

## 指南

# NDIS 参与者的计划前指南

本计划前指南旨在帮助您为制定个性化的应急计划做准备。

如需获得该信息的易读版本，请参阅新州心智障碍委员会（Council for Intellectual Disability NSW）提供的指南：[My Safety Plan](#)（《我的安全计划》）。

### 开始准备

您需要考虑的第一件事是您是否已经有一份应急计划。如果有的话，是否需要更新？

如果需要更新，您会请谁来帮助您更新？

### 确定哪些人士和哪些服务可以为您提供帮助

您不必全靠自己来做准备并制定计划。您的 NDIS 服务机构、家人和朋友或当地社区组织也许能够帮助您。

您应该与您信任的人一起做这些工作。

如果您居住在残障人士专门住宿设施（Specialist Disability Accommodation），您的 NDIS 服务机构应该帮助您准备或更新您的计划。

以下是一些可以提供帮助的社区组织：

- 当地市政府
- 残障人士倡权团体
- 当地多元文化中心
- 当地邻里社区中心

### 查找现有文件

在开始制定计划之前，请确保找到在此过程中可能用得到的任何其他计划或文件。例如以人为本的计划（Person Centred Plan）、健康或支持计划、或个人紧急疏散计划（Personal Emergency Evacuation Plan）。

### 如何选择适合您的应急计划模板

无论您是否需要更新现有计划或开始制定新计划，您都可以从多种不同的应急计划模板中进行选择。

如果您需要一个全面的应急计划流程，可能适合使用以人为本的应急准备工具包（Person-Centred Emergency Preparedness Toolkit）。

该工具包通常被称为 **P-CEP**，是帮助残障人士应对紧急情况和灾难的综合资源包。它包括一个实用的对话指南和规划工具，可帮助您创建针对您个人援助需求的应急计划。

查看 Collaborating 4 Inclusion 网站上的资源：[P-CEP toolkit](#)。

还有其他适合澳大利亚国情的在线和可打印模板可供使用。

为了帮助您决定哪个模板最适合您，我们制作了一个表格，向您展示一些您可能会觉得有用的功能。该表格显示了哪些模板有应用程序版本、可在线填写、可打印、具有易读版本或是残障人士专用。

以下表格包含了每个模板的功能的更多详细信息。

	应用程序版本	可在线填写	可打印	易读版本	残障人士专用
澳大利亚红十字会 <b>Redi Plan</b> (共 8 页)	X	X	X		
澳大利亚红十字会 <b>Redi Plan Easy Read</b> (易读版本) (共 32 页)		X	X	X	
Ember My Emergency Plan (共 6 页)	X	X	X		X
R4NED Individual Emergency Plan (共 15 页)		X	X		X

以上提到的每个计划的简要说明和链接如下。

**澳大利亚红十字会 Rediplan:** [RediPlan](#)

该模板可以直接在线输入，也可以打印后填写。虽然这不是专门针对残障人士的计划，但包含医疗和残障部分，而且易于理解。

**澳大利亚红十字会 RediPlan (易读版本):** [Redi Plan Easy Read](#)

该模板以简明的英语编写，并使用了大量图示。每个部分都有说明。但长达 32 页，可能需要一些时间才能完成。

**澳大利亚红十字会 Get Prepared 应用程序:** [Get Prepared app](#)

这是 RediPlan 模板的应用程序版本。

**Ember (Flagstaff) My Emergency Plan:** [Ember Emergency Plan](#)

该模板可以直接在线输入，也可以打印后填写。该模板简单明了，有关于残障和 NDIS 支持、药物、医疗状况、沟通、保持冷静和个人护理的特定部分。

**Ember-App 紧急应用程序和非语言交流应用程序:** [Ember app](#)

Ember 的“我的应急计划” (My Emergency Plan) 应用程序版本具有可填写的字段，并可以为您整理计划。该应用程序还提供其他有用的互动工具，包括通讯板和呼吸练习工具，以及您可以下载的其他文件（包括背包物品清单 (Backpack Checklist)）。

R4NED 个人应急计划: R4NED Emergency Plan: R4NED Emergency Management Plan

[Make a plan – R4NED](#)

该模板具有可在线填写的字段，并且可以打印。此模板针对残障人士并包括我们认为对 NDIS 参与者来说至关重要的信息。

由 NDIS 质量和安全保障委员会资助