



ਮਾਈ ਵਸ਼ਿਜ ਅਲਬਰਟਾ: ਪਲਾਨਰਿੰਗ ਫੋਰ ਮਾਈ ਕੇਅਰ

ਆਪਣੀਆਂ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ
ਵੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਰਕਸ਼ੱਪ



Covenant Health
Palliative Institute



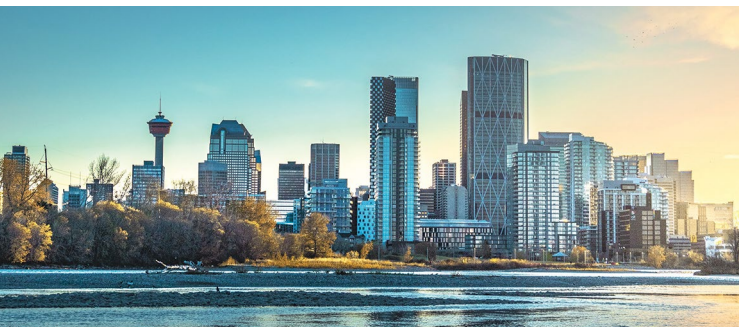
CANADIAN
Virtual Hospice

ਆਪਣੀਆਂ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ।

ਮਾਈ ਵਜ਼ਿਜ਼ ਅਲਬਰਟਾ): ਪਲਾਨੀਗ ਫੋਰ ਮਾਈ ਕੇਅਰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਨੀਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਪਸੰਦਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸੋਚਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਹਿਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਬਮਿਅਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਓ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਫੈਸਲੇ ਕੌਣ ਲਵੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਸਿ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਆਸਾਨ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਅੱਜ ਅਤੇ ਭਵੱਖਿ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸੰਬੰਧੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਵਰਕਬੁੱਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਵਿੱ ਕਰੀਏ

- ਇਸ ਨੂੰ ਖੁਦ ਜਾਂ ਕਸਿ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਵਅਕਤੀ ਨਾਲ ਮਲਿ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਜਵਾਬਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ।
- ਉਹ ਸਵਾਲ ਪੂਰੇ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।
- ਆਪਣੀ ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਨੀਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਵਰਕਬੁੱਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।



ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ ਕਵਿੱ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨਾ

ਜਦੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਜਾਂ ਅਚਨਚੇਤ ਸਹਿਤ ਸੰਬੰਧੀ ਖ਼ਬਰਾਂ ਮਲਿਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਅਕਸਰ ਕਹਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਹਿਤ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਦੱਸੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹਸ਼ਿਸ਼ਾ ਹੀ ਸੁਣਿਆ। ਇਹਨਾਂ ਵੱਚਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਅਤੇ ਸੋਚਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਹੈ। ਸਧਾਰਨ ਫੈਸਲੇ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਹਲਿਾਂ ਤੋਂ ਸੋਚਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਰੀਬੀ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਆਸਾਨ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਨਹੀਂ ਬੋਲ ਸਕਦੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਮਿਾਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਲਈ ਬੋਲ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ 'ਤੇ ਪਹਲਿਾਂ ਹੀ ਵਚਿਾਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ:

- ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਮਲਿਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਟਕਰਾਅ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਵੱਚਿ ਆਪਣੀ ਰਾਇ ਦੇਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਤਮ ਸੰਭਵ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਹਮਿਤੀ ਦੇਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਇਹ ਕੋਈ ਵਸੀਅਤ ਜਾਂ ਨਾਂਜਿੀ ਨਰਿਦੇਸ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਇਦਾਦ ਜਾਂ ਵੱਤਿ ਦੀ ਵੰਡ ਨਾਲ ਕੋਈ ਲੈਣਾ-ਦੇਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਚਿਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਗਠਤਿ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਨਾਂਜਿੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ?

ਸੱਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ: ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ? ਤੁਹਾਡੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ? ਇਹ ਜਵਾਬ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਰੀਬੀ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਅਕਤੀ ਕੌਣ ਹੈ?

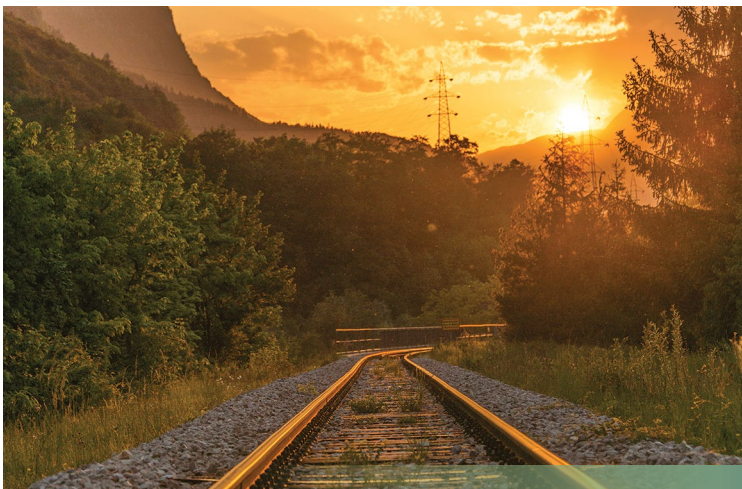
(ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ: ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ, ਦੋਸਤ, ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਕ, ਸਲਾਹਕਾਰ, ਸਮਰਥਕ)

ਕਹਿੜੀ ਚੀਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਅਰਥਪੂਰਨ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ?

(ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ: ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਤਾਉਣਾ, ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਅਭਿਆਸ, ਕੰਮ, ਸ਼ੌਕ, ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਾ, ਬਾਹਰ ਰਹਿਣਾ, ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ)

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਅਧਿਆਤਮਿਕ, ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ, ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ?

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸੱਖਿਆ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?



ਆਪਣੀਆਂ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ

ਫਰਿ, ਆਪਣੀਆਂ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀ ਮਹੱਤਵ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਰੀਰਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕਵਿੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੋਗੇ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵੱਚਿ ਬਮਿਾਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

(ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ: ਪਰਵਿਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਸਮਾਂ ਬਤਿਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ, ਘਰ ਵੱਚਿ ਹੋਣਾ, ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਅਜਹਿ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹੋਣ, ਦਰਦ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ, ਸਤਕਿਾਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣਾ)

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਬਮਿਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਬਾਰੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਚਤਿਤ ਹੋਵੋਗੇ?

(ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ: ਦਰਦ ਵੱਚਿ ਹੋਣਾ, ਇਕੱਲੇ ਹੋਣਾ, ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ, ਜਨਿ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਫਾਇਨਾਂਸ)



ਸੀ ਆਪਣੇ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਇਕਤੀ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੀ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੋਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਣ?

ਮੈਂ ਇੱਕ ਰਵਾਇਤੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ਮੇਰੇ ਇਲਾਜ ਵੱਲੋਂ ਮੇਰੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਦਾ ਹੱਸਿ ਹੋਵੇਗਾ - ਕੀ ਇਸਨੂੰ ਪੱਛਮੀ ਡਾਕਟਰੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸਦਾ ਅਰਥ ਜੜੀ-ਬੂਟੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ, ਚਾਹ, ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸੰਦਰਭ ਵੱਲੋਂ ਰਸਮਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਇਸਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ।

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸਵਾਲਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।

ਹੇਠਾਂ ਦੇ ਕੋਈ ਸਹੀ ਜਾਂ ਗਲਤ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਉਹ ਜਵਾਬ ਚੁਣੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਰਣਨ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਸੀਂ ਹਰੇਕ ਸਵਾਲ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਦੱਤੀਆਂ ਲਾਈਨਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਬਮਿਰ ਹੋ ਜਾਓ...

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬਮਿਰੀ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਕੰਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

☐ ਸੱਭ ☐ ਕੁਝ ☐ ਕੁਝ ਨਹੀਂ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਕੰਨੀ ਕੁ ਕਹਣਾ ਚਾਹੋਗੇ?

☐ ਸੱਭ ☐ ਕੁਝ ☐ ਕੁਝ ਨਹੀਂ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੀ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੰਨੀ ਸਮਾਂ ਜੀਓਗੇ?

☐ ਹਾਂ ☐ ਨਹੀਂ ☐ ਸ਼ਾਇਦ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੋਗੇ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੰਨਾ ਚਰਿ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਜੀਉਣ ਵੱਧ ਮਦਦ ਕਰੇ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਮਿਰ ਕਰ ਦੇਵੇ, ਬੇਅਰਾਮੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੇ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀਣ ਤੋਂ ਰੋਕੇ?

☐ ਹਾਂ ☐ ਨਹੀਂ ☐ ਸ਼ਾਇਦ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਹੱਸਿ ਵਜੋਂ ਰਵਾਇਤੀ, ਵਕਿਲਪਕਿ, ਜਾਂ ਪੂਰਕ ਦਵਾਈ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ?

☐ ਹਾਂ ☐ ਨਹੀਂ ☐ ਸ਼ਾਇਦ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜੰਨਾ ਚਰਿ ਹੋ ਸਕੇ ਜੀਣਾ ਚਾਹੋਗੇ, ਭਾਵੇਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਆਪਣਾ ਭਾਈਚਾਰਾ ਛੱਡਣਾ ਹੀ ਕਉਿ ਨਾ ਪਵੇ?

☐ ਹਾਂ ☐ ਨਹੀਂ ☐ ਸ਼ਾਇਦ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਹਮਿਤ ਨਾ ਵੀ ਹੋਣ?

☐ ਹਾਂ ☐ ਨਹੀਂ ☐ ਸ਼ਾਇਦ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕਰੀਬੀ ਲੋਕ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਤ ਬਾਰੇ ਸਭ ਕੁਝ ਜਾਣਨ?

☐ ਹਾਂ

☐ ਨਹੀਂ

☐ ਸ਼ਾਇਦ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਖਰੀ ਦਿਨ ਕੀ ਬਿੰਬੇ ਬਣਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ?

(ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ: ਘਰ ਵੱਲ, ਹਾਸਪਾਲਿਸ਼ ਵੱਲ, ਹਸਪਤਾਲ ਵੱਲ, ਨਰਸਿੰਗ ਹੋਮ ਵੱਲ)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਆਪਣਾ ਘਰ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਾ ਛੱਡਣਾ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੀਸਨੂੰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੋਗੇ? ਤੁਸੀਂ ਕਹਿਣੀਆਂ ਨਹੀਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੋਗੇ?

(ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ: ਫੋਟੋਆਂ, ਕੱਪੜੇ, ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਸਮਾਨ, ਅਧਿਆਤਮਿਕ, ਧਾਰਮਿਕ ਜਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਵਸਤੂਆਂ)

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨੀਜੀ ਦੇਖਭਾਲ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਹਾਉਣਾ, ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ, ਸ਼ੀਸ਼ਾ, ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਟਾਇਲਟ ਜਾਣਾ) ਵੀਚਿ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣ ਵੀਚਿ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਹਜਿ ਮਹਸੂਸ ਕਰੋਗੇ?

ਤੁਸੀਂ ਕਸਿਦੀ ਮਦਦ ਨਹੀਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੋਗੇ?

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਵੀਚਿ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲੋਕਾਂ ਵੀਚਿ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨਾਲ ਅਸਹਮਤ ਹੈ?

ਕੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

(ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ: ਵੀਤ, ਤੁਹਾਡੇ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਜਾਂ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ, ਰਸਮਾਂ ਜਾਂ ਅੰਤਿਮ ਸੰਸਕਾਰ ਦੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ, ਅਧੂਰੇ ਨੀਜੀ ਮਾਮਲੇ)

ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ

ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਰਤਮਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ (ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਥੋੜ੍ਹੇ, ਸਾਥੀ/ਪਤੀ/ਪਤਨੀ, ਭੈਣ-ਭਰਾ, ਦੋਸਤ, ਬਜ਼ੁਰਗ, ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂ, ਜਾਂ ਹੋਰ) ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਕੁਝ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ ਅਸਹਮਿਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਰਕਬੁੱਕ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵੱਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਵਜੋਂ ਵੀ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਈ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਹਿਤ, ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵੱਲੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕੋਈ ਵੀ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੇ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਇਹ ਹਨ:

“ਹੁਣੇ ਹੀ ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ ਭਰੀ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਨਾਮ ਹੈ ਮਾਈ ਵਜ਼ਿਜ਼ ਅਲਬਰਟਾ। ਇਹ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਬਾਰੇ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਸਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ।”

“ਮੇਰੀ ਸਹਿਤ ਇਸ ਸਮੇਂ ਚੰਗੀ ਹੈ, ਪਰ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇ ਮੇਰੀ ਸਹਿਤ ਬਦਲ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਕੀ ਚਾਹਾਂਗਾ/ਗੀ।”

“ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹਿ/ਰਹੀ ਸੀ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵੱਲੋਂ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵੱਲੋਂ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?”

“ਮੇਰਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਡਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਗਿਆ/ਗਈ, ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਕਰੀਬੀ ਲੋਕ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹਿਸ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਉਹ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਜੋ ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਹਰ ਕੋਈ ਸਮਝ ਸਕੇ।”

“ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹਿ/ਰਹੀ ਸੀ ਕਿ ਜਦੋਂ _____ ਬਿਮਾਰ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕੀ ਹੋਇਆ, ਅਤੇ ਇਸਨੇ ਮੈਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਇਆ ਕਿ ਮੈਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਚਾਹਾਂਗਾ/ਗੀ ਕਿ ਉਹ ਸੱਭ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਵਾਪਰੇ।”

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ

ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਲਈਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚੁਣਨਾ ਚਾਹੋਗੇ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਮਿਰ ਜਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਬੋਲਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਅਲਬਰਟਾ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ **ਏਜੰਟ** ਕਹਿਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ **ਕਾਨੂੰਨੀ** ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜਿਸਨੂੰ ਨੌਜਵਾਨ ਨਰਿਦੇਸ਼ ਕਹਿਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਕੇ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ(ਵਾਂ) ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਏਜੰਟ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਸਦੀ ਉਮਰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 18 ਸਾਲ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮਰੱਥਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਵੇਖੋ

<https://www.alberta.ca/personal-directive.aspx>

ਏਜੰਟ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਗੱਲਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ:

- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਸਬੰਧੀ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ?
- ਕੀ ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਟੀਮ ਨਾਲ ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?
- ਕੀ ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪੂਰਨ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਮੁਸ਼ਕਲ ਫੈਸਲੇ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ?



ਮੈਂ ਚਾਹਾਂਗਾ/ਗੀ ਕਿ ਮੇਰਾ ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਪੁੱਤਰ ਮੇਰੀ ਜਗ੍ਹਾ ਗੱਲ ਕਰੇ ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਆਪ ਨਾ ਬੋਲ ਸਕਾਂ ਕਉਕਿ ਉਹ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੇਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਗੱਲ ਆਉਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਬਾਕੀ ਪਰਵਾਰ ਉਸਦੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਸਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰੇ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ/ਉਹਨਾਂ ਵਅਕਤੀ(ਆਂ) ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਤਰਫ਼ੋਂ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਏਜੰਟ ਬਣਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਏਜੰਟਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਵੱਖੋਂ ਹਰੇਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ, ਨਾਲ ਹੀ ਆਪਣੇ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਬੋਲਣ ਵਾਲੇ ਵਅਕਤੀ(ਆਂ) ਦਾ ਬਹਿਤਰ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵੱਲ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇਕਰ ਕੁਝ ਬਦਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀਆਂ ਇਲਾਜ ਤਰਜੀਹਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਏਜੰਟ ਵੀ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਦਲਾਅ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀਆਂ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਵਧੀਕ ਸ੍ਰੋਤ

ਉੱਨਤ ਬੀਮਾਰੀ, ਅਗਾਊ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਉਪਚਾਰਕ ਦੇਖਭਾਲ, ਜੀਵਨ ਦੇ ਅੰਤ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਅਤੇ ਸੋਗ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਥੇ ਜਾਓ:

Compassionate Alberta: <https://compassionatealberta.ca/>

Advance Care Planning: Preparing for Your Future Healthcare
<https://myhealth.alberta.ca/HealthTopics/Advance-Care-Planning>

Canadian Virtual Hospice www.virtualhospice.ca

Living My Culture www.livingmyculture.ca



QR ਕੋਡ

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ ਮਦਦਗਾਰ ਲੱਗੀ?

ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵੱਲੋਂ ਹੱਸਿਆ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਫੀਡਬੈਕ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ।

<https://redcap.link/mywishes>

ਮਨਜ਼ੂਰੀਆਂ

ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ Covenant Health Palliative Institute ਦੁਆਰਾ ਮੂਲ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, *Coming Full Circle: Planning for My Care*, ਤੋਂ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ Canadian Virtual Hospice ਅਤੇ ਐਲਡਰਜ਼ ਐਂਡ ਨੇਲੇਜ਼ ਕੈਰੀਅਰਜ਼ ਸਰਕਲ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ।

Covenant Health Palliative Institute ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਸੰਗਠਨਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੇਤਾਂ ਨੇ ਕਮਾਈ ਫੁੱਲ ਸਰਕਲ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ।

ਬਜ਼ੁਰਗ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਦੇ ਧਾਰਨੀ

Helen Gartner YT

Louise Halfe SK

Peter Irniq ON

Mary Jane Kavanaugh ON

Rosella Kinoshameg ON

Donna Loft ON

Betty McKenna SK

Albert McLeod MB

Gerry Oleman MB

Roberta Price BC

Ruth Mercredi NT

Stella Johnson BC

Ella Paul NS

Jeroline Smith MB

Holly Prince, ਮੁੱਖ ਲੇਖਕ, Lakehead University

Improving End-of-Life Care in First Nations Communities Research Team, Lakehead University (2015). ਫਰਸਟ ਨੇਸ਼ਨ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਂਤਕਾਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨਾ: ਇੱਕ ਵਰਕਬੁੱਕ, ਸੰਸਕਰਨ 1 eolfn.lakeheadu.ca

Canadian Hospice Palliative Care Association, advancecareplanning.ca

The Conversation Project Canadian Virtual Hospice ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਕੱਢਣ, ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ:

The Conversation Project: An initiative of the Institute for Healthcare Improvement ਦੀ ਇੱਕ ਪਹਿਲ, theconversationproject.org. ਇਸਨੂੰ Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International Licence, <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>

ਇਹ ਵਰਕਬੁੱਕ Canadian Virtual Hospice ਦੁਆਰਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਗਏ Coming Full Circle ਬੁਕਲੇਟ ਤੋਂ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਧਾਰਕਾਂ ਦਾ ਸਰਕਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। Canadian Virtual Hospice ਨੇ ਅਲਬਰਟਾ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੂਲ ਬੁਕਲੇਟ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕਰਨ ਲਈ Covenant Health Palliative Institute ਨਾਲ ਸਹਯੋਗ ਕੀਤਾ। ਇੱਥੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵੱਧਾਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ Canadian Virtual Hospice ਜਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਧਾਰਕਾਂ ਦੇ ਸਰਕਲ ਦੇ ਵੱਧਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸਹਮਿਤੀ ਦੇਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਇਹ ਕੋਈ ਵਸੀਅਤ ਜਾਂ ਨੀਜੀ ਸੁਭਾਅ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਇਦਾਦ ਜਾਂ ਵੱਤ ਦੀ ਵੰਡ ਨਾਲ ਕੋਈ ਲੈਣਾ-ਦੇਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਗਾਈਡ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੱਧਾਰਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਨੀਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਇਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਹਿਫ਼ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਸੰਭਵ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਸਮਝਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੀ ਸਹਿਤ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਹਿਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਜਾਂ ਕਸਿ ਹੋਰ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਸਿ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਸਿ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲੀਗਲ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿੱਚ ਜਾਓ।



Covenant Health
Palliative Institute



CANADIAN
VirtualHospice

    /CHPalliative

May 2025