

|  |
| --- |
| ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਟੇਟਮੈਂਟ  *Punjabi / ਪੰਜਾਬੀ*  *(Statement of Rights)*  ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਨਵਲਸਿਵ ਇਲਾਜ (ECT)  *(Electroconvulsive Treatment (ECT))* |
| |  | | --- | | ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਇਸ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਨਵਲਸਿਵ ਇਲਾਜ ਦਾ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।  ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਐਕਟ 2022 (ਵਿੱਕ) (Mental Health and Wellbeing Act 2022) 'ਇਹ ਐਕਟ' ਦੇ ਤਹਿਤ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ - । | | ਦਫ਼ਤਰੀ |  ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਸੰਬੰਧੀ ਮੱਦਦ  * ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। * ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ, ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਵਕੀਲ ਤੋਂ ਮੱਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। * ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਇਸ ਸ਼ੀਟ ਦਾ 'Get Help (ਮੱਦਦ ਲਵੋ)' ਭਾਗ ਦੇਖੋ। * A blue sign with white figures    Description automatically generated with low confidenceਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ www.health.vic.gov.au 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਭਾਈਚਾਰਕ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। * ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਲੈਣ ਲਈ 131 450 'ਤੇ (Translating and Interpreting Service)ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। |

# ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਨਵਲਸਿਵ ਇਲਾਜ (ECT) ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਕਨਵਲਸਿਵ ਇਲਾਜ (ECT) ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦੌਰੇ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਡਾਕਟਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਨਰਲ ਅਨੱਸਥੀਸੀਆ ਦੇ ਅਧੀਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ECT ਦਾ ਇੱਕ ਕੋਰਸ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ 12 ਇਲਾਜਾਂ ਤੱਕ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਲਾਜ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ECT ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿੰਨ ਤੋਂ ਚਾਰ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਦਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ECT ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ ਜਾਂ ਬਗ਼ੈਰ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

## ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ

* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ECT ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਸਨੂੰ ਲੈਣ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
* ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ECT ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ECT ਦੇਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਆਰਡਰ ਲਈ Mental Health Tribunal (ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ) ਕੋਲ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਤਾਂ ਹੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੂੰ ਇਹ ਮੰਨਕੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੋਵੇਗੀ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

* ਉਸ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕਦੇ ਹੋ;
* ਉਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ;
* ਉਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਂ ਤੁਲਨਾ ਸਕਦੇ ਹੋ; ਅਤੇ
* ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਸਦੇ ਸਹੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਹੋਣ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।.

## ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ECT ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ ਹੈ

ECT ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਾਰੇ ਮਾਪਦੰਡ ਪੂਰੇ ਕਰਨੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ:

* ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ, ਅਤੇ
* ਤੁਸੀਂ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਹਿਮਤੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਵਾਲਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਹੈ ਜੋ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ECT ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ECT ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ Mental Health Tribunal ਤੋਂ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਲੈਣ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।.

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ

ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੂੰ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਲਈ Mental Health Tribunal ਕੋਲ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ECT ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ECT ਕਰਵਾਓ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ECT ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਰੋਕਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।.

## ਲਾਜ਼ਮੀ ECT

ਲਾਜ਼ਮੀ ECT ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ECT ਹੋਣਾ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ECT ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ Mental Health Tribunal ਵੱਲੋਂ ਮੰਨਜ਼ੂਰੀ ਦੇਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ ਹੈ

ECT ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਗ਼ੈਰ ਉਦੋਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ:

* ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ;
* ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ECT ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ; ਅਤੇ
* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਮਰੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ECT ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੂੰ Mental Health Tribunal ਨੂੰ ਵੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ:

* ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦੀ ਘਾਟ ਹੈ; ਅਤੇ
* ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੋਈ ਇਸਤੋਂ ਘੱਟ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ECT ਲਈ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸਦਾ ਕਾਰਨ ਦੱਸਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, Office of the Public Advocate (ਪਬਲਿਕ ਐਡਵੋਕੇਟ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ) ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ: [www.publicadvocate.vic.gov.au/medical-treatment](http://www.publicadvocate.vic.gov.au/medical-treatment)

ਤੁਹਾਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ECT ਦੇਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹ ਸੋਚਦੇ ਹਨ:

* ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੁਣ ਸੂਚਿਤ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ECT ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ; ਜਾਂ
* ECT ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਬੰਦਿਸ਼ ਵਾਲਾ ਇਲਾਜ ਵਿਕਲਪ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਜਿੰਨੀ ਹੋ ਸਕੇ, ਓਨੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਹੈ ਉਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਈ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।.

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 18 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## Mental Health Tribunal

Mental Health Tribunal ਨੂੰ ECT ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਦੇ ਪੰਜ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਟਾਫ਼, ਵਕੀਲ ਜਾਂ ਐਡਵੋਕੇਟ ਤੋਂ ਮੱਦਦ ਮੰਗ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ:

* ਉਸ ਰਿਪੋਰਟ ਦੀ ਇੱਕ ਕਾਪੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੇ ਇਸ ਸੁਣਵਾਈ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੋ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ Mental Health Tribunal ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ Mental Health Tribunal ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਜਾਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪੜ੍ਹਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ;
* ਆਪਣਾ ਬਿਆਨ ਜਾਂ ਸਬੂਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ; ਅਤੇ
* ਤੁਹਾਡੀ ਸੁਣਵਾਈ ਦੇ 20 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ Mental Health Tribunal ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਦੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਦੇਣ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਦਾ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ECT ਆਰਡਰ ਬਾਰੇ ਅਪੀਲ ਕਰਨ ਲਈ Victorian Civil and Administrative Tribunal (ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਸਿਵਲ ਐਂਡ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ) (VCAT) ਨੂੰ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ

# ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੇ ECT ਦਾ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਜ਼ਾਦੀ ਅਤੇ ਵਿਕਲਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਕਵਰੀ ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਲਈ ਬੰਦਿਸ਼ਾਂ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ECT, ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਕ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇਸਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਦੱਸਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਸਵਾਲ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ:

* ECT ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਸ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?
* ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਲਈ ECT ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਕਿਉਂ ਦੇ ਰਹੇ ਹੋ?
* ਮੈਨੂੰ ECT ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
* ECT ਦੇ ਫਾਇਦੇ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਕੀ ਹਨ?
* ਕੀ ECT ਮੇਰੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰੇਗਾ?
* ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਮੇਰੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋਗੇ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ECT ਕਰਨ ਲਈ ਆਰਡਰ ਲੈਣ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਰਡਰ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਲਾਜ਼ਮੀ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪਸੰਦੀਦਾ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਜਵਾਬ ਦੇਣੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹੀ ਹੋਵੇ।.

## ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਹਾਇਤਾ ਹੋਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਕੁੱਝ ਨੁਕਤਿਆਂ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਇਸ ‘ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਡਾ:

* ਨਾਮਜ਼ਦ ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ;
* ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਐਡਵੋਕੇਟ;
* ਸਰਪ੍ਰਸਤ;
* ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ; ਜਾਂ
* ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ (ਜੇਕਰ 16 ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਹੈ)।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।.

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਚੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਢੁੱਕਵਾਂ ਸਮਾਂ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਉਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦੇਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਸੋਚਦੇ ਹੋਣ ਕਿ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੁੱਝ ਜ਼ੋਖਮ ਹੈ।

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਨਾਖਤ ਦਾ ਆਦਰ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਗੱਲਬਾਤ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ, ਉਮਰ, ਅਪਾਹਜਤਾ, ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ, ਧਰਮ, ਅਤੇ ਜਿਨਸੀ ਝੁਕਾਅ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪਛਾਣਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ, ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ

ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ (First Nations) ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਿਲੱਖਣ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵੈ-ਨਿਰਣੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ, ਭਾਈਚਾਰਾ, ਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਤੋਂ ਮੱਦਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ:

* ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ 'ਤੇ ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਸੰਪਰਕ ਅਧਿਕਾਰੀ (Aboriginal Liaison Officer) ।
* Victorian Aboriginal Legal Service (ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾ) ।.

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਦਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

* ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ;
* ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੰਭਵ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ; ਅਤੇ
* ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ, ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ, ਜਾਂ ਵਕੀਲਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਥਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੋਣ 'ਤੇ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ 'ਤੇ ਪਾਬੰਧੀ ਲਗਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

* ਵਕੀਲ ਨਾਲ;
* Mental Health and Wellbeing Commission (ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਕਮਿਸ਼ਨ) ਨਾਲ;
* Mental Health Tribunal ਨਾਲ;
* ਮੁੱਖ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ (Chief Psychiatrist) ਨਾਲ;
* ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨਾਲ; ਜਾਂ
* Office of the Public Advocate (ਪਬਲਿਕ ਐਡਵੋਕੇਟ ਦਾ ਦਫ਼ਤਰ) ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਜ਼ਟਰ ਨਾਲ।.

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਕਾਲਤ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਨਿਰਪੱਖ ਅਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਵਕਾਲਤ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ Independent Mental Health Advocacy (ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਐਡਵੋਕੇਸੀ) (IMHA) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਕਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਆਰਡਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ IMHA ਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਹੀ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਗੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾ ਕਿਹਾ ਹੋਵੇ।

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਲਈ ਵਕੀਲ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਜੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਤੋਂ ਰਾਏ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਇਹ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ:

* ਤੁਸੀਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ; ਅਤੇ
* ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।.

ਦੂਜੀ ਰਾਏ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

* Second Psychiatric Opinion Service (ਦੂਜੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਰਾਏ ਸੇਵਾ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਿ ਮੁਫ਼ਤ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖ ਹੈ;
* ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਵਾ ਵਿਚਲੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਲਈ ਪੁੱਛੋ; ਜਾਂ
* ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਉਹ ਬਲਕ ਬਿਲ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।.

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਬਾਰੇ ਅਗਾਊਂ ਬਿਆਨ ਦੇਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਇਹ ਉਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਇਲਾਜ, ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਉਹੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲਿਖਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਉਹ ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਬੰਦ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸੇ ਤਰਜੀਹੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 10 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਨਾਮਜ਼ਦ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿਅਕਤੀ ਚੁਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਇਹ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਰਸਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਵਕਾਲਤ ਕਰਨ ਲਈ ਚੁਣਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਉਸ ਗੱਲ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਨਾ ਕਿ ਉਸਦੀ ਜੋ ਉਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਸੇਵਾ ਜਾਂ Mental Health and Wellbeing Commission (MHWC) ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ

ਤੁਸੀਂ 'ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ (Freedom of Information) ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਨਤਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੀ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਅਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਈਲ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

# Get help (ਮੱਦਦ ਲਵੋ)

ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਮੱਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

| ਸੇਵਾ | ਵੇਰਵੇ | Contact details |
| --- | --- | --- |
| Independent Mental Health Advocacy | ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰ ਐਡਵੋਕੇਸੀ ਸੇਵਾ | 1300 947 820  [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) |
| Victoria Legal Aid (ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਲੀਗਲ ਏਡ) | ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ | 1300 792 387  [www.legalaid.vic.gov.au](http://www.legalaid.vic.gov.au) |
| Mental Health Legal Centre (ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕੇਂਦਰ) | ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ | 9629 4422  [www.mhlc.org.au](http://www.mhlc.org.au) |
| Victorian Aboriginal Legal Service | ਐਬੋਰਿਜ਼ਨਲ ਅਤੇ ਟੋਰੇਸ ਸਟ੍ਰੇਟ ਆਈਲੈਂਡਰ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ | 9418 5920  [www.vals.org.au](http://www.vals.org.au) |
| Community Visitors (ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿਜ਼ਟਰ) | ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ | 1300 309 337  [www.publicadvocate.vic.gov.au/opa-volunteers/community-visitors](http://www.publicadvocate.vic.gov.au/opa-volunteers/community-visitors) |
| Second Psychiatric Opinion Service | ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਦੂਜੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਰਾਏ | 1300 503 426  [www.secondopinion.org.au](http://www.secondopinion.org.au) |
| Mental Health and Wellbeing Commission | ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਸੇਵਾ | 1800 246 054  [www.mhwc.vic.gov.au](http://www.mhwc.vic.gov.au) |
| Mental Health Tribunal | ਇਲਾਜ ਦੇ ਆਰਡਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਅਤੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ | 1800 242 703  [www.mht.vic.gov.au](http://www.mht.vic.gov.au) |

# ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ

* ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਐਕਟ 2022 (ਵਿੱਕ)

[www.legislation.vic.gov.au/as-made/acts/mental-health-and-wellbeing-act-2022](http://www.legislation.vic.gov.au/as-made/acts/mental-health-and-wellbeing-act-2022)

* Office of the Chief Psychiatrist (ਮੁੱਖ ਮਨੋਚਿਕਿਤਸਕ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ) ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ   
  [www.health.vic.gov.au/chief-psychiatrist/chief-psychiatrist-guidelines](http://www.health.vic.gov.au/chief-psychiatrist/chief-psychiatrist-guidelines)
* Victoria Legal Aid ਵੈੱਬਸਾਈਟ  
  [www.legalaid.vic.gov.au/mental-health-and-your-rights](http://www.legalaid.vic.gov.au/mental-health-and-your-rights)
* ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਐਕਟ (Mental Health and Wellbeing Act) ਕਿਤਾਬਚਾ

[www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act-handbook](http://www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act-handbook)

* ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਦਾ ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਚਾਰਟਰ (Victorian Charter of Human Rights and Responsibilities)   
  [www.legislation.vic.gov.au/in-force/acts/charter-human-rights-and-responsibilities-act-2006/015](http://www.legislation.vic.gov.au/in-force/acts/charter-human-rights-and-responsibilities-act-2006/015)
* Independent Mental health Advocacy ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

[www.imha.vic.gov.au/know-your-rights](http://www.imha.vic.gov.au/know-your-rights)

* ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ, ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ (Victorian Department of Health Statement of Rights)

www.[health.vic.gov.au](https://www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act)

|  |
| --- |
| To receive this document in another format email [mhwa@health.vic](mailto:mhwa@health.vic).gov.au  Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.  © State of Victoria, Australia, Department of Health, August 2023.  ISBN 978-1-76131-286-1 (pdf/online/MS word)  Available at [health.vic.gov.au](https://www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act) < https://www.health.vic.gov.au/mental-health-and-wellbeing-act > |

A close-up of a logo

Description automatically generated