



# 制定计划

1

2

3

手册 2 (共三册)

手册

2

本手册包含的内容有：

- 了解您目前正在使用的援助服务
- 制定一份 NDIS 计划，以实现您的目标
- 接收经批准的 NDIS 计划

# 如何使用本手册

本手册让您为新的国家残障保险计划（NDIS）做好准备。这可能是您的第一份 NDIS 计划，或者您可能以前已经有过 NDIS 计划。

为了准备好参加您的计划会议，请开始思考您当前的援助需求，以及您当前和未来的目标。本计划手册将帮助您做好准备。

**NDIS 关键词：**我们谈论 NDIS 时可能会使用一些对您而言是新词的词汇，因此我们会逐步解释清楚。在本手册中，注释或问题的示例以**红色文字**显示。

---

这是本系列的第二本参与者手册。请结合手册 1 和手册 3 使用本手册。

## 手册 1：了解 NDIS

**手册 1 包含的内容有：**

- 了解 NDIS
- 决定是否申请 NDIS
- 加入 NDIS

## 手册 2：制定计划

**在手册 2 中：**

**了解您目前正在使用的援助，并为您的计划会议做好准备**

- 要为您的会议做好准备，请思考您目前正在使用的援助和提供援助的人员，以及实现目标可能需要什么样的援助和服务。
- 您可以自己或在他人的帮助下读完本手册，并带着它去参加您的计划会议。也请考虑您需要携带的任何相关报告或评估。

**参加计划会议，为您制定计划**

- 了解您的计划会议中将会发生什么，您将与谁会面，以及您可以带谁一同参加。

**获得经批准的 NDIS 计划**

- 了解您将如何获得 NDIS 计划，以及接下来做什么。

## 手册 3：使用您的 NDIS 计划

**手册 3 包含的内容有：**

- 了解计划中的内容
- 了解如何使用您的计划
- 选择和管理援助和服务
- 重审您的计划和进展

**在您获取 NDIS 的过程中，您将会收到手册，或者您可以在 NDIS 的网站上获取它们，网址为 [www.ndis.gov.au](http://www.ndis.gov.au)**

# 了解您目前正在使用的援助

本部分用于收集有关您、您的残障以及您目前拥有的援助和服务的一般信息。在与您的 ECEI 协调员、LAC 或国家残障保险局 (NDIA) 的规划人员会面时，您可以通过这些信息来开始有关您和您的生活的话题。

## 您的个人信息

姓名：

NDIS 编号 (可在您的加入函中找到)

年龄：

您患有什么样疾病、残障或发育迟缓？ **例如，我患有脑性瘫痪**

这对您的日常生活有何影响？

**例如，我大多数时候可以独立行事。我用轮椅出行。我有一辆改装车。我需要一些帮助来做好上班的准备、准备膳食以及维护房屋和花园。**

## 您目前的援助关系网络

**您生活中的重要人物：** 这是指您生活中、不为残障服务提供机构工作的人。他们可能是您的朋友、家人、室友、邻居、您的主管或同事、代讼人或其他关心您、帮助您并为您提供援助的人。他们也可能是您所援助的人，如您的孩子或父母。

名字	与您的关系	请描述他们如何参与您的生活
<b>例如， Vito</b>	<b>大学的残障联络官</b>	<b>帮助我为课堂和考试做特殊安排。</b>

**关于您：** 告诉我们您认为我们需要了解的有关您的事项。哪些人或事对您来说很重要？您住在哪里？您与谁一起居住？

**例如，我和我的女朋友一起住在我父母的房子里。我与我的家人关系非常密切，还有一小群与我一起长大的朋友们。**

**日常生活：** 您每天做些什么？您有什么兴趣爱好？您有工作吗？

**例如，我一周三天前去社区中心。我没有工作，但在当地的高中做志愿者，管理运动器材。我希望将来能有一份全职工作。**

**例如，我周末与朋友们一起度过。**

## 您的社区和其他政府服务

所有澳大利亚人都拥有获得政府服务的权利。

澳大利亚政府、州和地方政府为所有澳大利亚人提供教育、就业援助、医疗和交通等服务的拨款。有关 NDIS 资助项目以及政府其他部门资助项目的更多信息，请参阅**手册 1——了解 NDIS**。

这部分将帮助您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员了解您从政府其他部门获得的援助，您参与的社区活动以及将来可能需要什么。

**社区：** 您目前是否参与过任何体育俱乐部、社区团体或其他组织？您多久参加一次社区活动？

**例如，我在我儿子的板球俱乐部做志愿者，主要是在周末或者有活动时。我是地方图书馆的会员，有时和孩子们一起参加活动。**

**例如，我和妻子每周去几次教堂。**

**其他政府服务：** 您是否正在接受任何其他政府援助或服务？这些可能包括教育（例如学校、大学、TAFE）、交通和健康（例如，您定期去全科医生或其他健康专业人士处看诊）。如果有，您多久去一次？

**例如，我乘坐公共交通去上班。**

**例如，我在同一位全科医生处看病大约 10 年了，她给我制定了一个心理健康治疗计划，以便我可以得到帮助来缓解焦虑。有时如果我急需与人谈话，我会拨打 Mensline 热线电话。**

## 您的一周通常是怎么样的？

**每周援助：** 您使用什么样的社区和其他政府援助来帮助您完成每天所需要做的事情？

周几	我做什么	要做这些事情，我从哪里获得援助
例如，周一	我的儿子去托儿所。 我每周一都去看心理医生。	他的儿童保育团队制定了策略，以防他感到沮丧或不安。 我从全科医生那里得到了转诊信。
周一		
周二		
周三		
周四		
周五		
周六		
周日		

**偶尔的活动：**有哪些您每两周、每月或偶尔进行一次的活动？

例如，我和我的姐妹每两周游泳一次，周四去社交团体，周末和我叔叔一起去踢足球。

**进行得顺利的事情：**您现在享受自己的生活吗？

例如，我们家刚养了一只小狗，我非常喜欢照顾它。我觉得有责任喂养它、梳理它的毛发，以及与它一起玩耍。我从未有过宠物，所以我正在学习如何照顾它。

**变化：**您有什么想要改变的吗？您想尝试一些新的事物吗？

例如，我每周在接待中心工作两天。我很想找一份咖啡馆的工作，在那里我可以结识新朋友。我也很想与同龄人一同住在合租房里。



# 制定 NDIS 计划以实现您的目标

在您的计划会议期间，作为 NDIS 计划的一部分，您将探讨希望实现的目标。通常，您的第一份计划将持续 12 个月。在第一份计划之后，如果您的需求不太可能发生变化，您也可能会得到一份更长的计划。

## 设定目标

**目标**是 NDIS 的重要部分。在本节中，您将开始探索 NDIS 计划的目标。您将与您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员讨论这些，他们会询问您希望实现的目标，以及您是否拥有短期目标，或者目前生活中是否有任何您认为需要解决、未被满足的需求。

您的中长期目标可被分解为短期目标，它们是实现您更大的人生目标的“小步骤”。

## 短期目标

这些目标通常可在 12 个月内实现。请思考您想要实现什么，为什么要实现它以及想要在什么时候实现它。

您的 NDIS 计划的短期目标是什么？

## NDIS 关键词：

### 目标

目标是您希望在 NDIS 和其他援助及服务机构的援助下实现的事情。您的目标可能包括变得更加独立、找到或保住工作、学习新技能、接受教育、在社区中变得更加活跃，或改善人际关系和结交朋友。您应该尽可能地让目标具体化。

**例如，目标 1：我想要学会自己乘坐公共交通，这样我就能够自己去图书馆，开始学习一门课程或与朋友们出去，而不需要依赖我的妈妈。**

**例如，目标 2：我想要能够在没有援助工作人员的情况下自己洗澡。**



## 中长期目标

您想在中长期实现什么目标？这些目标可能需要数年才能实现，但重要的是要找出实现这些目标的步骤。

例如，目标 1：在接下来的几年里，我想要搬出家里，也许与一位朋友一起居住。

例如，目标 2：找一份工作，以便能够经济独立。

## 准备好访问 myplace 门户

您的 NDIS 计划一旦批准后，您将能在 NDIS 的 **myplace** 门户在线查看它。为此，您需要拥有一个 myGov 账号。

如果您需要创建 myGov 账号，请前往网站 [www.my.gov.au](http://www.my.gov.au)

如果您遇到问题，需要帮助来创建 myGov 帐户，或想要了解有关 NDIS myplace 门户的更多信息，请联系您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA。

您还可以拨打 **13 23 07** 联系 myGov 服务台。

### NDIS 关键词：

#### **myplace**

myplace 是一个安全的网站，供参与者或他们的提名人查看他们的 NDIS 计划、请求付款和管理服务提供机构的服务。



## 管理您的 NDIS 资金

您的 NDIS 计划会将资金存放在一个或多个预算类别中，以便您能支付援助和服务。您可以决定接受哪些服务，由谁以及何时提供服务。

您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员将会询问您希望如何管理 NDIS 资金，并帮助您选择最适合您需求和情况的资金管理方式。

管理 NDIS 资金有三种选择——自行管理、计划管理和 NDIA 管理。您还可以结合利用多种选项。例如，您可以在刚开始时选择自行管理计划的一部分，然后由 NDIA 管理其余部分。

### 自行管理

自行管理您的资金可以让您最大限度地拥有独立性和灵活性来管理您所获得的援助。您可以控制并负责您的 NDIS 资金。

如果您自行管理，那么您有责任在预算范围内购买援助服务，这最能帮助您实现您在计划中确定的目标。

#### 如果您自行管理，您可以：

- 在决定谁为您的计划提供援助方面具有创新性和灵活性——他们可以是 **NDIS 注册的提供机构** 或未注册的提供机构。
- 雇用自己的员工或付钱给他人，让他人代表您雇人（大多数情况下，家庭成员不能被雇来为您提供援助）。
- 使用您通过安排服务而节省的任何资金购买更多援助，前提是它们符合您计划中约定的事项。

自行管理资金的人还有额外的要求和责任，包括保存记录、还清和支付来自提供机构的发票。欲了解详细信息，请参阅 NDIS 网站上提供的 **《NDIS 自行管理指南 (NDIS Guide to Self-Management)》**。

### 计划管理

如果您选择使用计划经理，他们会向您的服务提供机构支付您购买的援助服务，帮助您了解资金的走向，并为您完成任何财务报告。如果您自行管理，也可以做同样的事情，只是计划经理会帮您支付账单。根据您的具体情况，计划经理还可以帮助您选择服务提供机构。计划经理由您的计划资助。

您的计划经理必须是 NDIS 注册的提供机构，而且他们将直接从您的计划的预算中请求支付资金，代表您向服务提供机构付款。

#### NDIS 关键词：

#### NDIS 注册的提供机构

经过注册的提供机构被称为 NDIS 注册提供机构，符合政府的质量和标准。组织或个人可以申请成为注册的提供机构。您可以在 NDIS 网站或 myplace 门户上搜索已注册的提供机构。

“

我们从一开始就自行管理，这让我们能够完全掌控 Frank 所接受的援助。它需要花更多的精力来协调和管理，但我们知道每一澳元是如何花费的，并且我们可以对 Frank 的需求和援助做全权决定。”

MEGAN, FRANK 的母亲



## 由 NDIA 管理

当您的计划由 NDIA 管理（有时称为代理机构管理）时，您可以从一系列 NDIS 注册的提供机构进行选择。您的提供机构以电子方式从您的资金中要求付款。您不得使用未注册的提供机构。您可以查看 myplace 门户，以了解提供机构从您的 NDIS 资金中要求支付了哪些款项，并留意您的预算。

“

“我不像以前那样紧张了；NDIS 减轻了我的负担。”

STEPHANIE, SANDY 的姐妹



下表概括了各种计划管理方式之间的差异：

我可以 ...	自行管理	计划管理	NDIA 管理
选择和控制我所使用的提供机构	✓	✓	✓
使用 NDIS 注册的提供机构	✓	✓	✓
使用未经注册的提供机构	✓	✓ (虽然您的计划经理必须是注册的提供机构)	您的计划由 NDIA 管理时，您必须使用注册的提供机构。
协商价格，支付比 NDIS 价格指南更低的价格	✓	✓	✓
支付比 NDIS 价格指南更高的价格	✓	使用计划经理向参与者提供援助的提供机构不能收取超过 NDIS 价格指南的费用。	向由 NDIA 管理计划的参与者提供援助的提供机构收费不能超过 NDIS 的价格指南。
根据我的计划来做出物有所值的决定	✓	✓	✓
在 myplace 门户上查看我的计划，留意我的预算	✓	✓	✓
管理簿记和我的支出记录	✓	您的计划经理将为您执行此操作。	NDIA 将为您执行此操作。

有关计划管理选项，以及可能最适合您的选项的更多信息，请咨询您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员。

## 其他重要信息

您还需要讨论生活中任何其他方面的问题吗？您目前是否得到了您想要继续接受的援助？您是否有任何安全方面的担忧，或其他想问的问题？

## 核查清单

您把该做的都做完了吗？

- 填写了本手册
- 记录了任何您想询问的问题
- 决定了您希望与谁一同参加计划会议
- 收集了您认为有助于 NDIS 了解您的残障所造成的影响以及您个人情况的任何其他信息或报告

**如果您已经完成上述所有项目，那么您现在已经为计划会议做好了准备。**

**您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员将与您联系，安排一个适合您参加此会议的时间。您可以在下一页记录会议的详细信息。**

## 您的计划会议

日期:

时间:

地点:

您将会带谁一同前往:

## 您应该带什么去参加计划会议?

如果可能, 请携带:

- 本手册
- 您的银行账户详情 (如果您考虑自行管理 NDIS 的全部或部分资金)
- 您的 myGov 登录名和密码详情 (如果您在这方面需要帮助, 请咨询您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员)。

您还可以携带家人、朋友、支持者或其他任何人参加您的会议。如果您需要帮助来安排一名与您一同参加会议的支持者, 请联系您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员。

## 您的问题

问题	回答

# 接收经批准的 NDIS 计划

虽然您可以与 ECEI 协调员或 LAC 合作制定您的 NDIS 计划,但是所有参与者计划必须得到 NDIA 的批准。批准后,您将亲自或通过邮件以及 myplace 门户网站收到您的计划。

您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员会告知您接下来的步骤以及收到经批准的计划需要多长时间。

在就您的计划进行会谈的期间,您可以索取一份您的计划的副本,它将以各种方便阅读的格式印刷,例如盲文、电子文本(CD上)、大字体或音频(CD上),或翻译成您首选的语言。

## 如果您不同意计划中的内容,该怎么办?

您有权要求 NDIA 对您的计划进行**内部重审**。您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员将解释如何执行此操作,并能帮您与可以帮助您完成此过程的支持者联系。

必须在从 NDIA 收到决定通知后的三个月内提出对一项决定进行内部重审。

如果您对内部重审不满意,您可以向 NDIA 以外的行政上诉法庭(AAT)申请重审。在 NDIA 进行内部重审之前,您不能要求 AAT 重审 NDIA 的决定。

### NDIS 关键词: 内部重审

这是对 NDIA 的决定进行的重审。

从事内部重审工作的 NDIA 工作人员不曾参与早先的决定。作为此过程的一部分,他们可能希望直接与您交谈。

“

Sam 成为 NDIS 的参与者之后,我们就开始探索可选的方案,他最终获得了应用程序 Proloquo2Go。这个应用程序可以让他传达他的兴趣和他喜欢的事物。Sam 的最终目标是获得有偿工作,而且他表达了对此的兴趣。”

PETER, SAM 的言语病理学家



## 您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员的联系详情

姓名:

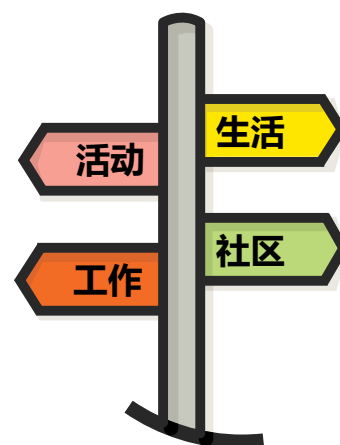
电话:

电子邮箱:

办事处地址或地点:

## 行动、笔记和想法

使用这一部分来列出您从计划会议中获得的任何行动、笔记或想法。这可能包括要联系的社区或其他政府服务机构的清单，需要与提供机构签订的服务协议，在您所在的地区或在线与同伴援助小组会面，后续步骤或计划会议中的任何其他有用信息。



1

2

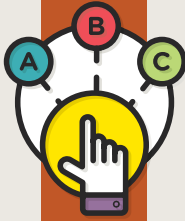
3

## 接下来做什么？



### 您已经有了一份经批准的 NDIS 计划。

- 当您获得了经批准的 NDIS 计划时，您需要了解不同的预算，谁可以帮助您开始使用计划，以及您的计划是如何管理的。



### 开始使用能帮助您实现目标的援助和服务。

- 在了解了您的计划后，下一步就是开始努力实现您的目标。
- 您将得到援助来开始执行您的计划。您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 可以帮助您选择合适的服务提供机构，并在事情不顺利时为您提供帮助。
- 您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员可以帮助您联系社区和其他政府服务机构以及同伴援助小组。



### 在您的计划即将到期时，您的 ECEI 协调员、LAC 或 NDIA 规划人员将与您一起审查您的计划和成果，并制定新的 NDIS 计划。

- 这是一个对您的计划进行反思并庆祝您的成就的机会！对大多数人来说，这将在 12 个月后进行。

您现在可以前往阅读：

### 手册 3：使用您的 NDIS 计划

欲了解有关本手册的更多信息，请联系：

[www.ndis.gov.au](http://www.ndis.gov.au)

国家残障保险局

☎ 电话 1800 800 110

📘 在脸书上关注我们 / NDISAus

🐦 在推特上关注我们 @NDIS

对于需要英语帮助的人士

🗣️ 全国口笔译服务处 (TIS) : 131 450

对于听障或语障人士

📞 文本电话：1800 555 677

👂 旁听助讲电话：1800 555 727

💻 互联网中继：国家中继服务  
[www.relayservice.gov.au](http://www.relayservice.gov.au)