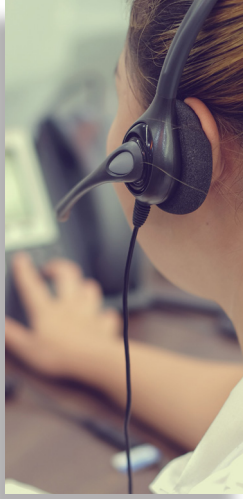


کیا HARP میرے لیے صحیح انتخاب ہے؟

آیا آپ اندراج کروانے کے اہل ہیں یا نہیں اس کا
پتہ کرنے کے لیے یا HARPs کے بارے میں
مزید جاننے کے لیے نیو یارک Medicaid چوائس
(New York Medicaid Choice) کو کال کریں۔



صلاحکاران ساری زبانوں میں
مدد کر سکتے ہیں:
1-855-789-4277

TTY صارفین:
1-888-329-1541

پیر تا جمعہ:
صبح 8:30 تا شام 8 بجے

سنیچر:
صبح 10 بجے تا شام 6 بجے

آپ کا ڈاکٹر، ذہنی صحت کا اسپیشلسٹ، یا ممنوعات
کے بیجا استعمال سے متعلق صلاحکار یہ فیصلہ
کرنے میں آپ کی مدد کر سکتا ہے کہ آیا HARP میں
شمولیت اختیار کرنا آپ کے لیے درست انتخاب ہے۔

آپ کا مقامی فراہم کنندہ:

یہ آپ کی تمام دیکھ بہال کے لیے ایک منصوبہ ہے



صحت اور صحتیابی کے منصوبے (Health
And Recovery Plans, HARPs)
Medicaid کی منضبط نگہداشت (Managed Care
Medicaid) کے منصوبے ہیں جو آپ
کی جسمانی اور رویہ جاتی صحت کی دیکھ بہال
کے عوض ادائیگی کرتے ہیں۔

HARP کا عملہ، جو رویہ جاتی صحت (ذہنی
صحت اور ممنوعات کے استعمال) میں تخصیص
رکھتا ہے، آپ کی بات سننے اور آپ کے ساتھ
کام کرنے کے لیے دستیاب ہے۔

شامل ہوں

HARP

صحت اور صحتیابی منصوبہ

HARP کیا ہے؟

آپ کی نگہداشت میں باہمی تعاون کرنا



HARP کے ایک ممبر کے بطور، آپ اپنے لیے اہمیت کی حامل چیز حاصل کرنے کے واسطے ایک ذاتی منصوبہ فروغ دینے میں اپنی مدد کے لیے کیئر کوآرڈینیشن حاصل کر سکتے ہیں۔

کیئر کوآرڈینیشن یہ بھی یقینی بنائے گا کہ آپ کے سبھی فراہم کنندگان آپ کے لیے ساتھ مل کر کام کر رہے ہیں۔

اہلیت

HARP میں شمولیت اختیار کرنے کے لیے آپ کی عمر 21 سال یا زائد ہونا، صرف Medicaid سے بیمہ شدہ ہونا اور Medicaid کی منضبط نگہداشت کے لیے اہل ہونا ضروری ہے۔

آپ کو نیو یارک اسٹیٹ یا نیو یارک Medicaid چوائس کی جانب سے آپ کی اہلیت کی تصدیق کرتے ہوئے ڈاک میں ایک خط ملے گا۔

کمیونٹی میں اساس رکھنے والی خدمات

HARP میں اندراج یافتگان ان نئی خدمات کے اہل ہو سکتے ہیں جو آپ کی ذہنی صحت اور ممنوعات کے استعمال سے صحتیابی میں تعاون کرنے میں مدد کرتی ہیں۔

انہیں بالغوں کی رویہ جاتی صحت کے لیے گھر اور کمیونٹی میں مبنی خدمات (Adult Behavioral Health Home and Community-Based Services, Adult BH HCBS) کہا جاتا ہے۔ ان خدمات سے آپ کے اہداف میں مدد مل سکتی ہے۔

آزادانہ طور پر زندگی گزارنا

• زندگی کی اہلیتیں حاصل یا دوبارہ حاصل کرنا۔
• خود وکالتی اور تعلقات پر گفت و شنید۔

اسکول واپس جانا یا نوکری

تلاش کرنا

تعلیم اور ملازمت کی مختلف سطحوں پر درکار اہلیتیں اور جانکاری حاصل کرنا، بشمول:

• اسکول جانا اور وہاں ٹھہر جانا۔
• نوکری تلاش کرنا، برقرار رکھنا یا تبدیل کرنا۔

تناؤ پر قابو پانا

- تناؤ عام سی بات ہے اور تبدیلی کے خواہش جتنی شدید ہو سکتی ہے۔
- تناؤ پر ردعمل کرنے کا طریقہ جانیں تاکہ آپ کے لیے اہمیت کی حامل چیزوں میں اس سے خلل نہ پڑے



آس پاس موجود لوگوں سے مدد حاصل کرنا

- ذہنی صحت یا ممنوعات کے استعمال سے صحتیابی کی حالت میں آگئے لوگوں سے تعاون۔
- اپنے اہل خانہ اور دوستوں کو جانکار دیں تاکہ آپ کو تعاون ملے۔