



California's Protection & Advocacy System



Orange County Local Partnership Agreement

自我倡导 15 点说明

2019 年 9 月份 出版物 #7147.04 – Simplified Chinese

您可能需要相关服务和支​​持来达成您的目标。这意味着您可向残障人士提供服务的机构和系统进行交流。也意味着您可参加相关会议，并为自己进行倡导。自我倡导不分年龄。

本事实标列出了一些说明，可帮助您进行会议筹备，制定一项服务计划，以及解决程序中可能发生的冲突。

1. 在该程序中，您是最重要的人。

您的心声和选择发挥重要作用。思考您的需求。您的目标是什么？您现在处于哪个阶段？需要什么来实现这些目标？在您回答这些问题后，您可以更好地理解您的规划程序中都包含哪些服务、机构和组织。

2. 保存记录

保存相关文件、评估、函件和通知的复本。将之保存在文件夹或笔记本中。您还可扫描相关文件或拍照，防止重要文件丢失。

在法律上，多数机构应向您提供您记录的复本。如果您需要自己没有的记录，则您可以随时索取您记录的复本。

如果您与某人电话对话，则请写下对方姓名和职务及其所服务的机构。您可以发送与所进行对话相关的函件或电子邮件以及他们与您共享的信息。您也可以请他们以函件或电子邮件方式向您发送该等信息。

如果您不确定哪些记录对您与机构共享有用，则应考虑：您是否同意该记录中所记录的与您相关的内容？这些记录是否能帮助显示您需要您索取的服务？如果

您有可帮助您进行自我倡导的记录，则请将其带到会议上，或将其附加到您的会议请求中。 还须保存信息提供人、提供时间和提供内容方面的记录。

3. 索取您所需要的

尽管很多机构每年都会举行规划会议，但您可 **随时提请召开会议或要求提供服务**。 我们建议您：提出书面请求并解释您想在会议上讨论的内容。 在您的申请请求中，将可参会时间包含在内，这一点可能非常实用。 您应将该请求发送给那些希望来参会的人员。 您还可以将希望机构答复请求的合理截止时间包含在内。 该合理截至时间应给予机构足够的时间来考虑您的请求，并满足您的需求。

4. 主要语言

您有权要求以自己的主要语言接收信息。 您有权申请提供一名您自己主要语言（American Sign Language（ASL））的口译人员。 如果您有残疾，则您有权以备用格式（例如：大字本、布莱叶盲文或其他格斯）接收信息。 您可以请机构提供一名会议口译和/或文件翻译人员（主要语言或备用格式）。

5. 知悉您的权利

有很多种机构向残障人士提供协助。 某些人需要获得来自不同机构的服务。 而另外一些人仅需要来自一两家机构的服务。

每家机构可能拥有不同的残障服务、服务类型和服务过程管辖法律、政策和程序。 Disability Rights California 提供与向加州残障人士提供服务的机构相关的倡导和信息。 欲查阅我们的出版物或寻求协助，请访问 www.disabilityrightsca.org，或致电：(800) 776-5746。

很多机构会将相关法律链接发布到其网站上。 关于特殊教育方面的信息，请咨询 California Department of Education: www.cde.ca.gov. 关于适用于具有知识或部门残疾之人员服务/区域中心服务的信息，请咨询 California Department of Developmental Services : www.dds.ca.gov. 就雇佣前过渡服务和职业康复项目方面的信息，请咨询 California Department of Rehabilitation : www.dor.ca.gov.

6. 准备

会前，抽时间仔细查阅文件、评估和记录。如果您约见的机构在会上与您分享新的评估或报告，您可提前索要复本。您可以选择与家人、朋友、老师和专业人士对话，帮助您进行筹备。确保您向在会上见到的人员参加，且他们有能力就您的服务做出决策。

7. 规划

在会前，应考虑您的目标、需求和偏好。列出会上讨论内容大纲。如果您寻求某项服务，可就您需要的原因做出记录，这一点也非常有用。您可以随身携带所需文件，以支持您的请求。例如，医疗记录、评估、其他机构的记录、劳动市场信息和线上研究。您也可以写下问题清单，确保您不会在会上忘记提问。

8. 参与

您是会议的焦点。分享您的目标、能力、兴趣、行为能力和挑战方面的信息，这一点非常重要。会上，应确保提出问题、分享信息并提出想法。如果您不理解所说的或书面向您提供的内容，则请提问。您有权提出您所需的尽量多的问题，以便明确了解所发生的事情。如果您有支持您请求的信息、报告、评估或记录，必须与相关人员或机构分享该等信息。

如果您已寻求某项服务或提出问题，请倾听另一方的回复和他们所讲的内容。确保他们回答您的问题。询问决策原因。您可以请他们书面解释其决策。如果该决策基于某项法律、政策或程序，则您可以索要一份复本。

如需帮助或通融，从而分享您的想法和提问问题，则可事先或在会上寻求帮助。如果您需要协助来共享您的想法，则您也可以与支持您的人一起参会。

9. 创意

规划程序应符合个人实际。这意味着您的服务应适合您。鼓励他人探索不同的行为方式，特别是在现行方式不适合您的情形下。

10. 协力

每家机构和员工应具有不同的分享能力和知识。愿意倾听他们的观点和想法。询问其他人的资源、服务和成功故事。如有异议，切记团队共同目标支持您的成功。

11. 不盲目，应果断行事

每个人，特别是您自己，应致力于规划程序。明确知悉自己想要的。澄清机构能做和不能做的各项事宜。

有时，理智可能让您不会如此行事。在决定您想如何解决异议中，切记：您很有可能与提供服务的机构具有长期关系。告知您何时表达您的异议，这一点很重要。如果您发现讨论异议并不能帮助解决问题，或机构不会改变其想法，则您可以决定对该决策提出质疑，而不是继续讨论。

在多数情形下，您会收到书面通知或信函——告知请求被拒原因。如果您寻求的事宜被拒或在会上共享的信息并不适合您，则可以索要机构支持其决策所依据的法律或政策的复本。您有权知悉服务被拒的原因、服务变化的原因或服务停止的原因。

12. 您的申诉权

如有异议，您有权对所做决策提出质疑。您有权询问质疑异议决策的程序。您有权享有书面向您提供的信息。多数申诉程序都拥有与决策质疑时限方面的期限。如果您计划对决策提出质疑，则应确保您理解相关程序和时间表。

13. 临时解决方案

您可能会出现现在会上无法解决的问题或请求。如果发生该情形，应讨论做出短期行动计划，确保您享有所需服务，同时可解决您的问题。

14. 确认协议和行动项目

在会议结束前，回顾所讨论协议和行动项目的记录，从而确保每个人对会议的理解保持一致。您也可以请机构读给您听。您也可以向团队发送一份跟进邮件或信函（涉及会上讨论内容）。这将帮助您创建一份会议记录。保存好，以便回答后续问题。

15. 签署文件

确保在签署文件前，仔细阅读文件。您有权在签署前，审阅整个文件。您无需在会上签署某项计划或其他文件。您可以要求携带复本回家。签署前，您可以

考虑与亲朋好友或专业人士讨论该文件。如果您对文件存有异议或希望做出变更，则您可以在签署前请机构做出变更。仅签署您同意的内容，同时在同一份文件上或所附加的封面上记录您存在异议的内容。

期盼您的回复！请填写有关我们刊物的以下调查问卷，让我们知道我们的服务是否完善！ [\[填写调查问卷\]](#)

如需法律援助，请致电 800-776-5746 或填写 [援助申请表](#)。如有其他需求，请致电：916-504-5800（Northern CA）；213-213-8000（Southern CA）。

Disability Rights California 由各种来源筹资支持。关于集资人的完整名单，请登录 <http://www.disabilityrightsca.org/Documents/ListofGrantsAndContracts.html>。