

加州區域中心服務系統指南



2025 年 2 月



Golden Gate Regional Center

區域中心歡迎您

親愛的金門區域中心社區同仁：

我們很榮幸能為聖馬刁縣、三藩市縣和馬林縣的個人及家庭提供服務。作為金門區域中心（GGRC）的行政主任，我非常高興能在加州為殘障人士提供可實現的資訊。這資訊是來自加州通過的《蘭特曼發展性殘疾服務法案》(Lanterman Developmental Disabilities Services Act)。

在金門區域中心（GGRC），我們相信每個人都應該有機會充分發揮他們的潛力，在他們選擇的社區中生活、工作、被愛及獲得娛樂而茁壯成長。我們的工作人員提供以人為本的服務，幫助您確定對您重要的事情，並支援您想要的生活方式。金門區域中心（GGRC）將符合條件的人接軌到社區服務，提供服務給區域中心內從出生到生命結束的服務對象。當使用金門區域中心（GGRC）服務時，一名社工將會分配給你。他將了解您的希望、夢想和支援的需求，接軌到實現你的目標和願望的社區服務。金門區域中心（GGRC）亦為許多服務提供資金，其中一些服務也可以從社區的其他來源獲得。

我們知道，了解服務和駕馭許多不同的服務系統可能很困難且令人困惑。以下資訊包進一步解釋加州發展性殘疾服務和區域中心服務。在此資訊包中，您可以找到有關申請《蘭特曼法案》服務（3歲及以上）、預計使用區域中心服務時的情況及使用其資源等資訊。

有關申請區域中心服務的更多資訊，你可以通過致電 1-888-339-3305、發送電子郵件至 intake@ggrc.org 或瀏覽我們的網站 <http://www.ggrc.org/services/applying-for-services> 與我們聯繫。我們很高興有機會與您合作並為您提供支援！

謹致問候,

Eric Zigman
Executive Director Golden Gate Regional Center

Supporting Lives of Liberty and Opportunity

www.ggrc.org

1355 Market Street, Suite 220
San Francisco, CA 94103
(415) 546-9222

1900 S. Norfolk Street, Suite 100
San Mateo, CA 94403
(650) 524-4500

4000 Civic Center Drive, Suite 400
San Rafael, CA 94903
(415) 446-3000

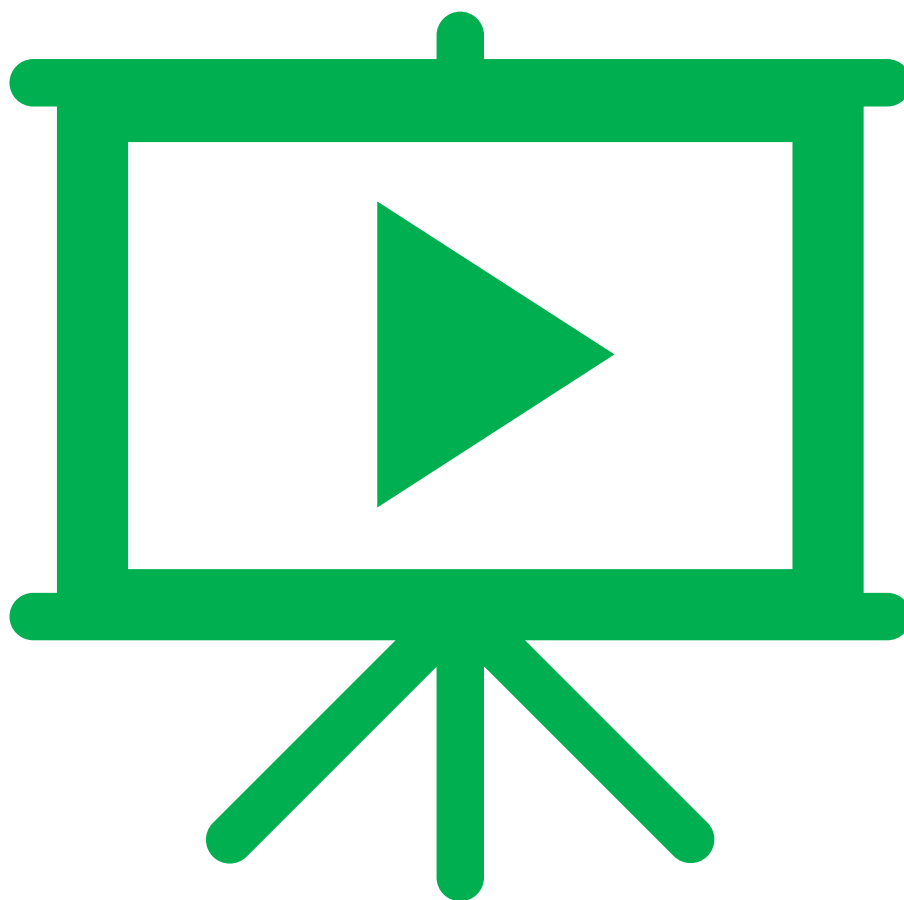
目錄

開始.....	4
1.Lanterman (蘭特曼)法案:	6
什麼是Lanterman 法案: 以及它對誰有幫助?	7
我的Lanterman法案 權利是什麼?	7
什麼是發育服務部?	8
什麼是區域中心?	9
什麼是重要的區域中心系統的價值?	11
2.獲得服務的資格.....	13
誰有資格獲得《Lanterman法案》規定的服務?	14
我認為我可能有資格獲得服務，那麼我該做什麼?	15
3.申請服務和支援.....	17
我該如何申請服務?	18
我沒有資格獲得臨時資格或區域中心服務。我還能做什麼?	22
我還能去哪裡獲取資訊、幫助和資源?	23
我需要支付區域中心服務費用嗎?	27
什麼是家庭和社區服務 (HCBS) 豁免?	27
我是否必須獲得豁免才能獲得區域中心服務?	27
我如何有資格獲得豁免?	28
4.為您的第一次區域中心會議做準備	29

<i>哪些資訊適合與我的區域中心分享？</i>	30
<i>我的區域中心記錄是否保密？</i>	31
<i>如果我需要英語以外的語言的資訊、評估或會議怎麼辦？</i>	31
<i>我可以查看或複製我的區域中心文件嗎？</i>	31
5.個人項目計劃	32
<i>我有資格獲得區域中心服務。接下來是什麼？</i>	33
<i>我的服務協調員怎樣幫助我？</i>	33
<i>什麼是個人項目計劃 (IPP)？</i>	34
<i>我的 IPP 規劃團隊中有哪些人？</i>	34
<i>如何創建我的 IPP？</i>	34
<i>我的 IPP 的時間表是什麼？</i>	35
<i>我必須簽署 IPP 嗎？</i>	36
<i>IPP 如何變更？</i>	36
6.獲取服務	37
<i>區域中心提供哪些類型的服務和支援？</i>	38
<i>如何從區域中心獲得服務與支援？</i>	39
<i>我可以使用其他公共和社區資源嗎？</i>	40
7.改變您一生的服務	41
<i>在我的一生中，服務發生了怎樣的改變？</i>	42
<i>兒童、青少年和青年會發生什麼事？</i>	43
<i>成年人會發生什麼事？</i>	45

8.解決分歧.....	46
如果我不同意區域中心的意見會怎樣？.....	47
什麼是上訴？.....	47
誰可以幫我上訴？.....	48
提出上訴的時間表是什麼？.....	51
在上訴程序中我有哪些合法權利？.....	52
上訴程序中會發生什麼事？.....	52
完成上訴的截止日期是什麼？.....	53
如果我認為區域中心或提供者對我不公平，我該向誰申訴？.....	53
9.其他資源和支援.....	55
聯絡方式.....	56
有關從早期啟動過渡的更多資訊.....	60
有關學齡和成人服務的更多資訊.....	61
有關醫療保健和社會服務的更多資訊.....	64
有關您的權利的更多資訊.....	65
10.常用術語.....	67

開始



歡迎閱讀本指南！

了解裡面的內容以及它如何為您提供幫助。

此資訊包討論如何獲得區域中心服務。它應該有助於下列人員：

- 申請區域中心服務的人
- 區域中心服務的個人
- 家長/監護人
- 其他照顧者

目標是幫助您了解如何獲得服務和支援。這包括以下資訊：

- 法律
- 區域中心系統
- 區域中心和社區提供的服務
- 服務的權利和資格

該資料包分為 10 個部分。您可以一一閱讀，也可以只閱讀對您最有幫助的部分。

1. [Lanterman \(蘭特曼\) 法案](#): 了解提供服務和支援的法律、價值觀和原則。
2. [服務資格](#): 了解誰可以獲得幫助，以及什麼屬於發育殘障。
3. [申請服務和支援](#): 了解申請區域中心服務的初始步驟。
4. [為您的第一次區域中心會議做準備](#): 收集受理流程所需的文件和資訊。
5. [個人項目計劃 \(IPP\)](#) : 了解如何創建和使用個人項目計劃，根據人們的願望和需求量身定制支援。
6. [獲取服務](#): 一旦達成IPP，了解如何取得和使用服務。
7. [您一生的服務改變](#): 了解服務如何隨時間變化以及您如何需要不同的支援。
8. [解決分歧](#): 了解解決分歧和使用上訴的流程。
9. [其他資源和支援](#) : 可為您提供協助的倡導和支援組織、機構和計劃。
10. [常見使用的術語](#): 本文件中使用的術語的定義。

1.Lanterman (蘭特曼)法案:



了解法律以及誰需要遵守法律。

什麼是Lanterman 法案: 以及它對誰有幫助？

Lanterman: 是 1969 年頒布的加州法律。它以Frank D. Lanterman.的名字命名。他是加州立法者，倡導發育殘障人士及其權利。

《Lanterman法案》幫助有發育殘障的加州人。它使他們有權獲得在社區中獨立和富有成效生活所需的服務。該法創立了區域中心系統。區域中心：

- 確定資格
- 評估需求
- 為發育殘障人士及其家人提供或協調服務和支援

您的服務由您和您的規劃團隊決定。您的服務應該滿足您的需求並最適合您的文化和語言。每一個獲得區域中心服務的人都應該有平等的機會獲得優質服務。

我們提供更多資訊供您了解 [《Lanterman法案》及相關法律](#)。其中包括易於理解的資源指南。

我的Lanterman法案 權利是什麼？

您的權利包括：

- 社區或您家附近的服務和支援
- 尊嚴、隱私與人道關懷
- 滿足您需求的公共教育
- 及時醫療照護和治療
- 宗教自由與實踐
- 友誼、人際關係和社區活動
- 體能鍛鍊和娛樂
- 免受傷害並且安全
- 沒有危險程序
- 做出如何生活的選擇
- 立即調查任何涉嫌虐待的行為



您也有權決定區域中心如何提供服務。這包括以下權利：

- 對您的服務需求的評估。
- 根據您的需求和選擇制定的個人項目計劃 (IPP)。您和您的 IPP 團隊確定您的目的和目標。您們也談論幫助您實現目標的服務和支援。
- 服務協調員的協助可以幫助您獲得所需的服務。
- 您的區域中心記錄的保密性以及存取您的記錄的能力。
- 解決與區域中心決策分歧的方法。
- 如果您認為您的權利受到侵犯，可以提出申訴。



什麼是發育服務部？

發育服務部 (DDS) 是一個與 21 個區域中心合作的州部門，負責協調為居住在加州的發育殘障人士提供的服務。DDS 與區域中心合作，幫助確保個人有機會做出選擇，並作為社區成員過著獨立、富有成效的生活。DDS 提供領導、技術援助和政策指導。DDS 與 21 個加州區域中心簽訂合約以提供服務。DDS 監督區域中心如何提供服務。DDS 管理州營服務



什麼是區域中心？

區域中心是當地機構。他們為患有殘障發育殘障的兒童和成人及其家人安排服務。加州每一個地區都有區域中心。您將與您居住地區的區域中心合作。區域中心將：

- 評估發育遲緩或殘障
- 確定獲得服務的資格
- 評估您的服務需求並幫助您獲得這些服務
- 與您一起制定列出您所有服務需求的個人項目計劃 (IPP)
- 與服務提供者簽訂合約並監督服務
- 遵循州和聯邦政策

所有區域中心都有類似的計劃，但每一個區域中心的做法可能會有所不同。這是因為每一個當地社區都是獨一無二的。您可以透過在[區域中心查找工具](#)中輸入您的郵遞區號來找到您當地的區域中心。



什麼是重要的區域中心系統的價值？



賦權與選擇：個人及其家人應該能夠就影響其生活的問題做出自己的決定。目標是讓人們過著充實和自我導向的生活。這是透過以該人為服務規劃和交付的中心來實現的。



多樣性與文化偏好：區域中心系統尊重其幫助對象的不同背景和文化。他們提供多種語言的服務，並提供口譯員來幫助不同的人群。他們也提供滿足其服務對象的特定需求、價值觀和文化偏好的服務。



家庭支援：家庭往往最了解親人的需求，尤其是年幼的孩子。他們通常是決定自己生活中將發生的事情的人。服務和支援應側重於家庭優勢、個人關係和聯繫以及社區資源。



社區整合：發育殘障人士是社區的一部分。區域中心系統應幫助人們與非殘疾人和殘疾人社區成員一起生活、工作和享受。



團隊合作：自我倡導者和家庭成員是區域中心系統的合作夥伴。規劃積極的未來需要接受服務的個人領導的團隊努力。

「區域中心的持續案件管理或協調非常重要。如果您發現自己遇到不知道如何應對的事情，您的服務協調員將為您提供協助。他們希望看到您的孩子茁壯成長並為您的家人提供支援。」

-家長

2.獲得服務的資格



了解如何查看您是否可以從區域中心獲得服務。

誰有資格獲得《Lanterman法案》規定的服務？

以下病情屬於發育殘障：

- 自閉症
- 腦性麻痺
- 癲癇
- 智力殘障
- 與智力殘障密切相關或需要像智力殘障者一樣治療並且不僅僅是身體殘疾的其他病情

僅有心理健康診斷或學習殘障並不足以讓您有資格獲得區域中心服務。要符合獲得服務的資格，您必須患有以下發育殘障：

- 從 18 歲前開始
- 將伴隨您一生
- 使走路、溝通、理解、照顧自己或工作等事情變得困難

和

至少在三個方面對日常生活提出了挑戰：

- 日常生活技能，如飲食、穿衣、自我照顧（自理）
- 理解語言、說話和自我表達（接受性和表達性語言）
- 思考與理解（學習）
- 行走、走動、身體活動（移動）
- 做出選擇、照顧基本需求、運用社會和情感判斷、獨立（自我指導）
- 住在您選擇的家中，幾乎不需要任何幫助（獨立生活的能力）
- 能夠購買食物、支付賬單和工作（經濟自給自足）

區域中心可能會對您進行評估，以確定您是否有資格獲得服務。家庭收入和移民身分不會影響您是否有資格獲得區域中心服務。



我認為我可能有資格獲得服務，那麼我該做什麼？

要獲得區域中心服務的資格，您必須患有發育殘障。發育殘障的徵兆可能因人的年齡而異。徵兆可以表明需要區域中心服務。

對於嬰兒和幼兒，您可能會注意到：

- 早產或低出生體重
- 視力或聽力困難
- 產前（出生前）或產後（出生後）接觸毒品、酒精或菸草
- 營養不良或飲食困難（缺乏營養食物、蛋白質、維生素或鐵）
- 接觸含鉛油漆
- 環境因素，例如虐待或忽視
- 與發育殘障相關的遺傳性疾病（例如唐氏症）

對於兒童、青少年和成人，他們可能需要以下方面的幫助：

- 與同齡人相比，穿衣、洗澡、飲食和一般日常生活
- 規劃日常活動、有條理並設定目標
- 解決問題，以不同的方式看待事物，辨別是非
- 在學校學習、結交朋友、與新朋友交談
- 了解數字、時間或金錢
- 行走、移動、觀看和聆聽

任何人都可以透過電話、電子郵件或書面向區域中心轉介。您無需進行診斷即可看看您是否有資格獲得區域中心服務。區域中心可能需要進行更多評估，以確定您是否有資格獲得服務。

在下一部分中，您將了解有關申請服務的更多資訊。



3.申請服務和支援



了解在您符合資格後如何申請服務和支持，或找到其他取得協助的方式。

每一個區域中心申請服務的流程和時間表都是一樣的。您可以先找到當地的區域中心並進行聯繫。您可以透過致電、發送電子郵件或在區域中心網站上填寫電子表格來聯絡您的區域中心。

我該如何申請服務？

如果您認為自己有發育殘障，可以從以下 3 個步驟開始。這 3 個步驟稱為「受理」，以查看您是否有資格獲得服務。有關每一個步驟的更多資訊如下。

1

轉介：與區域中心就您的情況以及他們如何為您提供協助的初步聯繫。

2

同意書：受理預約和活動開始前必須簽署同意書。

3

資格：需要進行額外的評估，以確定您是否有資格獲得區域中心服務。

1

向區域中心轉介

一旦您聯繫區域中心，服務協調員或受理專員將詢問您問題。他們將幫助您完成整個受理流程。服務協調員或受理專員將詢問是否有其他人了解您的情況。這可能是其他家庭成員、醫生、教師和社會工作者。您應該與服務協調員或受理專員分享任何評估和診斷。

如果區域中心認為您有資格獲得服務，則受理流程就完成了。

如果區域中心不確定，他們會做更多的評估，看看您是否有資格獲得服務。區域中心將在您聯繫後 15 個工作日內做出決定。

2

評估同意書

如果區域中心需要進行更多的評估，他們需要您的許可。如果您年滿 18 歲，您可以簽署同意書並允許評估開始。如果您未滿 18 歲，您的父母或監護人，或者如果孩子處於寄養的，則教育權利持有者必須簽署同意書。如果您有保護人，他們應該簽署同意書。

3

資格評估

一旦區域中心收到您簽署的同意書，他們就可以進行更多評估。進行評估的人員將描述流程每一步發生的情況。這最多可能需要 120 天才能完成。如果您的健康和 safety 有風險，則可能會加快完成。

決定您是否有資格獲得區域中心服務的評估可能包括：

- 審查之前進行的評估和診斷的記錄或報告
- 區域中心的診斷評估
- 區域中心的其他評估

您也可能會看到其他區域中心工作人員或與他們一起工作的其他專業人員。這包括社會工作者、心理學家、醫療專業人員和其他專員。他們將在受理和評估流程中作為一個團隊與您合作。該團隊稱為跨學科或 ID 團隊，至少包括一名醫生、一名心理學家和一名受理或服務協調員。

一些 5 歲以下的兒童可能有資格獲得臨時資格。孩子可能尚未獲得合格的診斷，或者他們可能沒有嚴重的發育殘障。

符合臨時資格條件的孩子仍可獲得區域中心服務，如果：

- 孩子未滿 5 歲
- 殘疾不僅僅是身體上的殘疾
- 孩子在以下兩個生活活動領域有嚴重限制：
 - 穿衣和餵食 (自理)
 - 聽和說 (接受性語言和表達性語言)
 - 學習、思考與解決問題 (學習)
 - 行走和移動 (移動性)
 - 做出選擇，告訴您您他們想要什麼，利用社會和情感判斷 (自我指導)

對於三歲或四歲的兒童來說，接受「早期啟動服務」並不是臨時資格的要求。被認定為暫時符合資格的兒童將擁有 IPP。透過臨時資格接受服務的兒童可以接受到 5 歲。屆時，他們必須符合區域中心的資格才能繼續接受服務。如果他們不符合，區域中心的服務將終止。在此期間，家庭/照護人員與區域中心之間的溝通非常重要。有關資格標準的資訊，請參閱[區域中心資格和服務](#)。

如果您不符合服務資格，您將在區域中心做出決定後 5 個工作天內收到來自區域中心的信函。如果您不同意，您有 60 天的時間對該決定提出上訴。有關更多資訊，請參閱[第 8 節：解決分歧](#)。

受理的前三個步驟可能需要長達 120 天才能完成。在等待期間，您可以隨時聯絡您的區域中心。如果區域中心在此時間內尚未做出決定，您應該聯絡您的服務協調員或受理專員。寫下您撥打電話的日期和時間、與您通話的人的姓名、他們所說的內容、您留下語音郵件的日期和時間，或您發送電子郵件的時間等資訊。

如果區域中心沒有及時給您決定，您可以向區域中心主任申訴。您有關區域中心的筆記將有助於您的申訴。有關如何提出申訴的更多資訊，請參閱[第 8 節：解決分歧](#)。



我沒有資格獲得臨時資格或區域中心服務。我還能做什麼？

如果您不符合臨時資格或區域中心服務的資格，您還有其他選項。加州或聯邦政府可能有其他計劃可以幫助您。

尋找其他計劃或服務

- 您的受理專員或服務協調員可以幫助您探索社區中可能的資源
- 您可以嘗試其他資源，例如居家援助服務 (IHSS)、社會安全福利和加州醫療補助計劃 (Medi-Cal)
- 對於學齡學生 (3-22歲)，您可以透過學區申請服務
- 對於成人 (18 歲及以上)：
 - 復健部門可能會幫助您上大學和找工作
 - 您當地的獨立生活中心 (ILC) 可能提供服務和資源
 - 您可以聯繫當地縣心理健康部門尋求心理健康服務
 - 您可以聯繫當地的老齡化和殘疾資源中心 (ADRC)。他們幫助老年人和殘疾人找到可能的當地資源。

對資格決定提出上訴：如果您不同意有關資格的決定，您有權提出上訴。有關如何提出上訴的更多資訊，請參閱第 8 節：[解決分歧](#)。

重新申請：如果您在日常生活的某個方面仍然需要幫助、您收到新的診斷結果或您的功能發生了變化，您可以稍後再次申請。功能能力是指滿足您的基本需求、學習、成長、決策、移動、建立和維持關係以及成為社區的一部分。

「家人需要明白，現在沒有資格，並不意味著將來區域中心就不是一個選項。如果您確實有更多需求，請給我們回電並與我們討論。

-區域中心專業人員/職員

我還能去哪裡獲取資訊、幫助和資源？

如果您沒有資格透過區域中心獲得服務，還有其他健康和社會服務可以為您和您的家人提供支援。這些服務，例如教育、住房、就業、交通、健康和安全，可以使任何人受益。區域中心可以為您連接這些計劃和服務。



加州老齡化服務部 (CDA)：該州政府機構為居住在加州的老年人、殘疾成年人、家庭照護人員和長期照護機構的居民提供幫助。CDA 與 33 個老齡化地區機構組成的網路合作，這些機構提供的服務包括：

- 吃飯
- 找工作
- 盡可能獨立生活
- 促進健康老齡化和社區參與
- 支援家庭成員作為照護者

CDA 與許多其他機構在交通、住房和無障礙、緊急準備和回應、健康和營養、跌倒和傷害預防、改善對失智症患者的服務、減少詐欺和虐待等服務方面合作。

要了解更多資訊，請訪問 [CDA 網站](#)。



加州社會服務部 (CDSS)：該州政府機構提供服務、援助和保護需要額外幫助的兒童和成人的計劃。您可以找到以下資訊：

- 現金援助：針對低收入者和家庭的現金計劃
- 食物與營養：幫助您購買健康食品的計劃
- 兒童服務：保護兒童和幫助家庭的服務
- 成人服務：成人護理和援助計劃
- 寄養父母、青少年與家庭：給寄養父母、寄養青少年和家庭的訊息
- 收養服務：幫助收養、尋找兄弟姐妹和父母以及其他收養服務
- 更多服務：有關難民、移民、災難等的訊息

您可能會發現有用的兩個計劃包括：

- 居家援助服務 (IHSS)：為提供個人看護和其他服務的工作人員付費，以便您可以留在自己的家中。
- (糧食券) (CalFresh)：每月向低收入者和家庭提供福利，幫助他們購買健康食品。您可以獲得一張電子福利轉帳 (EBT) 卡。您可以在任何接受 EBT 卡的雜貨店、餐廳或農夫市集購買食物。

要了解更多資訊，請訪問 [CDSS 網站](#)。



醫療保健服務部 (DHCS)：該州政府機構負責該州的醫療補助計劃 Medi-Cal。Medi-Cal 為符合資格的低收入者和家庭提供醫療保健服務。Medi-Cal 計劃涵蓋身體健康、心理健康、藥物濫用疾病、服務、藥房、牙科以及長期服務和支援。

要了解更多資訊，請訪問 [DHCS 網站](#)。



復健部 (DOR)：該州政府機構提供就業和獨立生活服務。DOR 也許可以通過下列方式幫助您：

- 殘障和福利計劃
- 求職和面試技巧
- 工作培訓和工具
- 大學和教科書
- 殘障設備
- 支援服務，如托兒或交通
- 同儕支援、技能發展、系統倡導、轉介、輔助科技服務、過渡服務、住房援助和個人援助服務

要了解更多資訊，請訪問 [DOR 網站](#)。



211:加州的許多縣都有一個電話號碼，您可以撥打該電話號碼來獲得協助，以滿足住房、食物、交通和醫療保健等基本需求。您可以透過手機撥打「211」與某人通話。

要了解更多資訊，請訪問 [211 網站](#)。



加州殘疾人權利 (DRC)：DRC 是依法設立的機構，旨在保護和倡導居住在加州的殘疾人的權利。他們可以幫助您了解自己的權利，提供免費的法律資訊、轉介、社區外展和代表。他們可能會幫助您從社會安全、學區和 Medi-Cal 等其他機構獲得服務。

要了解更多資訊，請訪問 [DRC網站](#)。



社會安全管理局 (SSA)：該聯邦政府機構為退休或殘疾人提供每月收入。SSA 負責為 65 歲或以上的人提供醫療保險，稱為 Medicare。SSA 可以為您提供社會安全號碼，這是一組號碼，僅用於讓您能夠工作、獲得一些公共資源以及完成購買、銷售和付款等銀行或金融服務。

要了解更多資訊，請訪問 [SSA 網站](#)。

我需要支付區域中心服務費用嗎？

一般來說，不需要，但區域中心可能會詢問您的醫療保險或其他資源是否會支付某些服務的費用。區域中心可以購買或提供保險或其他資源不提供的服務。區域中心可以幫助一些人獲得 Medi-Cal 等醫療保健服務。一些沒有獲得 Medi-Cal 的人可能需要為某些服務支付少量費用。有些孩子接受戶外照護的父母可能需要支付費用。

什麼是家庭和社區服務 (HCBS) 豁免？

針對發育殘障人士的 HCBS 豁免是一種支付某些服務費用的方式，這些服務使發育殘障人士得以居住在家裡或社區，而不是住在有執照的醫療設施。這些服務的費用由聯邦政府的醫療補助計劃和加州支付。該豁免每年都會進行審核，以確保您仍然符合資格。有些人稱之為「DD 豁免」。與您的服務協調員討論獲得豁免的好處。其中一項福利稱為“機構推定”，即您的家庭收入將不會被考慮來幫助您獲得所有 Medi-Cal 服務的資格。



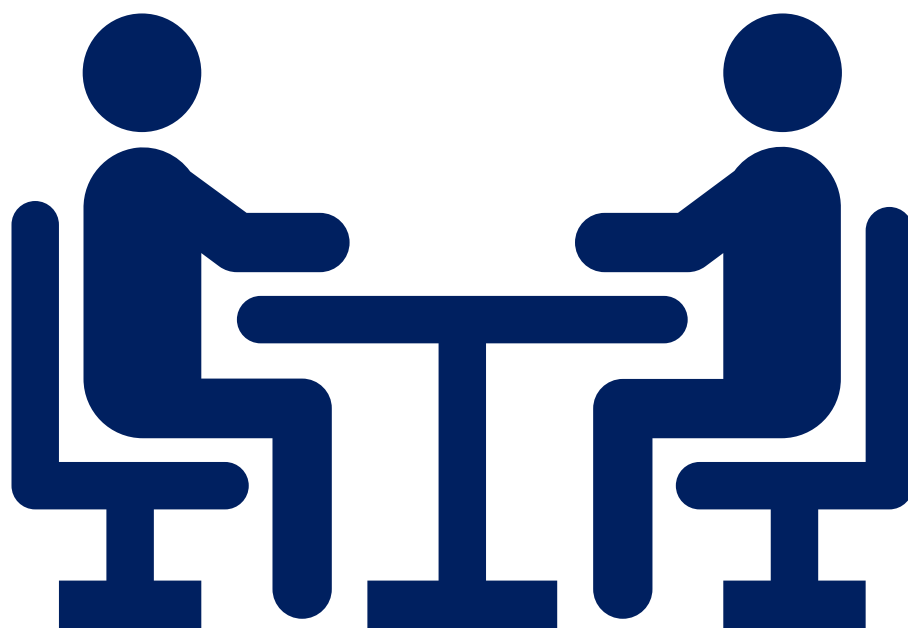
我是否必須獲得豁免才能獲得區域中心服務？

否。區域中心向其服務的人們提供所有州政府資助的服務。無論您是否有豁免，您都將獲得以人為本的規劃、選擇服務和提供者以及優質的照護的機會。

我如何有資格獲得豁免？

- 1) 獲得發育殘障的正式診斷或暫時符合資格並接受區域中心的服務
- 2) 進行評估，表明您的日常活動需要幫助，並且有資格居住在有執照的醫療設施中，但您選擇居住在社區中
- 3) 已經有資格享受全面的 Medi-Cal，或者如果您父母的收入（對於兒童）或配偶的收入（對於已婚成人）被忽略，您將有資格
- 4) 正在接受一項豁免計費服務。如果您還沒有獲得一項重要的服務，您可以向您的服務協調員提出要求。

4. 為您的第一次區域中心會議做準備



了解會議預期內容以及您需要攜帶的物品。

哪些資訊適合與我的區域中心分享？

區域中心使用您的資訊來查看您是否有資格獲得服務和支援。這對於區域中心了解您的需求非常有價值。以下是您第一次與區域中心會面時應攜帶的清單，以確保您的評估正確且完整。

關於您的資訊：

- 姓名
- 地址
- 電話號碼
- 父母、監護人或保護人的姓名
- 殘障

醫療記錄、醫院和診所：

- 健康福利卡（如私人保險、Medi-Cal、Medicare）
- 所有醫生的聯絡資訊、電話號碼、地址和電子郵件（包括專科醫生、心理學家或其他健康專業人員）
- 您接受護理的任何醫院或診所（包括醫院/診所名稱、電話號碼和地址）

評估、報告或學校記錄：

- 由心理學家、Early Start/Head Start 計劃或其他健康專業人員完成的任何評估報告、篩檢結果或評估
- 就讀學校的聯絡訊息，包括名稱、電話號碼、地址、學校類型（小學、初中、高中）以及就讀/完成的年級
- 學校提供的個人教育計劃 (IEP)，如果有
- 來自健康診所、學校或其他服務機構的報告或疑慮



我的區域中心記錄是否保密？

是的，記錄是保密的，必須妥善保管。未經您同意，不得與任何人共享記錄，除非有法院命令。這是一項名叫《健康保險可攜性與責任法案》(HIPAA) 的法律的一部分。您有權要求向您解釋該法律。

如果我需要英語以外的語言的資訊、評估或會議怎麼辦？

您可以讓您的服務協調員知道您使用的語言。您可以要求口譯員或以英語以外的其他語言提供書面資訊。您的服務協調員將記下您的要求，並根據需要提供替代通訊服務。

我可以查看或複製我的區域中心文件嗎？

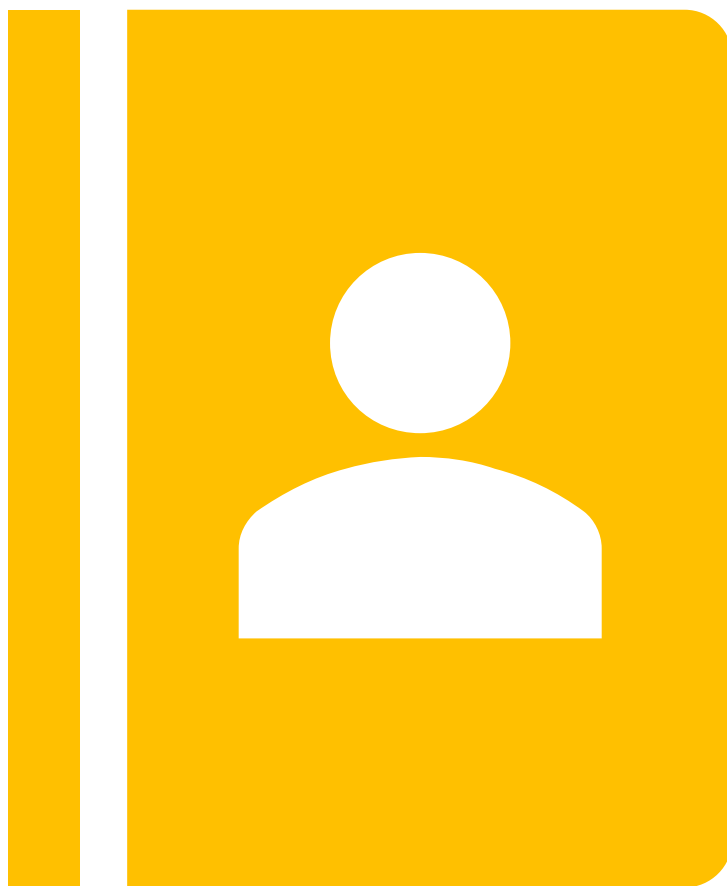
您有權查看您的區域中心文件。這包括來自區域中心以外的人員的資訊，例如醫生、評估員或其他專業人員。您也可以授予其他人查看您的文件的權限，例如朋友、老師或倡導者。

您可以請您的服務協調員查看、談論您的文件或取得您文件的紙本副本。以書面形式提出要求是個好主意。區域中心必須在您提出請求後 3 個工作天內允許您存取您的文件。您可以決定如何取得文件的副本。您可以要求取件、透過電子郵件或郵件郵寄給您。您也可以要求區域中心解釋您文件中任何您不明白的內容。您可以請求更改文件中您不同意的任何內容。

如果您想要文件的副本，區域中心可能會要求您付費。如果您無力支付，請告訴區域中心，他們將免費提供給您。

如果您提出上訴，您可以在上訴流程的任何步驟中存取您的文件。

5.個人項目計劃



了解本文檔如何幫助您規劃透過服務和支援來實現您的目標。

我有資格獲得區域中心服務。接下來是什麼？

在您符合服務資格後，區域中心將為您指派持續的服務協調員。您的服務協調員將在表示您有資格獲得服務後 60 天內與您聯繫並安排制定您的個人項目計劃 (IPP) 的會議。您的 IPP 描述您生活的所有領域，並將列出您所需的服務和支援。這些是您實現人生目標所需的東西。這些服務和支援可以由區域中心或其他外部資源支付費用。外部資源可能包括您的學校或您居住的縣提供的服務。



我的服務協調員怎樣幫助我？

您和您的服務協調員是您的規劃團隊的一部分。您的服務協調員是您在區域中心的主要聯絡人。

您的服務協調員可以幫助您：

- 為您的 IPP 會議做好準備
- 尋找您需要的服務和支援
- 追蹤您的目標並幫助您實現目標
- 利用您的保險、縣、公共或社區資源尋找其他服務
- 連結到家庭資源中心獲取資源和協助
- 回答您的任何問題

如果您的服務協調員不合適，您可以要求一位適合您和您的需求的新服務協調員。您的區域中心可能會為您提供有關您和服務協調員之間關係的更多資訊。

什麼是個人項目計劃 (IPP) ?

IPP 是您與 IPP 規劃團隊一起制定的書面計劃。該文件應該以人為本，並包含有關您的資訊。它包括您生活中發生的事情、對您重要的事情，並列出您的所有目標和未來計劃。IPP 將包括您和您的規劃團隊同意將協助您實現這些目標的服務和支援清單。您和您的規劃團隊將選擇並商定服務和開始日期。這將包括初始服務的轉介或預計開始日期（如果仍需要尋找服務提供者）。IPP 會議可以根據您的需求或目標的變化而經常舉行。您的服務協調員將監督該計劃。您可以隨時聯絡您的服務協調員，要求與您的規劃團隊召開 IPP 會議。

我的 IPP 規劃團隊中有哪些人？

您是規劃團隊中最重要的人員。您的服務協調員或區域中心的人員也將參加您的 IPP 會議。您可以邀請您想要的任何人參加此會議並成為 IPP 規劃團隊的一員。您可能想邀請生活中重要的人，例如您的家人、法定監護人、保護人、授權代表、值得信賴的朋友、老師、提供服務的人或您認為有幫助的任何其他人。您可能還要醫生、朋友或倡導者來幫助表達您的願望，或確保您的權利受到尊重。



如何創建我的 IPP ?

您可以在 IPP 會議上與規劃團隊一起創建 IPP。這次會議將在適合您的地點和時間舉行。

每一個人人都了解人們在 IPP 會議上所說的話非常重要。如果有人說了您不懂的話，請他們解釋。如果您會說另一種語言，您可以要求口譯員。您可以要求採用一種不同的溝通方式。您也可以要求將您的書面 IPP 翻譯成您知道和理解的其他語言。

IPP 包含以下資訊：

- 您的目標和生活中對您很重要的領域
- 您需要哪些服務和支援來實現您的目標
- 為您提供服務和支援的個人或公司（稱為服務提供者）
- 服務和支援何時開始和結束
- 您獲得服務和支援的時間長度和頻率
- 誰將為服務和支援付費

在您的 IPP 會議期間，您的服務協調員可能會要求您允許與服務提供者分享您的資訊。這稱為轉介。

我的 IPP 的時間表是什麼？

您的第一個 IPP 必須在您有資格獲得服務之日起 60 天內完成。此後，IPP 必須至少每 3 年審查一次。如果您享有 HCBS 豁免或如果您居住在有執照的住宿護理設施中，您必須每年召開一次 IPP 會議。您可以隨時與您的服務協調員聯繫，要求召開 IPP 會議。這次會議將在 30 天內舉行。

如果您不同意 IPP 中的某些服務和支援，您可以在 15 天內或稍後（如果您和您的規劃團隊如此決定）召開另一次 IPP 會議。在那次會議上，您的規劃團隊將幫助您查看其他服務和支援，以幫助您實現目標。如果您仍然不同意，您可以啟動上訴程序。要了解如何提出上訴，請參閱 [第 8 節：解決分歧](#)。

您可以要求您的 IPP 使用您知道和理解的語言。您將在 45 天內收到一份採用您要求的語言的 IPP 副本。



我必須簽署 IPP 嗎？

是的，您或您的法定監護人或保護人必須批准並簽署 IPP 才能啟動服務和支援。您不必同意所有服務和支援即可簽署 IPP。一旦您簽署 IPP，您同意的服務和支援即可開始。然後您可以繼續解決您不同意的事情。

簽署 IPP 後，您和您的規劃團隊將與您的服務協調員合作選擇提供者。根據服務或支援的不同，您可能有多個提供者可供選擇。您可以向您的服務協調員詢問有關轉介的更多資訊。一旦您、區域中心和服務提供者都同意需要做什麼，就可以開始新的服務。這需要時間設定。但您無需等到下次會議時才提出問題。如果您立即需要某些東西，請告知您的服務協調員。

在 IPP 會議結束時，您將獲得您和團隊一致同意的服務清單。您應該簽署該列表，以便服務可以啟動。

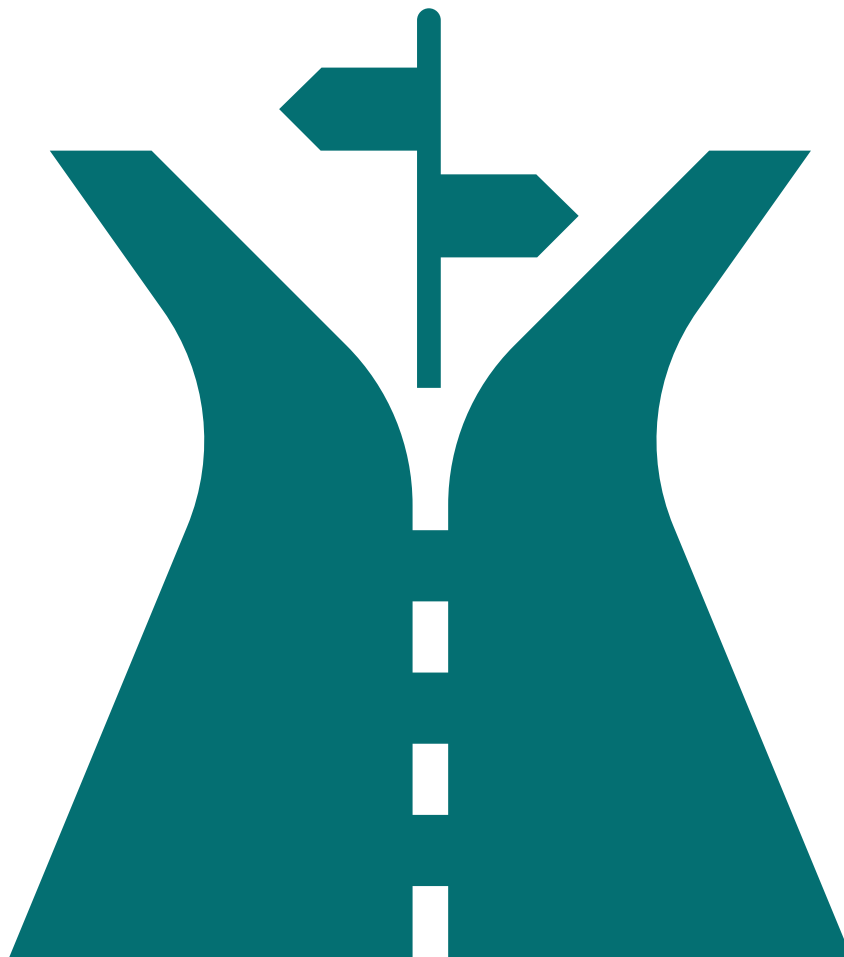
IPP 如何變更？

IPP 隨著您的需求和目標的變更而變更。您可以在簽署 IPP 後請求變更。請聯絡您的服務協調員，與您的規劃團隊安排會議，討論變更事宜。IPP 規劃團隊將討論與您開會的頻率，以了解您在計劃中的目標的執行情況並進行更改。

「了解可用的服務非常重要，更重要的是了解您的需求是什麼以及您希望實現什麼。我們對自己的需求越清楚，我們的服務協調員就越輕鬆。」

-自我倡導者

6. 獲取服務



了解您可用的服務和支援以及如何開始。

區域中心提供哪些類型的服務和支援？

您獲得的所有服務和支援將幫助您實現 IPP 目標。區域中心服務提供者可以是個人或公司。他們的工作是在與您會面後了解如何幫助您實現人生目標。這些區域中心服務提供者也可以稱為供應商或提供者。他們必須經過當地區域中心的批准流程。他們可以為您提供符合您的年齡、文化、語言、可及性和需求的服務和支援。一些服務和支援可能包括：

- 社區和日間活動
- 就業
- 持有執照的住宿護理設施（有時稱為團體之家或設施）
- 支援或獨立生活服務
- 暫息護理
- 社交娛樂和營地服務
- 為個人和家庭提供的培訓和課程
- 交通

您可以閱讀更多 [區域中心提供的常用服務](#)。



如何從區域中心獲得服務與支援？

您可以透過多種方式從區域中心獲取服務和支援。您可以選擇最適合您的途徑。

- **傳統供應服務**：在您簽署 IPP 後，您的服務協調員將向您轉介或提供可以協助您的服務提供者。如果您搬家或您所在的地區沒有服務，您可能需要使用來自另一個區域中心或地區的服務提供者。您的服務協調員可以幫助您。
- **自我指導**：自我指導是一種讓您對服務和支援、由誰提供以及如何提供有更多選擇和責任的方式。與您的服務協調員一起透過以人為本的規劃流程進行服務規劃。自我指導服務和支援可以透過兩種不同的方式進行：
 - **參與者指導服務**：讓您選擇僱用誰、何時安排以及如何監督某些類型的服務和支援的工作。這些服務和支援可供居住在自己家、家庭住宅的人和一些有執照的住宿護理設施的人使用。
 - **自決計劃 (SDP)**：讓您在制定服務計劃和選擇提供者滿足您的需求和 IPP 目標方面擁有更多控制權。您與規劃團隊合作制定預算和支出計劃。然後，您可以從合格的服務提供者、個人或企業購買服務、支援和商品。在 SDP 中，您必須僱用符合州和聯邦要求的自己的提供者、使用區域中心供應的提供者或支付某些社區服務的費用。您可以詳細了解 [自決計劃](#) 並查看 [常見問題解答](#)。



我可以其他公共和社區資源嗎？

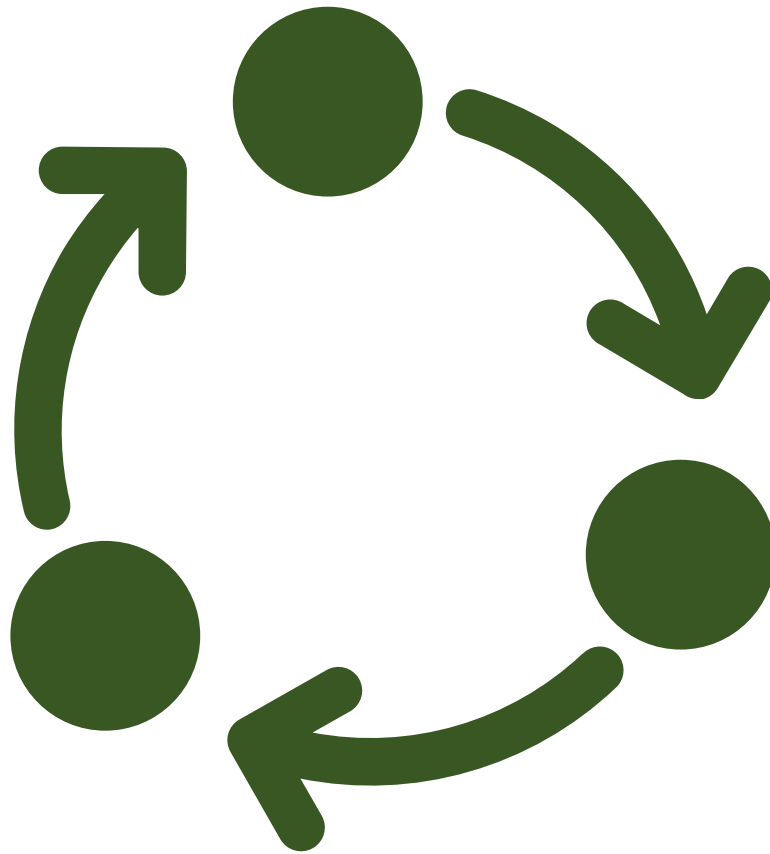
任何符合資格的人都可以使用一些滿足基本生活需求的資源。這些資源由市、縣、州或聯邦政府付費。其他機構也可能為這些資源付費。其中一些是：

- 加州兒童服務中心
- 市、縣和州住房服務 (如第 8 節住房、租賃援助)
- 社區法律服務 (如Legal Aid法律援助)
- 縣和聯邦醫療診所 (如聯邦合格的健康中心、農村健康診所)
- 縣心理健康和/或行為健康服務
- 教育/學校 (私立和/或公立)
- 食品和營養計劃 (CalFresh、Women, Infant and Children Program婦女嬰兒和兒童計畫、食物周濟庫)
- 醫療保險 (Medi-Cal、Medicare 或私人)
- 居家援助服務
- 老年人及其照護者的當地資源 (老齡化服務地區機構)

法律規定，患有智力和/或發育殘障的個人與其他社區成員享有獲得公共和社區服務的同等權利。這意味著區域中心不得支付其他人已經支付的服務費用。區域中心將考慮家庭在照顧未成年親人方面的角色和責任。區域中心將要求了解在限制最少的環境中提供的服務和支援與無殘疾兒童和青少年的服務和支援有何不同或相同。



7. 改變您一生的服務



了解隨著您的成長和經歷人生的不同階段，您的需求可能會發生怎樣的變化。

在我的一生中，服務發生了怎樣的改變？

隨著年齡的增長，您的需求可能會改變。此圖表顯示可以幫助您在不同年齡或人生階段找到合適的服務和支援提供者。

年齡	出生至3歲	3至22歲	22歲以上
人生階段	嬰兒和幼兒	兒童、青少年及青年	成年人
服務和支援來源：	<ul style="list-style-type: none">• 早期啟動 (Early Start)• 教育/學區• 區域中心*• 其他地方、州、聯邦公共計劃	<ul style="list-style-type: none">• 教育/學區• 區域中心*• 其他地方、州、聯邦公共計劃	<ul style="list-style-type: none">• 區域中心*• 其他地方、州、聯邦公共計劃

*任何年齡的人都可能有資格獲得區域中心服務，並且服務將終身持續。

以下是一些生活改變的例子：

- 您在3歲之前可能有資格獲得 Early Start
- 您在5歲之前可能有資格獲得臨時資格
- 您可能享有資格享受當地學區提供的教育服務，直到高中畢業或22歲
- 學校結束後，您可能會想參加日間課程或找工作
- 您可能需要支援/獨立生活服務
- 您可能想繼續住在家裡或搬進有執照的住宿護理設施
- 隨著年齡的增長和健康需求的變化，您可能需要服務來幫助您

「請給我們一個大局觀以及我們在這段旅程中的前進方向。因為我知道我兒子將成為終身客戶，而且我知道他將在人生的不同階段獲得不同的服務。」

-家長

兒童、青少年和青年會發生什麼事？

到目前為止，Early Start 可能已經提供了大部分或全部服務。如果在Early Start或臨時資格後有資格獲得區域中心服務，孩子可能會獲得一名新的服務協調員。現在，服務可能由多個機構提供，包括學區或區域中心。至少在孩子滿 3 歲的90 天之前，家庭和服務協調員將與孩子學校的人員會面，制定一個過渡計劃。這稱為過渡規劃會議。

該計劃將包括：

- 如何透過學區獲得所需要的服務
- 孩子是否有資格獲得其他區域中心服務
- 您的孩子是否有資格享受其他公共服務，例如當地社區計劃、Medi-Cal 或其他計劃支付的服務

學校服務將包括白天在學校發生的任何事情。這包括與教育相關的事情，例如上課、學習新事物和交朋友。區域中心提供居家生活或成為社區一部分所需的服務。一些兒童將繼續有資格獲得區域中心服務，但其他兒童則沒有資格。此時您也可以查看臨時資格。

孩子現在有兩個計劃：

- 學區提供的個人化教育計劃 (IEP) 學校服務
- 區域中心或社區或公共服務提供的IPP服務

為 3 歲及以上兒童提供的部分區域中心服務包括：

- 適應性和生活技能培訓
- 家長培訓及諮詢

- 個人護理
- 暫息護理
- 社交娛樂和營地服務
- 如廁訓練幫助
- 交通



為兒童提供的服務可能會隨著年齡的增長而改變。與您的服務協調員討論需求。如果兒童有資格獲得區域中心服務，區域中心將繼續提供 IPP 中列出的服務和支援。

在完成高中學業之前，還會有另一個過渡。服務協調員將了解有關可用的當地資源、服務以及高中後的選擇的資訊。有些人 18 歲從高中畢業並獲得高中文憑或結業證書。其他人可能想繼續上大學、職業培訓或繼續教育等學校。這些教育服務將持續到您畢業並獲得文憑、獲得結業證書或年滿 22 歲。

完成學業後，您可能會透過區域中心獲得大部分服務和支援。您的服務協調員將為您提供選擇，幫助您做出短期和長期目標的人生決策。完成學業後提供的一些服務可能包括：

- 就業服務
- 日間課程
- 獨立生活計劃
- 行動能力訓練
- 個人護理
- 持牌照的住宿護理設施選擇

- 特別交通服務
- 社交及康樂服務



成年人會發生什麼事？

除了學年後提供的服務外，您的服務協調員還將在您成年後繼續與您會面，以更新您的短期和長期目標。根據您在 IPP 中的需求，可提供住房、找工作、交通、建立關係和獲得醫療保健等服務。

當您過渡到人生的不同階段時，您的需求以及您的目標和需求可能會改變。IPP 將進行更新，以支持您完成這些變更。為老年人提供幫助的一些額外服務可能包括：

- 老年護理
- 取得或使用適應性設備
- 健康檢查
- 幫助您獲得福利
- 護理服務
- 制定老齡化看護者計劃
- 建立關係



8.解決分歧



了解如果您不同意某項決定該怎麼辦以及在哪裡可以獲得幫助。

如果我不同意區域中心的意見會怎樣？

有時您或您的家人可能不同意區域中心的決定，但這沒關係。

分歧的例子可能是：

- 您的區域中心想要更改您獲得 IPP 服務的小時數。您希望保持服務小時數不變。
- 您向區域中心要求一項新服務。區域中心表示不需要這項服務。
- 您申請了區域中心服務。區域中心說您不符合資格。
- 您已經獲得區域中心服務。區域中心表示您不再符合資格。

當您和區域中心意見分歧時，您會收到一份《行動通知》(NOA)。區域中心發送 NOA。NOA 會告訴您該決定的理由。您應該告訴區域中心您希望收到 NOA 的方式。您可以選擇電子郵件、普通郵件或掛號信，(要您簽收後才收到信。如有異議，您將在 5 個工作天內收到該信函。NOA 會告訴您決定生效的日期。NOA 描述了您的上訴權利，並提供了一份上訴申請表。

如果您和區域中心就您的服務或資格決定達成協議，您將不會收到 NOA。這些協議稱為雙方同意。所有協議必須以書面形式做成。您可能會收到來自區域中心的一封信，確認您的同意。這稱為《誠信相信》信函。

有時，您和您的服務協調員可以進行討論並找出適合您的解決方案。其他時候，您可能會想提出上訴。您向 DDS 提交 [上訴申請表](#) 提出上訴。您的 NOA 也提供上訴申請表。

什麼是上訴？

上訴是當您不同意區域中心所做的決定時所啟動的流程。這可能是關於您獲得區域中心服務的資格或您獲得的服務的類型或數量的決定。

「上訴需要一些時間才能通過系統。有時需要第三方，即未參與的人來決定答案。」

- 家庭倡導者

誰可以幫我上訴？

您有權讓某人幫助或支援您上訴。這個人可以是您的服務協調員或其他區域中心工作人員。這個人可以是律師或其他人。這個人可以是您的授權代表。如果您同意，您的授權代表將獲得有關您上訴的資訊。

您可以請律師或其他人幫您準備上訴。您可以請律師參加您上訴的任何部分。如果您有律師參加調解或聽證會，您必須先告知區域中心。有關讓律師幫助您的更多資訊，請參閱 [Lanterman法案資格和服務上訴流程](#)。

資源可以幫助引導流程的任何部分。這包括以下方面的幫助：

- 上訴
- 了解法律和您的權利
- 在了解如何獲得區域中心服務時您可能會遇到的常見問題

可提供協助的資源包括：

DDS 監察員辦公室

客戶權利倡導辦公室 (OCRA)

家庭資源中心 (FRC)

加州發育殘障委員會 (SCDD)

其他資源

DDS 監察員辦公室：提供有關區域中心服務的資訊，包括自決計劃。

DDS 監察員辦公室可以：

- 為您提供有關上訴流程的資訊
- 幫助您了解收到的有關上訴的表格
- 向您展示如何填寫上訴申請表
- 傾聽您的申訴
- 幫助您安排會議與區域中心討論您的分歧

DDS 監察員辦公室不能：

- 判斷誰對誰錯
- 在上訴流程中代表您
- 向法庭或聽證官提出意見
- 更改最終聽證會的決定

客戶權利倡導辦公室 (OCRA)：為從區域中心獲得服務的人們提供免費的法律資訊、建議和法律代表。他們還幫助那些試圖獲得區域中心服務資格的人。OCRA 為加州所有 21 個區域中心的人們提供協助。

他們可以幫助您了解您的權利並從其他機構獲得服務。OCRA 是加州殘疾人權利組織的一部分，OCRA 由 DDS 支付費用。

OCRA 可以：

- 幫助您獲得服務
- 為您提供有關權利和服務的資訊
- 為您提供有關上訴流程的資訊
- 查看您從區域中心獲得的資訊
- 幫助您填寫上訴表格
- 代表您出席會議和聽證會



家庭資源中心 (FRC)：為個人和家庭提供支援和資源。加州各地有許多擁有當地資源和支援的 FRC。

您的 FRC 可能：

- 由兒童家長和患有發育殘障的成人擔任工作人員
- 將您和與您經歷相同旅程的其他個人或家庭聯繫起來
- 將您和擁有區域中心服務的人或家長聯繫起來
- 為您提供有關發育遲緩和殘疾的資訊
- 為您提供有關區域中心以及如何獲得服務的資訊
- 提供有關其他可以提供幫助的本地資源的資訊
- 提供有關上訴流程以及為解決與區域中心的分歧而可能採取的步驟的資訊

加州發育殘障委員會 (SCDD)：這是一個致力於改善殘疾人及其家人生活的州政府機構。他們可以幫助您了解區域中心。在加州各地設有 12 個區域辦事處，因此您可以找到離您較近的辦事處。

其他資源：您的區域中心可能知道其他可以幫助您的當地支援團體或社區組織。請諮詢您的區域中心服務協調員或其他區域中心工作人員，獲取更多資訊。

有關如何聯絡這些資源的資訊，請參閱第 9 節：[其他資源和支援](#)。



提出上訴的時間表是什麼？

您必須按時提交上訴申請。您應該知道兩個截止日期。第一個到期日為 30 天，第二個到期日為 60 天。

1. 為了在上訴期間保持您目前的服務不變，您必須在收到 NOA 後 30 天內、在採取行動之前提出上訴。在上訴期間保留您目前的服務稱為「待支付的援助」。
2. 如果您的上訴申請是在您收到 NOA 之日起 31 至 60 天內提出的，則區域中心的決定將在您上訴繼續期間生效。

在上訴程序中我有哪些合法權利？

您在上訴期間享有某些權利。您的 NOA 中描述了這些權利。

在上訴程序的所有部分中，您都有權以您知道和理解的語言獲取資訊。這包括您的 NOA 和上訴表格。您也有權在上訴的所有階段獲得口譯員的幫助。口譯員必須能夠有效、準確且中立地進行口譯。區域中心在您的非正式會議上提供口譯員。聽證會辦公室為您的調解和聽證會提供口譯員。

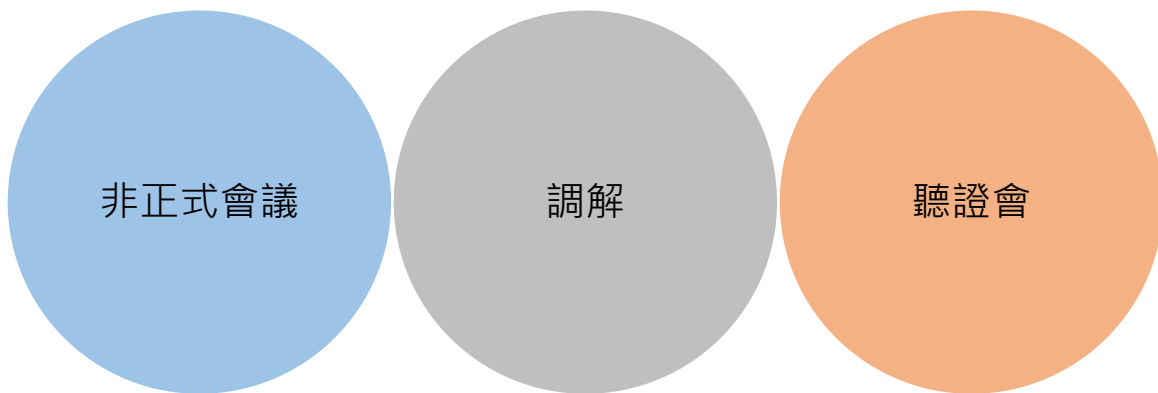
您可以參閱 [您在上訴期間的權利](#)，詳細了解您的權利。



上訴程序中會發生什麼事？

上訴程序分為三個部分。您可以使用這些部件中的一個或多個。選擇您想要在上訴申請表中使用的部分。如果您無法使用某部分解決分歧，您可能會決定使用其他部分。

上訴程序的三個部分是：



1. 非正式會議：您會見區域中心總監或他們選擇的人。您和區域中心將嘗試解決您的上訴。
2. 調解：您和區域中心與調解員開會。調解員是一個公正的人，不在區域中心工作。調解員嘗試幫助您和區域中心就區域中心的決定達成一致。如果您不同意，您可以使用上訴程序的其他部分。
3. 聽證會：您的聽證會由聽證官主持。聽證官不在區域中心工作。聽證官聽取您和區域中心的資訊。聽證官幫助您陳述事實。聽證官使聽證會公平且非正式。然後聽證官對您上訴中的問題做出決定。

完成上訴的截止日期是什麼？

上訴必須在 DDS 收到您的上訴申請表後 90 天完成。如果您或區域中心請求延期（延遲），這些截止日期可能會更長。

有關時間表的更多資訊，請查看 [上訴程序時間表](#)。

如果我認為區域中心或提供者對我不公平，我該向誰申訴？

如果您認為區域中心或服務提供者否認了您的權利或沒有遵守法律，您可以提交第 4731 節申訴。申訴的例子有：

- 我的機密被洩漏了
- 我沒有獲得 IPP 中列出的服務
- 我沒有被給予選擇服務選項的權利
- 請求後 30 天內沒有安排 IPP
- 我在 45 天內沒有收到 IPP 副本
- 我沒有被允許讓朋友來我家作客
- 我的隱私被侵犯了

您的 4731 申訴提交給您的區域中心。區域中心有 20 個工作日的時間調查您的申訴並給您決定。

如果您不同意區域中心的決定，可以要求 DDS 進行審核。您必須在 15 個工作天內要求 DDS 審核區域中心的決定。DDS 有 45 天的時間回覆您。

您可以在 DDS [消費者權利、上訴和申訴](#) 網站上獲取有關 4731 申訴的更多資訊並查找 DDS 上訴聯繫資訊。



本文件僅供參考，非法律建議。請將此作為資源並與您當地區域中心提供的任何其他資訊一起使用。

9.其他資源和支援



您可以在此處寫下重要資訊或如何聯繫可能提供幫助的人。

聯絡方式

若要尋找您的區域中心，請造訪 [DDS 網站](#) 並在搜尋視窗中輸入您的郵遞區號。

若要搜尋洛杉磯縣郵遞區號，請按一下「*LA County*」標籤。

使用此清單將您的區域中心的聯絡資訊保存在一個地方：

重要聯絡資訊

我的區域中心

名稱：

電話：

一般電子郵件：

我的服務協調員

姓名：

電話：

電子郵件：

我的服務協調員的經理

名稱：

電話：

電子郵件：

我當地的家庭資源中心

FRC名稱：

我的聯絡人：

電話：

電子郵件：

網站：

發育服務部

[網站](#)

電話：833-421-0061

電子郵件：info@dds.ca.gov

監察員辦公室

[網站](#)

電話：877-658-9731

電子郵件：Ombudsperson@dds.ca.gov

客戶權利倡導辦公室

全州聯絡資訊

[網站](#)

電話：800-776-5746

TTY電話：800-719-5798

我當地的客戶權利倡導辦公室

我的聯絡人：

電話：

電子郵件：

加州殘障權利

[網站](#)

電話：800-776-5746

TTY 電話：800-719-5798

加州發育殘障委員會

[網站](#)

電話：(916) 263-7919

免費電話：(833) 818-9886

我的加州發育殘障委員會當地辦公室

我的聯絡人：

電話：

電子郵件：

社區資源的更多資訊

馬林縣資源：(Marin)

資源名稱	聯絡	資料
灣區 211 (灣區聯合之路 United Way Bay Area 的一個項目)	致電 211 (提供 150 種語言服務) 發送您的郵政編碼至 898211 (支持英語或西班牙語短信)	提供健康服務和社會服務資源資訊熱線，資源包括：住房、食品獲取、就業、托兒、長者服務
運河聯盟 (Canal Alliance)	https://www.canalalliance.org/ 91 Larkspur Street San Rafael, CA 94901 電話：415-454-2640	移民法律服務，社會服務 *食物庫：每週二上午 8 點至 10 點 (送完即止)
Matrix Parents (馬林縣獨立生活中心 CIL 的一部分) Matrix Parents (Part of Marin CIL)	https://www.matrixparents.org/ 2400 Las Gallinas Avenue, Suite 100 San Rafael, CA 94903-1454 電話：415.884.3535 免費電話：800.578.2592 info@matrixparents.org helpline@matrixparents.org	為殘障兒童家庭提供支援，包括資源、培訓和家長支持
馬林獨立生活中心 Marin Center for Independent Living (Marin CIL)	https://www.marincil.org/ 710 Fourth Street San Rafael, CA 94901 電話 - 留言：415-459-6245 TTY: 414-459-7027	個性化護理導航和社會服務，包括獲得護理、支援性住房服務以及青少年和家庭支援

三藩市縣資源：(San Francisco)

資源名稱	聯絡	資料
灣區 211 (灣區聯合之路 United Way Bay Area 的一個項目)	致電 211 (提供 150 種語言服務) 發送您的郵政編碼至 898211 (支持英語或西班牙語短信)	提供健康服務和社會服務資源資訊熱線，資源包括：住房、食品獲取、就業、托兒、長者服務
家庭資源中心 Edgewood Family Resource Center	https://edgewood.org/family-resource-center/ 1801 Vicente Street San Francisco, CA 844-334-3411	緊急資源，包括食品、衣物、洗滌用品；家長支持小組；家長和護理人員倡導及援助
三藩市獨立生活資源中心 Independent Living Resource Center San Francisco (ILRCSF)	https://www.ilrcsf.org/ 825 Howard Street San Francisco, CA 94103 415-543-6222 ext. 1100 info@ilrcsf.org	個性化護理導航和社會服務，包括獲得護理、支持性住房服務，及倡導和法律服務
Support for Families of Children with Special Needs	https://www.supportforfamilies.org/ 832 Folsom Street, Suite 1001 San Francisco, CA 94107 電話：415-920-5040 info@supportforfamilies.org	為殘障兒童家庭提供支援，包括資源、培訓和家長支持

聖馬刁縣資源：(San Mateo)

資源名稱	聯絡	資料
灣區 211 (灣區聯合之路 United Way Bay Area 的一個 項目)	致電 211 (提供 150 種語言服務) 發送您的郵政編碼至 898211 (支持英語 或西班牙語短信)	提供健康服務和社會服務 資源資訊熱線, 資源包 括: 住房、食品獲取、就 業、托兒、長者服務
殘障人獨立中心 Center for Independence of Individuals with Disabilities	https://www.cidsanmateo.org/ San Mateo: 2001 Winward Way, Suite 103 San Mateo, CA 94404 電話 - 留言: 650-645-1780 TTY: 650-589-8170 San Bruno: 1590 El Camino Real, Suite C San Bruno, CA 94066 電話 - 留言: 650-645-1780 TTY: 650-589-8170	照護支援、輔助科技、獨 立生活和規劃支援、資訊 和轉介、心理健康支援、 老年殘疾資源
海岸希望組織 (Coastside Hope)	https://coastsidehope.org/ 248 Main Street Suite 200 Half Moon Bay, CA 650-726-9071	食品救濟庫、長者食品、 移民和公民服務、租房援 助和臨時住房、報稅服 務、課程以及家庭支持
帝利市社區服務中心 Daly City Community Service Center	https://www.dcpartnership.org/dccsc/ 350 90 th Street, 1 st Floor Daly City, CA 94015 650-991-8007	緊急財政援助、食品雜 貨、尿布、衣物和家居用 品、個案管理、交通支 援、住房援助
聖馬刁家庭資源中心 San Mateo Family Resource Center	https://www.supportforfamilies.org/ 1764 Marco Polo Way Burlingame, CA 94010 電話: 650-259-0189 info@smcfrc.org	為殘障兒童家庭提供支 援, 包括資源、培訓和家 長支持

10.常用術語



了解您可能經常聽到或看到的單字和短語。

倡導者：

倡導者是代表您利益的人。此人可以在需要時提供協助和支援，例如參加會議或撰寫正式申請信並提出建議。任何人都可以成為倡導者，但此人通常不是律師，也不提供法律建議。

倡導：

支援自我倡導者或家庭利益和權利的行為。

美國手語 (ASL)：

ASL 是一種使用手和臉部動作的視覺語言。

美國殘疾人法案 (ADA)：

禁止基於個人殘障的歧視的聯邦法律。

上訴：

向 DDS 提出更改區域中心決定的書面申請。

應用行為分析 (ABA)：

對自閉症患者的一種常見行為介入。ABA 是使用行為矯正策略來改善社會和實踐行為的總稱。ABA 一詞用於行為介入和進展衡量。

適應性設備：

用於幫助完成任何日常生活任務的任何設備、工具或機器。

輔助技術：

用於增加、維持或提高您的技能的任何物品、設備或手段。

評估：

一個 確定您是否有資格獲得服務以及需要透過區域中心獲得多少服務的方式。這些由區域中心的受理人員進行協調。這可以是一個 收集有關您的學習需求、優勢和興趣的資訊的方式。您可能會接受下列評估：

- 獨特的需求和優勢以及所需的服務
- 資源、優先事項和關注點
- 改善您的生活所需的服務和支援

自閉症 (也稱為自閉症譜系殘障或 ASD)：

一種複雜的發育殘障，影響一個人與他人溝通和互動的方式。自閉症譜系殘障 (ASD) 是一個常用術語，而不是「自閉症」一詞，因為人們認識到自閉症對人的影響不同。這被認為是一種「譜系」疾病。

腦性麻痺 (或稱 CP)：

出生前、出生期間或出生後不久因某種類型的大腦創傷或損傷而導致肌肉控制和協調困難的一種發育殘障。

溝通：

不限於說話！它是一個人透過聲音、文字或身體暗示 (如肢體語言) 向另一個人發送的任何形式的訊息。

保密性：

未經您的許可 (口頭或書面)，不得公開您的個人資訊的權利，但僅在法律允許或要求時例外。

同意或知情同意：

您給予某個計劃或機構的許可，通常以書面形式。同意始終是自願的，並且可以隨時取消。

消費者或自我倡導者：

接受區域中心服務的發育殘障人士。

消費者權益倡導者：

在區域中心工作的發育殘障人士。他們可以：

- 與您交談，了解您是否快樂、健康和安全
- 為您提供支援和權益倡導
- 提供同儕培訓

發育殘障：

在加州，發育殘障人士是指 18 歲之前患有自閉症、腦性麻痺、癲癇、智力殘障或類似疾病等嚴重殘疾並且可能需要終身服務的人。

早期啟動 (Early Start)：

Early Start 幫助從出生到 3 歲的患有發育遲緩或殘疾的嬰兒和幼兒。Early Start 服務旨在幫助符合資格的兒童學習新技能、克服挑戰並增加生活的成功。

資格：

個人必須符合條件才能獲得《Lanterman法案》計劃規定的服務。區域中心服務有不同的資格要求，包括通過區域中心的早期啟動和臨時資格。

癲癇：

一種影響大腦活動並導致癲癇發作的發育殘障。

功能能力：

指滿足您的學習、成長、決策、移動、建立和維持關係以及成為社區的一部分的基本需求。

通用服務和自然支援：

來自地方、州或聯邦機構的資源。其中包括教育服務、居家援助服務、Medi-Cal 和社會安全等服務。

老年護理：

為 60 歲以上老年人提供服務和支援。

居家暫息護理：

旨在讓家人或照護者休息的服務，在家中提供。

居家援助服務(IHSS)：

一項州政府的計劃，將幫助支付服務費用，以便殘疾人能夠安全地留在自己的家中。

個人化教育計劃 (IEP)：

一份教育服務的書面計劃。

個人項目計劃 (IPP)：

一份書面計劃，它列出您在社區參與、住房、工作、學校和休閒時間等方面的目標。該計劃將包括幫助您實現目標的服務和支援。

機構推定：

指可幫助您通過父母（如果您是孩子）或透過您的配偶獲得 Medi Cal 資格的規則。

受理：

區域中心用來決定您是否有資格獲得其服務以及需要哪些服務的一個流程。

智力殘障：

智力殘障也稱為「認知殘障」，是描述人們學習速度比其他人慢的情況的首選術語。

口譯與筆譯服務：

能說、寫和理解不同語言的人。他們可以分享從英語到您選擇的語言的資訊。

Lanterman法案：

加州的一項法律，規定了發育殘障人士獲得他們需要和選擇的服務和支援的權利。該法律由發育服務部管理，並透過加州區域中心系統提供服務。

限制最少的環境：

法律和法院規定，所有人都有權以允許獨立並受到適當監督的方式和地點獲得幫助。

調解：

解決您與區域中心之間分歧的會議。

加州醫療補助計劃 (Medi-Cal)：

加州的公共計劃，為低收入加州人和其他醫療費用非常高的人支付健康和長期照護服務費用。

行動通知 (NOA)：

來自區域中心的正式信函，告知您有關資格或服務變更或拒絕的決定。

護理服務：

幫助預防健康問題並促進健康和發育的服務，可能包括給予醫生開立的藥物或其他治療。

家庭外暫息護理：

旨在讓家人或照顧者休息的服務，在接受服務者家外提供。

參與者導向的服務：

允許您選擇僱用、安排和監督 IPP 中列出的某些類型服務的服務。

最後付款人：

一項要求，如果有其他公共或私人來源可以支付這些服務費用，則不得使用區域中心資金來提供服務。

同僚：

另一個與您平等的人。他們可能與您年齡或文化相同。他們可能與您的興趣相同。

以人為本的規劃：

規劃團隊與您合作，幫助您實現目標以及提供實現這些目標所需的服務和支援的流程。以人為本的規劃意味著專注於您的優勢、能力和需求，以實現獨立、富有成效和令人滿意的生活。

身體殘障：

一種使您難以在生活中做事或限制您的日常活動和互動的身體或精神狀況。

臨時資格：

一些 5 歲以下的兒童可能有資格獲得臨時資格。孩子可能尚未獲得合格的診斷，或者他們可能沒有嚴重的發育殘障。透過臨時資格接受服務的兒童可以接受到 5 歲。屆時，他們必須符合區域中心的資格才能繼續接受服務。如果他們不符合，區域中心的服務將終止。

公共機構：

從政府獲得資金來幫助社區中無法支付 住房、食物、交通和醫療保健等基本需求的人們的機構、辦公室或組織。

購買服務 (POS)：

區域中心為您的服務和支援付費的方式。

轉介：

將您帶到不同的地方或人，以獲取更多資訊、幫助或採取行動。這可以是有能力幫助您的個人或團體。

區域中心 (RC)：

區域中心是當地機構。他們為患有殘障發育殘障的兒童和成人及其家人安排服務。加州每一個地區都有一個區域中心。您將與您居住地區的區域中心合作。

自我倡導者：

透過為自己和對他們重要的事情（包括自己的健康和安全）發聲，在改善自己生活方面發揮積極作用的人。

自決計劃（SDP）：

這是一項自願計劃，可讓您在制定服務計劃和選擇服務提供者方面擁有更多控制權，以更好地滿足您的需求並幫助您實現 IPP 目標。您與規劃團隊合作制定預算和支出計劃，以便從合格的服務提供者、個人或企業購買服務、支援和商品。

服務協調員或個案經理：

您的服務協調員是您在區域中心的主要聯絡人。他們是專業人士，了解可協助您實現目標的資源、支援和服務。

服務提供者或供應商：

區域中心服務提供者可以是個人或公司。他們的工作是在與您會面後了解如何幫助您實現人生目標。這些區域中心服務提供者也可以稱為供應商或提供者。他們必須經過當地區域中心的批准流程。他們可以為您提供符合您的年齡、文化、語言、可及性和需求的服務和支援。

過渡：

您從人生的一個階段進入下一階段。這可以是早期啟動始到學前教育、高中到高等教育、教育到就業或社區計劃。