“我的日程安排完全由我做主！” -- Steve F.

025

NEW YORK STATE

Office for People With Developmental Disabilities

44 Holland Avenue
Albany, NY 12229-0001

2026 年 5 月 6 日

NEW YORK STATE | Office for People With Developmental Disabilities

我的生活
我的选择

自主服务
为发育障碍人士提供

(866) 946-9733 | NY Relay Service 711

www.opwdd.ny.gov

自主服务
为发育障碍人士提供

自我主导让您有机会选择自己的服务，这样您就可以过上自己想要的生活。通过自我主导您的服务，您可以更灵活地为您、您想要与之合作的工作人员以及最适合您的时间安排选择合适的支持。

在您的护理经理和支持您的人士的帮助下，

您可以选择您想要和需要的服务。

您可以选择您想与之合作的工作人员。

您可以雇用并监督您的工作人员。

自我主导让您可以更好地控制您如何构建您的生活。

自我主导如何运作?

自我主导从规划流程开始，以帮助您确定哪些支持对您最重要。

您可以选择自我主导部分或全部服务，以帮助您：

- 生活在您选择的家庭和社区中，
- 工作、志愿服务和进行您喜欢的活动，
- 与家人和朋友保持关系，以及
- 保持健康。

您的护理经理和区域自我主导联络员可以帮助您了解有哪些服务选项适合您。

谁将帮助我开始?

如果您选择自我主导，您将与一个团队合作，他们将帮助您选择服务并制定预算。此团队或支持圈由您选择的一组人士组成。

您的支持圈可包括家人和亲密朋友、您的护理经理、支持经纪人和了解您的工作人员。

什么是支持经纪人?

如果您想控制预算中的资金如何使用，您可以聘请支持经纪人来帮助您。您的经纪人将根据您需要的服务和支持与您建立一个自我主导的预算。

您的经纪人还可以帮助您制定计划，以朝着您想要在生活中实现的成果努力。

“我很高兴这样做了（自我主导）。我变得更加快乐，更加自信，我正在做我喜欢的事情。”
-- Cathy T.

自我主导适合我吗?

如果您有资格获得 OPWDD 服务并参加家庭和社区服务 (Home and Community Based Services, HCBS) 豁免，您可以选择自我主导。

如为以下情况，自我主导可能适合您：

- 您想要更灵活的服务和日程安排，
- 您已准备好自行或在帮助下对您的服务做出决定，并且
- 您想要承担更多的责任来管理您的服务。

在开始之前，请花时间思考您在家中、社区和日常生活中需要什么样的支持。

如果您尝试自我主导服务，但它不适合您，您可以随时切换回更传统的支持模式。

“在我生活的各个方面都有发言权的感觉很好。” -- Ed B.

迈向自我主导

要了解有关自我主导的更多信息，请咨询您的护理经理和区域自我主导联络员。

您可以在 OPWDD 的自我主导网站上了解更多信息并找到您的自我主导联络员：www.opwdd.ny.gov/selfdirection。

您的护理经理和自我主导联络员将指导您完成开始自主生活所需的步骤。