



اتحاد کمیته های کلتوری برای تساوی حقوق در بخش صحتی و خدماتی اجتماعی



Centre de recherche et d'expertise
en gérontologie sociale

مرکز تحقیقات و گزارشات کاری در بخش افراد کهنسال جامعه

مرکز خدمات صحتی و اجتماعی کووندیش
Centre de santé et de services sociaux
Cavendish

Centre affilié universitaire

Dépliant sur les droits et défis des personnes âgées immigrantes au Québec – version en dari

بروشور برای اشخاصیکه توانای فزیکتی شانرا از دست داده اند و وابسته بدیگران
هستندو اعضای فامیل و نزدیکان شان

شما یک ناتوانی فیزیکی دارید؟ شما یک شخص کلان‌سالی هستید که به کمک و پشتیبانی ضرورت دارید؟ حالت بد صحتی شما را نمیگذارد که به امورات منزل رسیده گی کنید؟
برای حرکت کردن در داخل منزل در وقت لباس پوشیدن، دوش گرفتن، خریداری مواد خوراکی و غیره به کمک ضرورت دارید؟

آیا شما یکی از کارمندان اجتماعی هستید و علاقه دارید اطلاعات را در قسمت این نوع خدماتی که وجود دارد برای دیگران برسانید؟

اگر چنین است این پرورشور برای شما نیز میباشد.

خدماتی زیادی وجود دارد که شما منحصیث ساکنین دائمی کانادا، ایمیگرنت های مستقل، ریفوجی ویا بدون این حقوق، به حساب رشته فامیلی بسیار نزدیک (با هم معلق شدن دو فامیل) و غیره میتوانید مستحق شوید.
منحصیث ساکنین دائمی کانادا، شما عین حقوق که یک تبعه کانادایی که متولد کانادا است در قسمت بدست آوردن خدماتی موجوده دارید. هرگاه شما در انتظار بدست آوردن سند ریفوجی هستید لطفاً به پروگرام موقتی صحتی فدرال مراجعه کنید

به تلفون- ۲۴۲ ۲۱۰۰ - ۸۸۸ ۱

ناگفته نماند که خدمات ذکر شده در صورت بدسترس مردم قرار میگیرد که مراکز مخصوص این نوع خدمات منبع تکافو شاترا داشته باشند

خدمات و مساعدتها به اشخاصی صورت میگیرد که یکی از جمله ناتوانی ها عاید حال شان باشد

خدمات در داخل منزل

در قدم اول CLSC مرکز ناحیوی خدمات مشترک وکلتوری باید ضروریات اصلی شما را بدانند.
یک شخص مواضع میشود و به منزل تان میاید برای ارزیابی کردن ضرورتهای تان. شخصی هم مسولیت دوسیه شما را میگیرد تا از چگونگی رسیدن کمک ها برایتان واری کند.
نظر به مشکلات که شما دارید

CLSC شما یکتعداد سرویسهای اضافتراً نیز پیشنهاد مینماید

کمک فیزیکی در منزل با شما

یک معاون نرس در منزل شما میاید بخاطر کمک رساندن به شما برای ضروریات روزمره شما مثلاً لباس تانرا بتن تان کند، در حفظ الصحه تان شما را کمک برساند و همچنان در قسمت حمام گرفتن برایتان کمک نماید

کمک کننده در امورات کار در منزل و خریداری

آنها شما را در قسمت مرتب ساختن منزل تان و خریداری های تان کمک مینمایند

CLSC ها موافقت نامه ها دارند

با یکتعداد ارگانهای که این چنین خدمات را بشکل مجانی برای مریضان ویا به یک نرخ ارزان پیشنهاد میکنند برای سرویسهای کمکی داخل منزل، هزینه از طرف "سی ال اس سی" تادیه میشود. ولی هرگاه خود شما شخصی را استخدام میکنید که بالای او اعتماد دارید در آنصورت یک پروگرام دیگری بنام کمک مالی مستقیم یا چک در بدل کار میباشد. برای معلومات میتوانید با "سی ال اس سی" محل زیست تان ویا شخصیکه مسول دوسیه شما در "سی ال اس سی" است در تماس شوید

مراقبت نرس در منزل

این چنین سرویسها برای اشخاصی پیشکش میشود که برایشان مراقبت های صحتی تحت نظر نرس در منزل تجویز شده است. مثلاً تطبیق ادویجات، پیچکاریها و تعویض پانسمان ها

دادن مشوره در قسمت ترتیب دادن وسایل داخل منزل و دادن سامان آلات بطور موقت

یک ارگوتراپفت به منزل شما میاید و هدایات لازم بخاطر سهولت بخشیدن در طرز استفاده از لوازم داخل آپارتمان تان و طریقه حرکت کردن بدون خطر در داخل منزل تانرا توسعه میکند (مثلا در داخل تشناب چگونه میتوان از افتیدن و جراحت برداشتن جلوگیری کرد) علاوه بر آن شما میتواند یکعده از وسایل از قبیل چوب دست و غیره را بطور موقت برای شما بدهد تا برای شما سهولت فراهم شود.

سرویسها بخاطر تطابق دادن اپارتمان تان طبق ضرورت تان

آماده ساختن شرایط منزل تان
هرگاه شما شخصی هستید که معیوبیت جدی دارید، پروگرام **تطابق دادن منزل** برای شما یکمقدار کمک مالی مینماید. تا شما بتوانید محیط زیست را در داخل منزل تطابق بدهید با حالت فیزیکی که دارید. شما میتواند شما را رهنمایی کند که چگونه میتوانید از این پروگرام مستفید شوید.
پروگرام آپارتمانهای مخصوص برای بزرگسالان تنها شما را کمک مینماید در صورتیکه از ۶۵ سال اضافه دارید و یک عواید سالانه ضعیف دارید بخاطری مهیا ساختن شرایط زیست و آسان نمودن حرکت کردن برای شما در داخل منزل میباشد. برای بدست آوردن یکی از این دو پروگرام شما میتوانید به اتحادیه محل زیست در کبیبیک به نمبر تلفون ۱۸۰۰۴۶۳۴۳۱۵ تماس بگیریید. محل تان نیز شما رامیتواند در این قسمت کمک نماید

خدماتیکه حرکت و انتقال کردن را برانتان سهولت مبخشد

وزارت ترانسپورت کبیبیک بخاطر سهولت بخشیدن استفاده از ترانسپورت شهری برای اشخاصیکه معیوب هستند. ترانسپورتهای مخصوص تطابق یافته برای آنها را رویکار آورده اند. بسیاری از نواحی شهر این نوع ترانسپورتها را برای اشخاصیکه محدودیتهای فیزیکی و فکری دارند، رویکار آورده اند.

۵۱۴۲۸۰۸۲۱۱ (STM) : موسسه ترانسپورت ماتریال

۴۵۰۶۶۲۵۴۰۰ (STL) : موسسه ترانسپورت له ول

۴۵۰۴۳۳۴۰۰۰ : CIT لوغانتید

۳ # ۴۵۰۶۷۰۲۹۹۲ : مرکز ترانسپورتی لانگی

۸۱۹۷۷۳۲۲۲۲ SIO : موسسه ترانسپورت او ته وه

۴۱۸۶۸۷۲۶۴۱ RTC : مرکز ترانسپورتی له کبیتال (کبیبیک)

۴۱۸۷۲۳۵۵۵۵ : موسسه ترانسپورت ریموسکی

۸۱۹۵۶۴۲۶۸۷ : موسسه ترانسپورت شیر بروک

بسیاری از کمپنی های تکسی، های تکسی، های مخصوص را برای معیوبین در دسترس دارند. که در مقابل یک پول ناچیز آنها را فرمایش بدهید. شما میتوانید لست اسامی کمپنی های تکسی را چنین امکانات را به دسترس قرار میدهند از وزارت ترانسپورت کبیبیک توسط تلفون معلومات بخواهید

۱۸۸۸۳۵۵۰۵۱۱

علاوه بر آن شما میتوانید در این باره معلوماتهای بهتر از (سی ال اس سی) بدست بیاورید

۱۸۸۸۳۵۵۰۵۱۱

خدمات در سکونتگاههای تطابق یافته شده ویا بیمارستانها

در حالتی که شما نمیتوانید با مسونیت در منزل تان زندگی کنید. راه های مختلف دیگری وجود دارد. **جاهای بودوباش با کرایه نازل** یک تعداد این آپارتمانها قبلا دارای شرایط تطابق یافته برای محلولین و معیوبین میباشد

شما باید حداقل یک عواید کوچک داشته باشید که بتوانید تقاضا نامه تانرا پیشنهاد کنید به دفتر شهری اپارتمانهای
رآیسی

مانتریال - ۵۱۴ ۸۷۲۶۴۴۲
له ول-۴۵۰۶۸۸۰۱۸۴
غیف سود-۴۵۰۶۷۰۲۰۰۳

شرایط موقتی یا محل بودباش موقت

در این جاها شما میتوانید که در یک فضای با تفاهم نظر و همنظر با دیگران زنده گی نماید و همچنان خدمات
صحی را بدست بیاورید. در ضمن نرسهای دوباره احیای صحت و یا سرویسهای کمکی برای ضروریات شخصی
تان از قبیل (حفظ الصحه شخصی تان، پوشیدن لباس...) میتوانید بدست بیاورید. یکتعداد این مراکز دولتی است و
تعداد دیگر آنها شخصی میباشد. شخصیکه در (سی ال اس سی) مسوول دوسیه تان است شما را در قسمت انتخاب
نمودن این مراکز کمک مینماید.

مرکز جا دادن و مراقبت طویل المدت

در حالتی که ضرورت شما به پرستاری و مراقبت های صحی زیاد است (اضافه تر از ۳ ساعت در روز) شما
میتوانید در یکی از مراکز فوق الذکر قبول شوید. این مراکز جای مخصوص است بخاطر رساندن خدمات برای
اشخاصیکه واقعاً ضرورت به کمک دارند و
نا توانی فزیکدی دارند و نمیتوانند در داخل منازل شان به تنهایی زنده گی کنند. خدماتی صحی، دوباره یاد گرفتن و
مراقبت ها مجانی میباشد. ولی شما باید یکمقدار پول را برای سرویسهای دیگر مثل غذا، بستر خواب، پاککاری
و غیره بپردازید. مبلغ که بخاطر بودباش تان باید تادیه کنید نظر به عواید تان تعیین میگردد. در صورتیکه شما به
شکل اسپانسر توسط یکی از اولادها یا کدام یک دیگر از اعضای فامیل اینجا آمده اید، شخص مذکور این نوع
مصارف شما را به عهده دارد و مبلغ آن نظر به عواید اش تعیین میگردد.

خدماتی که بدسترس اشخاص کمک کننده قرار دارد

هرگاه شما یک شخص کمک کننده برای شخص ناتوانی هستید، در بعضی از (سی ال اس سی) ها سرویس مهلت
دادن وجود دارد. یعنی یک شخص میتواند برای چند ساعتی جانشین شما باشد در نزدیک شخصیکه شما از او
مراقبت میکنید. همچنان میتوانید این شخص را در مرکز روزانه ببرید در آنجا اشخاص سالمند باهمدیگر معرفی
میشوند و به یک سلسله مصروفیتهای مخصوص شان سرگرم میشوند. و همچنان مراکز جادادن های کوتاه مدت
وجود دارد. این سرویسها یکنوع نیستند
در (سی ال اس سی) های مختلف پس برای معلوماتی قبلی باید با (سی ال اس سی) محل تان بتماس شوید

کلید برای بدست آوردن چنین سرویسها

شما است CLSC

CLSC

محل زیست شما دروازه دخولی است برای بدست آوردن سرویسهای کوتاه مدت و یا بشکل
دوامدار از جمله مراقبتهای صحی، نرس در احیای مجدد، و یا کمک در زنده گی روزمره. اگر
شما ضرورت به کمک دارید بعلت یک ناتوانی جسمانی و یا فزیکدی در آنصورت به
CLSC تان مراجعه کنید

مسئلی های clsc

در تعداد زیادی از مسلکی ها در رشته صحت کار میکنند، هدف اصلی شان تضمین کردن صحت برای شما ،
محیا ساختن شرایط مطلوب و آرامش برای شما بدون در نظر داشت سطح زنده گی تان
هرگاهیکه شما در (سی ال اس سی) زنگ میزنید و یا در نمره معلومات صحی ۸۱۱ ، آنها شما را رهنمایی
میکند برای یک مسلکی در بخش صحت بخاطر کمک با شما. در صورتیکه شما دچار مشکلات جدی تر باشید این

شخص رول یک کمک کننده انتقالی را بازی میکند. بدین معنی که وی شما را به سرویسها و پروفشنل های که نیاز است معرفی میکند. تمام تقاضا نامه ها بخاطر اقامتگاه و سرویس ها مربوط همین شخص میشود

کمک کننده های فامیلی (یا کمک کننده های صحتی خدمات اجتماعی)

خدماتی چون واریسی از حفظ الصحه شما ، بسیاری وظایف عادی در روزمره مثل پختن و آماده کردن غذا ، خریداری مواد خوراکی از مغازه و پاککاری منزل و دیگر امورات منزل را که خودتان انجام میدید و قتیکه صحت داشتید انجام میدهند

نرسها

مسولیت در مقابل پرستاری جسمی شما را دارند(از قبیل پیچکاری ها ، تعویض ککردن پانسمانها، دیدن فشار (خون و غیره

مسلمکی های صحتی دیگر نیز میتوانند شما را ببینند نظر به مریضی تان ، حتی بعضی شان به منزل شما میتوانند مراجعه نمایند

دوکتوران معالج

معاینه کرده درجه مریضی تانرا تعیین میکنند. هدایات لازم در قسمت احیای مجدد تان را برای تیم صحتی میدهد . در صورتیکه دوچار یک ناتوانی در یکی از قسمتها بدن تان باشید

کارمندان اجتماعی

آنها در تلاش بهبود آوری در شرایط و اوضاع فامیلی و اجتماعی تان هستند و همچنان در این کوشش هستند که چگونه محیط ماحول تانرا بنفع تان بسازند. در (سی ال اس سی) او شخص است که شما میتوانید بتماس شوید

ارگوتراپت

برای شما هدایت میدهد که چه تعغیرات و نو آوریها را در داخل منزل بیاورید تا بتوانید کار و فعالیت روزمره تانرا به خوبی و بدون خطر انجام بدهید. او میتواند برای شما وسایل را آماده کند که برای فعالیت های روزمره زنده گی سهولت بیاورد. مثل- چوب دست، چوکی عرابه دار و غیره

فیزیو تراپت

شما را کمک مینماید تا دوباره صحت یاب شوید البته از نقطه نظر فزیکتی از طریق تداوی های که قوت بازو ها را ، قدرت حرکی و مقاومت شما را از دیداد میبخشد

اورتوفونیسیت

هرگاه در قسمت شنوای، حرفزدن و نوشتن پرابلم دارید . او شما را کمک مینماید

نوتریسیونیسیت

در قسمت انتخاب غذا بشکل صحتی و مفید و نظر به مریضی تان به شما توسعه میکند

بسیاری از پروگرامها میسر است که شما را در داخل منزل کمک کند در داخل این پروگرامها کمک های چون موبل و وسایل طبی، کمکهای تخنیکتی(دسته برای محکم گرفتن در تشناب و یا ماشین برای بلند نمودن و انتقال دادن اشخاصیکه بسیار وزن وجودشان زیاد است) همچنان پروتزها ، اورتزها، وسایل برای کمک به شنوای و دید، چوب دست و غیره کمکها برای معلومات اضافی با (سی ال اس سی) محل زیست تان بتماس شوید

سرویسهای احیای مجدد در بخش صحت

از لحاظ صحتی امکان دارد که شما نیازمند به سرویس احیای مجدد باشید. برای کمک با شما تا بتوانید دوباره راه روید، عضو بدن تان که از حرکت باز مانده بحرکت بیاورید، حرف بزنیویا مثل قبل بتوانید که بشنوید. شفاخانه ها و مراکز احیای مجدد صحت برای شما خدمات را بسطخ تخصصی انجام میدهند نظر به نوع ناتوانی شما. در پهلوی که از طرف پروفشنل ها کورسهای تداوی تطبیق میشود، مراکز احیای مجدد صحت میتوانند یکنعداد وسایل را برای سهولت بخشیدن عمل کرد . برای شما میدهند. از آنجمله چوکی برای اشخاصیکه فلج هستند، آله شنوایی، و غیره و غیره. داکتر معالج تان تعیین میکند نوع سرویسکه شما به آن ضرورت دارید

در ذیل یکتعداد مثالهای از مراکز مختلف را میبینید
در مجموع شما باید از طرف یک مرجعه مثلا (سی ال اس سی) یا داکتر معالج تان ویا یکی از شفاخانه ها
برای اینکه بتوانید که مستحق به چنین خدمات شناخته شوید

انستیتوت احیای مجدد صحت مانتریال

این یکی از مراکز شفاخانه های کوتاه مدت است. در اینجا اشخاصی هستند که اکسیدنهای دیگری را گزشتانده اند
و میخواهند برگردند دوباره در حالت محرک بودن مثل حالت قبل از اکسیدن. تلفون ۵۱۴۳۴۰۲۰۸۵

انستیتوت احیای صحت در بخش ناتوانی های فزیک در کبیک

این یکی از انستیتوتهای یک پوهنتون در کبیک میباشد سرویسهای در بخش احیای مجدد صحت، عادت کردن،
پشتیبانی در قسمت تطابق کردن با محیط و اجتماع نو، همراهی کردن و کمک کردن با فامیلهای کمک کننده
دارد. سرویسهای آنها برای همه افراد و اشخاص در سن وسالهای مختلف هستند، و تکالیف از قبیل
ناشنوایی، ناتوانی حرکتی، تکالیف عصبی، نابینایی، مشکل اعدای کلام و غیره را داشته باشند میباشد

مراکز احیای مجدد صحت روانی و فکری

خدماتی مخصوصی را برای اشخاص تقدیم مینماید. بان عده از اشخاصیکه قدرت دماغی و فکری کافی و سالم
ندارند. در تمام کبیک چندین مراکز مختلف وجود دارد که شما میتوانید در آنها معرفی شوید توسط داکتر معالج
تان و یا محل زیستن

مرکز کانس تانس لتبریج

این یک مرکز زیست برای اشخاصیکه قربانی یک حادثه کفین شریان مغزی شده اند، از دست دادن حافظه ویا
دردهای مضمّن و دوامدار میباشد. تلفون تماس ۵۱۴۴۸۷۱۷۷۰-

انجمن نابینایان مانتریال

پرگرامهای مختلف در قسمت احیای مجدد را برای اشخاصیکه قدرت دید شانرا بصورت تقریبی یا مکمل از
دست داده اند بدسترس دارند. سرویسهای شان به لسان فرانسوی، انگلیسی و دیگر لسانها میباشد، حتی برای
اشخاصیکه لسان مادری شان فرانسوی نباشد. تلفون تماس: ۵۱۴۴۸۹۸۲۰۱
پست نمبر ۱۰۶۷

استیتوت نظرت و لوئی بغای عین سرویسها دارند. تلفون تماس ۱۸۰۰۳۶۱۷۰۶۳

انستیتوت رایمان دیوار

مرکز احیای صحت تخصصی در بخش پرابلمهای شنوایی و مشکلات تکلم با دیگران. تلفون تماس
۵۱۴۲۸۴۲۲۱۴ پ. نمبر ۳۶۰۰ و یا ۵۱۴۲۸۴۳۷۴۷

مرکز لوسی بغونو

این مرکز احیای مجدد برای اشخاصیکه ناتوانی جسمی دارند. تلفون ۵۱۴۵۲۷۴۵۲۷

منابع دیگر

مراکز دیگری وجود دارد که میتوانید بخاطر معلومات در قسمت ناتوانی نزدیکان تان معلومات بگیرید

دفتر اشخاص معیوب: خدمات همراهی کردن و معرفی نامه در مناطق مختلف -

کبیک. تلفون ۱۸۸۸۸۷۳۳۹۰۵

انجمن ملیت های مختلف برای انطباق دادن شخص معیوب با محیط زیست.

سرویسهای مختلف کمک رسانی و معرفی خط را برای اشخاص از ملیتهای مختلف بدون در نظر داشت نوع
ناتوانی و یا سن و سالشان بدسترس قرار میدهند ۵۱۴۲۷۲۰۶۸۰

لین رفرنس کهنسالان.

یک سرویس معلوماتی برای کهنسالان بدون پیغام گیر. ۵۱۴۵۲۷۰۰۰۷

خشونت یعنی چی ؟

بدانید که خشونت اگر بشکل کلامی، جسمانی، روانی ویا اقتصادی باشد، بدون در نظر داشت سن و سال تان و
یا شرایط تان قابل قبول نیست. در صورتیکه بشما خشونت صورت بگیرد باید به ۹۱۱ تماس بگیرید
همچنان شما میتوانید به کمیسیون حقوق بشر و خورد سالان تماس بگیرید

برای اینکه اگر بخواهید که شکایتی کنید در صورتیکه خود را تحت خشونت احساس کردید. ۵۱۴۸۷۳۵۱۴۶ و یا ۱۸۰۰۰۳۶۱۶۴۷۷ بدون پول

برای معلومات بیشتر روی حالات خشونت میتوانید به تلفون ذیل تماس بگیریید ۵۱۴۳۵۳۲۴۶۳
بلاخره به نمبر تلفون ویا لین انفو - اوبیوز با اعتماد کامل بتماس شوید. ۵۱۴۴۸۹۲۲۸۷ و یا ۱۸۸۸۴۸۹۲۲۸۷.

این بروشور را میتوانید به لسانهای مختلف بدست بیاورید. ویا به سایت مراجعه کنید

www.access.net