរិះគន់ចំពោះទីកន្លែងណាមួយតាមរយៈការហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់ខ្សែទូរស័ព្ទជំនួយ ALTSA តាមរយៈលេខ 1-800-422-326 និងស្នើសុំជួបអ្នកគ្រប់គ្រងសកម្មភាពនៅក្នុងតំបន់របស់អ្នក។
- ទាក់ទងកម្មវិធីអ្នកស៊ើបអង្កេត និងដោះស្រាយពាក្យរិះគន់លើការថែទាំរយៈពេលវែងក្នុងមូលដ្ឋានសម្រាប់តំបន់របស់អ្នក។ អ្នកតំណាងកម្មវិធីអ្នកស៊ើបអង្កេត និងដោះស្រាយពាក្យរិះគន់លើការថែទាំរយៈពេលវែង គឺជាអ្នកតស៊ូមតិសម្រាប់និវាសនជននៅទីកន្លែងថែទាំនិវាសនជន។ ពួកគេធ្វើការដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា ទានារបស់បុគ្គលដែលជានិវាសនជន និងទាមទារនូវការកែប្រែនៅកម្រិតមូលដ្ឋាន កម្រិតរដ្ឋ និងកម្រិតជាតិដើម្បីធ្វើឲការថែទាំមានភាពល្អប្រសើរឡើង។ ពួកគេអាចជាប្រភពព័ត៌មានដ៏ល្អប្រសើរ។

  ដើម្បីស្វែងរកការិយាល័យដែលកៀករអ្នកបំផុត ចូរហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខទូរស័ព្ទហៅចេញដោយឥតគិតថ្លៃរបស់ពួកគេតាមរយៈលេខ 1-800-562-6028។

ជំហានទី 6ៈ ធ្វើការសម្រេចចិត្ត

បញ្ជីត្រួតពិនិត្យខាងក្រោមនេះនឹងជួយដល់អ្នកក្នុងការសាកសួរសំណួរនានា និងទទួលបានព័ត៌មានដើម្បីធ្វើការសម្រេចចិត្ត។ ចូរកុំស្ទាក់ស្ទើរក្នុងការសាកសួរសំណួរឱ្យបានតាមតម្រូវការរបស់អ្នកដើម្បីធ្វើការជ្រើសរើសមួយដែលស័ក្តិសមសម្រាប់អ្នក។ ទោះបីជាមានសំណួរជាច្រើននៅទីនេះក៏ដោយ ចំណុចសំខាន់ បំផុតដែលអ្នកត្រូវធ្វើការសាកសួរ គឺ "តើលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយបំពេញតាមតម្រូវការរបស់ខ្ញុំដែរឬទេ?"

☑ ថ្លៃចំណាយ និងហិរញ្ញវត្ថុ

- ☐ តើអត្រាមូលដ្ឋានសម្រាប់បន្ទប់ អាហារ និងសេវានានា មានចំនួនប៉ុន្មាន? (វាគឺជាតំនិតល្អក្នុងការទទួលបានព័ត៌មានទាំងនេះជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ)
  - ☐ តើសេវាអ្វីខ្លះដែលត្រូវបានគ្របដណ្ដប់ដោយអត្រានេះ?
  - ☐ តើមានសេវាផ្សេងទៀតដែរឬទេ និងតើសេវាទាំងនោះមានតម្លៃប៉ុន្មាន?
  - ☐ តើគោលនយោបាយទូទាត់ប្រាក់មានអ្វីខ្លះ?
  - ☐ តើគោលនយោបាយបង្វិលប្រាក់សងវិញមានអ្វីខ្លះប្រសិនបើអ្នកណាម្នាក់ ចាកចេញមុនពេលដាច់ខែ?
  - ☐ តើគោលនយោបាយសម្រាប់ការដំឡើងអត្រានេះមានអ្វីខ្លះ?
- ☐ តើគោលនយោបាយក្នុងការទទួលបាន Medicaid ឬ ការផ្លាស់ទៅកាន់ Medicaid នៅពេលក្រោយមានអ្វីខ្លះ?
- ☐ មានចំណុចសំខាន់ៗដែលត្រូវដឹង ប្រសិនបើអ្នកគិតថាអ្នកនឹងត្រូវការ Medicaid (ហិរញ្ញប្បទានរបស់រដ្ឋ) ដើម្បីជួយទូទាត់ប្រាក់សម្រាប់ការថែទាំ នៅពេលនេះ ឬនាពេលអនាគត។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមអានស្បៃវណ្ណៈ DSHS *Medicaid និងសេវាថែទាំរយៈពេលវែងសម្រាប់មនុស្សពេញវ័យ* (DSHS 22-619)។

  ប្រភពព័ត៌មានផ្សេងទៀត គឺការិយាល័យ HCS ក្នុងមូលដ្ឋានរបស់អ្នក ឬមេធាវី ដែលយល់អំពីវិធានការនានារបស់ Medicaid។ ចូរមើលខាងខ្នងនៃកូនស្បៃវណ្ណៈនេះដើម្បីស្វែងយល់អំពីវិធីស្នើសុំកូនស្បៃវណ្ណៈ Medicaid និងសម្រាប់ព័ត៌មានទំនាក់ទំនងរបស់ការិយាល័យ HCS។

☑ រដ្ឋបាល និងបុគ្គលិក

- ☐ តើរដ្ឋបាលបច្ចុប្បន្នបានដំណើរការមកយូរប៉ុណ្ណោហើយ?
- ☐ តើមានបុគ្គលិកគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីបំពេញតាមតម្រូវការរបស់ខ្ញុំដែរឬទេ?
- ☐ តើមានការផ្ទាស់ប្តូរបុគ្គលិកញឹកញាប់ដែរឬទេ?
- ☐ តើមានការផ្តល់ជូនទូវការថែទាំអ្នកជំងឺក្នុងកម្រិតមួយចំនួនដែរឬទេ (RN, LPN, ជំនួយការគិលានុប្បដ្ឋាកយិកា)? តើមានញឹកញាប់ប៉ុណ្ណាដែរ?
- ☐ តើនឹងមានអ្នកណាជួយខ្ញុំចំពោះការព្យាបាលដោយឱសថ ប្រសិនបើខ្ញុំត្រូវការវា (ឧទាហរណ៍ ៖ រំញ្ជក ខ្ញុំឱ្យ លេបថ្នាំ ចេកដប)?
- ☐ តើអ្នកណាម្នាក់អាចយកថ្នាំឱ្យខ្ញុំបាន ប្រសិនបើខ្ញុំមិនអាចយកថ្នាំដោយខ្លួនឯងបាន (ឧទាហរណ៍ ៖ ការលាបថ្នាំលើស្បែករបស់ខ្ញុំ ដាក់ថ្នាំក្នុងមាត់របស់ខ្ញុំ)?
- ☐ តើអ្នកណាម្នាក់អាចជួយខ្ញុំបាន ប្រសិនបើខ្ញុំត្រូវការការថែទាំពិសេស (ឧទាហរណ៍ ៖ ការថែទាំមុខរបួស)?
- ☐ តើនឹងមានអ្វីកើតឡើងប្រសិនបើខ្ញុំស្ថិតនៅក្នុងគ្រាអាសន្ន? តើខ្ញុំអាចទទួលបានជំនួយភ្លាមៗដែរឬទេ?
- ☐ តើបុគ្គលិកស្បែកពាក់បានសមរម្យ មានភាពគួរសម និងរួសរាយរាក់ទាក់ដែរឬទេ?
- ☐ តើបុគ្គលិកប្រព្រឹត្តិចំពោះ ទិវាសនជនដោយការគោរព និងការផ្តល់កិត្តិយសឱ្យដែរឬទេ?
- ☐ តើបុគ្គលិកប្រព្រឹត្តិចំពោះ គ្នាទៅវិញទៅមកក្នុងតំរិយាបថ ប្រកបដោយវិជ្ជាជីវៈដែរឬទេ?
- ☐ តើបុគ្គលិកភាគច្រើន និយាយភាសាអ្វី?

☑ សេវា និងសកម្មភាព?

- ☐ តើមានជំនួយលើការថែទាំផ្ទាល់ខ្លួនប្រភេទអ្វីខ្លះ (ឧទាហរណ៍ ៖ ការងូតទឹក ការស្លៀកពាក់)?
- ☐ តើកាលវិភាគក្នុងការទទួលបានជំនួយលើការថែទាំផ្ទាល់ខ្លួនមានភាពបត់បែនយ៉ាងដូចម្តេចខ្លះ?
- ☐ តើមានសេវាដឹកជញ្ជូនអ្វីខ្លះ (ប្រសិនបើមាន)? (ឧទាហរណ៍ ៖ ការណាត់ជួបពេទ្យ ការដើរផ្សារ សេវាសាសនា)។
- ☐ តើបុគ្គលិកនឹងធ្វើការរៀបចំសកម្មភាពនានាដែរឬទេ (ឧទាហរណ៍ ៖ ការណាត់ ជួបផ្ទុកសក់ ការប្រគុំតន្ត្រី)?
- ☐ តើការគាំទ្រផ្ទែកលំនៅដ្ឋាន និងសកម្មភាពផ្ទាល់ខ្លួននៅក្នុងការស្នាក់នៅមានលក្ខណៈដូចម្តេចខ្លះ?
- ☐ តើមានសកម្មភាពដែលត្រូវបានរៀបចំផែនការជាប្រចាំដែលខ្ញុំនឹងទទួលបានភាពរីករាយដែរឬទេ?
- ☐ តើខ្ញុំនឹងអាចចូលរួមក្នុងសេវាសាសនានានាតាមជម្រើសរបស់ខ្ញុំដែរឬទេ?
- ☐ តើខ្ញុំអាចនាំយកសត្វចិញ្ចឹមរបស់ខ្ញុំទៅនៅជាមួយខ្ញុំបានដែរឬទេនៅពេលដែលខ្ញុំផ្លាស់ទៅនៅទីនោះ?

☑ បរិវេណជុំវិញ

- ☐ នៅពេលដែលខ្ញុំទៅដល់ តើខ្ញុំចូលចិត្តទីតាំង និងទិដ្ឋភាពខាងក្រៅដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋាននៅជិតមិត្តភ័ក្តិ និងសាច់ញាតិដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋានស្ថិតនៅលើផ្លូវដែលមានសម្លេងរំខានដែរឬទេ?
- ☐ តើមានហាងទំនិញ បណ្ណាល័យ សួនឧទ្យាន ឬទីកន្លែងគួរឲទាក់ទាញផ្សេងទៀត នៅក្នុងចម្ងាយដែលអាចដើរបានដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋានស្ថិតនៅក្បែរសកម្មភាពដែលខ្ញុំចូលចិត្តដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋានស្ថិតនៅតាមខ្សែចំណតរថយន្តក្រុងដែរឬទេ?
- ☐ តើមានទីធ្លាខាងក្រៅសម្រាប់អង្គុយ ដើរ ឬតើមានសួនច្បារដែរឬទេ?

☑ ទីតាំងរូបវន្ត

- ☐ តើផែនទីទីតាំងមើលពីលើមានភាពងាយស្រួលក្នុងការឃ្លាំមើលដែរឬទេ?
- ☐ តើទ្វារចូល ផ្លូវដើរក្នុងលំនៅដ្ឋាន និងបន្ទប់ទានាសមស្របសម្រាប់កៅអីរុញ និងឧបករណ៍ជួយដល់ការដើរដែរឬទេ?
- ☐ តើមានបង្កាន់ដៃដើម្បីជួយដល់ការដើរ និងនៅក្នុងបន្ទប់ទឹកដែរឬទេ?
- ☐ តើទូនិងធ្នើរទានាងាយស្រួលក្នុងការឈោងដល់ដែរឬទេ?
- ☐ តើមានកម្រាលមិនរអិល និងព្រំដែលរឹងមាំដើម្បីជួយដល់ការដើរដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋានមានពន្លឺធម្មជាតិ និងពន្លឺសប្បនិម្មិតល្អដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋានមានសភាពស្អាត គ្មានក្លិន និងមានកម្តៅ និងភាពត្រជាក់ល្អដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋានបំពេញតាមស្តង់ដារនៃភាពស្អាតរបស់ខ្ញុំដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋានគ្មានគ្រោះថ្នាក់ផ្ទៃកបរិស្ថានដែលអាចមើលឃើញយ៉ាងច្បាស់ដែរឬទេ?
- ☐ តើបន្ទប់ទៃលំនៅដ្ឋានមានភាពស្អាត សុវត្ថិភាព និងគ្រប់គ្រាន់តាមតម្រូវការរបស់ខ្ញុំដែរឬទេ?
- ☐ តើខ្ញុំនឹងអាចប្រើប្រាស់តំបន់រួម ដូចជា ផ្ទះបាយ បន្ទប់សកម្មភាព បរិក្ខារបង្ហត់ បន្ទប់ទទួលទានអាហារ ឬទីធ្លានានាដោយសេរីបានដែរឬទេ?
- ☐ តើខ្ញុំអាចដក់បារីនៅក្នុងបន្ទប់របស់ខ្ញុំ ឬនៅក្នុងតំបន់រួមបានដែរឬទេ?
- ☐ តើមានការផ្តល់ជូនទូវគ្រឿងសង្ហារិមដែរឬទេ?
- ☐ តើខ្ញុំអាចផ្លាស់ប្តូរសីតុណ្ហភាពនៅក្នុងបន្ទប់របស់ខ្ញុំបានដែរឬទេ?
- ☐ តើមានកន្លែងងូតទឹកដែលអាចអង្គុយបានដែរឬទេ?
- ☐ តើខ្ញុំអាចមានខ្សែទូរស័ព្ទ ឬការភ្ជាប់អ៊ីនធឺណិតផ្ទាល់ខ្លួនបានដែរឬទេ?
- ☐ តើទីតាំងសម្រាប់ត្រាអាសន្នត្រូវបានបិតយ៉ាងច្បាស់លាស់ដែរឬទេ?
- ☐ តើខ្ញុំអាចចាក់សោរបន្ទប់របស់ខ្ញុំ និង/ឬតើមានកន្លែងចាក់សោរនៅក្នុងបន្ទប់នីមួយៗសម្រាប់វត្ថុមានតម្លៃដែរឬទេ?

☑ ម្ហូបអាហារ

- ☐ តើខ្ញុំពេញចិត្តចំពោះម្ហូបអាហារដែរឬទេ តើម្ហូបអាហារមានអាហារូបត្ថម្ភ មានភាពគ្រប់គ្រាន់ និងត្រូវបានបម្រើជូនប្រកបដោយភាពទាក់ទាញដែរឬទេ?
- ☐ ចុះប្រសិនបើខ្ញុំមិនពេញចិត្តម្ហូបអាហារដែលត្រូវបានបម្រើជូន?
- ☐ តើខ្ញុំអាចចម្អិនម្ហូបអាហារនៅក្នុងបន្ទប់របស់ខ្ញុំបានដែរឬទេ?
- ☐ តើមានអាហារសម្រន់ដែរឬទេ?
- ☐ តើមានពេលវេលាទទួលទានអាហារដាក់លាក់ដែរឬទេ ឬពេលវេលាទទួលទានអាហារមានភាពបត់បែន?
- ☐ តើមានទូរទឹកកកសម្រាប់រក្សាទុកម្ហូបអាហារផ្ទាល់ខ្លួនរបស់ខ្ញុំដែរឬទេ?
- ☐ តើលំនៅដ្ឋានបំពេញតាមរបបអាហារ ឬចំណូលចិត្តផ្ទៃកម្ហូបអាហារតាមវប្បធម៌របស់ខ្ញុំដែរឬទេ?
- ☐ តើខ្ញុំអាចស្នើសុំម្ហូបអាហារពិសេសបានដែរឬទេ?

☑ និវាសនជនជាទៃទ្យេត

- ☐ តើនិវាសនជនជាទៃទ្យេតមានការសេពគប់គ្នាទៅវិញទៅមក និងមានភាពរីករាយ និងមានផាសុកភាពដែរឬទេ?
- ☐ តើនិវាសនជនទាំងឡាយនិយាយអំពីទីកន្លែងនោះប្រកបក្តីពេញចិត្តដែរឬទេ?
- ☐ តើនិវាសនជនទាំងឡាយមើលទៅដូចជាមនុស្សដែលខ្ញុំចង់រស់នៅជាមួយដែរឬទេ?
- ☐ តើការផ្ទាស់ប្តូរបន្ទប់ និងកង្វល់របស់មិត្តរួមបន្ទប់ត្រូវបានដោះស្រាយយ៉ាងដូចម្តេច?
- ☐ តើមានការជួបជុំរវាងក្រុមនិវាសនជនដែរឬទេ?
- ☐ តើមាននិវាសនជនផ្សេងទៀតណាម្នាក់ដែលមានប្រវត្តិធ្លាប់ប្រព្រឹត្តិអំពើហិង្សា ឬមានអាកប្បកិរិយាដែលមានបញ្ហាផ្សេងទៀតដែរឬទេ? តើបុគ្គលិកដោះស្រាយស្ថានភាពទាំងនេះដោយវិធីណា?

នៅពេលដែលការសម្រេចចិត្តត្រូវបានធ្វើឡើង

ការរៀបចំផែនការ និងការប្រមូលព័ត៌មានមិនបានបញ្ឈប់នៅពេលដែលអ្នកធ្វើ ការសម្រេចចិត្តរបស់អ្នកក្នុងការផ្លាស់ទៅនៅលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយឡើយ។ ការផ្លាស់ប្តូរទីកន្លែងរស់នៅ គឺជាការកែប្រែជីវិតដ៏សំខាន់។ ដើម្បីជួយសម្រួលដល់ការផ្លាស់ប្តូរ ចូរប្រើប្រាស់ជំហានមួយចំនួនដូចគ្នានឹងជំហានទានាដែលបានកំណត់នៅផ្នែកទីមួយនៃកូនសៀវភៅនេះ ៖

1. ពិភាក្សាអំពីការផ្លាស់ប្តូរនានាដែលនឹងត្រូវធ្វើឡើង។
2. ស្នើសុំជំនួយពីបុគ្គលិកនៅទីលំនៅថ្មីចំពោះចម្ងល់ណាមួយដែលអ្នកមាន។
3. ទទួលបានព័ត៌មានបន្ថែមណាមួយផ្សេងទៀតដែលអ្នកត្រូវការ។
4. ធ្វើផែនការអំពីអ្វីដែលចាំបាច់ត្រូវកើតឡើង និងនៅពេលណា។

ការផ្លាស់ទៅនៅលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅដែល ទទួលបានជំនួយមានន័យថាបញ្ឈប់ការរស់នៅក្រោមភាពជាកម្មសិទ្ធិ និងជីវិតរស់នៅដដែលៗ។ មនុស្សមួយចំនួនមានភាពធូរស្រាល និងរំពឹងទុកថានឹងមានទំនួលខុសត្រូវគិចជាងមុន ខណៈពេលដែលអ្នកដទៃយល់ថាវាជាការបញ្ចេញអារម្មណ៍។ ទោះបីជានៅក្នុងការយល់ឃើញណាមួយក៏ដោយ បុគ្គលដែលផ្លាស់ប្តូរទីលំនៅត្រូវការការគាំទ្រយ៉ាងពេញលេញពីគ្រួសារ និងមនុស្សជាទីស្រឡាញ់ និងគួរតែមានតួនាទីសំខាន់ក្នុងការកំណត់ថាអ្វីនឹងកើតឡើង និងនៅពេលណា។

នៅពេលដែលមានការផ្លាស់ប្តូរទីលំនៅកើតឡើង រំពឹងទុកថានឹងមានរយៈពេលធម្មតាមួយសម្រាប់ធ្វើការសម្របខ្លួន។ រយៈពេលពីរបីសប្តាហ៍ដំបូងអាចមានភាពលំបាកខ្លាំងជាទីបំផុត ពីព្រោះទម្លាប់នានាត្រូវបានបង្កើតឡើង ហើយគេនឹងកាន់តែមានសាំជាមួយវត្ថុជារៀងយ៉ាង។

វាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការពិភាក្សាអំពីកង្វល់ ឬចង្វល់ណាមួយជាមួយរដ្ឋបាលនៃ លំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ។ **ចូរប្រាកដថាអ្នកសាកសួរអំពីអ្វីដែលអ្នកត្រូវការ។** បុគ្គលិកអាចធ្វើការកែប្រែនានាដែលនឹងកាន់តែបំពេញតាមអ្វីដែលស័ក្តិសមនឹងអ្នកជាទីបំផុត។

ក្នុងនាមជានិវាសនជនៃលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ឬទីកន្លែងរស់នៅ ដែលទទួលបានជំនួយ អ្នកក៏មានសិទ្ធិអ្នកប្រើប្រាស់មួយចំនួនដែលត្រូវបានធានា ដោយច្បាប់ (ជំពូក 70.129 RCW)។ ម្ចាស់ ឬបុគ្គលិកនៅទីលំនៅថ្មីរបស់អ្នកគួរប្រាប់អ្នកអំពីសិទ្ធិទាំងនេះ។ ប្រសិនបើគេមិនបានប្រាប់ ចូរសួរ។

ការស្នើសុំស្បៀងភៅបោះពុម្ពផ្សាយ

អ្នកអាចស្នើសុំកូនស្បៀងភៅនេះ និងស្បៀងភៅបោះពុម្ពផ្សាយ DSHS ផ្សេងទៀត តាមរយៈហាងទូទៅនៃក្រសួងសេវាសហគ្រាស។

ចូលទៅកាន់គេហទំព័ររបស់ DES តាមរយៈ ៖

www.MyFulfillment.wa.gov

ការស្នើសុំស្បៀងភៅបោះពុម្ពផ្សាយក៏អាចត្រូវបានដាក់ជូន ៖

- តាមរយៈអ៊ីមែល printing@des.wa.gov
- តាមរយៈទូរស័ព្ទ (360) 664-4343
- តាមរយៈទូរសារ (360) 586-6361

ត្រូវប្រាកដថាបានរួមបញ្ចូលឈ្មោះរបស់ស្បៀងភៅបោះពុម្ពផ្សាយ លេខស្បៀងភៅបោះពុម្ពផ្សាយ (DSHS 22-xxx) និងឈ្មោះបុគ្គលទំនាក់ទំនង និងអាសយដ្ឋាន ផ្លូវសម្រាប់ផ្ញើសំបុត្រ សម្រាប់ការស្នើសុំដែលដាក់ជូនតាមរយៈអ៊ីមែល ទូរស័ព្ទ ឬទូរសារ។

ចូលមើល ៖

https://www.dshs.wa.gov/altsa

ដើម្បីស្វែងរក ៖

- ស្សេរភៅស្តើង និងកូនស្សេរភៅតតិតថ្ងៃស្តីពីការផ្តល់ការថែទាំ និងប្រធានបទអំពីការថែទាំរយៈពេលវែង។
- សំណៅបកប្រែនៃស្សេរភៅបោះពុម្ពផ្សាយនានា។
- លេខទូរស័ព្ទ និងអាសយដ្ឋានការិយាល័យក្នុងមូលដ្ឋានដែលធ្វើការជាមួយមនុស្សវ័យចំណាស់។
- បញ្ជីលំនៅដ្ឋានគ្រួសារមនុស្សពេញវ័យ ទីកន្លែងរស់នៅដែលទទួលបានជំនួយ ឬកន្លែងថែទាំសុខភាពរយៈពេលវែងតាមខោនធី។
- ព័ត៌មាន ធនធាន និងកម្មវិធីនានា ៖
  - សម្រាប់អ្នកថែទាំ។
  - ស្តីពីការឈានចូលវ័យចំណាស់ដោយមានសុខភាពល្អ។
  - ស្តីពីការទប់ស្កាត់ការដួល។
  - ស្តីពីការធ្វើផែនការថែទាំរយៈពេលវែង។

យើងទាំងអស់គ្នាគឺជាដៃគូប្រឆាំងនឹងការបំពានលើមនុស្សពេញវ័យ

ការបំពានលើមនុស្សពេញវ័យដែលងាយរងគ្រោះ (បុគ្គលដែលត្រូវការជំនួយលើការថែទាំខ្លួនពួកគេ) អាចកើតឡើងនៅគ្រប់ពេលវេលា គ្រប់ទីកន្លែង។ DSHS ធ្វើការស៊ើបអង្កេតអំពីការបំពាន ការមិនអើពើ ការកេងប្រវ័ញ្ច ឬការចោះបង់ចោលមនុស្សពេញវ័យដែលត្រូវបានចោទប្រកាន់។

ហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខទូរស័ព្ទខាងក្រោមដើម្បីទទួលបានជំនួយ ប្រសិនបើអ្នក ឬអ្នកណាម្នាក់ដែលអ្នកស្គាល់ ៖

- មិនទទួលបានការថែទាំយ៉ាងសមស្រប។
- រងរបួសផ្លូវកាយ ផ្នែកខួរក្បាល ឬផ្លូវភេទ។
- ទទួលរងការកេងប្រវ័ញ្ចផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុដោយវិធីណាមួយ។

ប្រសិនបើអ្នកសង្ស័យថាមានការបំពាន ការមិនអើពើ ឬការកេងប្រវ័ញ្ចលើមនុស្ស ពេញវ័យដែលងាយរងគ្រោះណាម្នាក់ ៖

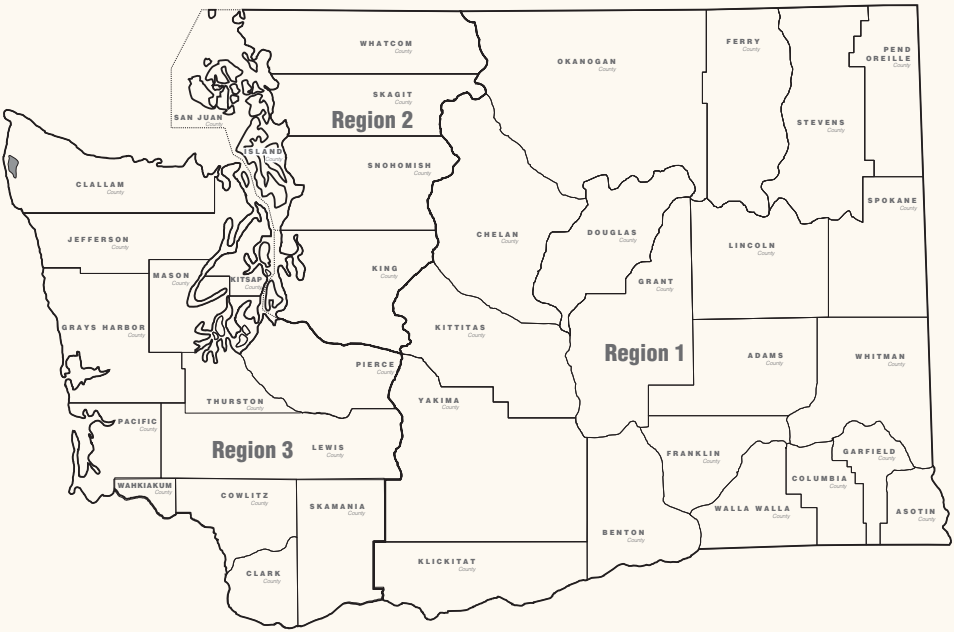
ហៅទូរស័ព្ទដោយឥតគិតទៅកាន់ *DSHS*

DSHS TOLL FREE
1-866-ENDHARM
Voice/TTY Accessible
1-866-363-4276
Washington State Department of Social and Health Services

DSHS មិនរើសអើងនៅក្នុងការបម្រើសេវា ឬចុះកិច្ចសន្យាជាមួយបុគ្គលទាំង ឡាយដោយសារពូជសាសន៍ ពណ៌សម្បុរ ជនជាតិដើម ភេទ ចំណង់ផ្លូវភេទ អាយុ សាសនា ជំនឿ ស្ថានភាពអាពាហ៍ពិពាហ៍ ពិការភាព ឬឋានៈជាអតីត យុទ្ធជននៅសម័យវៀតណាម ឬវត្តមាន៖ នៃការពិការផ្នែករាងកាយ ផ្នែកខួរក្បាល ឬផ្នែកវិញ្ញាណ។

លេខទូរស័ព្ទក្នុងតំបន់របស់សេវាលំនៅដ្ឋាន និងសហគមន

ម៉ើលផែនទីដើម្បីស្វែងរកតំបន់ដែលអ្នករស់នៅ។ ហៅទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខទូរស័ព្ទដែលបានកត់ត្រាសម្រាប់តំបន់
របស់អ្នក និងសួររកការិយាល័យ DCS ដែលនៅកែ្បរអ្នកបំផុត។



តំបន់ទី 1

509-323-9400
1-800-459-0421

TTY 509-329-3698

ខោនធី Adams, Asotin, Benton, Chelan, Columbia, Douglas, Ferry, Franklin, Garfield, Grant, Kittitas, Klickitat, Lincoln, Okanogan, Pend Oreille, Spokane, Stevens, Walla Walla, Whitman និង Yakima

តំបន់ទី 2

206-341-7600
1-800-346-9257

TTY 1-800-833-6384

ខោនធី Island, King, San Juan, Skagit, Snohomish និង Whatcom

តំបន់ទី 3

253-476-7200
1-800-442-5129

TTY 253-593-5471

ខោនធី Clallam, Clark, Cowlitz, Grays Harbor, Jefferson, Kitsap, Lewis, Mason, Pacific, Pierce, Skamania, Thurston និង Wahkiakum

Washington State
Department of Social
& Health Services

Transforming lives

www.dshs.wa.gov/altsa

DSHS 22-707 CA (Rev. 6/16)