

جامعهی سندروم داون لوئر مینلند

(Lower Mainland Down Syndrome Society)

بستهی تازه والدین



فهرست مطالب

صفحه‌ی ۳ تازه والد گرامی
صفحه‌ی ۴ ماجرای یک تازه والد
صفحه‌ی ۶ به هلند خوش آمدید
صفحه‌ی ۸ اطلاعاتی در مورد سندروم داون
صفحه‌ی ۹ سندروم داون و مشکلات سلامتی
صفحه‌ی ۱۰ باید‌ها: چک لیستی برای تازه والدین
صفحه‌ی ۱۱ جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند
صفحه‌ی ۱۳ سایر سازمان‌های مرتبط
صفحه‌ی ۱۶ برنامه‌ها
صفحه‌ی ۱۹ ملاحظات مالی
صفحه‌ی ۲۰ راهنمای منابع، گروه سنی از بدو تولد تا یک سالگی

بسته‌ی تازه والدین ما اطلاعات و منابع مفیدی را در باره‌ی سندروم داون در اختیار خانواده‌ها و صاحبان مشاغلی که از خانواده‌ها حمایت می‌کنند قرار می‌دهد.

The Lower Mainland Down Syndrome Society
#481-13320 -78th Ave
Surrey, BC
V3W 0H6

www.lmdss.com
<http://www.facebook.com/pages/Lower-Mainland-Down-Syndrome-Society/331362230986>

Ph: 604-591-2722
Fax: 604-591-2730
Email: info@lmdss.com

جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند (LMDSS) اطلاعات در مورد سندروم داون را به بیش از ۲۰ زبان ارائه می‌دهد. چنانچه به انگلیسی صحبت نمی‌کنید یا انگلیسی زبان مادری شما نیست، لطفاً برای دریافت منابع اضافی با LMDSS تماس حاصل نمایید.

تازه والد گرامی:

به شما بابت تولد فرزند جدیدتان تبریک می‌گوییم.

به دنیا آوردن یک کودک اقدامی شجاعانه، خارق‌العاده، به یاد ماندنی و رضایت بخش است. هر پدر، مادر و خانواده منحصر به فرد است و از راه‌های متنوع و بسیاری می‌توان جشن گرفت!

برای پدر یا مادر جدید بودن نیاز به پذیرش، عشق، صبر و حمایت است؛ نه تنها از جانب شما، بلکه از طرف اعضای خانواده، دوستان و اجتماع.

اینکه بشنوید فرزندتان سندروم داون دارد ممکن است شما را متعجب کند و باعث بروز بسیاری واکنش‌ها، هیجانات و احساسات مثبت و منفی شود. ایرادی ندارد! طبیعتاً! ممکن است دچار ترس، عصبانیت، نگرانی، درماندگی، دغدغه، سردرگمی، احساس تنهایی و یا بسیاری احساسات دیگر شوید. اقرار به وجود، و قبول این حس‌ها مهم است. کسب دانش و اطلاعات در مورد فرزندتان و سندروم داون نیز به همان اندازه اهمیت دارد.

سندروم داون در بارداری اتفاق می‌افتد. در حالی که قرار است تمام کروموزوم‌ها دو بار تکثیر شوند، سندروم داون هنگامی روی می‌دهد که کروموزوم ۲۱ سه بار تکثیر شود. هر چند که شیوع سندروم داون با افزایش سن مادر بیشتر می‌شود، اغلب کودکان مبتلا به این سندروم متعلق به مادران زیر ۳۵ سال هستند. افراد مبتلا به سندروم داون تأخیرهای جسمی، ذهنی و رشدی دارند. ویژگی‌های جسمی در این افراد ممکن است شامل چشمان مورب، یک تک خط در کف دست‌ها، کِشنگ (تونوس) ماهیچه‌ای پایین، قامت کوتاه و اعضای کوچک صورت شود. آن‌ها همچنین ممکن است مشکلات پزشکی نیز داشته باشند که اغلب این عارضه‌ها قابل کنترل و یا درمان‌پذیر هستند. درست است که فرزند شما مبتلا به سندروم داون است، ولی او هم مثل تمام بچه‌ها منحصر به فرد است و با سایر بچه‌ها، چه آن‌هایی که سندروم داون دارند و چه آن‌هایی که ندارند، به طور چشم‌گیری متفاوت است.

این دفترچه مشخصاً برای تازه والدینی که فرزندشان مبتلا به سندروم داون است و با هدف ارائه‌ی اطلاعات، پشتیبانی، راه‌های ارتباط، و منابع طراحی شده است. هر پدر یا مادر، نیازمند میزان متفاوتی از اطلاعات و منابع گوناگون است. ما در جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند (LMDSS) امیدواریم که این دفترچه برای خانواده‌های جدید مفید واقع شود.

مجدداً به شما بابت عضو جدید خانواده‌تان تبریک می‌گوییم.

جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند (LMDSS)

ماجرای یک تازه والد

تنها چیزی که از مادرش به ارث برده صورت شبیه قلبش نیست.

بچه‌ی ما سندروم داون داره، ولی تا دست تپُلش رو می‌گیرم توی دستم غصه م یادم میره.

نوشته‌ی سو رابینز (Sue Robins)

پسرم رو به دنیا آوردم. خوشگل بود. حاصل ازدواج دوم هر دومون بود؛ شاهده‌ی بر اینکه افراد شکست خورده هم می‌تونن التیام پیدا کنن. نماد امید و شادی بود؛ حاصل رابطه‌ی عاشقانه‌مون.

دقیقاً همون طور که می‌خواستیم به دنیا اومد. بدون هیچ مداخله‌ای، بدون هیچ دارویی؛ یه نوزاد که بعد از چند تا فشار به طور طبیعی سُر خورد و بیرون اومد و پدر و مادرش را دید. حتی در آخرین مراحل زایمان و بین انقباض‌ها هم من و مایک (Mike) از فرط هیجان نمی‌دونستیم چه کار کنیم. مایک مرتب می‌گفت: "بچه داره به دنیا می‌آد"، و من هم پوزخند می‌زدم و سرم رو تکون می‌دادم و عشقم رو قبل از این که یه موج دیگه از انقباض‌ها از هوش ببردَم می‌بوسیدم.

بعد از ۱۰ ساعت بردیمش خونه؛ بدنش یه کوچولو مثل این که یرقان داشته باشه زرد بود. بچه‌ی آرام، لطیف و خوش خوابی بود، با یه گپه موی ناز وسط سرش. صورت گردش به من رفته بود و ابروهاش هم بلوند بود. جوجه کوچولوی خودمون بود، گوگولی مگولی خودمون. هم من، هم باباش شدید عاشقش شدید.

ولی بعدش کم کم اوضاع رو به تیرگی رفت. وقتی چکاپ هفته‌ی دومش توی کلینیک تموم شد، دکتر مردد بود. معلوم بود می‌خواد یه چیزی بگه.

"یادتون هست که در مورد آزمایش قبل از تولد صحبت کردیم؟"

آره، یادم بود. اجازه نداده بودم آزمایش کنن. تصمیمم رو گرفته بودم که تحت هر شرایطی بچه رو به دنیا بیارم.

به چشمه‌هاش خیره شدم و یه نفس عمیق کشیدم. "دارید سعی می‌کنید بهم بگید بچه‌مون سندروم داون داره؟"

مرور کردن گذشته ساده‌س. روز بعد از تولد هارون (Aaron) رو یادم نرفته بود؛ بعد از این که کل شب رو صرف واریسی پسرم کرده بودم پا شدم و "سندروم داون" رو توی گوگل سرچ کردم. قبلاً بحثش رو با مایک پیش کشیده بودم و اون هم به خاطر این که به همه چیز بدگمان بودم مسخره م کرده بود. بعدش همون روز از پرستار سلامت عمومی هم پرسیده بودم که فکر می‌کنه هارون سندروم داون داره یا نه.

اون هم با ملایمت گفته بود: "بله"، ولی بعد از معاینه‌ی کف دست‌ها و انگشت‌های پاهاش به این نتیجه رسیده بود که هارون هم مثل مادرش یه صورت شبیه قلب داره و چشم‌هاش هم به باباش رفته؛ فقط همین؛ هیچ نشونه‌ی دیگه‌ای از سندروم داون نداره. ما هم به همین خاطر این وحشت رو ته ذهنمون بایگانی کردیم و رفتیم دنبال زندگی‌مون. آخیش! خیالمون راحت شده بود.

ولی وقتی دکتر اسم آزمایش قبل از تولد رو آورد، فهمیدم. صدای تپش قلبم رو می‌تونستم بشنوم. با تمام وجودم می‌خواستم از بچه‌م مراقبت کنم. گفتم: "میشه اینجا از موبایلم استفاده کنم؟" باید همون موقع به مایک زنگ می‌زدم.

یادم نمی‌آد چی به هم گفتیم. مطمئنم صدام طوری بود که انگار دارن خفهم می‌کنن؛ یه جورایی، داشتن هم می‌کردن. ولی این رو یادمه که توی همون اتاق معاینه نشستیم و به هارون شیر دادم تا مایک اومد. من به این راحتی‌ها اشکم در نمی‌آد؛ یه بغض بزرگی گلوم رو گرفته بود. یادم افتاد نفس بکشم.

مایک می‌خواست هارون رو ببره و بده به آزمایشگاه بیمارستان. توی کالسکه هم نداشتش. در حالی که پسرش رو بغل کرده بود، با افتخار توی راهروهای بیمارستان راه می‌رفت. انگار داشت می‌گفت: "من از بچه‌م مراقبت می‌کنم؛ مهم هم نیست چی بشه." از بازوی کوچولوی هارون خون گرفتن. من و مایک زیاد چیزی نگفتیم؛ من که می‌خواستم بالا بیارم وقتی سوزن رفت داخل، و مایک هم به نشونه‌ی اعتراض یه صدایی از خودش در آورد. باید دو هفته‌ی تمام منتظر جواب می‌موندیم.

برگشتیم خونه. هارون توی صندلی مخصوص ماشینش خوابش برده بود. روز قشنگی بود؛ اواسط آوریل؛ خورشید توی آسمون چمنزار می‌درخشید. توی بالکن خونه نشستیم و به هارون که خواب بود نگاه کردیم. در این مورد بحث کردیم که دکترمون اشتباه کرده؛ بی‌تجربه بوده؛ حتماً غلط تشخیص داده.

یه ته صدای موسیقی از خونه‌ی اون طرف کوچه می‌اومد. گوش‌هام رو تیز کردم که ببینم چه آهنگیه؛ از یه پنجره‌ی اتاق خواب که باز بود می‌اومد. یه مرد جوون با پدر و مادرش اونجا زندگی می‌کرد. یه نقص کروموزومی نادر داشت و یکی از معدود افرادی هست که این مشکل رو دارن و زنده هستن. کسی انتظار نداشت یک سالگی رو رد کنه، ولی ۲۰ سالش شده بود؛ توی اون اتاق بود و داشت با صدای بلند از پنجره موسیقی پخش می‌کرد.

بالاخره فهمیدم چه آهنگیه. یه آهنگ بود که از رقص‌های دوران راهنمایی یادم مونده بود. همسایه‌مون داشت آهنگ یه شانس به من بده از گروه آبا (ABBA's Take a Chance on Me) رو پخش می‌کرد.

نتیجه‌ی آزمایش بعد از دو هفته اومد. بله، بچه‌مون سندروم داون داره. اندوهی که داشتیم حد و اندازه نداشت وقتی بهمون گفتن بچه‌ای که گیرمون اومده همونی نیست که انتظارش رو داشتیم.

ولی خورشید امید کم کم سر و کله‌ش از پشت ابرها پیدا شد و من تونستم از تخت بیام بیرون و برم دنبال زندگی‌م. بچه‌م، که حالا ۲ سالشه، بهم اجازه نداد توی اون ناراحتی بمونم.

به جاش، دست‌های تپل کوچیکش رو می‌آره جلو و با هم آروم آروم توی پیاده‌رو راه می‌ریم و هر دومون از این روز گرم پاییزی لذت می‌بریم. همسایه‌م هم که از گروه آبا آهنگ می‌ذاره بیرون ایستاده؛ وقتی از جلوی خونه‌ش رد می‌شیم و من به اسم صدایش می‌زنم و باهاش احوال پرس می‌کنم، چهره‌ش از خوشحالی باز می‌شه. واقعاً که باید گفت یه شانس به ما بده.

سو رابینز ساکنِ ادمونتون (Edmonton) است.

(انتشار یافته در روزنامه‌ی Globe and Mail)

به هلند خوش آمدید

نوشته‌ی امیلی کینگزلی (Emily Kingsley)

اغلب از من می‌خوان که تجربه‌ی بزرگ کردن بچه‌های ناتوان رو توصیف کنم؛ می‌خوان که به افرادی که خودشون چنین تجربه‌ی خاصی رو نداشته‌ن کمک کنم تا درکش کنن؛ کمکشون کنم که تصور کنن چه حسی داره. این طوریه ...

وقتی می‌خواید بچه‌دار شید، مثل اینکه که دارید برای یه سفر عالی تفریحی به ایتالیا برنامه‌ریزی می‌کنید. چند تا کتاب راهنما می‌خرید و برنامه‌ریزی فوق‌العاده‌تون رو انجام می‌دید. کولوسئوم (The Coliseum)؛ تندیس داوود، اثر میکل آنژ (The Michelangelo David)، قایق پارویی‌های ونیز (gondolas in Venice)؛ ممکنه چند تا جمله‌ی پرکاربرد هم به ایتالیایی یاد بگیرید. کلاً خیلی هیجان‌انگیزه.

بعد از اینکه ماه‌ها با اشتیاق انتظار کشیدید، بالاخره روز موعود از راه می‌رسه. چمدون‌هاتون رو جمع می‌کنید و راه می‌افتید. چند ساعت بعد، هواپیما فرود می‌آد. مهماندار می‌آد و بهتون می‌گه: "به هلند خوش اومدید."

شما می‌گید: "هلند؟" منظورتون چیه، هلند؟ من برای ایتالیا اسم نوشتم. قراره توی ایتالیا باشم. همه‌ی عمرم آرزوم این بوده که برم ایتالیا.

ولی برنامه‌ی پرواز تغییر کرده. توی هلند فرود اومده‌ن و باید هم همون جا بمونید.

نکته‌ی مهم اینجاست که شما رو نبرده‌ن یه جای وحشتناک چن‌دش‌آور کثیف پُر از آفت و قحطی و بیماری. فقط یه جای دیگه‌س.

پس باید برید بیرون و کتاب راهنماهای جدید بخريد؛ باید یه زبون کاملاً جدید رو هم بلد بشید؛ با مردمی آشنا می‌شید که ممکن نبود هیچ وقت ببینید.

فقط یه جای دیگه‌س. سرعت زندگی توش پایین‌تر از ایتالیاس؛ از ایتالیا زرق و برقش کمتره. ولی بعد از این که یه مدت اون جا بمونید و به اوضاع مسلط بشید، به اطرافتون نگاه می‌کنید و می‌بینید که هلند آسیاب بادی داره؛ هلند گل لاله داره؛ هلند حتی هنرمندانی مثل رمبرانت (Rembrandt) داره.

ولی تمام افرادی که شما می‌شناسید مشغول رفت و آمد به ایتالیا هستن و همه‌شون با آب و تاب در مورد این که چه قدر اون جا بهشون خوش گذشته حرف می‌زنن. شما هم بقیه‌ی عمرتون می‌گید: "آره، قرار بود منم برم اون جا. برنامه‌م این بود."

و دردی که می‌کشید هیچ وقت هیچ وقت دست از سرتون بر نمی‌داره چون نرسیدن به اون رویا فقدان خیلی بزرگیه.

اما اگر زندگیتون رو صرف ماتم گرفتن برای این کنید که نتونستید به ایتالیا برسید، ممکنه هیچ موقع فرصت پیدا نکنید تا از چیزهای خیلی خاص و خیلی دوست داشتنی هلند لذت ببرید.

اطلاعاتی در مورد سندروم داون

تصورات ناصحیح، اطلاعات منسوخ، کمبود آگاهی و کلیشه‌های متعددی در مورد افراد مبتلا به سندروم داون وجود دارد. حائز اهمیت است که دانسته‌های خود، بستگان و دوستان را بالا برده، بتوانید تصورات اشتباه را از حقیقت تمیز دهید.

- سندروم داون رویدادی طبیعی است که هنگام تکثیر کروموزومی در دوره‌ی بارداری اتفاق می‌افتد و بیشترین بسامد را در بین عارضه‌های ژنتیکی دارد.
- سندروم داون، بیماری، ناهنجاری، نقص و یا عارضه‌ی پزشکی نیست و صحبت کردن در مورد فردی که سندروم داون دارد با جملاتی مانند/از سندروم داون "رنج می‌برد" و یا به سندروم داون "دچار است" صحیح نمی‌باشد.
- افراد دارای سندروم داون تأخیرهای ادراکی خفیف تا متوسط، سبک‌های گوناگون فراگیری، و تأخیرهای رشدی دارند. از نظر فیزیکی، این افراد معمولاً کِشنگ (تونوس) ماهیچه‌ای پایین، قامت کوتاه، چشمان مورب رو به بالا، و یک تک خط در کف دست‌ها دارند. هر چند که این ویژگی‌های فیزیکی در چنین افرادی بارز هستند، ولی آن‌ها هم به والدین و اعضای خانواده‌ی خود شباهت‌های بسیار دارند. آن‌ها مستعد برای گرفتن برخی بیماری‌ها و عارضه‌های پزشکی هستند و همچنین در مقابل، شانس پایین‌تری برای گرفتن برخی بیماری‌ها و عارضه‌های پزشکی دیگر دارند.
- بین کودکان عادی و کودکان با سندروم داون بیشتر شباهت وجود دارد تا تفاوت. این کودکان نیز مانند سایر بچه‌ها نیازمند محبت و پرورش هستند. آن‌ها نیز می‌توانند تمامی احساسات، نگرشها و رفتارها را در خود رشد دهند و نیز با سرعت خاص خود بزرگ شده، یاد گرفته، و رشد می‌کنند.
- گروه‌های محلی در سر تا سر کانادا وجود دارند و از والدینی که فرزند آن‌ها سندروم داون دارد پشتیبانی می‌نمایند. این گروه‌ها می‌توانند به شما اطلاعات، راه‌های ارتباط، ارجاع به مراجع ذی صلاح، و منابع ارائه دهند، و از شما حمایت نمایند.
- کودکان دارای سندروم داون نیازمند مراقبت‌های بهداشتی، محیطی غنی و جاذب، حمایت مثبت اجتماعی از جانب خانواده و دوستان، و آموزش با کیفیت هستند. تحت نظر بودن و اتخاذ راه کارهای مناسب در سنین پایین نقشی پُر رنگ در پیشرفت این افراد دارد. در سال‌های ابتدایی بعد از تولد، کودکان تغییرات سریع و مهمی را تجربه می‌کنند و مهارت‌ها و توانایی‌های جسمی، شناختی، زبانی، و اجتماعی خود را که برای پیشرفت‌های آتی لازم هستند افزایش می‌دهند. تحت نظر بودن و اتخاذ راه کارهای مناسب در سنین پایین به هر چه بیشتر بودن این پیشرفت‌ها کمک می‌کند. برخی از این راه کارها عبارت هستند از: ورزش درمانی، گفتار و زبان درمانی، و کار درمانی از طریق فعالیت‌ها و تمرینات.

سندروم داون و مشکلات سلامتی

به یاد داشته باشید که بسامد برخی مشکلات سلامتی در افرادی که سندروم داون دارند ممکن است پایین‌تر یا بالاتر از افراد عادی باشد. فهرست برخی از این مشکلات در زیر ارائه شده است. تقریباً تمامی این مشکلات از نظر پزشکی قابل کنترل هستند.

- عدم استواری در مَفصل اطلسی محوری (AAI: Atlantoaxial Instability)
- بازگشت اسید (Acid Reflux)
- ریزش مو (Alopecia)
- بیماری آلزایمر (Alzheimer's disease)
- اوتیسم (Autism)
- بیماری سلیم (Celiac disease)
- سرطان خون اطفال (Childhood leukemia)
- نقص مادرزادی قلبی (Congenital heart defect)
- یبوست (Constipation)
- ناهم‌ترازی مهره‌های C1 و C2 کمر (Misalignment between the C1 and C2 vertebrae)
- مشکلات شنیداری (Hearing problems)
- کِشَنگ ماهیچه‌ای پایین (Low muscle tone)
- مشکلات تنفسی (Respiratory problems)
- ناهنجاری‌های تیروئید (Thyroid abnormalities)
- کمبود ویتامین ب ۱۲ (Vitamin B12 deficiency)
- دشواری کنترل وزن (Weight management difficulties)

کتاب‌ها:

- Medical & Surgical Care for Children with Down Syndrome: A Guide for Parents edited by: D.C. Van Dyke, M.D., Philip Matheis, M.D., Susan Schoon Eberly, M.A., and Janet Williams, R.N., Ph.D.

این کتاب عالی را می‌توانید از کتابخانه‌ی جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینند (LMDSS) و یا مددکاران محلی دریافت کنید. همچنین می‌توانید از وبسایت‌های زیر جهت اخذ اطلاعات صحیح و به روز و منابع مورد نیاز خود و پزشک خانواده‌تان استفاده نمایید.

<http://cdss.ca/resources/health/>

<https://www.dsmig.org.uk/>

<http://www.ds-health.com/>

<http://www.ndss.org/about-down-syndrome/publications/>

<https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/developmental-disabilities/Pages/Children-with-Down-Syndrome-Health-Care-Information-for-Families.aspx>

www.dsmig.org.uk/information-resources/personal-child-health-record-pchr/

www.cdc.gov/ncbddd/birthdefects/downsyndrome/growth-charts.htm/

بایدها: چک لیستی برای تازه والدین

- با نزدیکترین دفتر منطقه‌ای وزارت رشد کودکان و خانواده (Ministry of Children and Family Development (MCFD)) تماس بگیرید و تقاضای یک مددکار اجتماعی (social worker) نمایید (به آنها تسهیل‌گر (facilitator) نیز گفته می‌شود).
- <https://www2.gov.bc.ca/gov/content/family-social-supports/data-monitoring-quality-assurance/find-services-for-children-teens-families>
- با برنامه‌ی رشد نوزادان (Infant Development Program (IDP)) در منطقه‌ی خود تماس گرفته و در لیست انتظار قرار بگیرید.
- با برنامه‌ی رشد حمایت شده‌ی کودک (Supported Child Development Program) در منطقه‌ی خود تماس و در لیست انتظار قرار بگیرید.
- برای فرزندان درخواست شماره‌ی بیمه‌ی اجتماعی (Social Insurance Number (SIN)) کنید.
- یک دکتر اطفال حاذق بیابید. پزشک خانواده‌ی شما و یا یک کلینیک درمانی می‌توانند شما را ارجاع دهند.
- رسید هزینه‌هایی که بابت خدمات پزشکی، فُرجه‌ای (respite) و یا حمایتی پرداخت نموده‌اید را تا زمان پرداخت مالیات نگه دارید.
- با جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند (LMDSS) برای پشتیبانی تماس بگیرید.
- با یکی از مددکاران LMDSS ملاقات کنید.
- در یکی از جلسات آشنایی والدین (Parent Networking Group) شرکت کنید. آشنایی و ارتباط با سایر افرادی که فرزندشان سندروم داون دارد می‌تواند بسیار مفید واقع شود. می‌توانید از طریق مدارس، مهد کودک‌ها، و یا برنامه‌های اجتماعی با این قبیل افراد آشنا شوید. همچنین با یک جستجوی ساده در گوگل ممکن است بتوانید پشتیبانی آنلاین و راه‌های ارتباط مختلف بیابید. می‌توانید از اینجا شروع کنید:

Message board: www.downsyn.com

Chat group: downsyndromecanadianparents@yahoo.com

Blogs: www.kellehampton.com ; <https://raisingpaige.wordpress.com/>



جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند (The Lower Mainland Down Syndrome Society)

جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند در سال ۱۹۸۹ میلادی (۸-۱۳۶۷ شمسی) توسط جمعی از والدین و خانواده‌های علاقه‌مند تأسیس شد. دفتر مرکزی ما در ساری در استان بریتیش کلمبیا (Surrey, BC) واقع گشته و در سراسر BC و کانادا پل‌های ارتباطی داریم. در زیر، بیانیه‌ی مأموریت (Mission Statement) و نیز اطلاعات بیشتری در مورد ما و دامنه‌ی فعالیتیمان مشاهده می‌نمایید:

بیانیه‌ی مأموریت LMDSS

ما به فرصت‌ها اعتقاد داریم. اعضای ما بر این باور هستند که افراد مبتلا به سندروم داون قادرند به حد اکمل در جامعه فعالیت نمایند و می‌بایست این فرصت در اختیار آنان قرار گیرد تا پتانسیل خود را پرورش دهند. برای به حقیقت پیوستن این مأموریت، جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند به دنبال این است که:

۱. به افراد مبتلا به سندروم داون در BC و خانواده‌هایشان اطلاعات، پشتیبانی و منابع ارائه نماید؛
۲. برای افراد و سازمان‌هایی که از مبتلایان به سندروم داون و خانواده‌هایشان حمایت می‌کنند اطلاعات مرتبط و منابع فراهم سازد؛
۳. از ارائه‌ی منابع خاص مورد نیاز اغلب مبتلایان به سندروم داون و خانواده‌هایشان توسط دولت‌ها و نهادهای مرتبط دفاع کند.

به طور خاص، LMDSS می‌تواند از طرق زیر به شما یاری رساند:

اطلاعات در مورد گروه‌های حمایتی والدین

LMDSS شبکه‌ای از مددکاران را در سر تا سر استان فراهم آورده است که با تازه والدین و خانواده‌های کودکان مبتلا به سندروم داون ملاقات می‌کنند و به آن‌ها یاری می‌رسانند. این مددکاران، خود نیز والدین چنین کودکانی هستند و تجربه، آموزش و منابع کافی را برای ارائه‌ی اطلاعات و کمک به تازه والدین دارا می‌باشند. لطفاً در صورت تمایل به گفتگو با یکی از مددکاران و مشارکت در این برنامه، با LMDSS تماس حاصل فرمایید.

فرهنگ و زبان

LMDSS اطلاعات در مورد سندروم داون را به بیش از ۲۰ زبان در اختیار دارد. اگر به زبانی به جز انگلیسی صحبت می‌کنید یا انگلیسی زبان مادری شما نیست، لطفاً برای دریافت منابع اضافی با LMDSS تماس بگیرید.

نوزادان جدید

LMDSS بسته‌های مخصوص تازه والدین را به خانواده‌ها، بیمارستان‌ها و صاحبان سایر مشاغل مرتبط ارائه می‌دهد. ما همچنین به نوزادان جدید از طریق آماده‌سازی سبد نوزاد و حضور در منزل آنان خوش آمد می‌گوییم.

گروه‌های حمایتی

LMDSS از طریق تأسیس و مدیریت جلسات آشنایی والدین، گروه جوانان، و گروه آشنایی بزرگسالان از خانواده‌ها حمایت می‌کند. گهگاه ممکن است در این جلسات سخنرانان حرفه‌ای نیز حضور داشته باشند.

تحقیق و هواداری

LMDSS هم در محل دفتر و هم به صورت آنلاین منابعی از قبیل کتاب، فیلم، و ابزار تدریس را فراهم آورده است و اطلاعات مورد نیاز جهت پروژه‌های تحقیقاتی را در اختیار متقاضیان قرار می‌دهد. امکان ارجاع شما برای اخذ منابع از سایر نهادها نیز وجود دارد. برای دریافت فهرست کامل‌تر، لطفاً به سایت ما به آدرس www.lmdss.com مراجعه نمایید.



سایر سازمان‌های مرتبط

انجمن مسیحیان بثردا (Bethesda Christian Association)

- گروه حمایتی برای خانواده‌های کودکان و بزرگسالان دارای ناتوانی رشدی؛ جلسات در آخرین سه‌شنبه‌ی هر ماه (به استثنای ماه‌های جون، جولای و آگوست) و از ساعت ۱۱ صبح تا ۱۲:۳۰ بعد از ظهر برگزار می‌شوند. آدرس محل برگزاری Mephi's Place 3260 Gladwin Rd., Abbotsford می‌باشد. برای اطلاعات بیشتر با جویس وندر هوک (Joyce Vander Hoek) به شماره‌ی ۶۶۰۴-۶۰۴-۸۵۰ تماس بگیرید.

انجمن زندگی اجتماعی بریتیش کلمبیا (British Columbia Association of Community Living)

- این انجمن (BCACL)، فدراسیونی است که با همکاری شرکا و از طریق حمایت از توانایی‌ها، گسترش اقدامات، و پیش برد حقوق، مسئولیت‌ها و عدالت اجتماعی در پی اجتماع سازی (Community building) و بهبود زندگی کودکان، جوانان و بزرگسالان مبتلا به ناتوانی‌های رشدی و خانواده‌های آنان است. مددکاران آن‌ها به شما کمک می‌کنند تا به منابع موجود در اطراف محل زندگی خود دسترسی پیدا کنید و در مسیر دستیابی به خدمات مورد نیاز، شما را یاری خواهند کرد. برای اطلاعات بیشتر به <http://www.inclusionbc.org/advocacy-support> مراجعه فرمایید.

227 6th Street, New Westminster, BC V3L 3A5

Phone: (604) 777-9100 Toll-free (تماس رایگان): 1-800-618-1119

Fax: (604) 777-9394 Email: info@bcacl.org website: www.bcacl.org

جامعه‌ی سندروم داون کانادا (Canadian Down Syndrome Society)

- جامعه‌ی سندروم داون کانادا (CDSS) یک سازمان ملی و غیر انتفاعی است که در مورد سندروم داون اطلاعات، حمایت، و آموزش ارائه می‌دهد. این جامعه از خودحامیان (self-advocates)، والدین، و خانواده‌ها در تمامی مراحل زندگی پشتیبانی می‌کند. مأموریت این جامعه حصول اطمینان از وجود فرصت‌های برابر برای تمامی کانادایی‌های دارای سندروم داون می‌باشد؛ به این معنی که این جامعه اطمینان حاصل می‌نماید که کانادایی‌های دارای سندروم داون آن گونه که باید حمایت می‌شوند و از فرصت‌های یکسانی با سایر افراد جامعه برخوردار هستند. این جامعه اطلاعات به روز، نشریات، منابع، و بسته‌های مخصوص تازه والدین ارائه داده، با بیش از ۵۰ گروه سندروم داون نیز در ارتباط است.

283 – 5005 Dalhousie Drive N.W. Calgary, AB T3A 5R8

Phone: (403) 270-8500 Toll-free (تماس رایگان): 1-800-883-5608

Fax: (403) 270-8291 Email: info@cdss.ca website: www.cdss.ca

بنیاد منابع سندروم داون (Down Syndrome Resource Foundation)

- این بنیاد در سال ۱۹۹۵ میلادی (۴-۱۳۷۳ شمسی) تأسیس شد و هدف آن تضمین آینده‌ای روشن برای افراد مبتلا به سندروم داون و سایر ناتوانی‌های رشدی از طریق افزایش رشد شناختی و اجتماعی آن‌ها می‌باشد. ارائه‌ی اطلاعات مرتبط، معتبر، و به موقع در مورد آخرین برنامه‌های آموزشی برای افراد دارای سندروم داون یا سایر ناتوانی‌های شناختی، در هر سنی که باشند، هدف این بنیاد است.

1409 Sperling Avenue, Burnaby, BC V5B 4J8
Phone: (604) 444-3773 Toll-free (تماس رایگان): 1-888-464-3773
Fax: (604) 431-9248 Email: info@dsrf.org website: www.dsrf.org

موسسه‌ی حمایت از خانواده (Family Support Institute)

- این موسسه یک سازمان استانی با هدف تقویت و حمایت از خانواده‌های است که با شرایط غیر عادی داشتن یک عضو دارای ناتوانی مواجه می‌باشند. اعتقاد این موسسه بر این است که خانواده‌ها بهترین منبع موجود برای حمایت از یکدیگر هستند. موسسه‌ی حمایت از خانواده توسط خانواده‌ها اداره می‌شود و به خانواده‌ها اطلاعات، آموزش، و امکان آشنایی با سایر افراد در سطح استان را می‌دهد تا بتوانند در اجتماع به تقویت نقاط قوت خود بپردازند و این نقاط را به اشتراک بگذارند. برای اطلاعات در مورد محافظت از کودکان در مقابل محدودیت‌ها و انزوا در مدارس بریتیش کلمبیا "آزار کودکان را متوقف کنید: راهنمای والدین (Stop Hurting Kids: Parents Guide)" را مطالعه نمایید.

227 6th Street, New Westminster, BC V3L 3A5
Phone: (604) 540-8374 Toll-free (تماس رایگان): 1-800-441-5403
Fax: (604) 540-9374 Email: fsi@fsibc.com website: www.familysupportbc.com

جامعه‌ی سندروم داون فریزر ولی (Fraser Valley Down Syndrome Society (FVDSS))

- این جامعه جلسات شبانه‌ی مخصوص والدین را در دومین پنج‌شنبه‌ی هر ماه از ساعت ۷:۳۰ تا ۹:۰۰ شب در Plaza 154 واقع در Ventura Avenue در آبوتسفورد (Abbotsford) برگزار می‌کند. برای دریافت آخرین اطلاعات در مورد سخنرانان و یا تغییرات زمان‌بندی برنامه‌ها می‌توانید به آدرس www.fvdss.org مراجعه کنید یا با سیلوی (Sylvie (Abbotsford)) با شماره‌ی ۶۰۴-۸۵۳-۵۵۶۳ یا با جودی (Jodie (Abbotsford)) با شماره تلفن ۶۰۴-۷۵۵-۰۷۶۹ تماس حاصل نمایید. همچنین می‌توانید از پست الکترونیک info@fvdss.org استفاده کنید.

وزارت رشد کودکان و خانواده (Ministry of Children and Family Development)

- این وزارت (MCFD) منابع مالی لازم برای بسیاری از برنامه‌ها و خدمات مخصوص کودکان و جوانان دارای نیازهای خاص و خانواده‌های آن‌ها را تأمین می‌نماید. خدمات و حمایت‌های این وزارت به هدف ارتقای رشد سالم کودکان، پیشینه کردن کیفیت زندگی، یاری رساندن به خانواده‌ها در ایفای نقش مراقب اصلی (primary caregiver) و حمایت از مشارکت کامل در زندگی اجتماعی ارائه می‌گردند. جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد خدمات ارائه شده با مددکار اجتماعی خود صحبت کنید و یا به http://www.mcf.gov.bc.ca/spec_needs/index.htm مراجعه نمایید.

استراحت مادر (Mom's Break)

- گروهی است برای مادرانی که بزرگ کردن کودکان دارای نیازهای خاص آن‌ها را در یک مسیر مشترک قرار داده است. می‌توانید با چنین مادرانی آشنا شوید، چیزی بنوشید، هم‌نشینی کنید و لذت ببرید. جلسات سومین پنج‌شنبه‌ی هر ماه، ساعت ۷:۰۰ در Gourmet Gallery در Immel St. در ابوتسفورد (Abbotsford) برگزار می‌شوند. برای اطلاعات بیشتر به کریسی (Krissy) و کولویندر (Kulvinder) به آدرس abbymomsbreak@gmail.com ایمیل بفرستید.

جامعه‌ی MSA برای زندگی اجتماعی (MSA Society for Community Living)

- این جامعه یک گروه حمایتی برای تمام خانواده‌هایی است که عضوی از آن‌ها مبتلا به ناتوانی رشدی می‌باشد. جلسات دومین سه‌شنبه‌ی هر ماه از ساعت ۱۰:۰۰ صبح تا ۱۲:۰۰ ظهر در 30686 Matsqui Place در ابوتسفورد (Abbotsford) برگزار می‌گردند. با آرلین شوتن (Arlene Schouten) به شماره‌ی ۶۰۴-۵۵۶-۰۶۸۱ (دفتر کار) و یا ۶۰۴-۸۵۵-۳۱۴۰ (موبایل) تماس بگیرید.

خیریه‌ی کودکان تنوع (Variety the Children's Charity)

- این صندوق واکنش در شرایط اضطراری (Emergency Response Fund) به جهت رفع نیاز مبرم خانواده‌ها به حمایت مالی تأسیس گشت، نیازی که توسط نظام حمایت اجتماعی و پزشکی بر طرف نمی‌شد. مهمترین اصل راهنمای این صندوق یاری رساندن به خانواده‌هایی است که به خاطر شرایط پزشکی فرزندشان تحت فشار شدید مالی و احساسی هستند. هدف این صندوق کمک به بر طرف‌سازی نیازهای کودک و خانواده‌ی او در شرایط گوناگون و از طریق اعمال دلسوزانه و کمک مالی به موقع است. شرایط هر خانواده به صورت موردی بررسی شده و سریعاً در مورد آن تصمیم‌گیری می‌شود. برای جزئیات بیشتر با تلفن ۵۰۵-۶۰۴-۳۲۰ تماس بگیرید و یا از وبسایت آن‌ها به آدرس زیر دیدن فرمایید: www.variety.bc.ca همچنین می‌توانید به آدرس lexa.betson@variety.bc.ca ایمیل بفرستید.

جهت کسب اطلاعات در مورد سایر سازمان‌های خاص، لطفاً قسمت منابع و وبسایت‌ها (Resources and Websites) را در سایت ما ملاحظه فرمایید.

برنامه‌ها

برنامه‌های متنوعی برای کودکان دارای نیازهای خاص وجود دارد. نکته‌ی حائز اهمیت در مورد تمامی برنامه‌ها و خدمات این است که هیچ‌گاه بنا را بر این نگذارید که فرد دیگری (مثلاً مددکار اجتماعی یا دکتر) فرزند شما را ثبت نام نموده و اسم او را وارد لیست انتظار کرده است. مسئولیت حمایت از فرزندان را همواره خود به عهده بگیرید و خود نیز پیگیر امور باشید.

برنامه‌ی در منزل (At Home Program)

این برنامه که به واسطه‌ی وزارت رشد کودکان و خانواده (MCFD) ارائه می‌گردد، از طریق انواع خدمات و پشتیبانی‌های سلامتی در پرداخت بخشی از هزینه‌های سرسام‌آور نگهداری از کودکان دارای ناتوانی‌های حاد در منزل به والدین کمک می‌نماید. این کمک در دو حوزه‌ی اصلی انجام می‌پذیرد:

- کمک هزینه‌های فُرجه‌ای (Respite Benefits) به والدین این امکان را می‌دهند که برای فرزند و خانواده‌ی خود گزینه‌های مناسب مراقبتی را انتخاب نمایند.
- کمک هزینه‌های پزشکی (Medical Benefits) برخی از خدمات و ابزار پزشکی لازم و اولیه را پوشش می‌دهند.

برای اطلاعات بیشتر یا با مددکار اجتماعی خود صحبت کنید و یا به وبسایت زیر مراجعه نمایید:

<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/healthy-women-children/child-behaviour-development/special-needs/complex-health-needs/at-home-program>

برنامه‌ی رشد نوزاد (Infant Development Program)

این برنامه (IDP) به کودکانی که تأخیر در رشد دارند و یا ممکن است دچار چنین تأخیری شوند از بدو تولد تا سه سالگی خدمت رسانی می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهد که اتخاذ راه‌کارهای مناسب از سنین پایین تأثیر مثبتی بر رشد و دست‌آوردهای تحصیلی کودکان گذاشته، عملکرد خانواده را بهبود می‌بخشد. هر چه زودتر این راه‌کارها اتخاذ شوند، تأثیر آن‌ها در کاهش نیاز آتی به خدمات تخصصی چشمگیرتر خواهد بود. تحقیقات نشان می‌دهد که یادگیری و رشد در سال‌های پیش از مدرسه سریع‌تر است و لذا اتخاذ این راه‌کارها می‌بایست در اولین فرصت ممکن آغاز شود تا پیشرفت کودک بهبود یابد. در استان بریتیش کلمبیا ۵۲ IDP وجود دارد که توسط سازمان‌های مختلف در هر منطقه اجرا می‌شوند.

مشاوران IDP در کنار والدین تلاش می‌کنند که انواع خدمات را به کودکان ارائه دهند تا بتوانند بر دشواری‌های رشدی فائق آیند. شرکت در این برنامه داوطلبانه و خانواده‌محور است. IDP ها در سراسر بریتیش کلمبیا وجود دارند. به عنوان بخشی از خدمات ارائه شده به کودکان دارای نیازهای خاص، مشاورین IDP همچنین به پیوستن خانواده‌ها به برنامه‌ی رشد حمایت شده‌ی کودک

(Supported Child Development)، برنامه‌ی معالجه‌ی مداخله‌ای زودهنگام (Early Intervention Therapy)، و/یا برنامه‌های رشد نوزادان بومی (Aboriginal Infant Development) نیز بر اساس نیازهای هر کودک کمک می‌نمایند.

جهت یافتن برنامه‌ها در منطقه‌ی خود به سایت <http://www.idpofbc.ca/idpbyregion.html> مراجعه کنید و یا با مددکار اجتماعی خود صحبت نمایید. از سازمانی که در منطقه‌ی شما واقع است نحوه‌ی کار برنامه را بپرسید و جویا شوید که آیا به ارجاع احتیاج دارید یا خیر. چنانچه نیاز است نام فرزندان در لیست انتظار ثبت شود، این کار را انجام دهید و یا اطمینان حاصل نمایید که نام او قبلاً ثبت شده است؛ همچنین از گزینه‌هایی که حتی در حال انتظار هم در اختیار شما هستند مطلع شوید (اغلب می‌توانید به عضویت گروه بازی (play group) در آید).

مراقبت فرجه‌ای (Respite Care)

مراقبت فرجه‌ای ارائه‌ی امداد کوتاه مدت و موقت به افرادی است که خود مراقبت از فردی در خانواده با نیازهای ویژه را عهده‌دار هستند. این نوع برنامه‌ها استراحت‌های کوتاه مدت و در زمانی مشخص را برای خانواده‌ها و سایر افرادی که به طور مجانی از کودکان دارای تأخیر رشدی مراقبت می‌کنند برنامه‌ریزی می‌نمایند تا از رابطه‌ی اصلی مراقبت حمایت کرده، موجب تداوم آن شوند. این برنامه‌ها همچنین تجربه‌ای مثبت برای فرد تحت مراقبت نیز فراهم می‌آورند. از راه‌های زیر می‌توانید به این خدمات دسترسی پیدا کنید:

- برنامه‌ی در منزل، که در فوق به آن اشاره شد (ارائه شده بواسطه‌ی MCFD؛ با مددکار اجتماعی خود تماس بگیرید) <https://www2.gov.bc.ca/gov/content/health/managing-your-health/healthy-women-children/child-behaviour-development/special-needs/complex-health-needs/at-home-program/at-home-program-respite-benefits>

- خدمات بخش خصوصی

جهت کسب اطلاعات در مورد سایر برنامه‌های خاص لطفاً قسمت منابع و وبسایت‌ها (Resources and Websites) را در سایت ما ملاحظه فرمایید.

برنامه‌ی رشد حمایت شده‌ی کودک (Supported Child Development Program)

این برنامه (SCDP)، برنامه‌ای مبتنی بر اجتماع است که به خانواده‌های کودکان نیازمند به حمایت بیشتر کمک می‌کند که بتوانند بر اساس نیاز خانواده، دسترسی لازم را به برنامه‌های مراقبت از چنین کودکانی در کنار کودکان عادی (inclusive child care) داشته باشند. این برنامه از بدو تولد تا ۱۲ سالگی به کودکان خدمت رسانی می‌کند و در برخی مناطق برای نوجوانان ۱۳ تا ۱۹ ساله نیز این نوع خدمات فراهم گشته است. SCDP تحت دو اصل شمول (حضور کودکان عادی و کودکان دارای نیاز خاص در کنار هم (inclusion)) و عملکرد خانواده‌محور فعالیت می‌کند و از راهبردهای تیمی چند رشته‌ای (multi-disciplinary team approach) بهره می‌جوید. والدین می‌توانند معرف خود باشند و یا با اجازه‌ی آن‌ها، این ارجاع می‌تواند از طرف سایر

ارائه دهندگان خدمات اجتماعی باشد. SCDP به منظور این که کودکان نیازمند به حمایت بیشتر نیز بتوانند در محیط‌های عادی مراقبت از کودکان قرار گیرند، خدمات خود را در زمینه‌ی برنامه‌ریزی، ارزیابی، آموزش، منابع و حمایت عملی (hands-on) ارائه می‌دهد. خدمات حمایتی این برنامه برای کودکان، خانواده‌ها و ارائه‌دهندگان خدمات مراقبت از کودک عبارت هستند از:

- برنامه ریزی فردی برای بهبود رشد هر کودک
- ارائه‌ی اطلاعات و آموزش به خانواده‌ها و ارائه‌دهندگان خدمات مراقبت از کودک به منظور کمک به رشد هر کودک
- ارائه‌ی منابعی از قبیل کتاب، اسباب بازی و تجهیزات خاص
- ارجاع به سایر خدمات، مانند درمان‌شناسان (therapists) و متخصصان (specialists)
- بکارگیری کارمندان بیشتر در جاهای مورد نیاز، جهت حصول اطمینان از مشارکت کامل کودکان دارای نیاز خاص در فعالیت‌ها با سایر کودکان

برای اطلاعات بیشتر در مورد این برنامه به سایت <http://bc-cfa.org/programs-services/supported-child-development/supported-child-development/> و برای پیدا کردن SCDP در منطقه‌ی خود به سایت <http://bc-cfa.org/contact/> مراجعه نموده، و یا با مددکار اجتماعی خود صحبت نمایید. با مرکز موجود در منطقه‌ی خود تماس بگیرید، در مورد چگونگی برنامه‌ی آن‌ها پرس و جو کنید و مطلع شوید که در صورت وجود لیست انتظار چگونه می‌توانید نام خود را در آن ثبت کنید. همچنین، در مورد فرم‌هایی که باید تکمیل کنید، چگونگی درخواست مددکار، و ارجاعات (referrals) مورد نیاز اطلاعات کسب نمایید.



ملاحظات مالی

برنامه‌ی پس‌انداز ناتوانی ثبت شده (Registered Disability Savings Plan (RDSP))

وبسایت: www.rdsp.com

این برنامه (RDSP) مخصوص افرادی که در کانادا دارای ناتوانی هستند طراحی شده است. این برنامه که در دنیا اولین نمونه در نوع خود است، بسته به میزان درآمد شما، شامل یک کمک هزینه (grant) و اوراق قرضه (bond) دولتی، علاوه بر اکثر کمک‌های مالی استانی، و یک برنامه‌ی پس‌انداز بلند مدت می‌باشد.

شبکه‌ی حمایتی مادام‌العمر برنامه‌ریزی شده (Planned Lifetime Advocacy Network (PLAN))

وبسایت: www.plan.ca

مأموریت PLAN این است که به خانواده‌ها کمک کند که آینده‌ی خویشاوند ناتوان خود را تضمین نمایند و آرامش خاطر داشته باشند. رویای PLAN ساده است: می‌خواهیم همه به یک زندگی خوب دسترسی داشته باشند. و جای تعجب نیست که یک زندگی خوب برای افراد ناتوان با زندگی خوب برای سایر افراد تفاوت چندانی ندارد: خانواده و دوستانی که به او عشق بورزند، محل زندگی شخصی، امنیت مالی، شرکت در تصمیم‌گیری‌ها، و توانایی ایفای نقش در جامعه.

مالیات‌ها (اعتبار مالیاتی شخصی و هزینه‌های درمانی (Personal Tax Credits and Medical Expenses) و مدرک اعتبار مالیات ناتوانی (Disability Tax Credit Certificate)

وبسایت‌ها: www.cra.gc.ca/benefits ، www.cra.gc.ca/disability ، www.cra.gc.ca/forms

برای افراد دارای ناتوانی و خانواده‌هایی که آن‌ها را بزرگ می‌کنند اعتبارهای مالیاتی فراهم شده است. جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند (LMDSS) با یک حسابدار عمومی رسمی (Certified General Accountant (CGA)) در تماس می‌باشد و او به طور سالانه برای خانواده‌های دارای اعضای ناتوان بسته‌ی اطلاعاتی مالیات و حسابداری تهیه می‌نماید. جهت دریافت بسته‌ی به روز و یا کسب اطلاعات بیشتر با LMDSS تماس بگیرید.

نکته:

- رسید خدمات پزشکی را در یک مکان تا زمان پرداخت مالیات نگه دارید.
- با پزشک خود به طور مرتب در تماس باشید. وی علاوه بر فرم‌های مربوط به مالیات، فرم‌های متنوعی را برای شما پر خواهد کرد.

راهنمای منابع، گروه سنی از بدو تولد تا یک سالگی

چنانچه منابعی برای والدین می‌شناسید که در این لیست ذکر نشده‌اند، لطفاً آن‌ها را برای ما به آدرس info@lmdss.com بفرستید تا اضافه شوند.

B. C. Centre for Ability, Speech, and) کلمبیا (**(Language Therapy)**

این مرکز خدمات خود را به افراد ناتوان از تولد تا ۲۱ سالگی ارائه می‌دهد. برای اطلاعات بیشتر با شماره‌ی ۶۰۴-۴۵۱-۵۵۱۱ تماس گرفته و یا به سایت www.centreforability.bc.ca مراجعه نمایید.

Canadian Down Syndrome Society –) **(Breastfeeding Brochure)**

شیردهی به کودکان دارای سندروم داون: تمام مادران به نوزاد خود شیر نمی‌دهند؛ اما اگر شما میل و توانایی انجام این کار را دارید، این کتابچه روش‌های شیردهی به نوزادان مبتلا به سندروم داون را توضیح می‌دهد:

<http://cdss.ca/wp-content/uploads/2016/05/CDSS-Breastfeeding-a-Baby-With-Down-Syndrome-ENGLISH.pdf>

مرکز برنامه‌ی رشد کودک (The Centre for Child Development Program)

این مرکز، ارجاع پزشکی، ارزیابی، ارتباط درمانی (communication therapy)، کاردرمانی (occupational therapy)، فیزیوتراپی، پیش‌دبستانی‌های تلفیقی (integrated preschool)، خدمات روان‌شناسی و فراغت درمانی (recreation therapy) ارائه می‌دهد و خدمات تخصصی از قبیل تیم مهارت غذا خوردن، تیم تجهیزات، تیم گچ‌گیری و آتل‌بندی، برنامه‌ی قرض تجهیزات و اسباب بازی، و یک بخش خدمات فنی جهت ساخت و ایجاد تغییر در تجهیزات نیز فراهم می‌سازد.

برای اطلاعات بیشتر با شماره‌ی ۶۰۴-۵۸۴-۱۳۶۱ تماس بگیرید، یا به www.centreforchilddevelopment.ca مراجعه فرمایید.

خدمات قرض و بازیافت تجهیزات پزشکی کودکان (Children's Medical Equipment Recycling & Loan Services)

برای دریافت کمک در مورد تجهیزاتی که ممکن است مورد نیاز فرزندتان باشد؛ برای اطلاعات بیشتر با شماره‌ی ۶۰۴-۷۰۹-۶۶۸۵ تماس بگیرید و یا به آدرس pbarrett@redcross.ca ایمیل بفرستید.

مداخله‌ی زودهنگام و پیش‌گیری، بهداشت عمومی، چیلیوک، بریتیش کلمبیا (Early Intervention & Prevention – Public Health, Chilliwack, B.C.)

گفتار زبان، آسیب‌شناسی (pathology)، شنوایی‌شناسی (audiology)، تغذیه، و سلامت دندان‌ها؛ برای اطلاعات بیشتر لطفاً از سایت <http://www.fraserhealth.ca/find-us/public-health-units/> دیدن فرمایید و یا با شماره تلفن ۴۹۰۰-۷۰۲-۶۰۴-۱ تماس بگیرید.

مرکز رشد کودک فریزر ولی (Fraser Valley Child Development Centre)

این مرکز به خانواده‌های ساکن the Fraser Canyon, Hope, Chilliwack, Agassiz, Mission, Abbotsford و مناطق اطراف خدمت‌رسانی می‌کند. وبسایت: fvcdc.org

دسترسی به کارت‌های فراغت (Leisure Card Access) جهت پارک‌ها و مراکز تفریحی

از مرکز تفریحی (recreation centre) واقع در منطقه‌ی زندگی خود پرس و جو نمایید. افراد نیازمند حمایت می‌توانند این کارت را خریداری نمایند و فردی که برای کمک آن‌ها را همراهی می‌کند می‌تواند با ارائه‌ی این کارت به صورت رایگان به خدمات ارائه شده دسترسی داشته باشد. گاهی ممکن است یک برنامه‌ی شنا به نام مادران و خردسالان (Moms and Tots) نیز برای گروه سنی ۶ تا ۱۸ ماهگی وجود داشته باشد.

انتخاب رئیس جمهور (President's Choice)

خیریه‌ی کودکانِ President's Choice به کمک به کودکانی که از نظر جسمی یا رشدی ناتوان هستند اختصاص دارد. برای اطلاع از جزئیات به وبسایت <http://www.presidentschoice.ca/LCLOnline/aboutUsCharity.jsp> مراجعه نمایید.

جامعه‌ی رشد کودکان و جوانان ریچ (Reach Child and Youth Development Society)

این جامعه یک جامعه‌ی غیر انتفاعی است که از سال ۱۹۵۹ میلادی (۸-۱۳۳۷ شمسی) تا کنون به کودکان و خانواده‌های آنها خدمت‌رسانی می‌نماید. وبسایت: www.reachdevelopment.org

اعتبار مالیاتی (Tax Credit) ممکن است برای خانواده‌ی افراد ناتوان سودمند باشد.

هزینه‌های پزشکی، هزینه‌های سفر، هزینه‌های اسباب‌کشی، مخارج خانه‌ی گروهی (group home)، معالجه، کتاب‌های آموزشی یا صوتی، هزینه‌های ساخت یا بازسازی منزل، هزینه‌ی فرد اضافه (additional person amount)، اعتبار مالیاتی مراقب و وابستگان ناتوان (caregiver and infirm dependents tax credits)، قوانین جدید برای اعتبار مالیاتی ناتوانی، هزینه‌های مراقبت از کودک، هزینه‌های مراقبت توسط پرستار (attendant care expenses)، کمک هزینه‌ی صاحب خانه (home owner grant). برای اطلاعات بیشتر با شماره‌ی ۱-۸۰۰-۹۵۹-۸۲۸۱ تماس گرفته، یا به وبسایت www.cra.gc.ca/disability مراجعه نمایید.

صندوق کودکان آفتاب و نکوور (The Vancouver Sun Children's Fund)

این صندوق در طول سال به کودکان و جوانان کمک می‌نماید. آدرس: Suite 1, 200 Granville St, Vancouver, B.C. شماره‌ی تماس: ۶۰۴-۶۰۵-۲۴۲۶

اطلاعات در مورد صندلی ماشین

برای اطلاعات اولیه به سایت <https://www.tc.gc.ca/en/services/road/child-car-seat-safety.html> مراجعه نمایید.

اطلاعات در مورد شیردهی

برای دریافت اطلاعات در این مورد به سایت زیر رجوع کنید:

<https://cdss.ca/wp-content/uploads/2016/05/CDSS-Breastfeeding-a-Baby-With-Down-syndrome-ENGLISH.pdf>

اسباب بازی‌های برتر برای کودکان دارای سندروم داون

جهت کسب اطلاعات در این خصوص به وبسایت زیر مراجعه کنید:

<https://www.parents.com/baby/health/down-syndrome/toys-for-babies-with-down-syndrome/>

برای دریافت منابع در مورد سنین ۲ و بیشتر، لطفاً با جامعه‌ی سندروم داون لوئر مینلند تماس بگیرید.