ਇਸ ਬਰੋਸ਼ਰ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ:

- ਅਫਰੀਕਾਨਸ
- ਅਰਬੀ ਭਾਸ਼ਾ
- ਸਧਾਰਨ ਚੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ
- ਪਰੰਪਰਾਗਤ ਚੀਨੀ ਭਾਸ਼ਾ
- ਕਰੋਸ਼ੀਅਨ
- ਡਚ
- ਫਰੇਂਚ
- ਜਰਮਨ
- ਗ੍ਰੀਕ
- ਹਿੰਦੀ
- ਇੰਡੋਨੇਸ਼ੀਅਨ
- ਇਤਾਲਵੀ
- ਮੇਸੀਡੋਨੀਅਨ
- ਮਲਾਏ
- ਪੋਲਿਸ਼
- ਪੰਜਾਬੀ
- ਸਰਬੀਅਨ
- ਸਪੇਨਿਸ਼
- ਤਾਗਾਲੋਗ (ਫਿਲੀਪੀਨੋ)
- ਵਿਅਤਨਾਮੀ।

ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤੇ ਬਰੋਸ਼ਰਾਂ ਨੂੰ ਡਾਉਨਲੋਡ ਕਰਨ ਲਈ Healthy WA ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ: www.health.wa.gov.au

Interpreter

ਦੋਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾ – ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਕਿਸੇ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਦੱਸੋ।

Advance Care Planning
ਟੈਲੀਫੋਨ ਸਹਾਇਤਾ
9222 2300

acp@health.wa.gov.au
www.health.wa.gov.au/advancecareplanning

ਸੂਚਨਾ ▪ ਸਲਾਹ ▪ ਸਾਧਨ ▪ ਈ-ਲਰਨਿੰਗ

HealthyWA
healthywa.wa.gov.au

ਬਿਨਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੇ ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਨਾਲ ਪੀੜਿਤ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਵਿਕਲਪਿਕ ਫਾਰਮੇਟਸ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Produced by WA Cancer and Palliative Care Network
© Department of Health 2017

Copyright to this material is vested in the State of Western Australia unless otherwise indicated. Apart from any fair dealing for the purposes of private study, research, criticism or review, as permitted under the provisions of the *Copyright Act 1968*, no part may be reproduced or re-used for any purposes whatsoever without written permission of the State of Western Australia.

WCP-013363 OCT'17

Government of **Western Australia**
Department of **Health**

Punjabi

Advance Care Planning

ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਰੇਖ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦੇਖਰੇਖ ਸੰਬੰਧੀ ਫੈਸਲੇ ਕੌਣ ਲਵੇਗਾ?

ਬਿਹਤਰ ਸਿਹਤ ▪ ਬਿਹਤਰ ਦੇਖਰੇਖ ▪ ਬਿਹਤਰ ਲਾਭ

Advance Care Planning

Advance Care Planning ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

Advance Care Planning ਤੁਹਾਡੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੇਖਰੇਖ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੈ। ਇਹ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ। ਤਿੰਨ ਪੜਾਵਾਂ ਦੀ ਇਹ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦਵੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਸਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਅਮਲ ਵਿੱਚ ਕਿਵੇਂ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

1. ਪੁੱਛੋ

ਹੇਠਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਰੇਖ ਦੇ ਵਿਕਲਪ
- ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਥੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ

ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਦੋਭਾਸ਼ੀਏ ਲਈ ਬਿਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

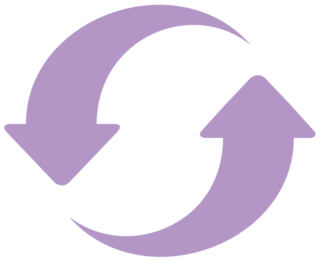
2. ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ

ਤੁਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਪਾਰਟਨਰ/ਪਰਿਵਾਰ/ਦੋਸਤ
- ਡਾਕਟਰ
- ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ਾਵਰ
- ਆਤਮਿਕ ਲੀਡਰ ਜਾਂ ਸਲਾਹਕਾਰ
- ਸਾਮਾਜਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਸੰਪਰਕ
- Enduring Guardian* (ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ)।

* Enduring Guardian ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਪਰਿਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਲਈ ਨਿਜੀ, ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਅਜਿਹੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਅਸਮਰਥ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।

3. ਅਮਲ ਵਿੱਚ ਲਿਆਓ



ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਮਹਤਵਪੂਰਣ ਹੈ
- ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ
  - Advance Health Directive
  - Enduring Power of Guardianship
  - Advance Care Plan.