

ਮੈਂ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ
ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ



ਹਰ ਕਦਮ ਕੀਮਤੀ ਹੈ,

ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ



FINDING Your Way[®]
ਆਓ ਆਪਣਾ ਰਾਹ ਲਭੀਏ

**ਮਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਉਸਦੀ
ਆਜ਼ਾਦੀ ਖਤਮ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ।**



ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਦੇ ਚੰਗੇ ਦਿਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਾੜੇ ਦਿਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ । ਲਗਭਗ
ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ, ਉਹ ਠੀਕ ਲਗਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਉਸ ਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਯਾਦ ਰੱਖਣ
ਵਿੱਚ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਉਸਦਾ ਡਾਕਟਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਇਹ
ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ (dementia) ਹੈ ।

ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣਾ ਉਸ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ । ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ
ਨਿਕਲਣਾ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਨੂੰ ਮੈਂ ਉਤਸ਼ਾਹਤ
ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ।

ਇਸ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਸੁਣ ਕਿ ਚਿੰਤਾ ਹੋਈ ਕਿ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ
(dementia) ਵਾਲੇ ਹਰੇਕ 10 ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 6 ਆਪਣਾ ਰਸਤਾ ਭੁੱਲ
ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਲਾਪਤਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਇਹ ਮੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਇੰਨਾਂ
ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਨਾ ਹੁੰਦਾ ਜੇ ਇਹ ਸੱਚਾਈ ਨਾ ਹੁੰਦੀ ਕਿ 24 ਘੰਟਿਆਂ
ਵਾਸਤੇ ਲਾਪਤਾ ਹੋ ਜਾਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਅੱਧੇ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਨਾਲ
ਘਾਇਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ।

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ਹਾਂ ,ਪਰ ਮੈਂ ਉਸਦੀ
ਆਜ਼ਾਦੀ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਦੀ ।

ਖੁਸ਼ਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਮੈਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣੀ ਸਿੱਖ ਲਈ ਹੈ ਜੋ
ਮੈਨੂੰ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ਨੂੰ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ।

Société Alzheimer Society

 Ontario

ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਕੀਤਾ ਗਿਆ



ਤੇ ਜਾਓ । : FindingYourWayOntario.ca



ਭਟਕਣਾ ਅਤੇ ਗੁੰਮ ਹੋ ਜਾਣਾ। ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।

ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ (dementia) ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਏ।

- ਜਦੋਂ ਉਹ ਘੁੰਮਣ ਜਾਣ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਭੇਜੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਕੱਲੇ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਸੁਖਾਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਸੁਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਕੋਈ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰਖੇ ਕਿ ਉਹ ਕਿਥੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਰਖੇ ਕਿ ਉਹ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਮੁੜ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਗੁਆਂਢੀਆਂ, ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।
- ਜਾਣੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਾਪਤਾ ਹੋ ਜਾਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਨਾਖਤ (ਆਈ ਡੀ) ਵਾਲੇ ਗਹਿਣੇ ਲੈਕੇ ਦਿਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੈਡਿਕ ਅਲਰਟ ਸੇਫਲੀ ਹੋਮ (MedicAlert® Safely Home®) ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕਰਵਾਓ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨੇਤਿਓਂ ਲਈ ਗਈ ਹਾਲੀਆ ਤਸਵੀਰ ਅਤੇ ਵੇਰਵਾ ਕੋਲ ਰੱਖੋ ਜੋ ਤਲਾਸ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦੇ ਸਕੋ। ਸ਼ਨਾਖਤ ਕਿੱਟ। ਪੂਰੀ ਕਰੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਾਪਤਾ ਹੋ ਜਾਣ ਤੱਕ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਇਕੱਠੀ ਕਰਨ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰੋਗੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਤਲਾਸ਼ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਰ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਜਿਆਦਾ ਤਣਾਅਪੂਰਨ ਵਾਲਾ ਬਣਾ ਦੇਵੇਗਾ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਇਲੈਕਟਰੋਨਿਕ ਡਿਵਾਇਸ ਪਹਿਨਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜੋ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵੇਲੇ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।
- ਜੇ ਉਹ ਲਾਪਤਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤੁਰੰਤ 911 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਤਲਾਸ਼ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦਸੋ ਕਿ ਡਿਮੇਨਸ਼ੀਆ (dementia) ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਾਪਤਾ ਹੈ।

**ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਸੁਸਾਇਟੀ
ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦਿ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ
2-1-1 ਕਾਲ ਕਰੋ।**



FINDING Your Way®
ਆਓ ਆਪਣਾ ਰਾਹ ਲੱਭੀਏ

ਅਲਜ਼ਾਈਮਰ ਸੁਸਾਇਟੀ