# ਖ਼ਪਤਕਾਰਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ - ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣੋ

**ਮਈ 2025**

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਇਲਾਜ ਲਈ ਆਰਡਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ Victorian Mental Health and Wellbeing Act 2022 (ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਐਕਟ 2022) ਦੇ ਤਹਿਤ ਕਈ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

* ਇਹ ਜਾਣਨ ਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਆਦੇਸ਼ ਕਿਉਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
* **ਇਹ ਮੰਨੇ ਜਾਣ ਦਾ ਕਿ** ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲੇ **ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ** ਹੈ। ਇਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ:
* ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਲਈ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
* ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਨਵਲਸਿਵ ਥੈਰੇਪੀ (ECT) ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
* ਆਪਣੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਮੁਲਾਂਕਣ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:
* ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਪਸੰਦਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਦਬਾਅ ਜਾਂ ਮਜ਼ਬੂਰ ਕੀਤੇ ਤੋਂ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਵਾਜਬ ਸਮਾਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ
* ਆਪਣੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਣਾ
* ਹੋਰ ਸਲਾਹ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ।
* **ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਨ ਅਤੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ,** ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ, ਪਸੰਦਾਂ, ਸਵਾਲਾਂ, ਜਾਂ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।
* **ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ,** ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ, ਢੁੱਕਵੇਂ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਸੰਵੇਦੀ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਸਮਰਥਕਾਂ, ਜਾਂ ਪੱਖ-ਪੂਰਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹੋਣ।
* **ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ**, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ:
* ਕੋਈ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਇਲਾਜ, ਇਸਦਾ ਉਦੇਸ਼, ਫਾਇਦੇ, ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਜੋਖਮ ਜਾਂ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ)
* ਕੋਈ ਹੋਰ ਉਪਲਬਧ ਇਲਾਜ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝ ਸਕੋ ਅਤੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇ। ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

* **ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਸੰਬੰਧੀ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਜ਼ੋਖਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ।**
* **ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲਾ ਇਲਾਜ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ**, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ, ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਉਪਲਬਧ ਇਲਾਜਾਂ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ:
* ''ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ" ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ **ਜਿੰਨੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।** ਜੋ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਹੈ ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਈ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਨਾ ਹੋਵੇ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਹੀ ਇਲਾਜ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ **ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।**
* ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਦਾ ਆਰਡਰ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਜੇਕਰ ਇਸ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲਾ **ਸੰਭਾਵੀ ਨੁਕਸਾਨ** ਉਸ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਇਸ ਇਲਾਜ ਨੇ ਰੋਕਣਾ ਹੈ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਤਦ ਹੀ **ਇਕੱਲਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂ ਰੋਕਿਆ (ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਰੱਖਿਆ) ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ** ਜਦੋਂ ਸਾਰੇ ਵਾਜਬ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਵਾਲੇ ਵਿਕਲਪ ਅਜ਼ਮਾਏ ਜਾਂ ਵਿਚਾਰੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹੋਣ।
* **ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰਯੋਗ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ** ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:
* ਤੁਹਾਡੀ ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ, ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ, ਲਿੰਗ, ਨਸਲ, ਭਾਸ਼ਾ, ਜਾਤੀ, ਧਰਮ (ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ), ਵਰਗ, ਸਮਾਜਿਕ-ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ, ਉਮਰ ਸੰਬੰਧੀ ਅਪੰਗਤਾ, ਬੌਧਿਕ-ਅਪੰਗਤਾ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਭੂਗੋਲਿਕ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ
* ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ **ਸਿਹਤ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ** ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ
* ਤੁਹਾਡੀ **ਇੱਜ਼ਤ, ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ** ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ
* ਤੁਹਾਡੀ **ਸਿਹਤਯਾਬੀ** ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ।
* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ **ਫ਼ਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼** ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਖ਼ਾਸ **ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਪਛਾਣ** ਦਾ ਆਦਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:
* ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ **ਸਵੈ-ਨਿਰਣੇ** ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ
* ਪਰਿਵਾਰ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ, ਭਾਈਚਾਰੇ, ਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ **ਸੰਬੰਧ** ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
* ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸੇਵਾ ਤੋਂ *ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਐਕਟ 2022* ਦੇ ਤਹਿਤ **ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ**, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:
* ਢੁੱਕਵੇਂ ਸਮੇਂ 'ਤੇ **ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ** ਅਤੇ **ਮੌਖਿਕ ਰੂਪ** ਵਿੱਚ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨ ਮਿਲਣਾ
* **ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ** ਜੋ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਸੰਪੂਰਨ ਅਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣ।
* ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਹੀ ਅਤੇ ਆਦਰਯੋਗ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ:
* ਤੁਸੀਂ **ਗ਼ਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ** ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
* ਜੇਕਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਅਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ **ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਿਆਨ** ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਲੋੜੀਂਦੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਈਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
* ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਇਲਾਜ ਸੰਬੰਧੀ ਤਰਜੀਹਾਂ ਅਗਾਊਂ ਬਿਆਨ ਰਾਹੀਂ **ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਇਲਾਜ, ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਤਰਜੀਹਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੋਵੇ:**
* ਤੁਹਾਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਦਾ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇਲਾਜ ਤਰਜੀਹਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ
* ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਤਰਜੀਹੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ 10 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਸਦਾ ਸਪਸ਼ਟੀਕਰਨ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋਵੇਗਾ।
* **ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਨਾਮਜ਼ਦ ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ** ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕੇ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਉਸਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰ ਸਕੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕੇ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕੇ।
* ਕਈ ਵਾਰ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਮਜ਼ਦ ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
* ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਰਾਏ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ:
* ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਤੋਂ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖ Second Psychiatric Opinion Service ਤੋਂ
* ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਦੂਜੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨੂੰ ਕਾਰਨ ਦੱਸਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ 10 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਅਧਿਕਾਰ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਮੁੱਖ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੂੰ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।
* **ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ –** ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੋਵੋਗੇ, ਜੇਕਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ:
* ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਚਾਰ ਰੋਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
* ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ **ਵਕੀਲ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਐਡਵੋਕੇਟ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਕਮਿਸ਼ਨ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ, ਮੁੱਖ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ, ਜਾਂ ਪਬਲਿਕ ਐਡਵੋਕੇਟ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਜ਼ਟਰ** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
* ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਸੇ **ਵਕੀਲ** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ।
* **IMHA ਐਡਵੋਕੇਟ** ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਤੋਂ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋਗੇ, ਤਾਂ IMHA ਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੌਕਿਆਂ ‘ਤੇ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। IMHA ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾ ਕਿਹਾ ਹੋਵੇ।
* ਕਿਸੇ ਐਡਵੋਕੇਟ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਜ਼ਟਰ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ **ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨਾ।**
* ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਤੋਂ ਸੁਣਵਾਈ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਕੇ **ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਦੇ ਆਰਡਰ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਅਪੀਲ ਕਰਨਾ:**
* ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।
* ਉਸ ਸੇਵਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ **ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰੋ।** ਇਹ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

# IMHA ਬਾਰੇ

IMHA ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਿਰਪੱਖ, ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਾਡੇ IMHA ਐਡਵੋਕੇਟ:

* ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ
* ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ
* ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕੋ
* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ

# IMHA ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ:

* [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) ਵੈੱਬਸਾਈਟ ‘ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ
* [contact@imha.vic.gov.au](mailto:contact@imha.vic.gov.au) 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ
* ਤੁਸੀਂ IMHA ਦੀ ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨ [**1300 947 820**](tel://1300947820/) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਨੂੰ IMHA ਦੇ ਐਡਵੋਕੇਟ   
  ਸੰਭਾਲਦੇ ਹਨ (ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ 9:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਜਨਤਕ ਛੁੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ)
* ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਸੁਣਨ ਲਈ IMHA ਅਧਿਕਾਰ ਲਾਈਨ ਨੂੰ [**1800 959 353**](tel://1800959353/)'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
* IMHA ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਹੋ
* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ IMHA ਬਾਰੇ ਫੀਡਬੈਕ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਫੀਡਬੈਕ ਭਾਗ 'ਤੇ ਜਾਓ।

