



## Koj Yog Ib Tus Tseem Ceeb!

Txoj kev pab tu lwm tus uas koj muab yog ib qho tseem ceeb heev! Vim muaj koj, tus neeg uas koj pab tu thiaj muaj peev xwm nyob tau hauv lub zej zos mus ntiv thiab tau txais qhov kev pab tu los ntawm ib tus neeg uas nws hlub thiab ntseeg siab.

Tej tswv yim uas qhia tias koj yuav tau saib xyuas koj tus kheej thaum koj muab kev pab tu lwm tus yog ib qho mloog mas zoo li yooj yim, tab sis yog thaum nqes tes ua kias lawm kuj yog ib qho nyuaj. Nws yog ib qho tseem ceeb uas yuav tau saib xyuas koj tus kheej vim koj yog ib tus tseem ceeb!

Ib ntawm cov kev ua yuam kev loj tshaj plaws uas koj muaj peev xwm ua tau yog tos kom txog thaum koj twb hnov nyuaj siab dhau lawm mam ua cov kev hloov pauv los yog nrhiav kev pab txhawb nqa. Nws yog ib qho muaj nqi loj heev los tsim kom muaj cov kev nquag ua kom noj qab haus huv thiab muaj ib daim phiaj npaj nyob muaj chaw ua ntej koj dhau los ua ib tus neeg pab tsis tau koj lawm.

## Nrhiav kom paub Cov Pab Pawg Muab Kev Txhawb Nqa thiab Cov Chaw Muaj Kev Pab On-line\*

### Wisconsin Cov Kev Pab Cuam Muab Kev Txhawb Nqa Tsev Neeg Muab Kev Pab Tu Lwm Tus

<https://wisconsin caregiver.org>

muaj ib daim ntawv teev cov pab pawg muab kev txhawb nqa siv cuab yeej nyob deb sib tham

### Lub Network Ntawm Cov Neeg Muab Kev Pab Tu Lwm Tus

(1-202-454-3970)

<https://www.caregiveraction.org>

muaj Tsev Neeg Muab Kev Pab Tu Lwm Tus ib lub Toolbox, Tus Neeg Pab Tu Lwm Tus ib lub Help Desk, thiab ib chav sib tham tsis qhia npe

### Trualta

(1-800-214-5085)

<https://www.trualta.com>

muab kev cob qhia tsis tau them nyiaj, kom muaj kev txawj, kev kho mob uas siv tau rau cov neeg muab kev pab tu lwm tus

### Koom Haum Tsev Neeg Muab Kev Pab Tu Lwm Tus

(1-800-445-8106)

<https://www.caregiver.org>

muaj ib daim ntawv teev cov chaw muaj kev pab rau cov neeg muab kev pab tu lwm tus thiab cov chav kawm xws li kev sib fim sib law "Let's Get Away Together"

\*Txij thaum 2/2023

800-963-0035 TTY: 711  
www.mychoicewi.org



Ib Cov Lus Qhia Rau Tus Neeg Muab Kev Pab Tu Lwm Tus los Txo Tej Kev Nyuaj Siab Kom Muaj Tsawg



*“Thov kev pab tsis yog vim koj ua tsis tau, tab sis yog vim koj xav kom muaj lub zog khov kho mus ntxiv.”*

– Les Brown

## **Txoj Kev Txo Tus Neeg Muaj Kev Pab Tu Lwm Tus Tej Kev Nyuaj Siab Kom Muaj Tsawg yog ib Pab Pawg Txoj Kev Koom Tes!**

Cov neeg pab tu lwm tus yog cov muaj kev pheej hmoo siab hais txog qhov dhuav txoj hauj lwm, muaj kev nyuaj siab ntau heev, thiab muaj teeb meem mob nkeeg loj dua lwm cov neeg. Txoj kev txo thiab tiv thaiv tus neeg muab kev pab tu lwm tus tej kev nyuaj siab thiab lub nra hnyav yog qhov tseem ceeb thiab yuav tsum yog ib pab pawg muab kev txhawb ua hauj lwm ua ke: uas yog yuav tsum muaj koj tus kheej uas yog tus neeg muab kev pab tu lwm tus, tus neeg uas tau txais qhov kev pab tu, koj pab pawg muab kev pab tu ntawm My Choice Wisconsin, thiab cov chaw muab kev pab hauv zej zos thiab lub teb chaws.

## **Tsis Txhob Tsis Quav Ntsej Saib Xyuas Tus Kheej**

Nws kheev yog ib qho nyuaj rau yus ntsia pom dhau ntawm cov hauj lwm muab kev pab tu lwm tus uas nyob tos yus txhua hnuv tab sis nws kuj muaj tej yam me me uas yus tuaj yeem ua tau los saib xyuas yus tus kheej. Tej thaum kuj yog tej yam yooj yim xws li nyob twj ywm xav tswv yim txog tej qhov ua rau yus zoo siab txhua hnuv, los yog tab txawm yog siv sij hawm ob peb fiab los sib zog ua pa kuj tuaj yeem txo tau them kev nyuaj siab kom qis.

Kev mloog nkauj kuj tuaj yeem yog ib txoj kev yooj yim los txo txoj kev nyuaj siab thiab muaj kev lom zem, rau koj tus kheej thiab tus neeg uas koj pab tu nws neb ob leeg.

Siv sij hawm li ob peb feeb los tham nrog ib tus neeg uas koj hlub, phooj ywg, tus pab tswv yim rau fab ntsuj plig, los yog tsis hais leej twg uas yuav pab tau kom koj muaj kev zoo siab.

Tsis txhob tsis quav ntsej koj kev noj qab haus huv. Sim so kom txaus thiab ua esxawsxais thaum koj ua tau.

Nco ntsoov noj tej puas noj uas muaj tej khoom zoo rau lub cev txhua txhua hnuv, thiab thaum koj xav noj ces noj tej yam khoom uas koj nyiam thaum lub sij hawm uas hnov zoo li muaj kev nyuaj siab.

Nrhiav ua tej yam uas koj nyiam los yog siab xav ua. Siv sij hawm ob peb feeb ib hnuv twg los ua tej yam uas koj nyiam kuj tuaj yeem muaj txiaj ntsig zoo rau koj.

Muab ib daim ntawv los teev tej yam uas koj xav ua kom koj pom tias ib hnuv twg koj ua tau ntau npaum cas!



## **Hu rau Lub Chaw Pab Cov Neeg Muaj Hnuv Nyooq thiab Muaj Mob Xiam Oob Khab hauv Zos (Local Aging and Disability Resource Center, ADRC)**

Lub ADRC muaj cov ntaub ntawv qhia paub txog ntau cov kev pab cuam thiab cov kev pab ntsig txog txoj kev pab tu lwm tus, xws li:

- **Kev Pab Hauv Xov Tooj**
- **Cov Pawg Muab Kev Txhawb Cov Neeg Pab Tu Lwm Tus Hauv Zos**
- **Lub Network Muab Kev Txhawb Tsev Neeg Muab Kev Pab Tu Lwm Tus**
- **Ntaub Ntawv thiab Kev Qhia Online**
- **Ntau yam ntxiv!**

Nrhiav kom tau ib lub ADRC hauv zos on-line ntawm [dhs.wisconsin.gov/adrc](https://dhs.wisconsin.gov/adrc) los yog nug tus tswv cuab pab pawg muab kev tu kom pab.

## **Koom tes ua hauj lwm nrog tus Tswv Cuab thiab Pab Pawg Muab Kev Pab Tu**

Tej zaum koj muaj qee cov kev pab rau tus tswv cuab uas tuaj yeem txo tau koj lub nra ib txhia tawm ntawm koj. Koom tes ua hauj lwm nrog tus tswv cuab thiab pab pawg muab kev pab tu hais txog cov kev pab uas tuaj yeem muab los ntxiv tau rau hauv tus tswv cuab daim phiaj npaj tu nws (Member Centered Plan, MCP).