



ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਕਾਰਡ - ਉਸ ਸਮੇਂ ਲਈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ (ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਬੱਸ ਡਰਾਈਵਰ, ਕੈਫੇ ਦੇ ਸਟਾਫ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਰਿਸੈਪਸ਼ਨਿਸਟ ਨੂੰ) ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਜਾਂ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨੂੰ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਕਾਰਡ ਰੱਖਣਾ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ ਜੇ ਕਿਸੇ ਹਾਲਤ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਸਹੀ ਰਕਮ ਦੇਣਾ
- ਪੈਰਵੀ ਲਈ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ
- ਕਿਸੇ ਬੱਸ ਸਟੋਪ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ

ਕਾਰਡ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਆਸਰੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਕਾਰਡ ਆਪ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਹੇਠਲੇ ਨਮੂਨੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਪੇਜ ਨੂੰ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਕਾਰਡ ਕੱਟੋ। ਵਿਚਕਾਰੋਂ ਮੋੜੋ ਅਤੇ ਇਕ ਕਾਰਡ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪਾਸਿਆਂ ਨੂੰ ਪੇਸਟ ਕਰੋ ਜਾਂ ਟੇਪ ਲਗਾਉ।



A guide to living with dementia

forwardwithdementia.ca

ਮੇਰਾ ਨਾਂ ਹੈ: _____

ਮੈਨੂੰ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੈ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧੀਰਜ ਰੱਖੋ।

ਮੈਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਗੁੰਮ ਜਾਂ ਫਿਕਰਮੰਦ ਲੱਗਾਂ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ:



A guide to living with dementia

forwardwithdementia.ca

ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਮੈਂ ਹਾਂ, ਉਸ ਨੂੰ ਡਿਮੈਂਸ਼ੀਆ ਹੈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧੀਰਜ ਰੱਖੋ।

ਸਾਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ