مرحله گذار از دبیرستان
به دوره بزرگسالی



WESTSIDE
REGIONAL CENTER

5901 Green Valley Circle, Suite 320 Culver City, CA 90230 / www.westsiderc.org / (310) 258-4000






AySO
HAWTHORNE



مرحله گذار از دبیرستان به دوره بزرگسالی

برنامه آموزش شخصی‌سازی شده (IEP) و طرح گذار شخصی‌سازی شده (ITP)
مروری بر برنامه آموزش شخصی‌سازی شده (IEP) » 1.1
مروری بر طرح گذار شخصی‌سازی شده (ITP) » 1.2

گزینه‌های پایان دوره دبیرستان
دیپلم دبیرستان (برنامه درسی اصلی) » 2.1
گواهی‌نامه پایان دوره (برنامه درسی جایگزین) » 2.2

چک‌لیست دیپلم دبیرستان
سنین 14 ات 15 سال » 3.1
سنین 16 ات 17 سال » 3.3
سنین 17 ات 18 سال » 3.7

چک‌لیست گواهی‌نامه پایان دوره
سنین 14 ات 17 سال » 4.1
سنین 17 ات 22 سال » 4.4

سنین 18 سال به بالا » 5.1

مرحله گذار از دبیرستان به زندگی در کالج
سال آخر » 6.1
پس از پذیرش شما » 6.2
تابستان پس از دبیرستان » 6.3
سال اول کالج » 6.4

منابع آموزش عالی
امکانات/ مناسب‌سازی تحصیلی » 7.1
درخواست پذیرش کالج » 7.1
شغل و اشتغال » 7.2
آزمون‌های پذیرش کالج » 7.3
جستجوی کالج » 7.4
پرداخت هزینه کالج » 7.5
پرداخت هزینه کتب درسی » 7.7
حقوق بزرگسالان دارای معلولیت » 7.7
مزایای مالیاتی مربوط به آموزش » 7.8
راهنماهای مرحله گذار: مرحله گذار از دبیرستان به دوره بزرگسالی » 7.11
منابع بیشتر » 7.9

از حقوق آموزشی خود آگاه باشید
در سیستم مدرسه » 8.1
آموزش عالی » 8.2
دانش‌آموزان بدون مدرک قانونی در کالج » 8.2

WESTSIDE REGIONAL CENTER

نوشته Lidenira Amador (لیدنیرا آمادور)، Ana Da Silva (آنا داسیلوا)، Nayma Guerrero (نایما گوئررو)، Candace Hein (کندیس هین)، Barbara Marbach (باربارا ماربخ)، Rhiannon Maycumber (ریانون مایکامبر) و Sandy Rivera (سندی ریورا).

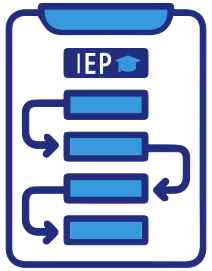
منتشرشده در اوت 2019.

برنامه آموزش شخصی‌سازی شده (IEP)

بررسی اجمالی

«برنامه آموزش شخصی‌سازی شده» (IEP) یک بیانیه کتبی درباره برنامه آموزشی است که برای تأمین نیازهای شخصی دانش‌آموز طراحی شده است.
هر دانش‌آموزی که خدمات آموزش ویژه دریافت می‌کند، باید IEP داشته باشد.

طبق «قانون آموزش افراد دارای معلولیت» (IDEA)، IEP دو هدف کلی دارد:



1. تیم IEP اهداف قابل اندازه‌گیری را برای دانش‌آموز ایجاد می‌کند که عقیده دارد دانش‌آموز می‌تواند به‌طور واقع‌بینانه در یک دوره 12 ماهه انجام دهد.

2. فهرستی از آموزش‌های ویژه و خدمات مرتبط و همچنین خدمات و کمک‌های تکمیلی را که مدرسه در اختیار دانش‌آموز قرار می‌دهد ارائه می‌کند.

تیم IEP متشکل از این افراد است:

دانش‌آموز (در صورت لزوم)، والدین یا سرپرست‌ها، معلم‌ها (آموزش ویژه و عمومی)، مدیران مدرسه، ارائه‌دهندگان خدمات مرتبط، نمایندگان سازمان‌های خارجی که ممکن است برای رسیدن به اهداف پسا-گذار پشتیبانی ارائه دهند، و/یا سایر افرادی که می‌توانند از فرزند نوجوان شما پشتیبانی کنند.

دانش‌آموز و خانواده‌اش باید از سن 14 سالگی شروع به بررسی گزینه‌های آموزش عالی کنند. وقتی دانش‌آموز 16 ساله می‌شود، IEP بیشتر بر گذار به زندگی بزرگسالی متمرکز است تا برنامه تحصیلی.

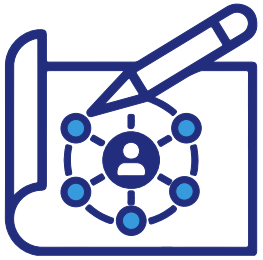
طرح گذار شخصی‌سازی شده (ITP)

بررسی اجمالی

وقتی یک دانش‌آموز دارای IEP به سن 16 سالگی می‌رسد، تیم IEP شروع به ایجاد یک طرح گذار شخصی‌سازی شده (ITP) می‌کند که سالانه به‌روزرسانی می‌شود.

ITP بخشی از IEP است و اهداف و مقاصدی را به‌منظور آماده‌سازی نوجوانان برای گذار از مدرسه به زندگی بزرگسالی بر اساس علایق و نیازهای آن‌ها مشخص می‌کند.

طبق IDEA، ITP باید شامل موارد زیر باشد:



1. اهداف قابل اندازه‌گیری و مناسب دوره آموزش عالی بر اساس ارزیابی‌های گذار متناسب با سن مربوط به آموزش، تحصیل، اشتغال، و در صورت لزوم، مهارت‌های زندگی مستقل

2. خدمات گذار (شامل دوره تحصیلی) که برای دستیابی دانش‌آموز به آن اهداف لازم است [§300.320(b)].

این یعنی تیم IEP باید اهداف قابل اندازه‌گیری را برای دانش‌آموز ایجاد کند که تمرکز آن بر زندگی پس از دوره دبیرستان باشد و مشخص کند که دانش‌آموز برای رسیدن به آن اهداف به کدام خدمات گذار نیاز دارد.

برنامه‌ریزی مرحله گذار را می‌توان در طول جلسه IEP انجام داد یا در جلسه‌ای جداگانه تا وقت بیشتری به تمرکز بر نیازها و موارد ترجیحی دانش‌آموز اختصاص داده شود.

گزینه‌های پایان دوره دبیرستان

یکی از مهم‌ترین تصمیم‌هایی که شما و فرزند نوجوان‌تان باید بگیرید این است که آیا او با دیپلم (**برنامه درسی اصلی**) فارغ‌التحصیل شود یا دبیرستان را با گواهی‌نامه پایان دوره ترک کند (**برنامه درسی جایگزین**). با تیم IEP خود در مورد برنامه‌های موجود در مدرسه فرزند نوجوان‌تان صحبت کنید. بسته به اینکه فرزند نوجوان‌تان در کدام منطقه یا مدرسه هیئت امنایی مشغول به تحصیل است، برنامه‌های مختلفی در دسترس می‌باشد.

اطلاعات زیر درباره این گزینه‌ها و فرصت‌هایی که برای زندگی بعد از دبیرستان ارائه می‌کنند توضیح می‌دهد.

برنامه درسی اصلی (دیپلم دبیرستان)

مدرک دیپلم به دانش‌آموزانی اعطا می‌شود که تمام معیارهای فارغ‌التحصیلی را مطابق با استانداردهای منطقه و IEP داشته باشند.

اهداف آموزش عالی

کسب مدرک دیپلم برای موارد زیر لازم است:

- اشتغال
- ارتش ایالات متحده آمریکا
- پذیرش در برنامه‌های تحصیلی کالج
- مدارس فنی و حرفه‌ای
- کمک دانشجویی فدرال (کمک هزینه‌ها، وام‌ها، و بودجه‌های کار در حین تحصیل) برای پرداخت هزینه‌های کالج

دوره تحصیلی

دانشجو در یک دوره تحصیلی شرکت می‌کند که الزامات فارغ‌التحصیلی را با استفاده از امکانات و اصلاحات یا بدون آن برآورده می‌کند.

کلاس‌ها عبارت‌اند از:

- انگلیسی
- ریاضی
- علوم
- علوم اجتماعی
- تربیت بدنی

دروس انتخابی:

- هنرهای تجسمی/نمایشی
- آموزش فنی-حرفه‌ای
- زبان خارجی
- کلاس‌ها/برنامه‌های شغلی منطقه‌ای

وضعیت فارغ‌التحصیلی در سن 18 سالگی

اگر دیپلم عادی دبیرستان که مورد تأیید منطقه است به یک دانش‌آموز اعطا شود، آن دانش‌آموز دیگر واجدشرایط خدمات آموزش ویژه، از جمله خدمات مرحله گذار نخواهد شد. دانش‌آموزانی که دیپلم می‌گیرند تحصیلات خود را در دبیرستان به پایان رسانده‌اند.

گزینه‌های پایان دوره دبیرستان



برنامه درسی جایگزین (گواهی‌نامه پایان دوره)

دانش‌آموزی که IEP دارد، اگر مجموعه‌ای از واحدهای مورد نیاز را گذرانده باشد، به اهداف IEP خود رسیده باشد یا به‌طور رضایت‌بخشی در برنامه آموزشی حاضر شده باشد، این فرصت را دارد که پس از پایان دبیرستان بتواند گواهی‌نامه پایان دوره را دریافت کند.

اهداف آموزش عالی

- امکان درخواست برای مشاغلی که نیاز به مدرک دیپلم/مدرک توسعه آموزشی عمومی (GED/دیپلم متفرقه) ندارند
- مورد تأیید ارتش ایالات متحده **نیست**
- امکان ثبت‌نام در دوره‌های آموزش جامعه‌محور یا دوره‌هایی که واحد درسی در آن محسوب نمی‌شود در مدارس محلی ویژه بزرگسالان، کالج‌های منطقه‌ای و غیره.
- کمک هزینه‌ها و بورسیه‌ها (سازمان‌های خصوصی)

دوره تحصیلی

دوره تحصیل دانش‌آموز بر کسب مدرکی متمرکز است که موارد زیر را پوشش می‌دهد:

مهارت‌های کاربردی
- ریاضی
- انگلیسی/هنرهای زبانی
- هنر
- مهارت‌های شنیداری/گفتاری

مهارت‌های زندگی مستقل
- نظافت/بهداشت
- ایمنی شخصی
- مهارت‌های زندگی

مهارت‌های شغلی:
- اکتشاف شغلی
- آموزش مرتبط با کار
- زندگی/کار در آینده

مهارت‌های دسترسی به منابع جامعه
- رفتار اجتماعی
- منابع جامعه
- تفریح و اوقات فراغت
- مهارت‌های ارتباطی

وضعیت فارغ‌التحصیلی در سن 18 سالگی

دانش‌آموزان دارای معلولیت که واجدشرایط دریافت گواهی‌نامه پایان دوره هستند، می‌توانند مانند دانش‌آموزان هم سن و سال بدون معلولیت خود، در مراسم فارغ‌التحصیلی و هر فعالیت تحصیلی مربوط به فارغ‌التحصیلی شرکت کنند.

دانش‌آموزانی که موفق به دریافت گواهی‌نامه پایان دوره می‌شوند، می‌توانند تا دیپلم ادامه دهند و واجدشرایط دریافت خدمات آموزش ویژه تا سن 22 سالگی یا تا زمان اخذ مدرک دیپلم هستند، هر کدام که زودتر اتفاق بیفتد. (بر اساس کد ویرایش CA، 56026.1)

دیپلم دبیرستان: سنین 14 ات 15 سال

ضروری

- درباره زندگی فرزند نوجوان‌تان بعد از دبیرستان فکر کنید و درباره این موضوع با او حرف بزنید. به او کمک کنید تا دیدگاهی درباره کارهای مورد علاقه‌اش به عنوان یک بزرگسال داشته باشد، جایی که دوست دارد در آن زندگی و کار کند و اینکه حلقه حمایتی‌اش شامل چه کسانی باشد.

- مطمئن شوید که ارزیابی مرحله گذار توسط مدرسه انجام می‌شود. این ارزیابی شامل اطلاعاتی در مورد فرزند نوجوان‌تان، علایق، مهارت‌ها و هر چالشی است که ممکن است با آن مواجه شود. همچنین شامل ارزیابی مهارت‌های زندگی مستقل و آمادگی او برای گذار به زندگی بزرگسالی است. همچنین، ابزارهای ارزیابی برای دانش‌آموزان مبتلا به اختلال ارتباط غیر-کلامی در دسترس است. این کار به تیم IEP کمک می‌کند تا با اهداف نوجوان بعد از دبیرستان آشنا شود.

- مطمئن شوید که فرزند نوجوان‌تان یک «طرح گذار شخصی‌سازی شده» (ITP) دارد که بخشی از سند IEP است. مدارس باید برنامه ITP را حداکثر تا قبل از 16 سالگی نوجوان تدوین کنند و در صورت لزوم، می‌توانند این طرح را در اوایل 14 سالگی نوجوان ایجاد کنند. مثلاً، برای دانش‌آموزانی که دارای معلولیت جدی هستند یا در معرض خطر ترک تحصیل هستند، بهتر است زودتر اقدام کنید.

- با مشارکت دادن فرزند نوجوان‌تان در تمام جلسه‌های مربوط به آموزش و آینده‌اش، مانند IEP و ITP، او را تشویق کنید تا از نیازها و اهداف خود دفاع کند. نه تنها طبق قانون لازم است که آنها دخیل و دعوت شوند، بلکه این یک مهارت مهم برای نوجوانان است که با ورود به زندگی بزرگسالی باید بیاموزند.

توصیه‌شده در سایت مدرسه

- اگر به یک مترجم شفاهی در جلسه IEP/ITP نیاز دارید، از قبل به مدرسه اطلاع دهید.

- اگر برای فرزند نوجوان‌تان به IEP/ITP ترجمه‌شده به زبان مادری خود نیاز دارید، از قبل به مدرسه اطلاع دهید.

- از مسئول مدرسه که IEP/ITP را می‌نویسد بخواهید تا متن را با صدای بلند بخواند تا مطمئن شوید که شما، فرزند نوجوان‌تان و تیم IEP با موارد بیان‌شده موافق هستید.

- با امکاناتی که تیم IEP تأیید کرده و به‌طور کلی تحت بخش «آموزش عمومی رایگان و مناسب» (FAPE) مربوط به سند IEP ثبت شده است آشنا شوید. در صورت نیاز به امکانات بیشتر، درخواست جلسه IEP کنید. امکانات ممکن است برای هر دانش‌آموز متفاوت باشد و بر اساس ارزیابی‌ها و همچنین نیازهای شناسایی‌شده تعیین می‌گردد.

- از «هماهنگ‌کننده خدمات» خود بخواهید تا در جلسه‌های برنامه‌ریزی IEP/ITP شرکت کند. اگر هماهنگ‌کننده خدمات قادر به حضور در جلسه نیست، می‌تواند درخواست شما را به تیم «خدمات پشتیبانی آموزش» ارجاع دهد.

- دائماً با فرزند نوجوان‌تان حرف بزنید تا به او در درک معلولیتش کمک کنید. در مورد اینکه او در چه زمینه‌ای خوب است، چه مواردی برای او آسان نیست و اینکه در حال حاضر چه خدمات و/یا امکانات کمکی در مدرسه دریافت می‌کند، صحبت کنید.

دیپلم دبیرستان:
سنین 14 ات 15 سال



توصیه‌شده در مرکز منطقه‌ای

- در طول جلسه سالانه «طرح برنامه فردی» (IPP)، جدیدترین کپی از IEP/ITP خود را به هماهنگ‌کننده خدمات بدهید. این کار به شما کمک می‌کند تا هماهنگ‌کننده خدمات خود را از اهداف آموزش عالی فرزند نوجوان‌تان و خدمات ارائه‌شده توسط مدرسه و دیگر سازمان‌های دولتی مطلع کنید.

- «راهنمای مصرف‌کنندگان درباره قانون لانترمن» را به همراه فرزند نوجوان‌تان بخوانید. قانون لانترمن (Lanterman Act) حقوق فرزند نوجوان‌تان را در زمینه خدمات و پشتیبانی‌ها در ایالت کالیفرنیا تعیین می‌کند. این کتاب ابزاری عالی است که به فرزند شما کمک می‌کند یک خود-حمایت‌گر قدرتمند باشد.

- وقتی فرزند نوجوان‌تان 14 ساله شد، به همراه او در «نمایشگاه و کنفرانس سالانه WRC با موضوع مرحله گذار» شرکت کنید. برای اطلاع از تاریخ رویدادهای آتی، می‌توانید از هماهنگ‌کننده خدمات خود بپرسید، به «مرکز توانمندسازی و منابع خانواده وست‌ساید» مراجعه کنید یا به وب‌سایت WRC سر بزنید.

- در یک گروه پشتیبانی «شرکای آموزشی آگاه» (IEP) در WRC شرکت کنید تا مروری کلی در مورد فرایند IEP داشته باشید.



اگر IEP شامل «طرح گذار شخصی‌سازی شده» (ITP) نیست، می‌توانید از معلم فرزند نوجوان‌تان، مدیر یا دفتر اداری آموزش ویژه به‌صورت کتبی درخواست ملاقات کنید. حتماً در این نامه به وضوح قید کنید که هدف از این جلسه، آغاز برنامه‌ریزی برای مرحله گذار است.

در ابتدای سال تحصیلی با معلم فرزند نوجوان‌تان رابطه‌ای توأم با همکاری برقرار کنید. برای بررسی امکانات مستندشده در IEP درخواست کنفرانس کنید.

به مدرسه فرزند نوجوان‌تان نامه بنویسید.

فهرستی از نگرانی‌ها و سؤالاتی را که فکر می‌کنید مهم است و باید با تیم IEP در میان گذاشته شود آماده کنید تا در طول جلسه IEP به آن رسیدگی شود.

به کتابچه راهنمای «حقوق و مسئولیت‌های آموزش ویژه» (SERR) رجوع کنید، که درباره قانون آموزش ویژه و مداخله زودهنگام و راهنمایی‌های حمایتی برای افراد 3 تا 22 ساله توضیح می‌دهد.

دیپلم دبیرستان:
سنین 16 ات 17 سال

جلسه‌های IEP/ITP

- مطمئن شوید که فرزند نوجوان‌تان تعداد واحدهای مورد نیاز برای فارغ‌التحصیلی با مدرک دیپلم را طبق برنامه بگذراند.

- از تیم IEP در مورد پیشرفت فرزند نوجوان‌تان در طول دوره تحصیلی و اهداف سالانه IEP سؤال کنید. بررسی کنید که کدام اهداف را باید بر اساس پیشرفت فرزند نوجوان‌تان ادامه دهید یا اصلاح کنید.

- مطمئن شوید که مهارت‌ها و نیازمندی‌های امکانات فرزند نوجوان‌تان در حال حاضر وجود دارد. در غیر این صورت، در اسرع وقت درخواست جلسه IEP کنید.

- مطمئن شوید که تمام خدمات مرتبط طبق تاریخ و تعداد دفعات قیدشده در IEP به فرزند نوجوان‌تان ارائه شده است. در غیر این صورت، تمام جلسه‌ها/تاریخ‌های به جا مانده را ثبت کنید و درخواست جلسه IEP بدهید تا در مورد آن حرف بزنید.

- تیم IEP با شما و فرزند نوجوان‌تان در مورد «سن قانونی» صحبت خواهد کرد. بنابراین، دانش‌آموز (نه والد) در سن 18 سالگی، می‌تواند به تمام تصمیم‌های قانونی رضایت دهد و تمام مدارک مربوط به خودش را امضاء کند. اگر فکر می‌کنید پسر یا دخترتان قادر نیست یا نمی‌تواند تصمیمات درستی در زمینه تحصیل یا زندگی مستقل بگیرد، گزینه‌های قانونی وجود دارد: سرپرستی؛ قیمومیت؛ و قیمومیت محدود. برای کمک در طول این فرایند، Bet Tzdek خدمات حقوقی رایگان ارائه می‌دهد. از وب‌سایت www.bettzedek.org دیدن کنید یا با شماره تلفن 0506-939 (323) تماس بگیرید تا یک کلینیک رایگان خودیاری قیمومیت را در منطقه‌تان پیدا کنید. در عین حال، دانش‌آموز با امضای سند «واگذاری اختیار تصمیم‌گیری تحصیلی»، می‌تواند حقوق تصمیم‌گیری تحصیلی خود را به والدین واگذار کند.

- برای آماده‌سازی جلسه IEP/ITP فرزند نوجوان‌تان، جدیدترین سند IEP را بخوانید و فهرستی از نگرانی‌ها و سؤالات خود را بنویسید تا در جلسه مطرح کنید.

- پیش‌نویسی از اهدافی که می‌خواهید در IEP/ITP گنجانده شود یا مواردی که مایلید بررسی شود، تهیه کنید. تیم IEP در مورد اهداف پیشنهادی شما در جلسه IEP/ITP گفتگو می‌کند.

تحصیلات بالاتر از مقطع دبیرستان

- اگر فرزند نوجوان‌تان قصد دارد به کالج یا دانشگاه برود، از تیم IEP خود بپرسید که آیا مشاور یا نماینده‌ای در دانشگاه هست تا برای درخواست امکانات آزمون در موارد زیر به شما کمک کند:

  - خدمات ویژه دانش‌آموزان دارای معلولیت (SSD) برای آزمون‌های SAT، PSAT 10، PSAT/NMSQT، AP و آزمون‌های SAT Subject (آزمون موضوعی SAT). برای کسب اطلاعات بیشتر، به لینک زیر رجوع کنید: sat.org

  - سیستم دسترس‌پذیری و امکانات آزمون (TAA) برای آزمون ACT. برای کسب اطلاعات بیشتر، از www.act.org/theact/accomms دیدن کنید.

- معافیت از پرداخت هزینه آزمون SAT برای دانش‌آموزان کم درآمد پایه‌های یازدهم و دوازدهم و معافیت‌های هزینه آزمون SAT Subject برای دانش‌آموزان پایه‌های 9 تا 12 موجود است. اگر فرزند نوجوان‌تان واجدشرایط معافیت از پرداخت هزینه باشد، می‌تواند به صورت رایگان در آزمون‌های SAT یا SAT Subject شرکت کند و از مزایای دیگری برای درخواست پذیرش کالج بهره‌مند شود. برای کسب اطلاعات بیشتر با مدرسه فرزندتان تماس بگیرید یا به sat.org/fee-waivers رجوع کنید

دیپلم دبیرستان:
سنین 16 ات 17 سال

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا درباره الزامات (پیش نیازهای) شرکت در گزینه‌های مختلف آموزش شغلی در جامعه بیاموزد.
- فرزند نوجوان‌تان را برای بازدید از کالج‌ها و/یا برنامه‌هایی ببرید که شاید بعد از دبیرستان دوست داشته باشد در آن‌ها شرکت کند. بهتر است زودتر به این کالج‌ها/برنامه‌ها سر بزنید تا دانش‌آموز زمان کافی برای برآورده کردن شرایط پذیرش مدارس انتخابی خود داشته باشد.
- در مورد هزینه‌های مربوط به گزینه‌های آموزشی و تحصیلی بدانید. **مرکز منطقه‌ای نمی‌تواند هزینه‌های شهریه را پوشش دهد.**
- درباره خدمات پشتیبانی موجود در کالج یا گزینه‌های آموزش شغلی (مانند خدمات دانش‌آموزان دارای معلولیت) اطلاعات کسب کنید.

اشتغال

- تا حد امکان به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا درباره شغل مورد علاقه‌اش تحقیق کند. به آن‌ها کمک کنید تا درباره مهارت‌ها و تجربه‌های مورد نظر کارفرمایان در هنگام استخدام اطلاعات کسب کنند و به آن‌ها در بهبود آن مهارت‌ها کمک کنید.
- او را به انجام کارهای داوطلبانه، یادگیری خدمت‌محور و کسب تجربه در زمینه انتخابی‌اش تشویق کنید.
- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا نوشتن رزومه را شروع کند و در صورت نیاز، آن را به‌روز کند. حتماً یک کپی از آن را به «هماهنگ‌کننده خدمات» بدهید.
- فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید تا در نمایشگاه‌های شغلی در مدرسه، جامعه یا در مرکز منطقه‌ای شرکت کند.
- از هماهنگ‌کننده خدمات خود بخواهید شما را به ارائه‌دهندگان خدمات اشتغال ارجاع دهد. اگر ارائه‌دهندگان فرصت ملاقات با شما را دارند، بهتر است با آن‌ها ملاقات کنید، زیرا برنامه‌های پشتیبانی از اشتغال اغلب فهرست انتظار طولانی دارند.
- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا مهارت‌های مصاحبه را در خانه یا مدرسه تمرین کند.
- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا یاد بگیرد درخواست شغلی را به‌طور مستقل پر کند.
- اگر فرزند نوجوان‌تان قبل از سن 18 سالگی پیشنهاد کار دریافت کند، باید از طریق مدرسه‌اش درخواست مجوز کار کند. این مجوز به امضای والد/سرپرست نیاز دارد.
- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا در مورد مسئولیت‌ها و اخلاق کاری که به‌واسطه آن می‌تواند شغلش را حفظ کند بیاموزد (حضور در محل کار، صداقت، وقت‌شناسی، برقراری ارتباط دوستانه با دیگران).

امور مالی

- نیاز به پشتیبانی مالی را مشخص کنید (مانند برنامه CalFresh، SSDI، SSI، برنامه کمک غیرنقدی برای انتخاب مسکن و غیره)
- اگر نوجوان کار می‌کند یا قرار است در آینده کار کند، به او کمک کنید: یک حساب بانکی شخصی باز کند؛ یاد بگیرد که چطور چک‌های حقوق را به حسابش واریز کند؛ و اهمیت پس‌انداز پول را درک کند.

دیپلم دبیرستان:
سنین 16 ات 17 سال

حمل و نقل

- طرحی برای حمل و نقل در جامعه ایجاد کنید (مثلاً اتوبوس، ACCESS (اکسس)، تاکسی، Uber (اوبر) یا Lyft (لیفت)، وسیله نقلیه شخصی، و غیره) و در مورد نیاز به آموزش مهارت‌های سفر و رفت‌وآمد مستقل حرف بزنید.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا بعد از سن 15 و نیم تا 17 و نیم سالگی برای آزمون کتبی مجوز رانندگی درس بخواند و در آزمون شرکت کند. اداره وسایل نقلیه موتوری (DMV) آزمون کتبی را به زبان‌های مختلف، چاپ با حروف درشت، نسخه فایل صوتی، نسخه فایل ویدیویی (زبان اشاره آمریکایی) و تماس تلفنی از طریق اپراتور (آزمون‌گیرنده سؤالات را می‌پرسد) ارائه می‌دهد. با متخصص DMV به شماره 1-800-777-0133 تماس بگیرید تا از قبل برای امکانات درخواست دهید.

- وقتی فرزند نوجوان‌تان در آزمون کتبی رانندگی قبول شود، مجوز رانندگی حین آموزش و دسترسی به یک وسیله نقلیه بیمه‌شده داشته باشد، WRC ممکن است **پس از** 25 ساعت اول بابت هزینه دوره آموزش رانندگی (متوسط مبلغ برای یک فرد بدون معلولیت) کمک مالی ارائه دهد.

زندگی مستقل

- با فرزند نوجوان‌تان درباره محل زندگی او بعد از اتمام دبیرستان صحبت کنید: در خانه با شما؛ در خانه گروهی؛ با هم اتاقی؛ یا به‌طور مستقل (با خدمات پشتیبانی یا بدون آن)؟ هماهنگ‌کننده خدمات به شما و فرزند نوجوان‌تان کمک می‌کند تا بهترین تمهیدات را برای زندگی آینده‌اش برنامه‌ریزی کنید.

- اگر فرزند نوجوان‌تان می‌خواهد مستقل زندگی کند، از «هماهنگ‌کننده خدمات» بخواهید اطلاعاتی را درباره نوع پشتیبانی‌های موجود ارائه دهد تا نوجوان را برای نقل مکان به آپارتمان خود و حفظ محیط زندگی مستقل آماده کنید.

- او را در جریان هزینه‌های زندگی روزمره قرار دهید: پرداخت اجاره، مواد غذایی، آب و برق و غیره.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا مهارت‌های زندگی مستقل (بودجه‌بندی، خرید، آشپزی، خانه‌داری، نظافت شخصی و غیره) را تمرین کند.

- به او کمک کنید تا نکات مربوط به ایمنی در جامعه (مانند تشخیص علائم و نمادها) و مهارت‌های کمک اضطراری (مثلاً اقدامات لازم در مواقع اضطراری) را بیاموزد.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا برای دریافت کارت شناسایی کالیفرنیا (ID) به DMV محلی خود درخواست دهد. می‌توانید با شماره 1-800-777-0133 تماس بگیرید و با یک متخصص DMV صحبت کنید تا به شما کمک کند هماهنگی‌های خاصی را برای دریافت خدمات DMV در یکی از دفاتر انجام دهید.

چک‌لیست دیپلم دبیرستان
سنین 16 ات 17 سال

مراقبت از سلامت

- دنبال یک پزشک مراقبت اولیه (PCP) جدید بگردید. وقتی پسر/دختر شما 18 ساله شود، پزشک معالج او به یکی از موارد زیر تغییر خواهد کرد: پزشکی داخلی، پزشکی خانواده یا پزشکی عمومی.

- با متخصص اطفال فعلی پسر/دخترتان صحبت کنید. شاید او بتواند شما را راهنمایی کند که کدام ارائه‌دهندگان خدمات مراقبت از سلامت بزرگسالان برای فرزند شما مناسب هستند.

- پوشش مراقبت از سلامت بین سنین 18 تا 26 سال برای تمام طرح‌های بیمه تغییر می‌کند. جزوه Achievable Foundation به نام «دروازه‌ای به‌سوی مراقبت از سلامت»: پوشش پزشکی مربوط به جوانان دارای نیازهای ویژه در سن گذار» را بخوانید تا اطلاعات بیشتری در مورد نحوه تغییر پوشش خدمات مراقبت از سلامت پس از 18 سالگی کسب کنید.

حقوقی

- از مسئول مدرسه که IEP/ITP را می‌نویسد بخواهید تا متن را با صدای بلند بخواند تا مطمئن شوید که شما، فرزند نوجوان‌تان و تیم IEP با موارد بیان‌شده موافق هستید و در صورت نیاز، سؤال بپرسید.

- در طول جلسه سالانه «طرح برنامه فردی» (IPP)، جدیدترین کپی از IEP/ITP خود را به هماهنگ‌کننده خدمات بدهید. این کار به شما کمک می‌کند تا هماهنگ‌کننده خدمات خود را از اهداف آموزش عالی فرزند نوجوان‌تان و خدمات ارائه‌شده توسط مدرسه و دیگر سازمان‌های دولتی مطلع کنید.



ارزشیابی‌ها و ارزیابی‌های به‌روزشده، از جمله آموزشی، پزشکی و روان‌شناختی را درخواست کنید. این اسناد ممکن است هنگام ارائه درخواست‌نامه خدمات عمومی یا امکانات آزمون (مانند ACT، SAT) لازم باشند.

با الزامات واجدشرایط بودن، رویه‌ها و خدمات آژانس‌های خدمات بزرگسالان آشنا شوید.

دیپلم دبیرستان:
سال آخر (سنین 17 ات 18 سال)

جلسه‌های IEP/ITP

- مطمئن شوید که فرزند نوجوان‌تان تعداد واحدهای مورد نیاز برای فارغ‌التحصیلی را بگذراند و الزامات فارغ‌التحصیلی را برآورده کند.
- تاریخ فارغ‌التحصیلی فرزند نوجوان‌تان و اینکه او می‌تواند به طور کامل در مراسم فارغ‌التحصیلی و سایر فعالیت‌های سال آخر شرکت کند را تأیید کنید.
- اگر فرزند نوجوان‌تان در حال خروج از سیستم مدرسه (ابتدایی تا پایان دبیرستان) است، مطمئن شوید که از طریق WRC و سازمان توانبخشی کالیفرنیا (DOR) با گزینه‌های خدمات آموزش عالی آشنا شوید ▪ نماینده DOR و هماهنگ‌کننده خدمات خود را به جلسه برنامه‌ریزی IEP/ITP دعوت کنید.
- از مدرسه بخواهید که نتایج هر فهرست علاقه‌مندی یا ارزیابی شغلی را ارائه دهد تا برای توسعه اهداف مرحله گذار مورد استفاده قرار گیرد.
- برای پشتیبانی از فرزند نوجوان‌تان در توسعه اهداف آموزش عالی (مانند کالج، فرصت‌های حرفه‌آموزی و اشتغال) و شناسایی منابع ضروری پشتیبانی، با تیم IEP و هماهنگ‌کننده خدمات همکاری کنید.
- مطمئن شوید که یک کپی از «خلاصه عملکرد» فرزند نوجوان‌تان را پس از خروج از دبیرستان دریافت کنید. این خلاصه‌ای از پیشرفت تحصیلی و عملکرد کاربردی دانش‌آموز است که شامل توصیه‌هایی در مورد نحوه کمک به فرزند نوجوان شما برای دستیابی به اهداف آموزش عالی می‌باشد.

جلسه‌های IPP

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا طرح‌های خود برای بعد از دبیرستان را برای هماهنگ‌کننده خدمات شرح دهد و هر گونه فهرست علایق یا نتایج ارزیابی شغلی را که توسط مدرسه انجام شده است ارائه دهد.
- مطالب ارائه‌شده توسط «هماهنگ‌کننده خدمات» را مرور کنید که گزینه‌های موجود برای سطح آموزش عالی را شرح می‌دهد:

▪ اگر فرزند نوجوان‌تان دوست دارد شغلی داشته باشد – به او کمک کنید تا یک هدف شغلی ایجاد کند و آن را در IPP خود قید کند. اضافه کردن یک هدف مرتبط با اشتغال به IPP فرزندتان، برای هدایت خدمات مورد نیاز برای دستیابی به هدف دلخواه او مفید خواهد بود.

▪ اگر فرزند نوجوان‌تان علاقه‌مند به کسب مدرک دوره آموزش عالی (دانشگاه، مدارس حرفه‌ای، کالج منطقه‌ای) است - به او کمک کنید تا یک هدف مرتبط با آموزش عالی را در IPP خود ایجاد کند. اضافه کردن یک هدف آموزش عالی به IPP فرزندتان، برای هدایت خدمات مورد نیاز برای دستیابی به هدف دلخواه او مفید خواهد بود.

- اگر فرزند نوجوان‌تان مایل است تحصیلات خود را در مقطع آموزش عالی (کالج منطقه‌ای، مدرسه حرفه‌ای، دانشگاه) ادامه دهد و برای پیمایش در سیستم مدرسه نیاز به پشتیبانی دارد، خدماتی وجود دارد که با کمک سازمان «خدمات بزرگسالان» می‌توان آن‌ها را جستجو کرد. حتماً این موضوع را با هماهنگ‌کننده خدمات فرزند نوجوان‌تان در میان بگذارید.
- جدیدترین کپی از IEP/ITP خود را به هماهنگ‌کننده خدمات فرزند نوجوان‌تان بدهید.

دیپلم دبیرستان:
سال آخر (سنین 17 ات 18 سال)

تحصیلات بالاتر از مقطع دبیرستان

- برای مطالعه چک‌لیست جامع و کامل، بخش «مرحله گذار از دبیرستان به زندگی در کالج» را مرور کنید.



اشتغال

- اگر سازمان توانبخشی (DOR) تشخیص دهد که فرزند نوجوان‌تان واجدشرایط دریافت خدمات این سازمان است، باید در اسرع وقت و پس از اینکه نوجوان شما مدرسه را ترک می‌کند، یک «طرح شخصی‌سازی شده برای اشتغال» (IPE) ایجاد کند و باید IEP او را مد نظر قرار دهد و با اهداف، مقاصد و خدمات مشخص‌شده در IEP آن‌ها هماهنگ شود.

  - درباره خدمات توانبخشی شغلی که DOR برای رسیدن به اهداف شغلی ارائه می‌دهد بدانید.

  - «خدمات مرحله گذار پیش از اشتغال» (PETS) سازمان توانبخشی (DOR) باید **5** فعالیت زیر را به دانش‌آموزان دارای معلولیت ارائه دهد:

1 مشاوره کاریابی
2 فرصت‌های یادگیری مبتنی‌بر کار
3 مشاوره در زمینه فرصت‌های تحصیلی در مقطع آموزش عالی
4 آموزش آمادگی در محیط کار
5 راهنمایی در زمینه خود-حمایتی

- تا حد امکان به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا درباره شغل مورد علاقه‌اش تحقیق کند. ببینید کارفرمایان هنگام استخدام برای آن شغل به دنبال چه مهارت‌ها/تجربه‌هایی هستند و به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا آن‌ها را توسعه دهد.

- او را به انجام کارهای داوطلبانه، یادگیری خدمت‌محور و کسب تجربه‌های کاری تشویق کنید.

- فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید تا مهارت‌های مصاحبه را در خانه یا مدرسه تمرین کند

- قبل از خروج از دبیرستان، به چند دفتر خدمات کاریابی سر بزنید. گاهی‌اوقات ممکن است فهرست‌های انتظاری برای برنامه‌های اشتغال وجود داشته باشد، بنابراین بهتر است یک سال قبل از خروج فرزند نوجوان‌تان از سیستم مدرسه شروع به برنامه‌ریزی کنید.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا نوشتن رزومه را شروع کند و در صورت نیاز، آن را به‌روز کند. حتماً یک کپی از آن را به «هماهنگ‌کننده خدمات» بدهید.

- فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید تا در نمایشگاه‌های شغلی در مدرسه، جامعه یا در مرکز منطقه‌ای شرکت کند.

- با فرایند اشتغال حرفه‌ای سازمان توانبخشی (DOR) آشنا شوید. DOR یکی از منابع جامعه است که می‌تواند پشتیبانی‌هایی را برای دستیابی به اهداف شغلی (مانند کتاب‌های دانشگاهی، لباس‌های کار، پشتیبانی شغلی) ارائه کند.

- بسیاری از برنامه‌های مرتبط با اشتغال به یک ارزیابی روانی جدید برای شروع ارائه خدمات و باز کردن پرونده DOR نیاز دارند. برای دریافت کمک و راهنمایی، با هماهنگ‌کننده خدمات خود تماس بگیرید.

دیپلم دبیرستان:
سال آخر (سنین 17 ات 18 سال)

امور مالی

- درخواست‌نامه‌های پشتیبانی مالی را دانلود یا چاپ کنید (مانند برنامه، SSDI، SSI CalFresh، برنامه کمک غیرنقدی برای انتخاب مسکن و غیره)

- اگر فرزند نوجوان‌تان اکنون مشغول به کار است یا قرار است در آینده کار کند، به او کمک کنید تا یک حساب بانکی شخصی باز کند. فرزند نوجوان‌تان باید از بانک محلی بپرسد که چه اسنادی را باید ارائه دهد.

حمل و نقل

- برنامه‌ریزی برای حمل و نقل در جامعه (مانند اتوبوس، ACCESS (اکسس)، تاکسی، Uber (اوبر) یا Lyft (لیفت)، وسیله نقلیه شخصی و غیره) و/یا آموزش مهارت‌های سفر یا رفت‌وآمد مستقل را کامل کنید.

- فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید تا بعد از سن 15 و نیم 17 ات و نیم سالگی برای آزمون کتبی مجوز رانندگی درس بخواند و در آزمون شرکت کند. اداره وسایل نقلیه موتوری (DMV) آزمون کتبی را به زبان‌های مختلف، چاپ با حروف درشت، نسخه فایل صوتی، نسخه فایل ویدیویی (زبان اشاره آمریکایی) و تماس تلفنی از طریق اپراتور (آزمون‌گیرنده سؤالات را می‌پرسد) ارائه می‌دهد. با متخصص DMV به شماره 1-800-777-0133 تماس بگیرید تا از قبل برای امکانات درخواست دهید.

- وقتی فرزند نوجوان‌تان در آزمون کتبی رانندگی قبول شود، مجوز رانندگی حین آموزش و دسترسی به یک وسیله نقلیه بیمه‌شده داشته باشد، WRC ممکن است **پس از** 25 ساعت اول بابت هزینه دوره آموزش رانندگی (متوسط مبلغ برای یک فرد بدون معلولیت) کمک مالی ارائه دهد.

زندگی مستقل

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا برنامه‌ریزی برای زندگی در خانه شما، در یک خانه گروهی، با هم‌اتاقی یا زندگی مستقل (با یا بدون خدمات پشتیبانی) را به پایان برسانند.

- در مورد هزینه‌های زندگی یاد بگیرید.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا مهارت‌های زندگی مستقل (بودجه‌بندی، خرید، آشپزی، خانه‌داری، نظافت شخصی و غیره) را در خانه تمرین کند.

- اگر فرزند نوجوان‌تان می‌خواهد مستقل زندگی کند، از «هماهنگ‌کننده خدمات» بخواهید اطلاعاتی را درباره نوع پشتیبانی‌های موجود ارائه دهد تا نوجوان را برای نقل مکان به آپارتمان خود و حفظ محیط زندگی مستقل آماده کنید.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا نکات مربوط به ایمنی در جامعه و مهارت‌های کمک اضطراری را بیاموزد.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا برای دریافت کارت شناسایی کالیفرنیا (ID) به DMV محلی خود درخواست دهد. می‌توانید با شماره 1-800-777-0133 تماس بگیرید و با یک متخصص DMV صحبت کنید تا به شما کمک کند هماهنگی‌های خاصی را برای دریافت خدمات DMV در یکی از دفاتر انجام دهید.

دیپلم دبیرستان:
سال آخر (سنین 17 ات 18 سال)

خدمات مراقبت از سلامت

- دنبال یک پزشک مراقبت اولیه (PCP) جدید بگردید. وقتی پسر/دختر شما 18 ساله شود، پزشک معالج او به یکی از موارد زیر تغییر خواهد کرد: پزشکی داخلی، پزشکی خانواده یا پزشکی عمومی.

- با متخصص اطفال فعلی پسر/دخترتان صحبت کنید. شاید او بتواند شما را راهنمایی کند که کدام ارائه‌دهندگان خدمات مراقبت از سلامت بزرگسالان برای فرزند شما مناسب هستند.

- پوشش مراقبت از سلامت بین سنین 18 تا 26 سال برای تمام طرح‌های بیمه تغییر می‌کند. جزوه Achievable Foundation به نام «دروازه‌ای به‌سوی مراقبت از سلامت»: پوشش پزشکی مربوط به جوانان در سنین گذار با نیازهای ویژه» را بخوانید تا اطلاعات بیشتری در مورد نحوه تغییر پوشش خدمات مراقبت از سلامت پس از 18 سالگی کسب کنید.

نکته‌ها

فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید که تا حد امکان مستقل باشد و از خودش دفاع کند.

به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا معلولیت خود را درک کند، بداند که این معلولیت چطور بر یادگیری او تأثیر می‌گذارد و چه امکاناتی برای او مفید است.

ارزشیابی‌ها و ارزیابی‌های به‌روزشده، از جمله آموزشی، پزشکی و روان‌شناختی را درخواست کنید. این اسناد ممکن است هنگام درخواست خدمات عمومی و خدمات دانش‌آموزی برای افراد دارای معلولیت لازم باشند.

همه مدارک لازم، از جمله آخرین ارزیابی‌های منطقه‌ای و IEP را جمع‌آوری کنید تا واجدشرایط بودن فرزندتان برای دریافت امکانات بعد از دبیرستان مشخص شود. مدارس آموزش عالی به مدارک معلولیت نیاز دارند که نشان دهد دانش‌آموز طبق تعریف «قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت» (ADA) و «بخش 504 قانون توانبخشی» دارای معلولیت است. این مدارک باید شامل اطلاعات کافی باشد تا بتوان امکانات لازم برای دسترسی برابر به فعالیت‌های آموزشی را تعیین کرد. هر مؤسسه استانداردها و خطمشی‌های خاص خودش را برای ارائه مدارک معلولیت و واجدشرایط بودن برای خدمات دارد.

گواهی‌نامه پایان دوره:
سنین 14 ات 17 سال

ضروری

- درباره زندگی فرزند نوجوان‌تان بعد از دبیرستان فکر کنید و درباره این موضوع با او حرف بزنید. به او کمک کنید تا **دیدگاهی** درباره کارهای مورد علاقه‌اش به عنوان یک بزرگسال داشته باشد، جایی که دوست دارد در آن زندگی و کار کند و اینکه حلقه حمایتی‌اش شامل چه کسانی باشد.

- با تیم IEP در مورد **برنامه‌های گذار** موجود در مدرسه فرزند نوجوان‌تان صحبت کنید. بسته به اینکه فرزند نوجوان‌تان در کدام منطقه یا مدرسه هیئت امنایی مشغول به تحصیل است، برنامه‌های مختلفی در دسترس می‌باشد.

- ببینید که **هماهنگ‌کننده/متخصص مرحله گذار** در مدرسه فرزندتان چه کسی است. او به شما و فرزند نوجوان‌تان کمک می‌کند تا فرایند گذار را در دبیرستان طی کنید.

- یک **طرح گذار شخصی‌سازی شده (ITP)** در جلسه سالانه IEP ایجاد خواهد شد؛ ITP بخشی از سند IEP است. اگرچه مدارس باید حداکثر تا 16 سالگی دانش‌آموز یک ITP ایجاد کنند، بهتر است فرایند برنامه‌ریزی گذار را برای دانش‌آموزانی که دارای معلولیت جدی هستند یا در معرض خطر ترک تحصیل هستند زودتر شروع کنیم.

- مطمئن شوید که مدرسه یک **ارزیابی گذار** انجام می‌دهد که بتواند به تیم IEP در درک اهداف فرزند نوجوان‌تان برای زندگی بعد از مدرسه کمک کند. ارزیابی مرحله گذار باید شامل اطلاعاتی در مورد فرزند نوجوان‌تان، از جمله علایق، مهارت‌ها و چالش‌های او باشد. ارزیابی باید شامل نظرسنجی‌ها یا پرسشنامه‌هایی باشد که به تعریف حرفه‌ها، شغل‌ها یا دوره‌های کاری که نوجوان ممکن است به آن‌ها علاقه داشته باشد و جایی که نقاط قوت او مفید خواهد بود کمک کند.

این ارزیابی همچنین شامل مهارت‌های زندگی مستقل و آمادگی برای گذار به زندگی بزرگسالی است. **همچنین، ابزارهای ارزیابی برای دانش‌آموزان مبتلا به اختلال ارتباط غیر-کلامی در دسترس است.**

- اگر در جلسه IEP/ITP به مترجم شفاهی نیاز دارید، اگر قصد دارید جلسه را ضبط کنید و/یا اگر می‌خواهید سند IEP/ITP به زبان مادری شما ترجمه شود، **از قبل به مدرسه اطلاع دهید.**

- با مشارکت دادن فرزند نوجوان‌تان در تمام جلسه‌های مربوط به برنامه‌ریزی گذار، او را تشویق کنید تا از نیازها و اهداف خود **حمایت** کند. نه تنها طبق قانون لازم است که آنها دخیل و دعوت شوند، بلکه این یک مهارت مهم برای نوجوانان است که با ورود به زندگی بزرگسالی باید بیاموزند.

- هر چه فرزند نوجوان‌تان به پایان دبیرستان نزدیک‌تر شود، تیم IEP با شما و فرزند نوجوان‌تان درباره «سن قانونی» صحبت می‌کند. بنابراین، دانش‌آموز (نه والد) در سن 18 سالگی، می‌تواند به تمام تصمیم‌های قانونی رضایت دهد و تمام مدارک مربوط به خودش را امضاء کند. اگر فکر می‌کنید پسر یا دخترتان قادر نیست یا نمی‌تواند تصمیمات درستی در زمینه تحصیل یا زندگی مستقل بگیرد، گزینه‌های قانونی وجود دارد: سرپرستی؛ قیمومیت؛ و قیمومیت محدود. برای کمک در طول این فرایند، Bet Tzedek خدمات حقوقی رایگان ارائه می‌دهد. برای یافتن یک کلینیک رایگان خودیاری قیمومیت در منطقه خودتان، از www.bettzedek.org دیدن کنید یا با شماره 939-0506 (323) تماس بگیرید. در عین حال، دانش‌آموز با امضای سند «واگذاری اختیار تصمیم‌گیری تحصیلی»، می‌تواند حقوق تصمیم‌گیری تحصیلی خود را به والدین واگذار کند.

گواهی‌نامه پایان دوره:
سنین 14 ات 17 سال

توصیه‌شده در سایت مدرسه

- فهرستی از نگرانی‌ها و سؤالاتی را که فکر می‌کنید مهم است و باید با تیم IEP در میان گذاشته شود آماده کنید تا در طول جلسه IEP به آن رسیدگی شود.

- از هماهنگ‌کننده/مدیر بخش آموزش و پرورشی که در حال مستندسازی و/یا نوشتن IEP/ITP است بخواهید تا متن را با صدای بلند بخواند تا مطمئن شوید که شما، پسر/دخترتان و اعضای تیم IEP با موارد بیان‌شده موافق هستید. این بدان معنا **نیست** که شما با پیشنهاد یا توصیه‌های بخش آموزش و پرورشی موافق هستید.

- **سند تکمیل‌شده را به خانه ببرید و قبل از امضاء، آن را بررسی کنید**. اهداف و امکانات باید بر اساس ارزیابی‌ها و نیازهای شناسایی‌شده باشند؛ مطمئن شوید که آنچه در سند نوشته شده است تصویر کاملی از نقاط قوت، چالش‌ها و طرح‌های اولیه فرزند نوجوان‌تان برای آینده را ارائه می‌دهد.

- با **امکاناتی** که تیم IEP تأیید کرده و به‌طور کلی تحت بخش «آموزش عمومی رایگان و مناسب» (FAPE) مربوط به سند IEP ثبت شده است آشنا شوید. در صورت نیاز به امکانات بیشتر، درخواست جلسه IEP کنید. امکانات ممکن است برای هر دانش‌آموز متفاوت باشد و بر اساس ارزیابی‌ها و همچنین نیازهای شناسایی‌شده تعیین می‌گردد.

- دائماً با فرزند نوجوان‌تان حرف بزنید تا به او در درک معلولیتش کمک کنید. در مورد اینکه او در چه زمینه‌ای خوب است، چه مواردی برای او آسان نیست و اینکه در حال حاضر چه خدمات و/یا امکانات کمکی در مدرسه دریافت می‌کند، صحبت کنید.

- اگر فرزند نوجوان‌تان قادر به برقراری ارتباط کلامی برای بیان نیازهای خود نیست و در حال حاضر از وسیله ارتباطی استفاده نمی‌کند، در مورد روش‌های ارتباطی جایگزین - ارتباط تقویتی و جایگزین (AAC) و/یا فناوری کمکی (AT) صحبت کنید. شما می‌توانید درخواست ارزیابی AC/AT کنید.

در مرکز منطقه‌ای

- دو تا سه هفته قبل از جلسه، **هماهنگ‌کننده خدمات** خود را برای شرکت در جلسه IEP/ITP دعوت کنید. اگر هماهنگ‌کننده خدمات قادر به حضور در جلسه نیست، می‌تواند درخواست شما را به تیم «خدمات پشتیبانی آموزش WRC» ارجاع دهد.

- در طول جلسه سالانه «طرح برنامه فردی» (IPP)، جدیدترین کپی از IEP/ITP خود را به هماهنگ‌کننده خدمات بدهید. این سند (و حضور در جلسه)، هماهنگ‌کننده خدمات را از موارد زیر مطلع می‌سازد:

  - اهداف آموزش عالی فرزند نوجوان شما
  - خدماتی که از سوی مدرسه و سایر سازمان‌های دولتی ارائه می‌شود
  - پشتیبانی رفتاری یا اجتماعی ارائه‌شده در مدرسه که ممکن است پس از ترک بخش آموزش و پرورشی لازم باشد با توجه به خدمات سفارشی‌شده یا زندگی در جامعه تغییر یابد.

گواهی‌نامه پایان دوره: سنین 14 ات 17 سال

در مرکز منطقه‌ای (ادامه)

- «راهنمای مصرف‌کنندگان درباره قانون لانترمن» را به همراه فرزند نوجوان‌تان بخوانید. قانون لانترمن (Lanterman Act) حقوق فرزند نوجوان‌تان را در زمینه خدمات و پشتیبانی‌ها در ایالت کالیفرنیا (CA) تعیین می‌کند. این کتاب ابزاری عالی است که به فرزند نوجوان‌تان کمک می‌کند یک خود-حمایت‌گر قدرتمند باشد.

- وقتی فرزند نوجوان‌تان 14 ساله شد، به همراه او در «نمایشگاه و کنفرانس سالانه WRC با موضوع مرحله گذار» شرکت کنید. برای اطلاع از تاریخ رویدادهای آتی، می‌توانید از هماهنگ‌کننده خدمات خود بپرسید، به «مرکز توانمندسازی و منابع خانواده وست‌ساید» مراجعه کنید یا به وب‌سایت WRC سر بزنید.

- در یک گروه پشتیبانی «شرکای آموزشی آگاه» (IEP) در WRC شرکت کنید تا مروری کلی در مورد فرایند IEP/ITP داشته باشید.

در جامعه

- فرصت‌های توانمندسازی و حرفه‌آموزی را از طریق برنامه‌های آموزش منطقه‌ای و برنامه‌های آموزش بزرگسالان در جامعه‌تان بررسی کنید.

- از پسر/دخترتان بخواهید هنگام رفت و آمد به یک فعالیت اجتماعی یا انجام کاری، مسیر را به شما نشان دهد و شما را راهنمایی کند.

- هنگام بازدید از کسب و کارهای جامعه، از پسر/دخترتان بخواهید تا اقلامی را برای استفاده شخصی خودش بخرد.

نکته‌ها

به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا معلولیت خود را درک کند، بداند که این معلولیت چطور بر یادگیری او تأثیر می‌گذارد و چه امکاناتی برای او مفید است.

اگر IEP شامل «طرح گذار شخصی‌سازی شده» نیست، می‌توانید از معلم فرزند نوجوان‌تان، مدیر یا دفتر اداری آموزش ویژه به‌صورت کتبی درخواست ملاقات کنید. حتماً در این نامه به وضوح قید کنید که هدف از این جلسه، آغاز برنامه‌ریزی برای مرحله گذار و شناسایی کارکنان کلیدی برای پشتیبانی از نوجوان در این فرایند است.

ارزشیابی‌ها و ارزیابی‌های به‌روزشده، از جمله آموزشی، پزشکی و روان‌شناختی را درخواست کنید. این اسناد ممکن است هنگام درخواست خدمات عمومی و خدمات دانش‌آموزی برای افراد دارای معلولیت لازم باشند.

در ابتدای سال تحصیلی با تیم IEP/ معلم فرزند نوجوان‌تان رابطه‌ای توأم با همکاری برقرار کنید. برای بررسی امکانات مستندشده در IEP درخواست کنفرانس کنید.

به مدرسه فرزند نوجوان‌تان نامه بنویسید.

به کتابچه راهنمای **حقوق و مسئولیت‌های آموزش ویژه (SERR)** رجوع کنید، که درباره قانون مداخله زودهنگام و آموزش ویژه و راهنمایی‌های حمایتی برای افراد 0 تا 22 ساله توضیح می‌دهد.

گواهی‌نامه پایان دوره:
سال آخر (سنین 17 ات 22 سال)

جلسه‌های IEP/ITP

- تاریخ فارغ‌التحصیلی فرزند نوجوان‌تان و اینکه او می‌تواند به طور کامل در مراسم فارغ‌التحصیلی و دیگر فعالیت‌های سال آخر شرکت کند را تأیید کنید.

- اگر پس از اتمام دوره دبیرستان به آموزش عمومی ادامه می‌دهید، بخش آموزش و پرورشی موظف است برنامه گذار را بدون هیچ هزینه‌ای به شما ارائه دهد. برنامه گذار باید شامل «آموزش مبتنی بر جامعه» (CBI)، مهارت‌های زندگی مستقل، مهارت‌های آمادگی شغلی و فرصت‌های کاری باشد. **برنامه گذار برای دانش‌آموزانی که گواهی‌نامه پایان دوره را تا سن 22 سالگی دریافت می‌کنند در دسترس است.**

- اگر فرزند نوجوان‌تان در حال خروج از سیستم مدرسه (ابتدایی تا پایان دبیرستان) است، مطمئن شوید که از طریق WRC و سازمان توانبخشی کالیفرنیا (DOR) با گزینه‌های خدمات آموزش عالی آشنا شوید ▪ نماینده DOR و هماهنگ‌کننده خدمات خود را به جلسه برنامه‌ریزی IEP/ITP دعوت کنید.

- از مدرسه بخواهید که نتایج هر فهرست علاقه‌مندی یا ارزیابی شغلی را ارائه دهد تا برای توسعه اهداف مرحله گذار مورد استفاده قرار گیرد.

- برای پشتیبانی از فرزند نوجوان‌تان در توسعه **اهداف آموزش عالی** (مانند کالج، فرصت‌های حرفه‌آموزی و اشتغال) و شناسایی منابع ضروری پشتیبانی، با تیم IEP و هماهنگ‌کننده خدمات همکاری کنید.

- مطمئن شوید که یک کپی از **خلاصه عملکرد** فرزند نوجوان‌تان را پس از خروج از دبیرستان دریافت کنید. این خلاصه‌ای از پیشرفت تحصیلی و عملکرد کاربردی دانش‌آموز است که شامل توصیه‌هایی در مورد نحوه کمک به فرزند نوجوان شما برای دستیابی به اهداف آموزش عالی می‌باشد.

جلسه‌های IPP

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا طرح‌های خود برای بعد از دبیرستان را برای هماهنگ‌کننده خدمات شرح دهد و هر گونه فهرست علایق یا نتایج ارزیابی شغلی را که توسط مدرسه انجام شده است ارائه دهد.

- مطالب ارائه‌شده توسط «هماهنگ‌کننده خدمات» را مرور کنید که گزینه‌های موجود برای سطح آموزش عالی را شرح می‌دهد:

  ▪ اگر فرزند نوجوان‌تان دوست دارد شغلی داشته باشد – به او کمک کنید تا یک هدف شغلی ایجاد کند و آن را در IPP خود قید کند. اضافه کردن یک هدف مرتبط با اشتغال به IPP فرزندتان، برای هدایت خدمات مورد نیاز برای دستیابی به هدف دلخواه او مفید خواهد بود.

  ▪ اگر فرزند نوجوان‌تان علاقه‌مند به کسب مدرک دوره آموزش عالی (مدارس حرفه‌ای، کالج منطقه‌ای) است - به او کمک کنید تا یک هدف مرتبط با آموزش عالی را در IPP خود ایجاد کند. اضافه کردن یک هدف آموزش عالی به IPP فرزندتان، برای هدایت خدمات مورد نیاز برای دستیابی به هدف دلخواه او مفید خواهد بود.

- اگر فرزند نوجوان‌تان برای پیمایش در سیستم مدارس آموزش عالی نیاز به پشتیبانی دارد، خدماتی وجود دارد که با کمک سازمان «خدمات بزرگسالان» می‌توان آن‌ها را جستجو کرد. حتماً این موضوع را با هماهنگ‌کننده خدمات فرزند نوجوان‌تان در میان بگذارید.

- جدیدترین کپی از IEP/ITP خود را به هماهنگ‌کننده خدمات فرزند نوجوان‌تان بدهید.

گواهی‌نامه پایان دوره:
سال آخر (سنین 17 ات 22 سال)

تحصیلات بالاتر از مقطع دبیرستان

- اگر دانش‌آموز شما به تحصیلات آموزش عالی علاقه دارد، به او کمک کنید تا دوره‌های کالج منطقه‌ای، مدارس حرفه‌ای، آموزش بزرگسالان یا برنامه‌های اعطای گواهی‌نامه را که می‌تواند به فرصت‌های شغلی هدایت شود، **جستجو** کند. بهتر است زودتر به این کالج‌ها/برنامه‌ها سر بزنید تا دانش‌آموز زمان کافی برای برآورده کردن شرایط پذیرش مدارس انتخابی خود داشته باشد. در بسیاری از موارد، دوره‌ها ممکن است مستلزم گذراندن واحد درسی باشند یا واحد درسی در آن‌ها محسوب نشود.

- در مورد هزینه‌های مربوط به گزینه‌های آموزشی و تحصیلی بدانید. **مرکز منطقه‌ای نمی‌تواند هزینه‌های شهریه را پوشش دهد.**

- درباره خدمات پشتیبانی موجود در کالج یا گزینه‌های آموزش شغلی (مانند **خدمات دانش‌آموزان دارای معلولیت**) اطلاعات کسب کنید.

اشتغال

- با فرایند اشتغال حرفه‌ای **سازمان توانبخشی (DOR)** آشنا شوید. DOR یکی از منابع جامعه است که می‌تواند پشتیبانی‌هایی را برای دستیابی به اهداف شغلی (مانند کتاب‌های دانشگاهی، لباس‌های کار، پشتیبانی شغلی) ارائه کند.

- اگر سازمان توانبخشی (DOR) تشخیص دهد که فرزند نوجوان‌تان واجدشرایط دریافت خدمات این سازمان است، باید در اسرع وقت و پس از اینکه نوجوان شما مدرسه را ترک می‌کند، یک **«طرح شخصی‌سازی شده برای اشتغال» (IPE)** ایجاد کند و باید IEP او را مد نظر قرار دهد و با اهداف، مقاصد و خدمات مشخص‌شده در IEP آن‌ها هماهنگ شود.

- درباره خدمات توانبخشی شغلی که DOR برای رسیدن به اهداف شغلی ارائه می‌دهد بدانید.

- «خدمات مرحله گذار پیش از اشتغال» (PETS) سازمان توانبخشی (DOR) باید 5 فعالیت زیر را به دانش‌آموزان دارای معلولیت ارائه دهد:

1. مشاوره کاریابی
2. فرصت‌های آموزش مبتنی‌بر کار
3. مشاوره در زمینه فرصت‌های تحصیلی در مقطع آموزش عالی
4. آموزش آمادگی در محیط کار
5. راهنمایی در زمینه خود-حمایتی

- بسیاری از برنامه‌های مرتبط با اشتغال به یک **ارزیابی روانی جدید** برای شروع ارائه خدمات و باز کردن پرونده DOR نیاز دارند. برای دریافت کمک و راهنمایی، با هماهنگ‌کننده خدمات خود تماس بگیرید.

- تا حد امکان به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا درباره شغل مورد علاقه‌اش تحقیق کند. ببینید کارفرمایان هنگام استخدام برای آن شغل به دنبال چه مهارت‌ها/تجربه‌هایی هستند و به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا آن‌ها را توسعه دهد.

- او را به انجام کارهای داوطلبانه، یادگیری خدمت‌محور و کسب تجربه‌های کاری تشویق کنید.

- فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید تا مهارت‌های مصاحبه را در خانه یا مدرسه تمرین کند.

- قبل از خروج از دبیرستان، به چند دفتر خدمات کاریابی سر بزنید. گاهی‌اوقات ممکن است فهرست‌های انتظاری برای برنامه‌های اشتغال وجود داشته باشد، پس بهتر است یک سال قبل از خروج فرزند نوجوان‌تان از سیستم مدرسه شروع به برنامه‌ریزی کنید.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا نوشتن **رزومه** را شروع کند و در صورت نیاز، آن را به‌روز کند. حتماً یک کپی از آن را به «هماهنگ‌کننده خدمات» بدهید.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا در مورد مسئولیت‌ها و اخلاق کاری که به‌واسطه آن می‌تواند شغلش را حفظ کند بیاموزد (حضور در محل کار، صداقت، وقت‌شناسی، برقراری ارتباط دوستانه با دیگران).

- فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید تا در نمایشگاه‌های شغلی در مدرسه، جامعه یا در مرکز منطقه‌ای شرکت کند.

گواهی‌نامه پایان دوره:
سال آخر (سنین 17 ات 22 سال)

امور مالی

- نیاز به **پشتیبانی مالی** را مشخص کنید و درخواست‌نامه‌های خود را ارسال کنید (مانند برنامه CalFresh، SSDI، SSI، برنامه کمک غیرنقدی برای انتخاب مسکن و غیره)

- اگر فرزند نوجوان‌تان اکنون مشغول به کار است یا قرار است در آینده کار کند، به او کمک کنید تا یک حساب بانکی شخصی باز کند. فرزند نوجوان‌تان باید از بانک محلی بپرسد که چه اسنادی را باید ارائه دهد.

حمل و نقل

- **طرحی برای حمل و نقل در جامعه ایجاد کنید** (مثلاً اتوبوس، ACCESS (اکسس)، تاکسی، Uber (اوبر) یا Lyft (لیفت)، وسیله نقلیه شخصی، و غیره) و در مورد نیاز به آموزش مهارت‌های سفر و رفت‌وآمد مستقل حرف بزنید.

- فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید تا بعد از سن 15 و نیم 17 ات و نیم سالگی برای آزمون کتبی مجوز رانندگی درس بخواند و در آزمون شرکت کند. اداره وسایل نقلیه موتوری (DMV) آزمون کتبی را به زبان‌های مختلف، چاپ با حروف درشت، نسخه فایل صوتی، نسخه فایل ویدیویی (زبان اشاره آمریکایی) و تماس تلفنی از طریق اپراتور (آزمون‌گیرنده سؤالات را می‌پرسد) ارائه می‌دهد. با متخصص DMV به شماره 1-800-777-0133 تماس بگیرید تا از قبل برای امکانات درخواست دهید.

- وقتی فرزند نوجوان‌تان در آزمون کتبی رانندگی قبول شود، مجوز رانندگی حین آموزش و دسترسی به یک وسیله نقلیه بیمه‌شده داشته باشد، WRC ممکن است **پس از** 25 ساعت اول بابت هزینه دوره آموزش رانندگی (متوسط مبلغ برای یک فرد بدون معلولیت) کمک مالی ارائه دهد.

زندگی مستقل

- با فرزند نوجوان‌تان درباره **محل زندگی او بعد از اتمام دبیرستان** صحبت کنید: در خانه با شما؛ در خانه گروهی؛ با هم اتاقی؛ یا به‌طور مستقل (با خدمات پشتیبانی یا بدون آن)؟ هماهنگ‌کننده خدمات به شما و فرزند نوجوان‌تان کمک می‌کند تا بهترین تمهیدات را برای زندگی آینده‌اش برنامه‌ریزی کنید.

- اگر فرزند نوجوان‌تان می‌خواهد مستقل زندگی کند، از «هماهنگ‌کننده خدمات» بخواهید اطلاعاتی را درباره نوع پشتیبانی‌های موجود ارائه دهد تا نوجوان را برای نقل مکان به آپارتمان خود و حفظ محیط زندگی مستقل آماده کنید.

- او را در جریان **هزینه‌های زندگی روزمره** قرار دهید: پرداخت اجاره، مواد غذایی، آب و برق و غیره.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا مهارت‌های زندگی مستقل (بودجه‌بندی، خرید، آشپزی، خانه‌داری، نظافت شخصی و غیره) را در خانه تمرین کند.

- به او کمک کنید تا نکات مربوط به ایمنی در جامعه (مانند تشخیص علائم و نمادها) و مهارت‌های کمک اضطراری (مثلاً اقدامات لازم در مواقع اضطراری) را بیاموزد.

- به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا برای دریافت **کارت شناسایی کالیفرنیا (ID)** به DMV محلی خود درخواست دهد. می‌توانید با شماره 1-800-777-0133 تماس بگیرید و با یک متخصص DMV صحبت کنید تا به شما کمک کند هماهنگی‌های خاصی را برای دریافت خدمات DMV در یکی از دفاتر انجام دهید.

گواهی‌نامه پایان دوره:
سال آخر (سنین 17 ات 22 سال)

خدمات مراقبت از سلامت

- **پوشش مراقبت از سلامت بین سنین 18 تا 26 سال برای تمام طرح‌های بیمه تغییر می‌کند.** جزوه Achievable Foundation به نام «دروازه‌ای به‌سوی مراقبت از سلامت»: پوشش پزشکی مربوط به جوانان در سنین گذار با نیازهای ویژه» را بخوانید تا اطلاعات بیشتری در مورد نحوه تغییر پوشش خدمات مراقبت از سلامت پس از 18 سالگی کسب کنید.

- وقتی پسر/دختر شما 18 ساله شود، پزشک اطفال معالج او به یکی از موارد زیر تغییر خواهد کرد: پزشکی داخلی، پزشکی خانواده یا پزشکی عمومی. با متخصص اطفال فعلی پسر/دخترتان صحبت کنید. شاید او بتواند شما را راهنمایی کند که کدام ارائه‌دهندگان خدمات مراقبت از سلامت بزرگسالان برای فرزند شما مناسب هستند.

- والدین پس از 18 سالگی فرزند نوجوان خود دیگر اختیار تصمیم‌گیری در مورد مسائل مربوط به مراقبت از سلامت او را ندارند. اگر فکر می‌کنید پسر یا دختر شما قادر نیست یا نمی‌تواند تصمیمات درستی در مورد خدمات مراقبت از سلامت بگیرد، گزینه‌های قانونی وجود دارد.

نکته‌ها

به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا معلولیت خود را درک کند، بداند که این معلولیت چطور بر یادگیری او تأثیر می‌گذارد و چه امکاناتی برای او مفید است.

فرزند نوجوان‌تان را تشویق کنید که تا حد امکان مستقل باشد و از خودش دفاع کند.

ارزشیابی‌ها و ارزیابی‌های به‌روزشده، از جمله آموزشی، پزشکی و روان‌شناختی را درخواست کنید. این اسناد ممکن است هنگام درخواست خدمات عمومی و خدمات دانش‌آموزی برای افراد دارای معلولیت لازم باشند.

همه مدارک لازم، از جمله آخرین ارزیابی‌های منطقه‌ای و IEP را جمع‌آوری کنید تا واجدشرایط بودن فرزندتان برای دریافت امکانات بعد از دبیرستان مشخص شود. مدارس آموزش عالی به مدارک معلولیت نیاز دارند که نشان دهد دانش‌آموز طبق تعریف «قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت» (ADA) و «بخش 504 قانون توانبخشی» دارای معلولیت است. این مدارک باید شامل اطلاعات کافی باشد تا بتوان امکانات لازم برای دسترسی برابر به فعالیت‌های آموزشی را تعیین کرد. هر مؤسسه استانداردها و خطمشی‌های خاص خودش را برای ارائه اسناد معلولیت و واجدشرایط بودن برای خدمات دارد.

سنین 18 سال – به بالا

حال که پسر/دختر شما با مدرک دیپلم دبیرستان، دیپلم آموزش عمومی یا گواهی‌نامه پایان دوره از دبیرستان فارغ‌التحصیل شده است، مرکز منطقه‌ای و سایر سازمان‌های خدمات عمومی مسئول ارائه خدمات و پشتیبانی‌های مناسب به آن‌ها هستند تا به عنوان اعضای فعال در جامعه زندگی کنند و مشارکت داشته باشند.

جلسه‌های IPP

- مطابق با قانون لانترمن، کار همه‌جانبه و رقابتی اولین گزینه‌ای است که تیم‌های برنامه‌ریزی برای هر بزرگسالی در سن کار در نظر می‌گیرند. اشتغال یکپارچه، فراگیر و رقابتی برای افراد دارای معلولیت رشدی که در سن کار هستند، بدون در نظر گرفتن شدت معلولیت، بالاترین اولویت را خواهد داشت. (خطمشی ارجحیت اشتغال WRC، 2016) برای کسب اطلاعات بیشتر، به جزوه **«زندگی پس از دبیرستان: مسیرهایی به سوی اشتغال در محیط‌های رقابتی ادغام‌شده»** رجوع کنید.

- اگر اشتغال یا تحصیلات دانشگاهی مد نظر نیست، می‌توانید بر اساس اهداف و نیازهای فرزند نوجوان‌تان، گزینه‌های دیگری را با هماهنگ‌کننده خدمات خود در میان بگذارید. لطفاً برای دریافت فهرست خدمات موجود بر اساس گروه سنی فرزندتان، به بروشور **«خدمات و پشتیبانی‌ها»** رجوع کنید.

تحصیلات بالاتر از مقطع دبیرستان

- برای مطالعه چک‌لیست جامع و کامل، جزوه **«مرحله گذار از دبیرستان به زندگی در کالج»** را مرور کنید.

- مدارس آموزش عالی به مدارک معلولیت، شامل جدیدترین ارزیابی‌های منطقه‌ای و IEP، نیاز دارند که ثابت کند دانش‌آموز طبق تعریف «قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت» (ADA) و «بخش 504 قانون توانبخشی» دارای معلولیت است. این مدارک باید شامل اطلاعات کافی باشد تا بتوان امکانات لازم برای دسترسی برابر به فعالیت‌های آموزشی را تعیین کرد. هر مؤسسه استانداردها و خطمشی‌های خاص خودش را برای ارائه اسناد معلولیت و واجدشرایط بودن برای خدمات دارد.

- WRC از پیمایش تحصیلی آموزش عالی پشتیبانی می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر، با هماهنگ‌کننده خدمات فرزند نوجوان‌تان صحبت کنید.

- **سازمان توانبخشی** (DOR) ممکن است برخی از هزینه‌های آموزش عالی مربوط به اشتغال را بپردازد. برای کسب اطلاعات در مورد خدمات احتمالی، با **دفتر DOR محلی** خود تماس بگیرید.

سنین 18 سال – به بالا

دوره‌های کارآموزی

- دوره‌های کارآموزی، آموزش‌های ضمن کار را در محیط‌های رقابتی ادغام‌شده ارائه می‌دهند. این یک راه عالی برای بررسی شغل‌های مختلف و ایجاد رزومه است. از هماهنگ‌کننده خدمات خود درباره موارد زیر سؤال کنید:
  - برنامه‌های کارآموزی با حقوق
  - آموزش‌های استاد-شاگردی
  - کارآموزی بدون حقوق

اشتغال

- مرکز منطقه‌ای یک خط‌مشی «Employment First» (ارجحیت اشتغال) برای ترویج اشتغال بین بزرگسالان دارد که مخصوص افرادی است که با دیپلم دبیرستان، GED یا گواهی‌نامه پایان دوره از دبیرستان فارغ‌التحصیل شده‌اند. کتابچه راهنمای **«اشتغال WRC»** را بخوانید و با هماهنگ‌کننده خدمات خود در مورد مسیرهای اشتغال در محیط‌های رقابتی ادغام‌شده صحبت کنید، از جمله:
  - اشتغال پشتیبانی‌شده
  - اشتغال در محیط‌های رقابتی ادغام‌شده
  - اشتغال سفارشی‌شده
  - شرکت خُرد

- برای یادگیری یا انجام وظایف شغلی‌تان به کمک احتیاج دارید؟ با هماهنگ‌کننده خدمات تماس بگیرید تا شما را به خدماتی که ممکن است به موفقیت شما در محیط کارتان کمک کنند ارجاع دهد. برای مثال:
  - مربی شغلی
  - مهارت‌های زندگی مستقل

- سازمان توانبخشی (DOR) یک منبع اشتغال برای افراد دارای معلولیت است. ممکن است برخی از هزینه‌های آموزش عالی پوشش داده شود. برای کسب اطلاعات بیشتر، با دفتر محلی DOR تماس بگیرید.

امور مالی

- مزایای عمومی می‌تواند به پرداخت هزینه‌های غذا، مسکن، مراقبت از سلامت و سایر هزینه‌های اساسی زندگی کمک کند. با هماهنگ‌کننده خدمات پسر/دخترتان همکاری کنید تا در مورد الزامات واجدشرایط بودن و نحوه درخواست آن اطلاعات کسب کنید.

- افراد واجدشرایط با ایجاد یک حساب ABLE به‌سادگی می‌توانند پول خود را بدون خطر از دست دادن مزایای عمومی پس‌انداز کنند. از این وجوه می‌توان برای پرداخت «هزینه‌های معلولیت تأییدشده» استفاده کرد. برای کسب اطلاعات بیشتر، در جلسه اطلاع‌رسانی در WRC شرکت کنید یا به مرکز منابع ملی ABLE در www.ablenrc.org رجوع کنید.

- «صندوق نیازهای ویژه» به برنامه‌ریزی برای مراقبت شخصی‌سازی شده در طول زندگی پسر/دختر شما کمک می‌کند و در عین حال از واجدشرایط بودن او برای مزایای عمومی محافظت می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر، در جلسه اطلاع‌رسانی در WRC شرکت کنید یا از «Disability Benefits 101» در www.db101.org دیدن کنید.

حمل و نقل

- برنامه‌ریزی نیازهای حمل و نقل را به پایان برسانید (مانند اتوبوس، ACCESS (اکسس)، تاکسی، Uber (اوبر) یا Lyft (لیفت)، وسیله نقلیه شخصی و غیره).

سنین 18 سال – به بالا

زندگی مستقل

- برنامه‌ریزی برای زندگی در خانه، در یک خانه گروهی، با هم‌اتاقی یا زندگی مستقل (با یا بدون خدمات پشتیبانی) را به پایان برسانید. اگر فرزند نوجوان‌تان قصد دارد مستقل زندگی کند، از «هماهنگ‌کننده خدمات» خود بخواهید اطلاعاتی را درباره نوع پشتیبانی‌های موجود ارائه دهد تا او را برای نقل مکان و نگهداری آپارتمان خود آماده کنید.

- به دنبال هم‌اتاقی هستید؟ شرکت در گروه‌های اجتماعی در WRC جای فوق‌العاده‌ای برای شروع است!

- پسر/دخترتان را تشویق کنید تا در گروه‌های رایگان در WRC شرکت کند:

  - **«Healthy Lifestyle Change» (تغییر سبک زندگی سالم)** برای یادگیری نحوه گنجاندن ورزش در برنامه‌های روزانه
  - **«Healthy Cooking and Eating» (آشپزی و تغذیه سالم)** برای یادگیری نحوه طبخ غذاهای سالم به تنهایی یا با کمک دیگران
  - **«Networking and Life Skills Group» (گروه مهارت‌های زندگی و شبکه‌سازی)** برای ملاقات با دوستان جدید، خوردن میان‌وعده، معاشرت، تماشای فیلم، مشارکت و ارائه‌های تعاملی

- پسر/دخترتان را تشویق کنید تا در هر یک از گروه‌های خود-حمایتی در منطقه WRC شرکت کند. برای کسب اطلاعات بیشتر، با هماهنگ‌کننده حمایتگری از WRC تماس بگیرید.

- پسر/دخترتان را تشویق کنید تا عضو «کمیته مشورتی مصرف‌کنندگان WRC» شود و در بحث‌های مربوط به حقوق شخصی‌اش شرکت کند، تجربیات و نگرانی‌هایش را به اشتراک بگذارد و عضو فعال جامعه‌اش شود.

- به پسر/دخترتان در یافتن فعالیت‌های مورد علاقه‌اش در جامعه کمک کنید.

خدمات مراقبت از سلامت

- وقتی پسر/دختر شما 18 ساله شود، پزشک اطفال معالج او به یکی از موارد زیر تغییر خواهد کرد: پزشکی داخلی، پزشکی خانواده یا پزشکی عمومی.

- والدین پس از 18 سالگی فرزند نوجوان خود دیگر اختیار تصمیم‌گیری در مورد مسائل مربوط به مراقبت از سلامت او را ندارند. اگر فکر می‌کنید پسر یا دختر شما قادر نیست یا نمی‌تواند تصمیمات درستی در مورد خدمات مراقبت از سلامت بگیرد، گزینه‌های قانونی وجود دارد.

- پوشش مراقبت از سلامت بین سنین 18 تا 26 سال برای تمام طرح‌های بیمه تغییر می‌کند. جزوه Achievable Foundation به نام **«دروازه‌ای به‌سوی مراقبت از سلامت»: پوشش پزشکی مربوط به جوانان در سنین گذار با نیازهای ویژه»** را بخوانید تا اطلاعات بیشتری در مورد نحوه تغییر پوشش خدمات مراقبت از سلامت پس از 18 سالگی کسب کنید.

- اگر فرزند نوجوان‌تان به کالج می‌رود، ممکن است واجدشرایط طرح بیمه سلامت مدرسه‌اش باشد. برای کسب اطلاعات بیشتر، با مدرسه‌تان تماس بگیرید.

حقوقی

- اگر فرزند نوجوان‌تان پسر است، ظرف 30 روز بعد از تولد 18 سالگی‌اش باید در «خدمات انتخابی ایالات متحده» (نظام وظیفه) ثبت‌نام کند (صرف نظر از اینکه واجدشرایط باشد یا نباشد). این قانون است!

- وقتی فرزند نوجوان‌تان 18 ساله شد، با «دفتر تأمین اجتماعی» محلی تماس بگیرید تا فرایند درخواست برای درآمد تکمیلی تأمین اجتماعی (SSI) و Medi-Cal (در صورت واجدشرایط بودن) را شروع کنید.

- شهروندان آمریکایی 18 سال و بالاتر حق رأی دارند! به فرزند نوجوان‌تان کمک کنید تا «درخواست‌نامه ثبت‌نام رأی‌دهندگان کالیفرنیا» را تکمیل کند. در مراکز رأی‌گیری امکانات مناسبی برای آنها فراهم خواهد شد.

مرحله گذار از دبیرستان به زندگی در کالج

ترک کردن دبیرستان و ورود به یک زندگی غیرقابل پیش‌بینی در کالج برای همه دانش‌آموزان دشوار است، اما می‌تواند به ویژه برای افرادی که دارای معلولیت‌های رشدی هستند چالش‌برانگیز باشد. بسیاری از دانش‌آموزان دوام آوردند و خوشبختانه به دلیل پشتیبانی‌ها و ساختاری که آموزش‌های ویژه برای آن‌ها فراهم کرد، در دبیرستان موفق شدند. در کالج، خود دانش‌آموز مسئول انتخاب و تصمیم‌گیری است، نه مشاوران یا والدین او، از جمله در زمینه درخواست خدمات و امکانات مناسب برای رفع نیازهایش. آموزش ویژه وقتی به پایان می‌رسد که دانش‌آموز دیپلم بگیرد و از دبیرستان خارج شود. در ادامه چند نکته وجود دارد که هنگام شروع سال آخر دبیرستان و برنامه‌ریزی برای تحصیلات در مقطع آموزش عالی باید در نظر بگیرید.

سال آخر

درخواست پذیرش کالج

- فهرستی از **مهلت‌های** مهم، از جمله موعد مقرر ارائه درخواست‌نامه‌های پذیرش کالج و درخواست‌نامه‌های کمک مالی را تهیه کنید.

- با مشاور دبیرستان یا کالج/مشاور شغلی و خانواده‌تان صحبت کنید تا انتخاب‌هایتان را برای کالج محدود کنید. از مشاور بخواهید تا مطالب مربوط به کالج‌ها را به‌صورت چاپی در اختیارتان قرار دهد و بپرسید که آیا کالج‌ها نمایندگانی در دبیرستان شما دارند تا به سؤالات پاسخ دهند و اطلاعات دقیق‌تری ارائه کنند.

- **اسناد و اطلاعات** مورد نیاز برای تکمیل درخواست‌نامه‌های کالج و کمک مالی را جمع‌آوری کنید، از جمله کارت/شماره تأمین اجتماعی، کد دبیرستان، کارنامه دبیرستان، گزارش‌های نمره آزمون پذیرش کالج (ACT، SAT) و توصیه‌نامه‌ها. در صورت لزوم، مجدداً در آزمون‌های پذیرش کالج شرکت کنید.

- هنگام تکمیل درخواست‌نامه‌های پذیرش کالج ممکن است قسمتی با عنوان «EOP» به معنی **برنامه فرصت‌های آموزشی** را ببینید.

EOP از طریق خدماتی چون مربیگری، برنامه‌های دانشگاهی، کمک مالی، مشاوره/مشورت و دیگر خدمات پشتیبانی دانشگاهی، به افرادی که دانش‌آموزان نسل اول (که پدر و مادرشان تحصیلات دانشگاهی ندارند) و/یا با پیشینه کم‌درآمد و از نظر تحصیلی محروم هستند کمک می‌کند. اگر در EOP پذیرفته شوید، باید در برنامه پل تابستانی شرکت کنید؛ برنامه تابستانی تعیین می‌کند که آیا شما بخشی از برنامه اقامت یا برنامه مسافر (هر روزه) خواهید بود.

- **از پردیس** کالج‌های مورد علاقه‌تان دیدن کنید. بسیاری از مدارس روزهای خاصی را در نظر می‌گیرند که دانش‌آموزان آتی می‌توانند در آن روزها از کالج بازدید کنند و در برخی موارد، شب را در اتاق خوابگاه با یکی از دانشجویان کالج بمانند.

- **درخواست‌نامه‌های پذیرش کالج را تکمیل کنید و آن‌ها را به انضمام تمام مدارک مورد نیاز به‌موقع ارسال کنید.**

- شاید بخواهید قوانین فدرال و ایالتی را که بر دانش‌آموزان دارای معلولیت تأثیر می‌گذارد مرور کنید، از جمله «بخش 504 قانون توانبخشی مصوب 1973» و «ماده II (دوم) قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت مصوب 1990».

مرحله گذار از دبیرستان به زندگی در کالج



پرداخت هزینه کالج

- برای اطلاع از **هزینه فعلی شهریه** و برآورد مجموع **هزینه‌های شرکت در کالج**، با بخش پذیرش مدارسی که می‌خواهید به آن‌ها درخواست دهید تماس بگیرید.
- اگر قصد دارید برای بورسیه تحصیلی و کمک مالی درخواست دهید، در اسرع وقت این کار را انجام دهید.
- اطلاعات مورد نیاز برای تکمیل «درخواست‌نامه رایگان کمک دانشجویی فدرال» (**FAFSA**) را جمع‌آوری کنید. کمک‌های مالی ممکن است شامل معافیت از هزینه‌ها، کمک هزینه تحصیلی و بورسیه تحصیلی (که نیازی به بازپرداخت ندارند)، کار در حین تحصیل (که شما را ملزم به کار در ازای پول می‌کند) و وام (که باید با بهره بازپرداخت کنید) باشد. ارسال درخواست‌نامه تکمیل‌شده FAFSA شما را واجدشرایط دریافت بیشترین مقدار کمک مالی از منابع فدرال، ایالتی و کالج می‌کند؛ کمک‌های مالی به‌محض دریافت و پردازش درخواست‌نامه‌ها اعطا می‌شود، پس هر چه زودتر درخواست‌نامه‌تان را ارسال کنید. اگر شما بخواهید، ممکن است FAFSA به چندین کالج ارسال شود. **اول اکتبر اولین روزی است که می‌توانید برای FAFSA ثبت‌نام کنید.**

تصمیم‌گیری درباره پذیرش کالج

- اگر برای تصمیم‌گیری زودهنگام درخواست داده‌اید، شاید نتیجه آن در ماه دسامبر به شما اطلاع داده شود. اگر برای کالج‌هایی درخواست داده‌اید که شرایط پذیرش متوالی دارند، معمولاً 6 تا 8 هفته طول می‌کشد تا نتیجه تصمیم‌گیری را دریافت کنید. مهلت‌های پذیرش متوالی در ماه‌های مارس یا آوریل مشخص می‌شود. برای کسب اطلاعات بیشتر، به وب‌سایت کالج رجوع کنید.

پس از اینکه پذیرفته شدید

- کالج، دانشگاه یا مدرسه‌ای را که قصد دارید پس از فارغ‌التحصیلی از دبیرستان در آن تحصیل کنید مشخص کنید و «**انگیزه‌نامه ثبت‌نام**» (**SIR**) خود را برای ثبت‌نام به عنوان دانشجو ارسال کنید.
- اگر به بیش از یک مدرسه درخواست داده‌اید، تصمیم خود را مبنی‌بر عدم حضور به دیگر مدرسه(ها) اطلاع دهید. اکثر مدارس یک فرم عدم پذیرش را در پاکت پذیرش قرار می‌دهند که می‌توانید آن را از طریق پست برگردانید.
- در صورت نیاز، از طریق پست یا آنلاین در مهلت‌های تعیین شده مدرسه‌تان برای لوا ل‌اس‌ن‌ایوجشناد ەفراعمثبت‌نام کنید. شاید لازم باشد هزینه‌ای بپردازید.
- شاید لازم باشد قبل از ثبت‌نام و عضویت در کلاس‌های کالج در **آزمون تعیین سطح** شرکت کنید. مدارس اغلب باید ارزیابی زبان انگلیسی/ریاضی را انجام دهند تا سطح کلاس مناسب در آن موضوعات را تعیین کنند.
- در صورت درخواست، **کارنامه نهایی دبیرستان** را پس از فارغ‌التحصیلی به مدرسه‌ای که برای تحصیلات آموزش عالی انتخاب کرده‌اید ارسال کنید.
- برای شروع فرایند پذیرش، با دفتر «خدمات دانش‌آموزان دارای معلولیت» (DSS) در پردیس دانشگاهی تماس بگیرید. وقتی واجدشرایط شوید، حق ثبت‌نام با اولویت در کلاس‌ها و در صورت لزوم دریافت امکانات و پشتیبانی‌های لازم را دارید. یک مشاور در DSS برای مشاوره به شما اختصاص داده می‌شود، اما از شما انتظار می‌رود تا حد امکان حامی خودتان باشید. DSS به شما کمک می‌کند تا با سازمان توانبخشی (FOR) تماس بگیرید که ممکن است وقتی در کالج هستید، پشتیبانی بیشتری به شما ارائه دهد.

کمک مالی

- اگر یک «درخواست‌نامه رایگان برای کمک دانشجویی فدرال» (FAFSA) ارائه کرده‌اید و برای دریافت کمک مالی **تأیید** شده‌اید، هر مدرسه‌ای که شما را پذیرفته است نامه اعطای کمک مالی را برای شما ارسال خواهد کرد. این نامه معمولاً شامل موارد زیر است: برآورد مجموع هزینه‌های شرکت در کالج، میزان کمک مالی که واجدشرایط دریافت آن هستید و انواع کمک‌های مالی. گزینه‌های خود را به دقت بررسی کنید و آگاهانه تصمیم بگیرید.
- به مدرسه‌تان **اطلاع دهید** که می‌خواهید کدام کمک مالی را بپذیرید. برای کسب اطلاعات در مورد تاریخ‌های تخصیص بودجه، با دفتر کمک مالی مدرسه تماس بگیرید یا به وب‌سایت مدرسه رجوع کنید.

مرحله گذار از دبیرستان به زندگی در کالج

درخواست برای مسکن دانشجویی

- **درخواست‌نامه مسکن پردیس دانشگاهی** جدای از درخواست‌نامه پذیرش دانشجو است. معمولاً می‌توانید اطلاعاتی مانند موعد مقرر ارائه درخواست‌نامه مسکن، سپرده‌های ضروری و/یا معافیت‌های احتمالی هزینه‌ها را در وب‌سایت کالج جستجو کنید. **به یاد داشته باشید: تعداد مسکن محدود است و ارائه آن تضمین‌شده نیست! درخواست‌نامه خود را در اسرع وقت ارسال کنید.**

- اگر برای مسکن در داخل پردیس دانشگاهی درخواست می‌دهید باید **نوع مسکن** ترجیحی خود را انتخاب کنید - خوابگاه، سوئیت یا آپارتمان. بعضی از سوئیت‌ها و/یا آپارتمان‌های پردیس دانشگاهی، آشپزخانه‌های کوچکی دارند. اگر اقامتگاه شما آشپزخانه ندارد، بهتر است گزینه‌های طرح غذایی کالج را بررسی کنید. حتی اگر اقامتگاه شما دارای آشپزخانه باشد، می‌توانید یک طرح غذایی بخرید.

حمل و نقل

- **قبل از** ترک دبیرستان و رفتن به کالج، با هماهنگ‌کننده خدمات، والدین و اعضای تیم IEP/ITP همکاری کنید و درباره گزینه‌های پیمایش و گردش در پردیس کالج و جامعه اطراف گفتگو کنید. گرفتن گواهی‌نامه رانندگی، استفاده از حمل و نقل عمومی و درخواست خدمات Access، از جمله گزینه‌هایی هستند که باید در نظر بگیرید.

- اگر با خودروی شخصی به پردیس دانشگاه رفت و آمد می‌کنید، باید مجوز و/یا بلیت پارکینگ بخرید. بعضی از مدارس این هزینه را به کل صورتحساب دانش‌آموز در هر ترم اضافه می‌کنند.

- اگر از حمل و نقل عمومی استفاده می‌کنید، ببینید وضعیت هزینه و در دسترس بودن بلیت‌های هفتگی و/یا ماهانه چیست. ممکن است کالج برای بلیت‌های اتوبوس تخفیف در نظر گرفته باشد. همچنین، اگر واجدشرایط دریافت بلیت برای افراد دارای معلولیت هستید، شاید بتوانید تخفیف بگیرید.

تابستان پس از دبیرستان

معارفه دانشجویان سال اول

- در صورت لزوم، در برنامه معارفه کالج ویژه دانشجویان سال اول شرکت کنید. کارکنان می‌توانند به شما در ثبت‌نام برای دوره‌ها و اطلاع از منابع و خدمات مهم کمک کنند. اگر درخواست کنید، امکانات از طریق دفتر معارفه پردیس در دسترس است.

مرحله گذار از دبیرستان به زندگی در کالج



مسکن

- اگر به شما مسکن اختصاص داده شود، از دفتر **مسکن دانشجویی** با شما تماس خواهند گرفت. اطلاعات مربوط به ساکنین تازه‌وارد (مثلاً هزینه‌ها، تاریخ نقل مکان، چک‌لیست‌ها، قوانین) از طریق پست یا ایمیل ارائه می‌شود.

- اگر به **امکانات مسکن** نیاز دارید، با دفتر مسکن دانشجویی تماس بگیرید. همچنین، می‌توانید از مشاور DSS خود بخواهید با بخش مسکن صحبت کند.

- اغلب، اگر نگوییم همه، مسکن‌های پردیس دانشگاهی دارای یک **مشاور ساکن** (R.A.) هستند که در ساختمان خوابگاه زندگی می‌کند با R.A. آشنا شوید؛ زیرا آن شخص حضور دائمی در زندگی خوابگاهی شما خواهد داشت.

- اگر برای زندگی مستقل به پشتیبانی بیشتری نیاز دارید، از هماهنگ‌کننده خدمات‌تان بخواهید تا با کالج هماهنگ کند تا ببینید آیا **خدمات پشتیبانی‌شده برای زندگی** در مسکن دانشگاهی ارائه می‌شود یا خیر.

- اگر قصد دارید به‌طور مستقل در مسکن خارج از پردیس دانشگاهی زندگی کنید، از «هماهنگ‌کننده خدمات» خود بخواهید تا اطلاعاتی را درباره نوع پشتیبانی‌های موجود ارائه دهد تا برای نقل مکان و نگهداری آپارتمان خود آماده شوید.

سال اول کالج

امکانات/ مناسب‌سازی تحصیلی:

- حتماً هرگونه **امکانات** ضروری برای شرکت در کلاس یا دسترسی به مطالب آموزشی و منابع را با مشاور DSS خود در میان بگذارید.

- بعد از شروع کلاس‌ها، شاید بخواهید پس از کلاس خودتان را به استاد و/یا دستیار آموزشی **معرفی کنید.** درباره امکانات مورد نیازتان که قبلاً توسط DSS «تأیید» شده است، توضیح دهید. **ساعت‌های کاری** استاد یا دستیار آموزشی را یادداشت کنید.

- از مرکز آموزشی، کتابخانه‌ها و اتاق‌های رایانه در پردیس دانشگاهی دیدن کنید.

کتاب‌های درسی، مواد آموزشی و غیره

- **برنامه زمانی دوره آموزشی** آنلاین را از طریق از حساب دانشجویی ثبت‌شده‌تان پرینت کنید. همچنین، استادتان می‌تواند برنامه درسی ترم را به‌همراه تمام کتاب‌های درسی و مواد آموززشی مورد نیاز برای شما ایمیل کند.

- اکثر کالج‌ها یک **کتاب‌فروشی در پردیس دانشگاهی** دارند که در آن می‌توانید کتاب‌های درسی، مواد آموزشی و لوازم مدرسه را خریداری کنید. کتابفروشی‌ها همچنین اغلب اقلام بهداشتی شخصی، مواد شوینده لباس‌شویی، تنقلات، و لباس‌های مزین به سمبل، نام کالج و غیره را می‌فروشند.

- لازم نیست کتاب‌هایتان را از کتاب‌فروشی بخرید. روش‌های مقرون‌به‌صرفه دیگری مانند خرید کتاب‌های درسی دست دوم یا اجاره کوتاه‌مدت از **فروشندگان آنلاین کتاب** مانند Amazon (آمازون) یا Chegg (چیگ) وجود دارد. حتی ممکن است مواد آموزشی دست دوم را با شرایط مناسبی در eBay یا Craigslist پیدا کنید.



مرحله گذار از دبیرستان به زندگی در کالج

سازمان‌های دانشجویی و فعالیت‌های پردیس دانشگاهی

- اغلب کالج‌ها در طول هفته اول مدرسه، **باشگاه‌های اجتماعی** خود را با حضور چشمگیر به منظور جذب اعضای جدید تبلیغ می‌کنند. برای اطلاع از تاریخ این رویداد، می‌توانید وب‌سایت کالج را بررسی کنید، با R.A خود صحبت کنید یا از مشاور DSS خود بپرسید. معمولاً باشگاه‌ها و فعالیت‌های متنوعی وجود دارد. برخی از آن‌ها بر ورزش، قومیت، رشته تحصیلی، خدمات جامعه، انجمن‌های افتخار یا انجمن‌های خواهری و برادری متمرکز هستند. ببینید که آیا باید هزینه عضویت یا سالیانه بپردازید، چه زمانی باشگاه تشکیل جلسه می‌دهد و چه میزان باید مشارکت داشته باشید.

- تقویم وب‌سایت کالج یک منبع عالی برای اطلاع از جدیدترین رویدادهایی است که در پردیس دانشگاهی اتفاق می‌افتد - ورزش، تفریح، رقص، تئاتر و اجرای موسیقی.

تناسب اندام

- اگر به فعالیت بدنی و/یا ورزش علاقه دارید، **مرکز تفریحی** کالج را بررسی کنید و درباره فعالیت‌ها و برنامه‌های موجود اطلاعات کسب کنید. ممکن است مجبور به پرداخت هزینه برخی از برنامه‌ها یا کلاس‌های تفریحی شوید. معمولاً استخر شنا، دمبل‌های بدنسازی و دستگاه‌های تناسب اندام برای استفاده دانشجویان وجود دارد.

- علاوه‌بر تیم‌های ورزشی بخش «اتحادیه ملی ورزش دانشگاهی» (NCAA)، کالج ممکن است حامی مالی ورزش‌های درون‌دانشگاهی مانند بسکتبال، والیبال، سافت‌بال، فوتبال و غیره برای مشارکت دانشجویان باشد.

خدمات سلامت دانشجویی

- کالج شما ممکن است یک **درمانگاه پردیس دانشگاهی یا مرکز خدمات سلامت** داشته باشد که به عنوان درمانگاه مراقبت‌های اولیه به دانشجویان خدمات‌رسانی کند. بعضی از مدارس بزرگ‌تر داروخانه هم دارند. دانشگاه‌های تخصصی در زمینه تحقیقات پزشکی و تحصیلات پزشکی ممکن است درمان‌هایی مانند کاردرمانی، فیزیوتراپی یا مشاوره سلامت عاطفی/روانی (باید در هر کالج موجود باشد) ارائه دهند. برای اکثر ویزیت‌های درمانگاه پردیس دانشگاهی فقط باید سهم ثابت بیمار را پرداخت کنید. خدمات معمول سلامت ممکن است شامل پزشکی خانواده، پزشکی داخلی، پزشکی ورزشی، زنان و سلامت جنسی و باروری باشد. برای کسب اطلاعات دقیق‌تر می‌توانید به وب‌سایت کالج رجوع کنید یا به درمانگاه سر بزنید.

- ممکن است واجدشرایط شرکت در برنامه «تنظیم خانواده، دسترسی، مراقبت و درمان» (**PACT خانواده**) باشید. این برنامه برای مردان و زنانی است که دارای وضعیت بیمه‌نشده/کم بیمه‌شده یا دارای مشکلات سلامت جنسی و باروری هستند. قرارهای ملاقات برای چک‌آپ‌های روتین، آزمایش بیماری‌های مقاربتی (STD)، کنترل بارداری برای مردان و زنان رایگان است. اطلاعات بیشتر در درمانگاه پزشکی کالج در دسترس است.

ایمنی پردیس دانشگاهی

- بپرسید که چه کسی مسئول امنیت پردیس دانشگاهی است و دفتر مربوطه کجاست. نقشه محل قرارگیری **Blue-Light Phones** (تلفن‌های نور-آبی) در پردیس دانشگاهی را که برای تماس با بخش حراست در مواقع اضطراری استفاده می‌شوند، درخواست کنید. بپرسید که آیا محافظ همراه برای رفت و آمد به فعالیت‌ها یا کلاس‌های شبانه وجود دارد یا خیر.

غذاخوری در پردیس دانشگاهی

- ببینید آیا در پردیس دانشگاهی شما **خواربارفروشی کوچک** وجود دارد که ساندویچ، سالاد، سوپ، تنقلات، نوشیدنی و سایر اقلام غذایی از پیش بسته‌بندی شده را بتوان از آن‌ها خریداری کرد. همچنین، برخی از پردیس‌های دانشگاهی ممکن است دارای **مجموعه غذایی** (فود-کورت) باشند که وعده‌های غذایی گرم می‌فروشند.

منابع آموزش عالی

امکانات/مناسب‌سازی تحصیلی

برنامه و خدمات دانش‌آموزان دارای معلولیت (DSPS) / خدمات پشتیبانی از افراد دارای معلولیت (DSS)

دانش‌آموزانی که به تحصیلات دانشگاهی ادامه می‌دهند خدمات متعددی برایشان موجود است. پس از پذیرش در کالج، دانشجو باید با دفتر DSPS یا DSS تماس بگیرد تا او را به خدماتی که ممکن است واجدشرایط دریافت‌شان باشد ارجاع دهند. شما **باید** به مدرسه اطلاع دهید که معلولیت دارید و به مناسب‌سازی تحصیلی نیاز دارید. هر کالج منطقه‌ای، کالج و دانشگاه عمومی و خصوصی یک دفتر DSPS و وب‌سایت مخصوص به خود دارد.

درخواست پذیرش کالج

Assist.org

یک سیستم اطلاعاتی آنلاین برای انتقال دانشجو است که نشان می‌دهد چگونه واحدهای درسی گذرانده‌شده در یک کالج یا دانشگاه دولتی در کالیفرنیا هنگام انتقال به کالج یا دانشگاه دیگری تطبیق داده می‌شوند.

www.assist.org

CaliforniaColleges.edu

راهنمای جامع و کاملی در اختیار دانشجویان قرار می‌دهد: ابزارهای جستجوی کالج؛ ابزارهای جستجوی رشته تحصیلی؛ مرور کلی انواع درخواست‌نامه (کالج منطقه‌ای، دانشگاه ایالتی کالیفرنیا، دانشگاه کالیفرنیا)؛ ابزارهای جستجوی شغلی؛ اطلاعات واجدشرایط بودن برای کمک مالی و غیره!

www.californiacolleges.edu

درخواست‌نامه پذیرش کالج (معافیت مالی از هزینه)

هر دانش‌آموزی که از نظر محدودیت درآمد واجدشرایط شناخته شود و با معافیت هزینه در آزمون‌های SAT یا SAT Subject شرکت کند، می‌تواند چهار (4) کالج از بین بیش از 2000 کالج شرکت‌کننده را انتخاب کند و به‌صورت رایگان درخواست دهد. این معافیت‌های هزینه به‌صورت آنلاین به دانش‌آموزان واجدشرایط ارائه می‌شود. برای کسب اطلاعات بیشتر، با دبیرستان خود تماس بگیرید یا به وب‌سایت رجوع کنید.

www.collegeboard.org

College Board (کالج بُرد)

با ارائه اطلاعاتی در مورد آزمون‌ها و امکانات (AP، SAT، PSAT، و غیره) و همچنین ارائه اطلاعاتی در مورد کالج‌ها، رشته‌های تحصیلی، گزینه‌های پرداخت شهریه کالج، طرح‌های گام به گام رایگان کالج و موارد دیگر، به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا برای گذار موفقیت‌آمیز به کالج آماده شوند!

www.collegeboard.org

درخواست‌نامه مشترک

دانش‌آموزان می‌توانند یک درخواست‌نامه کالج را تکمیل کنند و نسخه‌های آن را به بیش از 800 مدرسه (خصوصی، عمومی، بزرگ و کوچک) بفرستند. فقط کافی است یک حساب کاربری بسازید و فرایند درخواست را آغاز کنید. این وب‌سایت مجموعه‌ای از ابزارها، چک‌لیست‌ها، نکته‌ها و راهبردها را برای کمک به دانش‌آموزان در صرفه‌جویی در وقت و رعایت موعد مقرر ارائه می‌دهد.

www.commonapp.org

برنامه فرصت‌های آموزشی دانشگاه ایالتی کالیفرنیا (EOP)

خدماتی چون پذیرش، کمک تحصیلی و مالی به دانشجویان کم‌درآمد و محروم از تحصیل در سراسر کالیفرنیا ارائه می‌کند. شرکت‌کنندگان EOP در صورت واجدشرایط بودن، خدماتی مانند مشاوره، تدریس خصوصی، راهبری و کارگاه‌های آموزشی را دریافت می‌کنند که برای کمک به موفقیت دانشجویان و فارغ‌التحصیلی از کالج طراحی شده‌اند. ببینید آیا واجدشرایط هستید یا خیر و درباره نحوه ارائه درخواست‌نامه کسب اطلاع کنید!

www2.calstate.edu/attend/student-services/eop

حرفه و اشتغال

Ability Jobs

وب‌سایت شغل‌یابی برای جویندگان کار دارای معلولیت است.

www.abilityjobs.com

California CareerZone

وب‌سایتی که به افراد در جستجو، برنامه‌ریزی و دنبال کردن حرفه‌هایی که منعکس‌کننده اشتیاق، مهارت‌ها و اهداف زندگی‌شان است کمک می‌کند.

www.cacareerzone.org

Clothes the Deal

Clothes the deal یک سازمان غیرانتفاعی است که لباس‌های رسمی اداری را در اختیار افراد کم‌درآمد قرار می‌دهد تا این افراد را برای انجام مصاحبه با عزت و اعتماد به‌نفس توانمند سازد تا با پیدا کردن شغلی پردرآمد به خودکفایی اقتصادی برسند.

www.clothesthedeal.org

562-922-8635

استخدام شدن

فرصت‌های شغلی برای افراد دارای معلولیت – پر کردن شکاف بین جویندگان کار دارای معلولیت و کارفرمایانی که به دنبال استخدام هستند.

www.gettinghired.com

شبکه امکانات شغلی (JAN)

منابع و اطلاعات رایگان را در اختیار جویندگان کار دارای معلولیت قرار می‌دهد که سؤالاتی در مورد خود-هویت‌یابی، درخواست امکانات معقول و بسیاری موارد دیگر دارند.

https://askjan.org



My Next Move (حرکت بعدی من)

نوعی ابزار وب است که روش‌هایی را برای جستجوی مشاغل ارائه می‌دهد، از جمله دانش، مهارت‌ها، توانایی‌ها و فناوری‌های مورد نیاز؛ اطلاعات ساده‌شده درباره حقوق و چشم‌انداز شغلی و همچنین لینک‌های مربوط به آموزش‌ها و فرصت‌های شغلی.

www.mynextmove.org

RecruitDisability.org

متقاضیان دارای معلولیت می‌توانند در این وب‌سایت فهرستی از مشاغل را با ابزار جستجوی مناسب و ابزار مقایسه حقوق و دستمزد پیدا کنند.

http://jobs.recruitdisability.org/jobs/search

نقشه‌راه حرفه‌ها

ابزار آنلاین مفیدی است که به دانش‌آموزان در پیدا کردن حرفه‌ها و رشته‌های تحصیلی بر اساس علایق و خواسته‌هایشان کمک می‌کند. درباره ماجراجویی‌های حرفه‌ای و شغلی افراد متخصصی که علایق مشترک با شما دارند مطالعه کنید.

https://roadtripnation.com/roadmap

Talent Knows No Limits (استعداد هیچ محدودیتی نمی‌شناسد)

منبع آموزش عمومی کالیفرنیا برای اشتغال افراد دارای معلولیت است. آن‌ها منابعی را برای برنامه‌ریزی حرفه‌ای، آموزش شغلی، جستجوی شغل و پشتیبانی در محل کار فراهم می‌کنند.

http://tknl.sdsu.edu

آزمون‌های پذیرش کالج

ACT

ACT یک آزمون ملی پذیرش کالج است که برای سنجش پیشرفت تحصیلی در موارد زیر طراحی شده است: انگلیسی؛ ریاضی؛ خواندن (درک مطلب)؛ نوشتن (انشا) (اختیاری)؛ و علوم. برای اطلاع از زمان و مکان برگزاری آزمون، مهلت ثبت‌نام و هزینه‌ها، کدام کالج‌ها به این آزمون نیاز دارند یا آن را توصیه می‌کنند و سایر اطلاعات مهم، به سایت اینترنتی رجوع کنید یا از مشاور دبیرستان خود بپرسید.

www.act.org

امکانات ACT

ACT ارائه امکانات به دانش‌آموزان دارای معلولیت را مطابق با «قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت» (ADA) تأیید کرد. برای درخواست امکانات در ACT، دانش‌آموز باید با مسئول مدرسه همکاری کند تا درخواست و مدارک پشتیبانی خود را از طریق سیستم «امکانات و دسترس‌پذیری آزمون» (TAA) ارسال کند. سپس، مسئول مدرسه ظرف 2 هفته پس از ارسال درخواست با دانش‌آموز تماس می‌گیرد و نتیجه تصمیم ACT را اطلاع خواهد داد.

www.act.org/theact/accomms

معافیت هزینه ACT

اگر دانش‌آموز کلاس یازدهم یا دوازدهم هستید و نمی‌توانید هزینه ثبت‌نام آزمون ACT یا آزمون نوشتن (انشا) ACT را بپردازید، ممکن است واجدشرایط معافیت هزینه ACT باشید. اطلاعات مربوط به الزامات واجدشرایط بودن و نحوه درخواست معافیت هزینه در هر تابستان به دبیرستان‌ها ارسال می‌شود. برای تعیین واجدشرایط بودن‌تان، باید با مشاور دبیرستان همکاری کنید.

www.act.org/the-act/fees

کالج بُرد، خدمات ویژه دانش‌آموزان دارای معلولیت

دانش‌آموزانی که ناتوانی‌هایشان بر شرکت در آزمون‌های SAT Subject™، SAT، PSAT 10، PSAT/NMSQT، Tests و Advanced Placement® تأثیر می‌گذارد، واجدشرایط استفاده از امکانات برای شرکت در این آزمون‌ها هستند. تمامی امکانات باید مورد تأیید «خدمات کالج بُرد ویژه دانش‌آموزان دارای معلولیت» (SSD) باشد. برای ارسال درخواست امکانات، با هماهنگ‌کننده SSD تعیین‌شده دبیرستان‌تان همکاری کنید. فرایند درخواست ممکن است تا 7 هفته طول بکشد، پس بهتر است زود اقدام کنید!

www.collegeboard.org/students-with-disabilities
ایمیل: ssd@info.collegeboard.org
212-713-8333

SAT و SAT Subject

آزمون SAT و SAT Subject آزمون‌های ملی پذیرش کالج هستند که آموخته‌های شما در دبیرستان (خواندن (درک مطلب)، ریاضیات، نوشتن (انشا) و زبان، و مقاله SAT [اختیاری]) و آنچه برای موفقیت در کالج نیاز دارید را ارزیابی می‌کنند. برای اطلاع از زمان و مکان برگزاری آزمون، مهلت ثبت‌نام و هزینه‌ها، کدام کالج‌ها به این آزمون نیاز دارند یا آن را توصیه می‌کنند و سایر اطلاعات مهم، به سایت اینترنتی رجوع کنید یا از مشاور دبیرستان خود بپرسید.

sat.org / Email: sat@info.collegeboard.org
1-866-756-7346

معافیت هزینه آزمون SAT و SAT Subject

معافیت از پرداخت هزینه آزمون SAT برای دانش‌آموزان کم درآمد پایه‌های یازدهم و دوازدهم و معافیت‌های هزینه آزمون SAT Subject برای دانش‌آموزان پایه‌های 9 تا 12 موجود است. اگر واجدشرایط معافیت هزینه هستید، می‌توانید در آزمون‌های SAT یا SAT Subject به‌صورت رایگان شرکت کنید. برای کسب اطلاعات بیشتر با مدرسه‌تان تماس بگیرید یا آنلاین شوید تا ببینید آیا واجدشرایط هستید یا خیر.

www.sat.org/fee-waivers

جستجوی کالج

کالج منطقه‌ای کالیفرنیا

سیستم کالج منطقه‌ای از 110 مؤسسه با دوره‌های دو-ساله تشکیل شده است. هر کالج خدماتی را به دانشجویان دارای معلولیت ارائه می‌دهد. برای کسب اطلاعات بیشتر و اطلاع از نحوه ارائه درخواست‌نامه پذیرش، با کالج مورد نظرتان تماس بگیرید.

www.cccco.edu

دانشگاه‌های ایالت کالیفرنیا

سیستم دانشگاه ایالت کالیفرنیا متشکل از 23 پردیس است که برنامه‌های کارشناسی (چهار ساله) و تحصیلات تکمیلی را ارائه می‌دهند. هر دانشگاه ایالتی مجهز به امکاناتی برای دانشجویان دارای معلولیت است. برای کسب اطلاعات بیشتر و اطلاع از نحوه ارائه درخواست‌نامه پذیرش، با کالج مورد نظرتان تماس بگیرید.

www.calstate.edu

کالج‌ها و دانشگاه‌های مستقل کالیفرنیا

متشکل از 83 کالج و دانشگاه غیرانتفاعی خصوصی در شمال و جنوب کالیفرنیا است. هر پردیس دانشگاهی مجهز به امکاناتی برای دانشجویان دارای معلولیت است که با استانداردهای علمی و فنی مورد نیاز برای پذیرش و شرکت در یک برنامه یا فعالیت آموزشی مطابقت دارند. برای کسب اطلاعات بیشتر و اطلاع از نحوه ارائه درخواست، با کالج یا دانشگاه مورد نظرتان تماس بگیرید.

www.aiccu.edu

مدارس حرفه‌ای، کالج‌های فنی و حرفه‌ای

مؤسسه آموزش عالی که برای آموزش مهارت‌های فنی به دانش‌آموزان طراحی شده است تا آن‌ها را برای شغلی خاص آماده کند. برای کسب اطلاعات بیشتر و اطلاع از نحوه ارائه درخواست، با مدرسه مورد نظرتان تماس بگیرید.

www.careerschoolnow.org

دانشگاه کالیفرنیا

دانشگاه کالیفرنیا یک سیستم ایالتی متشکل از ده پردیس است که برنامه‌های کارشناسی (چهار ساله) و تحصیلات تکمیلی را ارائه می‌دهند. هر پردیس دانشگاهی مجهز به امکاناتی برای دانشجویان دارای معلولیت است. برای کسب اطلاعات بیشتر و اطلاع از نحوه ارائه درخواست، با دانشگاه مورد نظرتان تماس بگیرید.

www.ucop.edu



نحوه پرداخت هزینه کالج

کمک‌هزینه Chafee کالیفرنیا برای جوانان تحت مراقبت پرورشی

اگر شما حداقل برای یک روز، بین سنین 16 تا 18 سالگی به عنوان یک فرد تحت تکفل یا تحت حمایت دادگاه در مرکز خدمات مراقبت پرورشی بوده‌اید و نیاز مالی دارید، ممکن است واجدشرایط دریافت 5000 دلار در سال برای آموزش فنی و حرفه‌ای یا کالج باشید. لازم نیست این پول را پس بدهید. همچنین، هنگام تحصیل در مدرسه، می‌توانید از این کمک‌هزینه برای کمک به پرداخت هزینه‌های مراقبت از کودک، حمل و نقل و اجاره استفاده کنید. می‌توانید از «کمک‌هزینه Chafee» در هر کالج یا دانشگاه واجدشرایط کالیفرنیا یا مدرسه فنی یا حرفه‌ای و همچنین مدرسه‌های سایر ایالت‌ها استفاده کنید.

www.chafee.csac.ca.gov
ایمیل: chafee@csac.ca.gov
888-224-7268، گزینه 3

کمک‌هزینه Promise کالج کالیفرنیا

چه قصد داشته باشید وارد حرفه شوید یا در مقطع کارشناسی (دوره چهار ساله) دانشگاه تحصیل کنید، کالج‌های منطقه‌ای کالیفرنیا به شما در دستیابی به اهداف آموزشی‌تان کمک می‌کنند. کمک‌هزینه Promise کالج کالیفرنیا که برای دانشجویان واجدشرایط در دسترس است، شما را از پرداخت هزینه ثبت‌نام هر واحد درسی در هر کالج منطقه‌ای کالیفرنیا در سراسر ایالت معاف می‌کند.

https://home.cccapply.org

درخواست‌نامه Dream Act کالیفرنیا

Dream Act کالیفرنیا یک قانون ایالتی است که این امکان را برای دانشجویان بدون مدرک قانونی و خارج از ایالت فراهم می‌کند تا کمک‌های مالی را حین حضور در کالج‌ها، دانشگاه‌ها و برنامه‌های آموزش حرفه‌ای کالیفرنیا دریافت کنند. «درخواست‌نامه Dream Act کالیفرنیا» به دانشجویان واجدشرایط اجازه می‌دهد تا انواع خاصی از کمک‌های مالی را دریافت کنند، از جمله: بورسیه‌های تحصیلی خصوصی، کمک‌های مالی ایالتی، کمک هزینه‌های دانشگاهی، معافیت هزینه کالج‌های منطقه‌ای و کمک‌های Cal Grants. درخواست‌نامه آنلاین و کاغذی برای سال تحصیلی آینده از اول اکتبر در دسترس خواهد بود.

www.caldreamact.org
ایمیل: StudentSupport@csac.ca.gov
1-888-224-7268

CSS Profile (پروفایل خدمات بورسیه تحصیلی کالج)

کالج‌ها، دانشگاه‌ها و برنامه‌های بورسیه تحصیلی خاص از CSS Profile® به‌عنوان بخشی از فرایند کمک مالی خود برای برخی یا همه متقاضیان کمک مالی استفاده می‌کنند. اگر متقاضی سال اول کارشناسی هستید و شرایط زیر را دارید ممکن است واجدشرایط دریافت معافیت هزینه CSS Profile باشید: واجدشرایط معافیت هزینه SAT هستید؛ سن شما زیر 24 سال است و یتیم یا تحت حمایت دادگاه هستید؛ بر اساس درآمد والدین و تعداد افراد خانواده واجدشرایط هستید.

https://cssprofile.collegeboard.org

درخواست‌نامه رایگان برای کمک دانشجویی فدرال (FAFSA)

برای درخواست کمک‌های دانشجویی فدرال، مانند کمک هزینه‌های فدرال، کار در حین تحصیل، و وام، باید «درخواست‌نامه رایگان برای کمک دانشجویی فدرال» (FAFSA) را تکمیل کنید. تکمیل و ارسال FAFSA رایگان است و به شما امکان دسترسی به بزرگ‌ترین منبع کمک مالی برای پرداخت هزینه کالج یا مدرسه حرفه‌ای را می‌دهد. ضمناً، بسیاری از ایالت‌ها و کالج‌ها از اطلاعات FAFSA شما به‌منظور تعیین واجدشرایط بودن‌تان برای دریافت کمک‌های مدرسه و ایالت استفاده می‌کنند، و برخی از ارائه‌دهندگان خصوصی کمک‌های مالی ممکن است از اطلاعات FAFSA شما به‌منظور تعیین واجدشرایط بودن‌تان برای دریافت کمک‌هایشان استفاده کنند.

https://fafsa.ed.gov ،1-800-433-3243

منابع	نوع	لینک وب‌سایت
کالج‌های آنلاین مقرون‌به‌صرفه	اختلال کمبود توجه (ADD)؛ اوتیسم؛ عمومی؛ اختلال شنوایی؛ یادگیری/شناختی؛ فیزیکی؛ اختلالات گفتاری؛ بینایی	www.affordablecollegesonline.org
انجمن اوتیسم آمریکا	کودکان و بزرگسالان مبتلا به اختلال طیف اوتیسم	www.myautism.org
شورای نابینایان آمریکا	دانش‌آموزانی که از نظر قانونی نابینا هستند	www.acb.org/scholarships
طرح فرصت آبی و طلایی	دانشجوی مقطع کارشناسی دانشگاه کالیفرنیا	http://admission.universityofcalifornia.edu/paying-for-uc
موقوفه بورسیه تحصیلی کالج‌های منطقه‌ای کالیفرنیا	دانشجویان کم‌درآمد کالج منطقه‌ای	https://foundationccc.org
شورای نابینایان کالیفرنیا	دانش‌آموزانی که از نظر قانونی نابینا هستند	http://ccbnet.org/drupal7/node/11
CareerOneStop	همه افراد	https://www.careeronestop.org/toolkit/training/find-scholarships.aspx
Chegg (چیگ)	همه افراد	www.chegg.com/scholarships
CollegeScholarships.org	اختلال کمبود توجه/بیش‌فعالی (ADHD)، نابینایی/اختلال بینایی، شکاف کام، کر/لال، کوتاه‌قدی، اختلالات یادگیری، اوتیسم، سندرم آسپرگر	www.collegescholarships.org/disabilities.htm
CollegeBoard	همه افراد	https://bigfuture.collegeboard.org/scholarship-search
بورسیه‌های تحصیلی CSU	دانشجویان دانشگاه ایالتی کالیفرنیا	www2.calstate.edu
DisabilityScholarships.us	معلولیت‌های مختلف	www.disabilityscholarships.us
Fastweb	همه افراد	www.fastweb.com
بورسیه تحصیلی Golden Door (درب طلایی)	دانش‌آموزان بدون مدرک قانونی	www.goldendoorscholars.org
بورسیه تحصیلی Middle Class (طبقه متوسط)	دانشجویان کارشناسی، با درآمد و دارایی خانواده تا سقف 171،000 دلار	www.csac.ca.gov/middle-class-scholarship
مرکز ملی ویژه اختلالات یادگیری	دانش‌آموزان سال آخر دبیرستان مبتلا به اختلالات یادگیری و/یا ADHD	www.ncld.org/scholarships-and-awards
فدراسیون ملی نابینایان	از نظر قانونی نابینا از هر دو چشم	www.nfb.org/scholarships
Scholarships.com	معلولیت‌های مختلف؛ دانشجوی بدون مدرک قانونی	www.scholarships.com
دانشگاه کالیفرنیا: منابع مربوط به دانش‌آموزان بدون مدرک قانونی	دانش‌آموزان بدون مدرک قانونی	http://undoc.universityofcalifornia.edu/financial-aid.html
Video Caption Corporation (شرکت خدمات شرح‌نویسی ویدیو)	افراد ناشنوا و کم‌شنوا	https://www.vicaps.com/blog/scholarship-information

پرداخت هزینه کتاب‌های درسی

Amazon (آمازون): Prime Student

Amazon Prime Student یک برنامه عضویت آنلاین است که برای دانشجویان کالج ایجاد شده است. به‌عنوان عضو Prime Student، یک دوره آزمایشی رایگان 6 ماهه دریافت می‌کنید که شامل «ارسال رایگان دو-روزه» بیش از 100 میلیون اقلام مانند کتاب‌های درسی، لوازم الکترونیکی، لوازم مدرسه، مواد غذایی و موارد دیگر می‌شود. پس از اتمام دوره آزمایشی، می‌توانید به انتخاب خودتان هزینه کاهش‌یافته ماهانه یا سالانه را برای ادامه استفاده از مزایای Prime Student خود بپردازید.

www.amazon.com/primestudent

Barnes and Noble (بارنز اند نوبل)

کتاب‌های درسی، کتاب‌های درسی الکترونیکی، کتابچه‌های راهنمای آزمایشگاهی، راهنمای مطالعه، کتابچه‌های راهنما و کتاب‌های تمرین را با قیمت‌های پایین مستقیماً از **BN.com** اجاره یا خریداری کنید. در پایان ترم یا دوره سه‌ماهه، اگر کتاب‌های درسی که خریده‌اید هنوز سالم و تمیز هستند، می‌توانید آن‌ها را نقدی به B&N بفروشید!

www.barnesandnoble.com

Campus Book Rentals (اجاره کتاب از پردیس دانشگاهی)

Campus Book Rentals کتاب‌های درسی مقرون‌به‌صرفه را، به‌صورت اجاره و ارسال رایگان به هر دو طرف، در اختیار دانشجویان قرار می‌دهد.

www.campusbookrentals.com

Chegg (چیگ)

با خرید یا اجاره کتاب‌های درسی و کتاب‌های الکترونیکی دست دوم یا نو، در هزینه خود صرفه‌جویی کنید. Chegg همچنین در 24 ساعت شبانه‌روز و 7 روز هفته کمک درسی به‌ازای پرداخت هزینه، موتورهای جستجو برای یافتن دوره‌های کارآموزی و بورسیه تحصیلی و غیره را ارائه می‌دهد!

www.chegg.com

حقوق بزرگسالان دارای معلولیت

قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت مصوب 1990

قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت مصوب 1990 (ADA) از افراد دارای معلولیت در زمینه اشتغال، خدمات دولتی ایالتی و محلی، امکانات عمومی (اکثر دفاتر و کسب‌وکارهای خصوصی)، حمل‌ونقل و ارتباطات از راه دور برای ناشنوایان حمایت می‌کند.

www.ada.gov

دفتر حقوق شهروندی (OCR)

OCR قوانین و مقرراتی را اجرا می‌کند که تبعیض به دلیل معلولیت را در برنامه‌ها، خدمات، فعالیت‌ها و امکانات ممنوع می‌کند.

Office of Civil Rights - Pacific Region
U.S. Department of Health and Human Services
#90 7th Street, Suite 4-100
San Francisco, CA 94103

1-800-368-1019 TDD: 1-800-537-7697
ایمیل: ocrmail@hhs.gov www.hhs.gov/ocr

ماده 504 قانون توانبخشی مصوب 1973

ماده 504 بخشی از قانون توانبخشی مصوب 1973 است:
یک قانون فدرال که از افراد در برابر تبعیض به دلیل معلولیت محافظت می‌کند. تحت این قانون، نمی‌توان افراد دارای معلولیت را از فرصت دریافت مزایا و خدمات برنامه‌های خاص محروم کرد یا آن‌ها را رد کرد. این شامل بخش آموزش و پرورشی عمومی، مؤسسه‌های تحصیلات عالی و سایر آژانس‌های آموزشی ایالتی و محلی است.

www.hhs.gov/civil-rights/for-individuals/disability/index.html

منابع آموزش عالی

مزایای مالیاتی برای تحصیلات

فرصت اعتبار مالیاتی آمریکا (AOTC)

اعتبار مالیاتی برای کمک به پرداخت هزینه‌های تحصیلی که در چهار سال اول تحصیل پس از دبیرستان پرداخت شده است. شما می‌توانید حداکثر اعتبار سالانه 2500 دلار را برای هر دانش‌آموز واجدشرایط دریافت کنید و 40% یا 1000 دلار در صورت عدم بدهی مالیاتی قابل بازپرداخت است. این اعتبار مشمول محدودیت‌های درآمد می‌باشد.

www.irs.gov/credits-deductions/individuals/aotc

اعتبار یادگیری مادام‌العمر (LLC)

«اعتبار یادگیری مادام‌العمر» بابت شهریه و هزینه‌های مربوط به آن به دانش‌آموزان واجدشرایطی پرداخت می‌شود که در یک مؤسسه آموزشی واجدشرایط ثبت‌نام شده‌اند. این اعتبار می‌تواند به پرداخت هزینه دوره‌های کارشناسی، کارشناسی ارشد و درجه تخصصی - از جمله دوره‌های کسب یا بهبود مهارت‌های شغلی - کمک کند. هیچ محدودیتی برای تعداد سال‌هایی که می‌توانید اعتبار دریافت کنید وجود ندارد. ارزش آن تا 2000 دلار به‌ازای هر اظهارنامه مالیاتی است.

www.irs.gov/credits-deductions/individuals/llc

کاهش بهره وام دانشجویی

بهره وام دانشجویی به بهره‌ای می‌گویند که در طول سال بابت وام دانشجویی پرداخت می‌کنید. این طرح شامل هر دو پیش پرداخت‌های الزامی و داوطلبانه بهره وام است. اگر درآمد ناخالص تعدیل‌شده اصلاحی (MAGI) شما کمتر از 80،000 دلار (160،000 دلار در صورت پر کردن اظهارنامه مشترک) باشد، برای پرداخت بهره وام دانشجویی (وام تحصیلی) که برای تحصیلات عالی استفاده می‌شود، تخفیف مالیاتی ویژه‌ای در نظر گرفته شده است. این تخفیف مالیاتی می‌تواند میزان درآمد مشمول مالیات شما را تا 2،500 دلار کاهش دهد.

www.irs.gov/newsroom/tax-benefits-for-education-information-center

راهنماهای مرحله گذار: از دبیرستان به بزرگسالی

CA Transition Alliance (اتحادیه گذار کالیفرنیا)

منابعی را برای دانش‌آموزان و والدین در مرحله گذار از آموزش متوسطه به زندگی بزرگسالی فراهم می‌کند.

www.catransitionalliance.org

EDsmart، موفقیت در کالج: راهنمای دانش‌آموزان دارای معلولیت

راهنمای آنلاین کالج که به دانشجویان کمک می‌کند تا در مورد حقوق شهروندی خود، درخواست امکانات و پشتیبانی، انتخاب مدرسه مناسب، پرداخت هزینه کالج و موارد دیگر اطلاعات کسب کنند!

www.edsmart.org/students-with-disabilities-college-guide

Going to College (رفتن به کالج)

حاوی اطلاعاتی درباره زندگی افراد دارای معلولیت در کالج است. برای دانش‌آموزان دبیرستانی طراحی شده است و کلیپ‌های ویدیویی، فعالیت‌ها و منابع دیگری را ارائه می‌دهد که می‌تواند به آن‌ها در برنامه‌ریزی زودتر از موقع برای کالج کمک کند.

www.going-to-college.org

Talent Knows No Limits (استعداد هیچ محدودیتی نمی‌شناسد)

«مسئولیت آموزش خود را بر عهده بگیرید: راهنمای جوانان دارای معلولیت که در حال گذار به بزرگسالی هستند» یک راهنمای آنلاین برای مرحله گذار است که اطلاعاتی درباره موارد زیر ارائه می‌دهد: تحصیلات؛ زندگی مستقل؛ اشتغال؛ امور مالی؛ مراقبت از سلامت؛ فعالیت‌های اجتماعی/تفریحی؛ و موارد دیگر!

http://tknl.sdsu.edu/Toolkit/education.html



منابع بیشتر

Cash for College
(برنامه پول نقد برای کالج) در کالیفرنیا

دانش‌آموزان و خانواده‌ها می‌توانند در کارگاه‌های آموزشی رایگان Cash for College در سراسر کالیفرنیا برای تکمیل «درخواست‌نامه رایگان برای کمک دانشجویی فدرال» (FAFSA) یا «درخواست‌نامه Dream Act کالیفرنیا» (CADAA) و «کمک‌هزینه Chafee برای درخواست‌نامه جوانان تحت مراقبت پرورشی» شرکت کنند. نشانی فعلی، کد پستی، نام مدرسه یا شهرستان‌تان را برای یافتن کارگاه‌های آموزشی نزدیک خود وارد کنید. ثبت‌نام الزامی است.

https://www.cash4college.csac.ca.gov

College Affordability and Transparency Center (مرکز شفاف‌سازی و مقرون‌به‌صرفه بودن کالج)

کالج‌ها را بر اساس هزینه‌ها، رشته‌های ارائه‌شده، ظرفیت مدرسه، ایمنی پردیس دانشگاهی، نرخ فارغ‌التحصیلی و سایر معیارها جستجو و مقایسه کنید.

https://collegecost.ed.gov

College Navigator (مشاور راهنمای کالج)

یک وب‌سایت تعاملی که به شما امکان می‌دهد ویژگی‌های مؤسسه‌های مختلف، شامل برنامه‌ها و رشته‌های تحصیلی، معیارهای پذیرش، آمار جرایم پردیس دانشگاهی و موارد دیگر را بررسی و مقایسه کنید.

https://nces.ed.gov/collegenavigator







I Can Afford College
(من می‌توانم هزینه کالج را بپردازم)

یک وب‌سایت دو زبانه (انگلیسی و اسپانیایی) است که به دانشجویان فعلی یا آتی درباره در دسترس بودن این موارد آموزش می‌دهد: کمک‌های مالی در سراسر سال در کالج‌های منطقه‌ای کالیفرنیا برای پرداخت شهریه‌ها، کتاب‌ها، لوازم و گاهی اوقات حتی کمک به هزینه اجاره. این وب‌سایت همچنین دانش‌آموزان را به رویدادهای منطقه‌شان مرتبط می‌کند تا از کمک انفرادی برای تکمیل درخواست‌نامه‌ها برخوردار شوند.

www.icanaffordcollege.com

Khan Academy (آکادمی خان)

Khan Academy دوره‌های آنلاین و رایگان را به‌منظور آماده‌سازی برای آزمون‌های SAT، شامل ریاضی، خواندن (درک مطلب) و نوشتن (انشا) ارائه می‌دهد. همچنین، تمرین آنلاین و آزمون‌های کاغذی SAT، نکته‌ها، راهبردهای آزمون دادن و موارد دیگر را ارائه می‌دهند.

www.khanacademy.org

از حقوق آموزشی خود آگاه باشید

در سیستم مدرسه

می‌توانید یک جلسه سالانه «برنامه آموزش شخصی‌سازی شده» (IEP) را در هر زمانی درخواست کنید (این کار را به‌صورت کتبی انجام دهید).
مدرسه 30 روز فرصت دارد تا برای جلسه درخواستی برنامه‌ریزی کند (قانون آموزشی کالیفرنیا بخش 56343.5)

مطمئن شوید که یک کپی از حقوق خود (که معمولاً «اطلاعیه آیین‌نامه حفاظتی» نامیده می‌شود) را در جلسات سالانه یا سه‌ساله IEP دریافت می‌کنید. اگر می‌خواهید یک کپی بگیرید، درخواست‌تان را به‌صورت شفاهی یا کتبی به تیم IEP خود بدهید. شما حق دارید این اطلاعیه را به زبان اصلی/مادری خود یا سایر روش‌های ارتباطی (مانند زبان اشاره یا خط بریل) دریافت کنید.

دانش‌آموزان دارای معلولیت که در مدارس هیئت امنایی تحصیل می‌کنند و والدین‌شان، از تمام حقوق و حمایت‌هایی که در سایر مدارس دولتی ارائه می‌شود برخوردار خواهند بود. دانش‌آموزان را نمی‌توان بر اساس واجدشرایط بودن آموزش ویژه یا IEP موجود، از پذیرش در یک مدرسه هیئت امنایی محروم کرد.

بخش آموزش و پرورشی در درجه اول مسئول ارائه خدمات آموزشی به فرزند نوجوان‌تان است. این خدمات باید تا زمان فارغ‌التحصیلی با مدرک دیپلم دبیرستان، گواهی‌نامه پایان دوره یا سن خروج از دبیرستان تا سن 22 سالگی ارائه شود.

شما مجبور **نیستید** IEP/ITP را در پایان جلسه امضاء کنید. قبل از اینکه IEP/ITP را امضاء کنید، آن را به خانه ببرید تا با فرزند نوجوان‌تان مرور کنید و مطمئن شوید که هر دو کاملاً راضی هستید. سپس می‌توانید توافق، عدم توافق یا عدم توافق نسبی را امضاء کنید.

اگر شما و بخش آموزش و پرورشی در مورد آنچه که باید در IEP/ITP فرزند نوجوان‌تان نوشته شود توافق ندارید، می‌توانید این مشکل را از طریق میانجی‌گری حل‌وفصل کنید. میانجی‌گری یعنی وقتی والدین و کارکنان مدرسه با کمک یک میانجی تلاش می‌کنند به توافق برسند.

اگر هنوز اختلاف نظر وجود دارد، می‌توانید شکایت خود را از طریق مراحل قانونی ثبت کنید و درخواست دادرسی نمایید. در این مرحله، والدین و کارکنان مدرسه مدارکی را به مأمور دادرسی ارائه می‌کنند و او در مورد چگونگی حل مشکل تصمیم‌گیری خواهد کرد. در طول این مدت، جایگاه و خدمات دانش‌آموز تغییر نخواهد کرد مگر اینکه والدین و مدرسه با این کار موافقت کنند.

اگر بخش آموزش و پرورشی از ارائه خدماتی که در IEP/ITP فرزند نوجوان‌تان با آن موافقت شده است امتناع می‌کند، حق دارید نزد «اداره آموزش کالیفرنیا» (CDE) شکایت کنید.

لطفاً توجه داشته باشید که این یک خلاصه کوتاه است و شامل تمام حقوق شما نمی‌باشد.
برای کسب اطلاعات دقیق‌تر در مورد حقوق خود، با «اداره آموزش کالیفرنیا، بخش آموزش ویژه» تماس بگیرید:

www.cde.ca.gov/sp/se
ایمیل: speceducation@cde.ca.gov
1-800-926-0648

از حقوق آموزشی خود آگاه باشید

آموزش عالی

مرحله گذار از دبیرستان به کالج می‌تواند برای هر دانش‌آموزی دشوار باشد. این دشواری برای دانش‌آموزان دارای معلولیت بیشتر است.

حقوقی که قبلاً در سیستم آموزش ویژه K-12 (پایه پیش‌دبستانی تا دبیرستان) تحت «قانون آموزش افراد دارای معلولیت» (IDEA) وجود داشته است، وقتی دانش‌آموز با دیپلم دبیرستان فارغ‌التحصیل شود یا در سن 22 سالگی به‌طور ناگهانی پایان می‌یابد. با توجه به اینکه «برنامه آموزش فردی» (IEP) مختص سیستم آموزشی مدارس عمومی K-12 است، مستقیماً به مقطع آموزش عالی منتقل نخواهد شد.

کالج‌ها مطابق با «بخش 504 قانون توانبخشی مصوب 1973» و «ماده II (دوم) قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت مصوب 1990» (ADA) موظف هستند خدمات ضروری مناسب‌سازی تحصیلی را با همان کیفیت آموزشی که به دانش‌آموزان بدون معلولیت ارائه می‌دهند و بدون هیچ هزینه‌ای به دانش‌آموزان دارای معلولیت نیز ارائه دهند. در این سیستم جدید، فرد دارای معلولیت باید عهده‌دار مسئولیت درخواست‌های خود برای پشتیبانی و خدمات باشد.

برای آشنایی بیشتر با این قوانین به نشانی زیر رجوع کنید:
وزارت آموزش ایالات متحده: www.ed.gov/policy وزارت دادگستری ایالات متحده: www.ada.gov

دانش‌آموزان بدون مدرک قانونی در کالج

شاید دانش‌آموزان بدون مدرک قانونی به اشتباه فکر کنند که نمی‌توانند به‌طور قانونی در کالج‌های ایالات متحده تحصیل کنند. هیچ قانون فدرالی وجود ندارد که پذیرش مهاجران بدون مدرک قانونی را در کالج‌های ایالات متحده، عمومی یا خصوصی ممنوع کند.

California Dream Act (قانون رویای کالیفرنیا) این امکان را برای دانشجویان بدون مدرک قانونی و خارج از ایالت فراهم می‌کند تا کمک‌های مالی را در حین حضور در کالج‌ها، دانشگاه‌ها و برنامه‌های مجاز آموزش حرفه‌ای کالیفرنیا دریافت کنند. دانش‌آموزان واجدشرایط می‌توانند موارد زیر را دریافت کنند: کمک‌هزینه Promise کالج کالیفرنیا، کمک‌هزینه Cal، بورسیه تحصیلی Middle Class در پردیس دانشگاهی UC یا CSU، کمک‌هزینه Chafee برای جوانان تحت مراقبت پرورشی و سایر کمک‌های مالی ایالتی که از سوی کالج‌ها و دانشگاه‌ها اعطا می‌شود.

برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد Dream Act کالیفرنیا یا درخواست‌نامه Dream Act کالیفرنیا، به این نشانی رجوع کنید:
www.caldreamact.org.

WESTSIDE
REGIONAL CENTER

5901 Green Valley Circle, Suite 320 Culver City, CA 90230 / www.westsiderc.org / (310) 258-4000