



自我決定介紹

什麼是自我決定？

這是一種在幫助您過上想要的生活方面選擇服務和支援的方法。它不同于傳統的提供服務的方式，因為它在服務提供方式方面為您提供了更多的自由和控制。現在的方法是，區域中心花錢為您購買服務。而通過自我決定方法，您可以使用這筆錢購買您想要的服務。如果您是3歲以上的區域中心客戶，您就有資格。自我決定是完全自願的。

它是如何工作的？

首先，您制定一個以人為本的計畫。然後您與您的服務協調員一起確定您的預算（個人預算）中將包含多少資金。接下來，您決定如何花錢（支出計畫），並與您的團隊合作來為您的服務和支援找到供應商。

誰能在自我決定方面幫助我？

您可以選擇您的團隊。像朋友和家人一樣幫助您的人可以成為您團隊的成員。您甚至可以聘請獨立引導師 (IF) 來幫助您確定您的需求、制定以人為本的計畫、尋找服務商並成為您的宣傳者。讓個人自由開始吧！

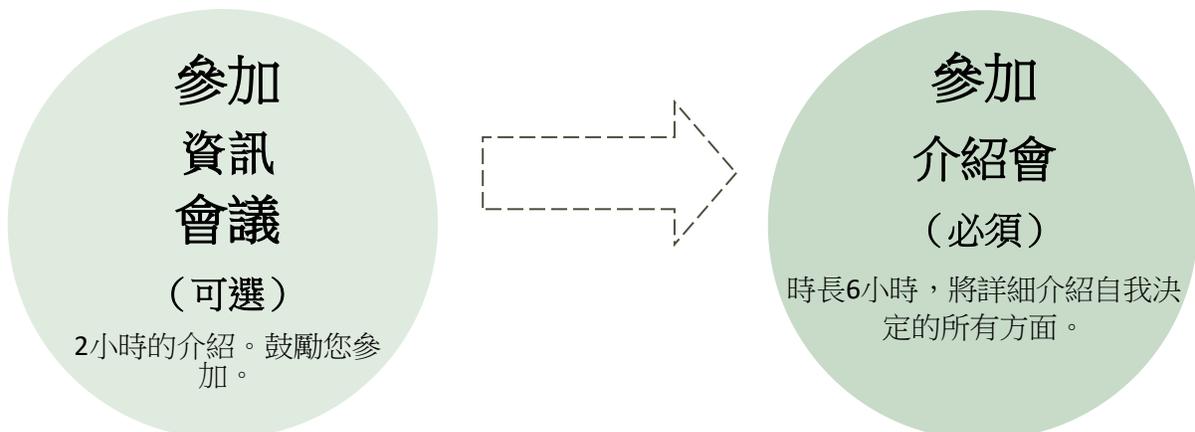
我能獲得哪些服務？

您可以選擇從個人、企業或供應商機構購買服務，只要其能幫助您實現目標即可。選擇權在您！在您的個人預算範圍內，您可以選擇購買部分或全部現有的服務，也可以選擇購買不同的服務。

我如何購買服務？

購買服務的資金將來自設定的預算。您的預算取決於區域中心去年為您的服務所支付的費用。如果您的需求發生了變化，預算也可以改變。您預算中的資金將通過財政管理服務 (FMS) 來進行管理。FMS 將幫助您支付購買服務的帳單，並可以雇用和管理您的工人。

下面如何進行？



請訪問我們網站來獲取資訊會議和介紹會的日期和時間：

<https://www.elarc.org/consumers-families/self-determination>

更多資訊可見發展服務部自我決定網頁：www.dds.ca.gov/sdp