



加州保護與維權系統
免費電話：(800) 776-5746

個人方案計畫（IPP）規劃指南

2016 年 4 月，刊號#5038.04

面向區域中心 服務物件的宣傳手冊

Capitol People First 和加州殘障權利署

1994 年對等宣導計畫

1998 年、2003 年、2010 年、2016 年修訂

《藍特門法案》

在加州，發育殘障人士有權獲取幫助他們成為所在社區一部分的服務，同時法律規定，使用區域中心服務的人士有權就他們所需要的服務和支援做出決定，包括但不僅限於：

- 住在哪裡
- 與誰住在一起
- 在哪裡工作或上學
- 與誰交朋友
- 娛樂活動的內容
- 未來做些什麼
- 想要和需要的服務和支援

另請參見《藍特門法案》刊物：

<http://www.disabilityrightsca.org/pubs/PublicationsRULAEnglish.htm>

根據《藍特門法案》，哪些人可以獲取相關服務？

根據《藍特門法案》三類人群可以獲取相關服務：

1. 符合《藍特門法案》中對發育障礙定義的人士，包括因為腦癱、癲癇、自閉症、智力殘障和其他與智力殘障密切相關的疾病或需要類似治療的疾病而患有嚴重殘障的人士。
2. 在養育發育殘障子女方面擁有高風險的人士。
3. 在發育殘障方面擁有高風險的嬰兒和 3 歲以下兒童。

什麼是個人方案計畫（IPP）？

IPP 是一個行動計畫，針對的是為了獲取您想要的生活方式您需要哪些協助。

IPP 會明確指出為您設立的目標、您所需的服務和支援，從而讓您更加獨立，更好地參與社區生活。

IPP 是一份您與區域中心之間達成的書面協定和合同，採用您能理解的方式書寫。

IPP 時間表

法律規定，相關人士必須至少每 **3** 年召開一次 IPP 會議。部分人士每年一次 IPP 會議。您可以隨時要求召開 IPP 會議。可致電您的區域中心服務協調員來安排召開 IPP 會議。

在您提出召開 IPP 會議的要求後，必須在 **30** 天內召開。

如果就任何問題無法達成最終決定，您可以在 **15** 天內要求再次安排一次會議或提交申訴。

如果區域中心對任何新服務請求表示**拒絕**，根據法律規定，您必須在 **5** 天內獲取一份以您首選語言提供的書面拒絕通知。

如果區域中心表示其希望變更或終止您目前已經獲取的某項服務，但是您不同意，則區域中心必須在變更或終止前 **30** 天內以您的首選語言提供一份書面通知。此通知必須一份申訴表，如果您選擇申訴，可填寫並提交這份申訴表。

IPP 會議為什麼非常重要

您的 IPP 會議是唯一可以正式討論並書寫您 IPP 的場合。如果您的區域中心致電並告知將變更您的服務，告訴他們您希望在 IPP 會議上來討論這一問題。

您在 IPP 會議上的權利

- 您有權獲取一份書面的 IPP，上面列有您的未來目標以及您想要和需要的服務。
- 您有權獲取所在社區提供的服務——不僅僅是在殘障人士所在地點或針對殘障人群提供的服務。
- 您有權幫助制定您的 IPP。

- 您有權不同意對您 IPP 服務的任何變更，即便是在沒有與您一起開會的情況下。
- 在需要的情況下，您有權獲取一位口譯譯員或協助員（助手），而且區域中心必須為您提供。
- 您有權出席您的 IPP 會議，告訴相關人員您需要和想要什麼服務。
- 您有權在對您來說自在的地點召開您的 IPP 會議。在您沒有出席會議的情況下，區域中心無法更改您的服務或書寫您的 IPP。
- 您有權以您的母語獲取相關文檔，例如 IPP、評估計畫、IPP 權利、申訴權利，以及訴訟通知。
- 您有權在最少限制的環境中獲取相關服務和支援。

區域中心以及為您提供服務的機構（例如團體家屋或計畫）必須允許您自己做出決定。

他們必須以您能理解的方式向您提供做出決定所需的重要資訊。

IPP 小組包括哪些人員？

- 您是最重要的成員。
- 父母和法定監護人
- 認識並關心你的人員。
- 您的區域中心協調員，能獲取您想要和需要的服務。
- 多學科團隊，在適當的情況下。
- 您想要包含在內的任何其他人。

IPP 會議之前要做些什麼

- 想一想您的未來目標。想一想要在社區內保持健康和安全您需要什麼。您是否想做些新的事情？
- 審查一下您舊的 IPP，看看哪些方面發揮了作用，哪些方面沒有發揮作用。要求朋友或家人提供幫助。有沒有什麼您想要採取不同的做法？
- 列出您關心的問題和您的目標。
- 列出為了說明達成您的目標您認為您所需要的服務和支援。

- 與您信任的人討論一下您想在會議上談論的內容。然後寫下來，或請朋友或家人來幫助您。
- 用答錄機記錄下您想要書的內容，然後一起帶著參加會議。
- 練習口語表達。在關於您想要和需要的服務方面，您是您自己最好的維權人。
- 這是非常重要的會議。做好準備。不要錯過機會。

在本手冊最後我們提供了一份 **IPP 會議規劃工具**，可以幫助您為會議做好規劃準備。

另請參閱為您自己或您的子女獲取優質區域中心服務的 16 條技巧：

<http://www.disabilityrightsca.org//pubs/541301.pdf>

在 IPP 會議上要做些什麼

- 與您的小組一起談論您想要的和需要的服務和支援。
- 分享針對相關計畫和您想要的服務您事先紀錄（或錄音）的內容。
- 有禮貌，有主見。
- 如果需要，您可以要求更換不同的服務協調員並要求更換您所接受的服務。
- 在會議上，必須有人能「肯定」或「否定」您 IPP 中的內容。這個人可以是您的服務協調員或區域中心的其他工作人員。
- 詢問是否存在任何新的評估、報告或意見。
- 要求談一下您的優勢、興趣、成長領域、需求領域，以及友誼。
- 詢問任何您在自己的進展或服務方面存在的其他問題。
- 分享您目前和未來的目標。
- 討論您存在的任何具體的問題。
- 分享任何可能影響您在學校和工作上表現或行為的居住條件，以及任何最近的文檔或最新的醫療資訊。
- 記錄下相關建議和時間表，例如額外的服務或評估。
- 大聲說出您對做出的決定、將採取的行動、時間表，以及會上每個人的角色和責任的理解情況。

- 針對您發現存在積極努力、增長或變化的領域，向與您合作的人提供回饋意見。

如果能批准您 IPP 中服務的人員沒有參加您的會議，區域中心必須在 **15** 天內再次安排一次 IPP 會議。負責批准服務的區域中心工作人員必須與會。

獲取您 IPP 中服務和支援的權利

《藍特門法案》規定，為您提供的服務和支援應該能幫助您獨立、成為所在社區中有貢獻的一員，並生活在您能保持安全和健康的地方。

以下是一些（並非全部）區域中心可以說明您找到並獲取的服務和支援。

- 幫助入學或接受培訓計畫。
- 適應性設備：如果您需要可以為您提供支援使您變得更加獨立的設備，例如輪椅或會說話的電腦。

請查看透過區域中心獲取輔助設備資助的相關規定：

<http://www.disabilityrightsca.org//pubs/557901.pdf>

- 維權培訓：如果您需要瞭解有關您權利的更多資訊，來幫助維護自己的權利。

請參閱 DDS 消費者諮詢委員會刊物：

<http://www.dds.ca.gov/ConsumerCorner/Publications.cfm>

- 交通服務和/或培訓，來學習如何自己使用巴士和其他交通工具。
- 危機服務：如果您需要制定計劃，以防出現緊急情況。
- 父母訓練：如果您的子女和您需要學習如何照顧他們的更多知識。
- 性：如果您有關於性的問題或需要性關係方面的幫助。
- 幫助獲取一份工作，包括支援就業和設立小企業。
- 生活服務：協助選擇住所和搬家、選擇室友、選擇家用傢俱、日常生活活動和突發事件幫助、幫助參與社區生活和個人理財，從而讓您可以更獨立。
- 為您提供幫助的協助員，如果您想加入理事會或成為委員會成員。

請參見 DDS 消費者諮詢委員會有關協助的宣傳冊：

<http://www.dds.ca.gov/ConsumerCorner/docs/FacilitationBooklet.pdf>

- 有關參與社區內趣味活動的協助。請參見使用您的 IPP 來規劃社區活動：<http://www.disabilityrightsca.org/pubs/506301SuppK.pdf>
- 您享受更好生活所需的其他服務。這些服務可能因人而異。

在點擊以下連結查看更完整的清單：

<http://www.disabilityrightsca.org//pubs/506301SuppC.pdf>

記住！可以要求獲取不在本清單內但您需要的服務和支援。

在 IPP 小組的幫助下，在您的 IPP 內寫下您需要的服務和支援。

如果想瞭解有關如何透過您的 IPP 獲取相關服務，包括相關的示例信函和規劃工具，請參閱：

<http://www.disabilityrightsca.org/pubs/506301Suppl.pdf>

自主決定計畫

獲取由區域中心支付費用的服務的另一種方式是透過自主決定計畫。自主決定計畫可以讓您在選擇相關服務和支援方面獲取更大的控制權。您每年都能獲取一定的具體預算來購買您需要的服務和支援，從而讓您的計畫能更好地發揮作用。您可以選擇您的服務，並選擇由哪家供應商來提供這些服務。您負責保證相關服務費用在您的預算之內。您不一定必須加入自主決定計畫——選擇權在您手上。

請參閱自主決定計畫刊物：

<http://www.disabilityrightsca.org/pubs/F07701.pdf>

如果沒人聽取您的意見，該怎麼辦

您應該對您所獲取的服務和支援擁有發言權。如果相關人員不聽您的意見，請告知他人。可以告訴朋友、親屬、您的服務協調員、您的受助人權利辯護人，或您當地加州發育障礙委員會（SCDD）區域辦事處的相關人員。如果想查看您當地的 SCDD 區域（地區委員會）辦事處的清單，請參見

<http://www.disabilityrightsca.org/pubs/506301SuppAA.pdf>

您的 IPP 是一份合同

法律規定，區域中心在制定您的 IPP 時必須遵循一定的規則。

您和區域中心必須同意並簽署 IPP，然後才能開始或繼續提供相關服務。

您在簽署 IPP 時的權利

您有權先審查並思考您的 IPP 內容然後再簽字。

在您和區域中心就您的 IPP 內容達成一致前，不會開始提供您的服務。當您在 IPP 上簽字時，即表示您同意您的 IPP 內容。

如果您不同意您 IPP 中的各項內容，您不需要簽字。但是，您可以同意其中的部分內容。寫下您同意的部分以及您不同意的部分。

如果您只同意 IPP 中的部分內容，請要求您的服務協調員將這些內容寫出來，例如：

我同意 IPP 中的以下部分內容 -

- 1.
- 2.
- 3.

請立即開始/繼續提供我同意的服務。

我不同意 IPP 中的以下部分內容 -

- 1.
- 2.
- 3.

在您這樣做之後，即可開始提供您和區域中心所商定的服務。

您的 IPP 副本

- 請確保您獲取一份您 IPP 的副本。區域中心可以向參加您會議的人員寄送一份您 IPP 的副本，如果您希望他們有一份副本。
- 與關心您的人一起參加您的 IPP 會議。確保其中包含您想要的服務或支援。
- 如果包含在您的 IPP 內，區域中心必須讓您獲取這些服務或支援。

如果您不同意 IPP，您所擁有的權利

如果區域中心**拒絕**您想要的服務或支援，他們必須在 **5 天內**向您發送一份通知函，告知您他們**拒絕**了您的請求以及如何提出申訴。

如果您不同意區域中心對您想要或需要服務的決定，您有權就他們的決定提出**申訴**。如果區域中心延遲或花太長時間來做決定，請堅持您的自己決定。您也可以將延遲視為拒絕，並提出申訴。

申訴

申訴並非易事，但您有權挑戰區域中心的決定。在本指南中，我們不會介紹申訴的詳情。如果想瞭解有關申訴和投訴的資訊，請參閱《藍特門法案》第 12 章權利：<http://www.disabilityrightsca.org/pubs/506301Ch12.pdf>

如果想瞭解如何提出申訴和聽證會申請，請參閱區域中心聽證會資料集：<http://www.disabilityrightsca.org/pubs/548401.pdf>

請記住，這是您自己的生活

區域中心的作用是幫助您獲取您想要的生活。瞭解如何為自己說話。加入一個自我宣導組織或接受自我宣導的培訓。

法律規定，您有權對自己的生活做出選擇，有權獲取成為社區一員所需的服務和支援。如果您不同意某項會影響您生活的決定，一定要說出來。

獲取有關申訴的幫助

與您的 SCDD 區域（地區委員會）辦事處、家人、朋友、支援全體，或自我宣導全體討論，獲取相關支援。

每個區域中心都擁有一位受助人權利辯護人。向區域中心詢問他們的姓名和電話號碼。受助人權利辯護人可以為您提供支援。

可透過以下方式聯絡受助者權利維權辦公室，電話：

1-800-390-7032 或網址：<http://www.disabilityrightsca.org/about/OCRA.htm>

或者

您可以致電加州殘障權利署：**1-800-776-5746**

如果想獲取更多的資訊和刊物，請訪問 www.disabilityrightsca.org

IPP 會議規劃工具

此工作表可以幫助您規劃自己的 IPP 會議。使用此工具來幫助您思考自己想要的未來。

住所

您想居住在哪裡？

居住在目前的地方

我父母的住所

我自己的住所

寄養家庭（成人家庭住宅機構）

團體之家

輔助生活

獨立生活

與室友一起住在我自己的住所

其他地方

您需要哪些服務來說明您居住在您想住的地方？

更多培訓

理財幫助

侍者或室友

幫助尋找住所

能為我提供常規支援和幫助的人員

購物、烹飪和/或清潔方面的幫助

保持安全

其他服務

上班或上學的地方

您想在哪裡工作或上學？

留在我現在工作的地方

在社區內

在某工作室或中心

您想從事什麼樣的工作或參加什麼樣的學校？

帶薪工作

志願工作，您對什麼感興趣？

其他類型的工作

大學

成人教育課程

其他類型的學校

在工作或上學方面您需要哪些服務？

更新簡歷

申請工作

工作教練或工作助手

導師或筆記員

研討會培訓

其他培訓

進入工作場所或班級（例如匝道）

交通

其他服務或支援

娛樂活動

閒置時間您想做些什麼？

拜訪朋友

鍛鍊

購物

看電影或戲劇

志願者工作

體育運動

聽音樂/看電視

業餘愛好

約會

加入自我宣傳組織或 People First

幫助其他人維權
其他活動

您需要哪些服務來說明您完成您想做的事情？

培訓
侍者
協助員
交通
朋友圈
其他服務或支援

醫療與健康

您需要哪些醫療或健康服務？

醫生服務
諮詢服務
牙醫服務
性教育（安全性行為、避孕）
保持體形、鍛煉或節食
其他健康服務

在獲取醫療或健康服務方面，您還需要其他哪些支援？

培訓
侍者
可以諮詢問題的人員
辯護人或律師
協助員
其他支援

其他方面

您還需要其他哪些方面的說明？

烹飪
交通
購物
住所清潔
與更多的人交往/交朋友或約會
瞭解有關性關係和安全性行為的更多資訊
更好地與人相處
自我宣導和瞭解自己的權利
社會保障、SSI 或其他福利方面的問題
自衛
加入理事會或委員會
其他援助

您還需要其他哪些服務上的說明？

培訓
侍者
可以諮詢問題的人員
幫助建立朋友圈
辯護人或律師
導師
協助員
其他服務

[我們希望聽到您的意見！請填寫以下問卷，讓我們瞭解您對這份刊物的滿意程度！](https://docs.google.com/forms/d/1d6ezTI2M5UMAWU66exLbc1SQ9wD/PzvtuS3AGR4-cgwE/viewform?c=0&w=1)

<https://docs.google.com/forms/d/1d6ezTI2M5UMAWU66exLbc1SQ9wD/PzvtuS3AGR4-cgwE/viewform?c=0&w=1>

加州殘障權利署的資金來源廣泛，如需完整的資助人清單，請瀏覽網站：
[http://www.disabilityrightsca.org/
Documents/ListofGrantsAndContracts.html](http://www.disabilityrightsca.org/Documents/ListofGrantsAndContracts.html)。