



“我有选择的权利，
我有发声的自由！”

面向残障青少年与青年群体的相关信息

disABILITY LAW CENTER **dlcv**
OF VIRGINIA

弗吉尼亚州残障人士权益保护与倡导

目录

dLCV 执行董事致函

您是否了解?

高中毕业后——我有选择的权利!

什么是过渡服务?	3
就业前过渡服务.....	4-5
在精神疾病住院治疗机构中就诊时的权利.....	6
计划生育与评估工作组 (FAPT)	7-8
高中毕业后的教育合理便利.....	9-10
大学还是工作, 暂时不做决定!	11-12
我打算就读大学!	13
残障人士专属项目信息.....	14
成人辅助技术介绍.....	15-16

表达我的选择权——我有选择的权利!

决定, 决定, 还是决定……需要协助时该怎么做?	17-18
--------------------------------	-------

我得想办法赚钱!

以成年人身份申请补充保障收入 (SSI)、残疾成年子女 (DAC) 福利	19
SSI 概述: 年满 18 周岁会发生什么?	20-21
保留 Medicaid 及您的豁免服务.....	22
若 SSI 18 周岁资格重新认定未通过, 可援引第 301 条款延续 SSI 福利	23
如何防止您的补充保障收入 (SSI) 补助金“减少三分之一”	24-25
SSI 的资产限制及如何保障您的储蓄	26
“给我钱”	27

法律“事务”相关

残障人士法规概述.....	28-29
《美国残疾人法案》(ADA)	30
《美国残疾人法案》下的就业权利.....	31-32
嘘……您的隐私权.....	33-34
社区服务委员会.....	35
您的投票权.....	36-38

实用资源

“这里是 dLCV；我们今天能为您提供什么帮助？” 39

助力您向成年阶段过渡的优质公共资源..... 40

助力您向成年阶段过渡及未来成长的优质网站..... 41

disABILITY LAW CENTER

OF VIRGINIA



弗吉尼亚州残障人士权益保护与倡导

1512 Willow Lawn, Suite 100, Richmond, VA 23230

www.dLCV.org

电话：800-552-3962

传真：804-662-7431

2025 年 3 月 10 日

欢迎阅读！

希望您能充分利用弗吉尼亚州残障法律中心 (dLCV) 手册 *《我有选择的权利，我有发声的自由！》* 中提供的优质资源！在迈向人生新阶段之际，青年需要清楚自身的权利与责任。在此过程中，父母和专业人士可提供宝贵的帮助。

这是既激动人心又充满挑战的阶段！随着技术的进步、教育水平的提升以及社会意识的增强，残障青年比以往拥有更多实现精彩未来的机遇。但要想充分利用这些机遇，您必须有所准备！

在 dLCV，我们支持残障人士全面融入我们社区的各个方面——从工作到教育，再到休闲与生活。让我们帮助您做出选择，表达心声！

属于您的精彩未来正在向您招手！

谨上，

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'V. Colleen Miller'.

Colleen Miller

执行董事



您是否了解……？

……年满 **18** 周岁后，您将在法律上成为成年人，您会享有更多权利，同时也需要承担更大的责任？这份自我倡导指南将介绍某些相关的权利与责任。

- 您有资格在地方、州和联邦级别的选举中登记投票。您可通过当地选举登记处在当地图书馆、邮局、机动车辆管理局 (DMV) 分支机构获取登记表，[或通过选举事务部网站在线填写](#)。
- 您有权签订各类合同及法律文件，包括信用卡申请、房屋租赁协议、贷款合同以及其他法律协议。请谨慎对待！如果未能履行合同义务，您可能会面临被**起诉**的风险。
- 无论残障与否，您都必须在年满 18 周岁后的 30 日内完成兵役登记（**仅限男性**）。除个别特殊情况外，您均须完成登记。您可以[通过访问兵役登记 \(Selective Service\) 网站进行线上注册](#)，或前往当地邮局领取登记表，或向所在高中的辅导员寻求信息和帮助。
- 您拥有对医疗、教育、财务和其他日常事务的自主决策权。未经您的同意，您的父母通常无权代表您处理各项事务，如医疗预约或取消、处方获取或与保险公司沟通。
- 您可以制定一份书面预设指示，为将来的医疗决策提前做好安排。请访问我们的[支持决策 \(Supported Decision-Making\)](#) 页面获得更多信息，包括获取附有说明的自助表格。
- 如果在 18 周岁前您已领取 SSI，那么在您即将年满 18 周岁时，将会重新审核您的个案，以判断您是否满足成人残障认定标准。如果由于您家庭收入或资产过高，导致您在 18 周岁之前未能获得 SSI，那么在 18 周岁时，您可以根据**自己的**收入和资产状况重新申请。这可能会使您更容易满足财务要求。您还必须符合成人残障认定标准。
- 如果您被指控犯罪，将按成年人司法程序审理，且您的犯罪记录将永久保存。如果警察就某起犯罪案件对您进行询问，**您可以要求聘请律师**，警察则不得不停止对您的询问。
- 如果您与未满 18 周岁的人发生性行为，可能会面临严重后果，因为您已是成年人，而对方仍属于未成年人。
- 您可能会需要履行陪审员职责。这并不意味着您一定会被选为陪审团成员，但您可能会收到出庭履行陪审义务的传票。
- 您有义务依法纳税并提交纳税申报表。



而且，您是否了解，在年满 21 周岁之前，您依然不能做这些事……

- 购买、持有或使用酒精类饮品。若您被发现饮用酒精类饮品，可能会被控一级轻罪 (Class 1 Misdemeanor)，并面临罚款、社区服务以及吊销驾驶执照等处罚。
- 申请或随身携带隐蔽武器。

此外！最后还有一件事，您是否了解我们将随时为您提供帮助？

请访问 www.dlcV.org/get-help，联系弗吉尼亚州残障法律中心 (dLCV)



过渡服务： 助力从高中迈向成年的顺利过渡

过渡服务 (Transition Services)是为帮助残障学生顺利迈入高中毕业后的生活阶段而提供的支持。服务会围绕您高中毕业后想要什么以及需要什么来展开，以助您取得成功。服务内容包括（示例）：

- 关注与您的兴趣相符的工作并挖掘潜在机遇；
- 评估您在进入职场或升入大学时可能需要的支持；
- 通过工作实践提升职业技能的机会；
- 关注大学课程或职业培训学校的机会；以及
- 探讨您在独立日常生活中可能需要的帮助（例如使用电话、考取驾照、搭乘公共交通或进行自我倡导）。

过渡服务应纳入您的**个别化教育计划 (Individualized Education Program, IEP)** 中。这就是所谓的过渡计划 (Transition Plan)。过渡计划必须涵盖您的目标及达成目标所需的支持。同时必须包含为帮助您达成目标而提供服务的相关机构。在制定过渡计划时，IEP 团队需要将您的教育、就业和生活需求纳入考量。

过渡计划中可列出一些在您高中毕业后能够为您提供帮助的机构，包括：

- **老龄化和康复服务部** (Department of Aging and Rehabilitative Services, DARS)；
- **盲人和视力障碍者事务部** (Department for the Blind and Vision Impaired, DBVI)；
- **社区服务委员会** (Community Services Board, CSB)；以及
- **独立生活中心** (Center for Independent Living, CIL)。

过渡服务不一定要在校园内提供，对于考虑读大学的学生来说，过渡服务可能会在社区大学中开展。对于其他人来说，进入职场可能是最佳选择。

如果在过渡服务方面您对学校有异议，您可以申请调解、寻求正当程序，或者向弗吉尼亚州教育部门投诉。



就业前过渡服务 (Pre-Employment Transition Services, Pre-ETS)

什么是就业前过渡服务 (Pre-ETS)?

Pre-ETS 是由职业康复 (vocational rehabilitation, VR) 机构提供的服务，旨在帮助高中生掌握进入职场所需的就业技能。

技能

Pre-ETS 的资格条件有哪些?

- 该学生年满 14 周岁但未超过 21 周岁;
- 该学生必须为在读高中生; 并且
- 该学生须必须为残障人士。该学生不必有个别化教育计划 (IEP) 或 504 计划。



服务的费用是多少?

这些服务对学生是免费的。2014 年《劳动力创新与机会法案》(Workforce Innovation and Opportunities Act, WIOA) 规定，这些服务由州政府提供资金支持。1973 年《康复法案》(Rehabilitation Act) 规定，必须将职业康复 (VR) 预算的 15% 用于 Pre-ETS。

这些服务是否会影响我的学校日常安排?

提供 Pre-ETS 的机构通常会将服务安排在学生的空闲时间段进行。学生还可以选择参加特定课程，由专业人士指导完成 Pre-ETS 的五项核心服务。Pre-ETS 还可以在学校假期或休假期间开展。Pre-ETS 的时长可能为一个学期，也可能贯穿整个学年。一名学生也可以在多个学年中享受 Pre-ETS 服务。



Pre-ETS 的五项核心服务

1

就业方向咨询： 您将与咨询顾问一起探索您感兴趣且擅长的就业方向。

2

职场实践学习体验： 您将有机会实地观摩多种职业场景或工作环境，以了解特定工作所需的技能。

3

培训与教育路径咨询： 您将与咨询顾问或辅导员会面，以探讨高中毕业后的教育或培训问题。内容可能涵盖高等教育、在职培训或职业学校等领域。

4

职场准备培训： 在咨询顾问或辅导员的协助下，您将明确实现职场成功所需的技能，包括社交技巧、简历制作、电脑技能及自我倡导能力。

5

自我倡导能力： 您将学习如何为自己争取权益，包括在职场或高校申请合理便利，并掌握独立生活所需的各项技能。

如果我目前没有享受这些服务，该怎么办？

如果您已享有个别化教育计划 (IEP)，并希望获得这些服务，请向 IEP 团队说明您希望增加相关服务。您也可直接联系当地老龄化和康复服务部 (DARS) 或盲人和视力障碍者事务部 (DBVI) 办公室。若您在获取这些服务时遇到任何问题，请于每周一、三或五致电弗吉尼亚州残障法律中心 (dLCV) 申请服务，联系电话为：804-225-2042 或 1-800-552-3962。您也可随时通过我们的在线门户网站申请 dLCV 的服务，网址为：dLCV.org/get-help。



在精神疾病住院治疗机构中就诊时的权利

精神疾病住院治疗机构 (Psychiatric Residential Treatment Facility, PRTF) 专为 18 至 21 周岁青少年提供心理健康服务和发育障碍相关支持。

如果您正在 PRTF 住院治疗并想了解您的权利，您可以：

1. 向工作人员或您的治疗团队咨询；
2. 索取一份《人权法规》；或
3. 致电 dLCV！

如果您正在 PRTF 住院治疗并想了解出院事宜，您可以：

1. 向工作人员或您的治疗团队咨询；或
2. 致电 dLCV！

如果您正在 PRTF 住院治疗并有投诉需求，您可以：

1. 要求会见患者权利专员；
2. 要求会见您所在机构指派的人权专员，或
3. 致电 dLCV！



计划生育与评估工作组 (FAPT)

在某些情况下，计划生育与评估工作组 (Family Planning and Assessment Team, FAPT) 也会参与您的治疗和服务。FAPT 是一个跨机构团队，负责为弗吉尼亚州的儿童和家庭制定服务计划。FAPT 是《儿童服务法案》(Children's Services Act, CSA) 的组成部分，该法案是一项由州与地方共同实施的、旨在为儿童及其家庭提供服务的计划。FAPT 采用家庭主导流程，您在未成年期间及年满 18 周岁后的意见与诉求均会被纳入考量。

FAPT 的职能是什么？

- CSA 服务资格认定
- 对孩子及其家庭优势与需求的评估
- 推荐能够满足孩子及家庭需求的服务
- 制定个别化家庭服务计划 (individual family service plan, IFSP)
- 根据后续沟通情况，按需调整 IFSP

FAPT 的参与者有哪些？

- 所涉地方机构代表
- 家长代表
- 私人服务提供商
- 其它代表

FAPT 是如何运作的？

- FAPT 成员与家长、监护人及其他参与者会面，探讨孩子及其家庭的需求与优势
- FAPT 成员参考个案管理员、心理评估报告以及学校档案中提供的信息
- FAPT 成员制定具体行动计划，以满足孩子及其家庭需求

若对 FAPT 有任何疑问，您可以：

1. 咨询您团队中的任一成员；
2. 要求指派一名咨询顾问协助您和您的团队。团队可为您对接合适的项目咨询顾问；
3. 您可以对 FAPT 所做的任何决定提出申诉。社区政策和管理工作组 (Community Policy and Management Team, CPMT) 必须制定政策和程序，确保青少年和家庭能够就 FAPT 根据个别家庭服务计划做出的服务决定提出申诉。
4. 您可以通过其主管向 OCS 提出申诉，并且
5. 您可以致电 dLCV!



高等教育合理便利



高等教育合理便利是什么：为保障残障学生享有与其他学生平等的教育体验，对课业要求或教学环境进行必要的变更或调整。



与高中阶段相比，获取教育合理便利的流程有所不同，因为您的个别化教育计划 (IEP) 计划不再适用，但您仍可能获得实现成功所需的合理便利！

在开始下一个教育阶段之前，请确保准备好一份医生出具的说明，详细说明您的残障情况以及您可能需要的合理便利。您提出的合理便利需求应具备合理性，且必须与您的残障情况相关。

在开学前的数月内或尽可能早的时候，联系负责支持残障学生的部门（通常称为残障人士支持服务部 (Disability Support Service) 或 DSS），并与相关工作人员会面。向其出示医生的证明信，并说明您认为自己需要哪些合理便利。他们会帮助您制定计划，并出具一份信函，说明您的合理便利申请已获批准。注册课程后，应与教授沟通您的合理便利，并出示由 DSS 提供的证明文件。若您在获取合理便利时遇到困难，您可以考虑联系 dLCV。

可提供的合理便利包括：

- 大字版教材
- 考试朗读员（或监考员）
- 笔记记录员
- 优先座位安排
- 优先课表预约
- 额外的考试时间
- 单独安排的考场



我目前既无意就读大学，也没有就业打算……

如果您认为自己尚未准备好申请大学或就业，也可以考虑其他选项。

高中后教育项目

某些高中为 18 至 21 周岁的学生提供针对性项目，这些学生已高中毕业，但仍需进一步指导以适应社区生活。

此类项目通常提供关于职业技能与独立生活能力的强化培训。它们也会帮助您掌握独立生活所需的学习技能。您还可以在就业教练的协助下就业，或通过参与志愿服务来提升技能。您也可以通过参加社区活动来发展自身的社交能力。询问您的学校是否提供此类项目。

日间支持项目

日间支持 (Day Support) 为您提供了一个可在白天参与的空间，以进行有组织活动、学习和社区实践。您可能希望参加这些项目之一，以获取就业、上大学或职业学校所需的技能，也可能希望长期参与日间支持项目。这些项目为您提供了参与活动的机会，以帮助您学习自助技能、社交技能、社区生活技能和决策技能。这些计划有时由 Medicaid 豁免计划 (Medicaid Waivers) 提供资助。如需更多信息，请联系您当地的社区服务委员会 (CSB)。



社区志愿者

您对什么感兴趣？在社区中寻找志愿机会，既能从事感兴趣的事情，又能积累宝贵的工作经验。

您喜欢动物吗？也许您可以在动物照护机构担任志愿者。您喜欢聊天吗？在当地养老院担任志愿者，探望并陪伴那些平时很少有人探望的老人，和他们聊聊天，怎么样？您可以通过本地报纸、线上平台或邻里交流了解志愿服务的机会。



休闲和娱乐

成年人的生活并非只有学习和工作！找到您感兴趣的事情，并找到一个能与他人共同参与的场所。您喜欢体育运动吗？您可以加入健身房、当地基督教青年会 (YMCA)、体育俱乐部或运动队。您喜欢阅读吗？加入读书俱乐部如何？如果没有适合您参与的活动，不妨创建一个并邀请您的朋友们加入！如果您喜欢某座教堂，可以了解其提供的活动，若感兴趣便可参与！其他活动可能包括投身于政治活动、加入您感兴趣的俱乐部、参加艺术与工艺或烹饪课程、学习吉他、培养新爱好，并在您所在地区找到志同道合的人……总之，请参与进来！

如何寻求帮助？

如果您在此过程中需要帮助或支持，这完全没有问题！！有时候，我们每个人都需要帮助。学会适时求助，正是成年的必修课。您可能需要有人陪您一同参加活动，也可能需要支持来学习如何独立完成事情。您可以让家人或私人助手陪同。您也可以在社区中寻找一位导师，在探索不同选择时获得指导。借助必要的支持，走出去，参与您感兴趣的活動。先明确您的兴趣和愿望，再思考实现这些目标所需的帮助！





我打算就读大学！

想法很棒！高中毕业后，有很多方式可以继续学业。某些课程专注于学术研究，而另一些则更偏向于职业能力的培养。以下是一些帮助您入门的资源。

高中后教育基本信息

- 弗吉尼亚州教育部 (Virginia Department of Education) 为高中毕业后及大学规划提供[丰富的资源支持](#)。
- 每所大学都设有专门的工作人员或办公室，负责支持残障学生的需求（通常称为[残障人士支持服务部 \(Disability Support Services\)](#) 或 DSS）。无论是准备就读大学还是在校学习，您都能在此找到所需信息和帮助。
- Think College 提供[为残障人士开设特殊项目](#)的高校信息。
- Greater Richmond Aspirations College Program (GRASP) 是一家非营利机构，[旨在帮助学生和家庭获得高等教育资金](#)。此项服务并非仅面向残障学生。该服务对家庭完全免费。
- 美国教育部 (U.S. Department of Education) 提供一份指南，即[《残障学生高等教育准备》：了解您的权利和责任](#)。他们还提供[成人教育](#)相关资源。
- 弗吉尼亚联邦大学过渡创新中心 (VCU Center on Transition Innovations) 为[过渡到成年阶段的个人](#)提供了丰富的主题信息。
- **职业康复服务：**在某些情况下，职业康复机构（例如[老龄化和康复服务部 \(DARS\)](#) 和[盲人及视力障碍者事务部 \(DBVI\)](#)）或许可以协助学生获取所需的合理便利和支持。如需了解更多信息，请直接联系这些机构。

残障人士专属项目信息

- **威尔逊劳动力与康复中心 (Wilson Workforce and Rehabilitation Center)** 为残障人士提供培训，帮助其获得就业机会并提升独立生活能力。他们提供两个项目：[“职场准备项目”](#)和[“高等教育康复过渡”](#) (Postsecondary Education Rehabilitation Transition, PERT)，专为从高中阶段过渡的学生设计。
- **弗吉尼亚盲人与视力受损康复中心 (Virginia Rehabilitation Center for the Blind & Vision Impaired)** 与里士满大学 (University of Richmond) 合作，开设了为期两周名为[“迈向成功之路” \(STEPS to Success\)](#) 的项目（旨在提升表现与技能的策略与技巧）。该项目提供实用技能、技巧与策略，助力您在大学或职业准备中取得成功。
- **乔治梅森大学 (George Mason University)** 开设了[“学习进入未来环境”](#) (Learning into Future Environments, LIFE) 项目，旨在为智力障碍 (ID) 和发展障碍 (DD) 人士提供四年制支持性大学学术体验。
- **弗吉尼亚联邦大学 (Virginia Commonwealth University, VCU)** 开设了[“大学里的 ACE-IT” \(ACE-IT in College\)](#) 项目，为罹患智力障碍、创伤性脑损伤或自闭症的年轻人提供融入式的大学校园生活体验。
- **北弗吉尼亚社区大学 (Northern Virginia Community College, NVCC)** 和 **Brightpoint 社区大学 (Brightpoint Community College)** 与全国性组织 [College Steps](#) 合作，为存在社交、沟通或学习困难的学生提供个性化的大学支持。
- **Reynolds 社区大学 (Reynolds Community College)** 开设了名为[“成人职业教育计划”](#) (Program for Adults in Vocational Education, PAVE) 的两年制职业培训项目。
- **美国联合卫理公会家庭服务 (United Methodist Family Services)** 开设了名为[“勇气成就未来” \(Courage to Succeed\)](#) 的项目。该项目专门面向自闭症及其他神经发育差异人士，包括罹患学习障碍、多动症 (ADHD) 和创伤性脑损伤的人士。



成人辅助技术介绍

什么是辅助技术？

辅助技术 (Assistive Technology, AT) 是指协助残障人士完成日常事务的设备。它可以是您购买或自制的任何物品或设备，用于维持或提高您完成需要或期望完成的事务的能力，也可以是帮助您选择、获取和使用 AT 设备的服务。

AT 既可能很简单，也可能包含高科技方案。它可能简单到如铅笔握套、手杖或放大镜等物品。高科技设备可能涉及改良的电脑、电动轮椅、通讯设备或助听器等。AT 服务包括评估您的需求以选择合适的 AT，为您量身定制设备，指导使用，并提供 AT 的维修与维护支持。



需要辅助技术的人群有哪些？

AT 可惠及众多人群。如果您在交流、移动或其他日常事务中遇到困难，无论是在工作场所、家中还是社区中，您都可以考虑接受评估，以确定 AT 是否能够为您提供帮助。您的医生、理疗师、职业治疗师、语言治疗师、听力学家或其他具备资质的医疗专业人士均可对您是否需要 AT 进行评估。资助方需要专业评估和推荐，才会为 AT 支付费用。



辅助技术可以通过多种不同的方式获得资助。

- 如果您享有 **Medicare**，可拨打 1-800-633-4227 联系 **Medicare 帮助热线**。
- **Medicaid**：如果您享有 Medicaid，可拨打 804-786-6145 联系**医疗援助服务部受益人热线 (Department of Medical Assistance Services Recipient Helpline)**。如果您享有 **Medicaid 豁免计划 (Medicaid Waivers)** 服务，则 AT 可能包含在承保范围内。
- 部分**私人保险**可能会支付 AT 相关费用。其通常要求提供预先授权和医疗必要性声明。承保范围因情况而异。购买前，请认真阅读您的保险政策，并咨询保险提供商。
- **老龄化和康复服务部 (DARS)** 可为您提供 AT 支持，以帮助您就业或维持工作。详情请访问 www.vadars.org/
- **盲人和视力障碍者事务部 (DBVI)** www.vdbvi.org
- **弗吉尼亚州聋人和听力障碍人士服务部 (Virginia Department for the Deaf and Hard of Hearing, VDDHH)** www.vddhh.org
- **弗吉尼亚辅助技术系统 (Virginia Assistive Technology System, VATS)** 提供 AT 产品、资金和资源相关信息。VATS 还负责收集、维修和回收耐用医疗设备，并可能提供短期设备租赁服务。www.vats.org
- **辅助技术贷款基金管理局 (Assistive Technology Loan Fund Authority, ATLFA)** 为残障人士提供低息贷款和贷款担保，帮助其获得提高独立性、生活质量和就业机会的设备与技术。<http://atlfa.org>

其他潜在资源包括当地机构，如社区服务委员会 (CSB)、独立生活中心 (CIL) 和社会服务部；私人 AT 供应商及服务提供商；以及地方和全国性的慈善机构。

如果您被拒绝提供 AT 服务，提供商应向您说明拒绝的理由，并提供有关申诉权利的说明。



决定，决定，还是决定……需要协助时该怎么做？



在您年满 18 周岁时，您将被视为成年人。这表示您已具备法律能力，可以自行决定诸如健康、学校和财务等事务。有时候我们每个人都需要协助来做出选择，同时为未来做好规划。如果因身体状况不佳或者某些选择过于复杂难以理解，而无法做出重要决定，该怎么办？

预设指示可提供协助

预设指示可帮助您为将来可能无法做出决定或表达医疗意愿的情况做好准备。通过预设指示，您可以：

- 如果医生判断您无法自主做出决定，可指定信任的人士代您决定。此人即为您的“代理人”。
- 告诉您的家人和医生您认为合适的治疗方式。
- 告知他人您对重大决定的看法，包括器官捐赠，以及在病重无法康复时希望自己得到怎样的照顾。

很多人认为，他们只需要选择一个人（代理人）代自己做决定即可。在决定人选时，需要注意以下几点：

- 挑选您真正信赖的人选，因为他们将有权在未来替您做出关键决定。
- 请与该人士沟通，确保其愿意承担此项职责。
- 确保其清楚了解您期望接受的治疗方式及拒绝的治疗类型。
- 您可指定第二人选，以备首选代理人无法履职或无法联系时给予协助。

如何操作？

您可通过以下方式订立预设指示：

- 可参考样表自行书写。dLCV [“支持决策” \(Supported Decision-Making\)](#) 资源页提供了表格和详细说明。
- 您可以咨询您的医生或治疗师。
- 您可以聘请律师代为拟定。
- 您可以致电残障法律中心 (disAbility Law Center)。

预设指示拟定后，需在两位见证人面前签署。在弗吉尼亚州无需公证，但若条件允许，建议尽可能办理公证。签署完毕后，应将副本交予代理人、医生及其他可信赖的家属。建议保存一份预设指示副本持有者的名单。若后续进行修改，建议将更新后的版本提供给相关各方。

您也可以在线登记[预设指示](#)。如对预设指示登记存在任何疑问，请致电登记处帮助热线 800-224-0791。

如遇其他重大决定需要协助，该怎么办？

若在学业决定上需要协助，您可指定他人提供帮助。dLCV 可提供相关[资料及表格](#)。

如果您从社会保障处领取支票，您可以向社会保障署申请指定一名[收款人代表 \(Representative Payee\)](#)，代您领取款项、支付账单及安排预算。



18 周岁及以上： 申请补充保障收入 (SSI) 和/或残疾成年子女 (DAC) 福利

成年后首次申请 SSI:

如果您因家庭收入或资产原因未能在未成年时获得补充保障收入 (Supplemental Security Income, SSI)，只要年满 18 周岁后个人资产低于 2000 美元且收入不超过社会保障署规定的收入限额，即可申请 SSI。若收入超过设定标准，则不被社会保障署认定为残障人士。如需进一步了解证明残疾的收入限制，请参阅现行“实质性有酬活动” (Substantial Gainful Activity, SGA) 限额规定：

<https://www.ssa.gov/oact/cola/sga.html>

最佳申请方式为线上申请：<https://www.ssa.gov/ssi>

此链接并非实际申请页面。此链接用于向当地社会保障署办公室传达您的申请意向。社会保障署将致电您安排电话访谈。电话访谈中，您将被询问相关问题，以确保您的资产不超过 2000 美元。随后，该专员将收集有关您身体及/或精神健康状况的所有信息，包括为您提供治疗、康复和评估的所有医生及其他专业人员的联系方式，以及您服用的药物等。在申请前，获取您残障状况的最新评估非常重要，如神经心理学评估。

幼儿时期的记录或诊断结果不在考虑范围内。

基于父母记录的未成年时期福利将在您年满 18 周岁时终止

如果您是基于父母的记录在未成年时期获得社会保障金，而非因自身存在残疾。年满 18 周岁后（如仍在校上学，则为 19 周岁），欲获得社会保障金，须经社会保障署认定为成人残疾，并符合资产限制（2000 美元）规定。为此，您可以申请 SSI（如上所述）。

基于父母记录的“残疾成年子女”福利申请指南：

您可在年满 18 周岁后，当父母开始领取残障福利、退休或身故时，随时申请残疾成年子女 (Disabled Adult Child, DAC) 福利。您需要证明您的残疾发生在 22 周岁之前，同时满足所有其他规定。由于您必须在其他资金来源可用时接受这些资金，社会保障署可能会自动开始此申请。DAC 福利可能会替代部分或全部的 SSI 福利。但根据特殊规定 (POMS SI 01715.015)，您可能可以保留您的 Medicaid（和豁免计划）。

特别提示：请将 22 周岁前的所有残障证明文件妥善保存在安全可靠的纸质档案或电子格式中





SSI 概述：年满 18 周岁会发生什么？

年满 18 周岁时，若您曾作为儿童领取过补充保障收入 (SSI)，则需要接受 **18 周岁资格重新认定 (Age-18 Redetermination)** 审查，以确认您的残疾是否符合成人标准。系统会自动向您发送需要您填写信息的表格。

成人残障认定

社会保障署将审核您的残疾是否符合成人残障认定标准，并据此作出决定。您的当前工作活动不在考量范围内。当医学与职业证明材料完全达标时，SSI 将继续发放。

若福利被拒绝该怎么办？

若社会保障署认定您不符合成人残障标准，福利将于 2 个月后停止发放。但如果您对决定提出申诉或符合 301 条款的资格，福利可能会继续发放（请参阅第 24 页，了解 301 条款的信息）。

您可以立刻采取一些步骤来反驳该决定，并继续领取您的福利：

若被拒绝，如果您认为自身的残疾确实影响了工作能力，并希望保留福利，则需立即采取行动。

- 如欲提出异议，您必须在 60 日内提交“申诉”。请按照拒绝函中的说明提出申诉，或拨打社会保障署免费电话 **800-772-1213** 索取申诉表格；

以及

- 如果您在收到拒绝函后的 10 个日历日内前往社会保障署办公室，或通过传真将“申请人声明书” (Statement by Claimant) 发送至当地办公室，则在申诉期间，您仍可能继续获得 SSI 儿童福利。<https://www.ssa.gov/forms/ssa-795.pdf>
- 请注意，您可以多次申诉，但若所有申诉均被驳回，您的 SSI 福利将在额外发放 2 个月后停止发放。若社会保障署判定您需返还申诉期间领取的福利，通常提出申请后他们会豁免多付的金额。
- 请注意：若所有申诉均被驳回，且您不符合 301 条款的资格，在您能提供更多工作能力缺失的证明后，您可以重新申请 SSI。



在接受 18 周岁资格重新认定时，我能做些什么来避免被拒绝？

- 确保评估结果是最新的：在年满 18 周岁前，请务必获取最新的医疗、教育和/或心理评估，明确说明您的残障情况如何影响您的生活以及限制您的工作能力。务必在社保署提供的表格中填写评估人员的联系方式，以确保社会保障署能够获取该信息。
- 向社会保障署说明您的学业或职业规划：请在社会保障署提供的表格“备注栏”中注明您是否计划继续就读高中，和/或您是否为 DARS 或任何其他工作或培训援助项目的委托人。若您继续学业或接受就业援助，即使社会保障署认定您不符合成人残疾标准，您在完成这些项目期间仍可能继续获得 SSI 福利。请参阅下一页，标题为：若 SSI 18 周岁资格重新认定未通过，可援引第 301 条款延续 SSI 福利。
- 请说明所有工作尝试情况：请在表格“备注栏”中列出每项工作尝试及其起止日期，包括仅持续数日、数周或数月的情况。写明工作职位、每周工作小时数、时薪、工作期间遇到的困难，及离职原因，特别是与您残疾相关的原因。请包括您为获得并保住该工作所需的所有帮助，例如特殊就业项目，或家人提供的工作机会、职位介绍或面试安排等情况。

保留 Medicaid 及您的豁免服务

年满 18 周岁后，能否继续享有 Medicaid 豁免计划 (Medicaid Waivers) 服务取决于您是否能够通过 Medicaid 残障认定。该评估将确定您是否符合成人残障认定标准。为确保 Medicaid 及豁免计划服务不间断，Medicaid 资格审核员会在您年满 18 周岁前 90 天联络您的父母或监护人，以启动该程序。随后，在大约 18 周岁时，社会保障署会进行 SSI 18 周岁资格重新认定，以确定您是否符合成年残障标准。若被拒绝，您可以提出申诉，若符合第 301 条款资格，则可以继续领取 SSI 补助金。

若您在未成年时期未领取过 SSI 福利，则可在年满 18 周岁时申请。但社会保障署对 SSI 的决定为最终裁决，可否定 Medicaid 的评估结论。随后，Medicaid 必须评估您是否满足其他受保群体的资格，以便您继续享有豁免。





若 SSI 18 周岁资格重新认定未通过，可援引 第 301 条款延续 SSI 福利

若在 18 周岁资格重新认定中，社会保障署认定您不再符合补充保障收入 (SSI) 的资格，您仍可能根据**第 301 条款**继续享有 SSI 福利，如果：

- 年满 18 周岁后仍在高中就读；或
- 您正在接受职业康复、培训或教育服务。

根据第 301 条款，只要您参与经批准的项目，相关补助将在您积极就业并提升自立能力期间持续发放。参与这些项目可以让您满足第 301 条款的要求，因为其旨在为您就业做准备，从而减少未来对 SSI 的依赖。在完成或退出项目后，SSI 福利将终止发放。

重要提示：当您收到社会保障署发放的 SSI 资格重新认定表格时，请务必在“备注栏”中注明您认为自己有资格根据第 301 条款继续领取福利。请务必提供学校或职业项目的联系方式，以便社会保障署收集您的参与证明。如果社会保障署认定您作为成年人不再符合其规定标准，您有权通过申诉提出异议。

请致电当地社会保障署办公室或拨打免费电话 800-772-1213 索取申诉表格。请在申诉表格的“备注栏”中再次告知社会保障署，您认为自己有资格根据第 301 条款继续领取福利。请务必提供学校或职业项目的联系方式，以便社会保障署收集您参与项目的证明。

以下是可能符合要求的教育或职业培训项目：

- 18 至 21 周岁期间在公立或私立学校接受的个别化教育计划 (IEP)
- 由老龄化和康复服务部 (DARS) 或其他就业网络资助的行业项目、大学课程或工作票 (Ticket to Work) 项目
- 由 DARS 或其他就业项目提供的就业辅导
- 弗吉尼亚联邦大学“项目探索” (Project Search) 及同类项目
- PAVE——成人职业教育计划 (Program for Adults in Vocational Education)
- 威尔逊劳动力与康复中心 (Wilson Workforce and Rehabilitation Center) 的 PERT (Post Secondary Education Rehabilitation Transition, 高等教育康复过渡)



如何防止您的 SSI 补助金“减少三分之一”

社会保障署如何确定您的 SSI 补助金额？

年满 18 周岁后，若与父母或其他成年人同住但未分担家庭开支，社会保障署可能会削减您的 SSI 补助金额。分担家庭开支被称为“支付您应承担的合理分摊”。该等削减将相当于全额 SSI 补助金的三分之一。有关当前 SSI 补助金额的信息，请参见：www.ssa.gov/oact/cola/SSI.html

但根据社会保障署 2024 年的政策调整，若同住家庭成员中有一人正在领取贫困家庭临时援助 (TANF)、补充营养援助计划 (SNAP) 或一般救济金等公共福利，社会保障署将不会审查家庭开支情况，也不会对您的 SSI 补助金进行三分之一削减。

家庭开支包括房屋租金、抵押贷款还款、不动产税、取暖燃料、燃气费、电费、水费、污水处理费及垃圾清运费等。社会保障署自 2024 年 9 月 30 日起将不再将食品支出计入家庭开支。此项规定将降低您被削减三分之一补助金的危险。

社会保障署何时做出这项决定？

在您申请 SSI 或接受 18 周岁资格重新认定时，社会保障署将开展财务状况审查。他们将首先核实您当前是否正支付或计划支付房租，若属实，则会进一步核实所付金额是否达到或超过 SSI 全额补助标准的三分之一。例如，2025 年 SSI 的全额补助标准为 967 美元。因此，您应计划每月支付至少 323 美元的租金（包括收入未到位时的欠租）。社会保障署会要求您提供书面说明，因此最好事先准备好。该“租赁协议”或经签署的简要声明文件需明确载明诸如承租人住址、出租方姓名（如父母等）、租金金额及支付周期、租赁起始日期等约定事项。起始日期应为您提交 SSI 申请的当月，若属接受 18 周岁资格重新认定情形，则应为申请人 18 周岁生日当月。结束日期可注明为“直至另行通知”。

如未能提供书面租赁协议，社会保障署将通过核实家庭生活开支总额，以评估您所计划支付的费用是否达到您应承担的“合理分摊”。他们可能会要求您提供前文所述各项家庭开支的付款收据。

社会保障署将汇总上述开支，并除以家庭同住人数。该金额就是您的“合理分摊”。若您未计划支付应承担的“合理分摊”，则社会保障署将削减三分之一的补助金额。

“合理分摊”的示例

若每月家庭开支（记住，不含食品支出）为 2000 美元，且同住成员为 4 人，则您应承担的合理分摊将按 2000 美元除以 4 人计算，即 500 美元。若您未支付或支付金额低于 500 美元，即视为未履行合理分摊义务，则社会保障署将削减三分之一的 SSI 补助金额。

无力承担“合理分摊”份额情况下的房租支付

在一些家庭中，个人的“合理分摊”可能高于 SSI 全额补助标准，则社会保障署将假定您无力承担此费用，并直接将您的补助削减三分之一。若遇此情形，您可以提前计划，并安排租金支付，而非参照前文所述步骤。

如果我后续开始支付合理分摊或租金呢？

通知社会保障署，并提供能够证明您履行分摊义务的相关凭证，例如每月家庭开支的付款收据、租金支

付证明，或显示每月转账支付家庭费用或租金的银行对账单等。

如果社会保障署未采纳我为避免三分之一补助削减所提交的材料，该怎么办？

若社会保障署不接受您为避免三分之一补助削减所提交的材料，您可通过 <https://secure.ssa.gov/iApp/INMD/start> 在线提交申诉，或修改并重新提交符合“合理分摊”或“租金支付”要求的证明材料。

本指南的要点

为财务状况审查做好准备！

注意：您的 SSI 补助发放可能还需根据您是否有工资收入或其他收入。



SSI 的资产限制及如何保障您的储蓄

SSI 的资产限制及如何保障您的储蓄

要符合 SSI 资格，您的资产总额不能超过 2000 美元。这被称为资产限制。这些资源包括现金、人寿保险或丧葬保单、遗产继承、大学储蓄计划（含 529 账户）等。设立“特殊需求信托”或开通 ABLEnow 账户可作为部分资产保障途径。

特殊需求信托

可为残障人士创建特殊需求信托。其目的是保护此人的资源，满足其特殊需求，同时确保其能够享有 SSI、Medicaid 和 SNAP 福利等政府计划。

ABLEnow 账户

通过 ABLEnow 账户，您可以存入并投资超过 SSI、Medicaid 或 SNAP 福利等项目资产限制的额外资金。该账户不会影响您参与这些项目的资格。实际上，您可以将高达 10 万美元存入该账户，且不会被计入 SSI 的资产限制。Medicaid 对此账户没有限额。您需要在 26 周岁前确诊残疾，方可符合 ABLEnow 账户的开立资格。ABLEnow 账户可通过以网址在线开立：<https://www.ablenow.com/>。





“给我钱”

收款人代表是什么？

收款人代表一般由美国社会保障署 (Social Security Administration, SSA) 指定。当您无法自行管理资金时，收款人代表会帮助您进行财务管理。

收款人代表的职责是什么？

- 收款人代表每月会领取您的社会保障金支票。
- 他们会将该笔资金用于您需要的事项，比如房租、食物、医疗和牙科开支，以及个护用品。
- 在支付您的各项必要开支后，您每月可获得一定额度的零用金。



我该如何为自己选择收款人代表？

- 社会保障署提供“预先收款人指定”。这允许您选择最多三个人作为您的收款人代表。
- 您可以通过拨打 (800) 772-1213 致电 SSA 来办理此项业务。您还可以使用 SSA 网站的“我的账户”页面。

您有什么权利？

- 您有权了解收款人代表每月对您资金的使用情况。
- 您有权了解您当前的账户余额。这包括为您储蓄的任何资金。
- 您有权更换您的收款人代表。可通过联系 SSA 办理该业务。

何时联系 dLCV:

若您对收款人代表或其使用您资金的方式存在任何疑虑，可联系弗吉尼亚州残障法律中心 (dLCV)。您可以通过拨打 804-225-2042 或访问我们的网站 www.dlcvt.org/get-help，并填写“获得支持” (Get Help) 表单来联系我们。所有通话均严格保密！我们将根据您提供的信息来决定可提供的服务水平。



残障人士法规概述

多项法规为残疾人权益提供保障。您有权不因残疾而在工作、学校、家庭或公共场所受到歧视。歧视是指被区别对待或遭受不公。这也意味着拒绝做出方便您参与的调整，比如在有台阶的建筑上加装坡道。大部分残障法规将残障定义为因身体或精神缺陷，导致您在生活的某些方面需要帮助，如工作、行走、听力或学习等。

《美国残疾人法案》(ADA)



根据《美国残疾人法案》(Americans with Disabilities Act, ADA)，在工作场所、政府项目与设施、公共场所及交通以及电信（电话、电视、计算机）等领域，任何人不得因您的残障而歧视您。

《公平住房法案》

《公平住房法案》(Fair Housing Act) 明确禁止基于种族、肤色、宗教、性别、残障、家庭状况或出生地的歧视行为。弗吉尼亚州《公平住房法》还增设了更多保护类别：老年人（55 岁以上）、收入来源、性取向、性别认同及军人身份。无论是在私人住房还是公共住房中居住，无论是租赁还是购买房产，您均受该法律的保护。该法律允许您对房屋进行无障碍改造以确保居住便利（如加装坡道、拓宽门框、安装可视烟雾报警器等），公寓住户亦有权要求物业对公共区域实施同类改造。由谁来支付这些改造费用，取决于您所居住的住房类型。



《老年人与残疾人投票无障碍法案》

《老年人与残疾人投票无障碍法案》(Voting Accessibility for the Elderly and Handicapped Act) 规定，投票场所（即投票点）必须确保残障人士能够无障碍进出，并要求各州为残障及老年选民提供辅助设施（例如，针对视障者的放大镜和语音投票机，以及适合轮椅使用者的位置更低的投票设备）。

《康复法案》第 504 条

第 504 条款保障您在所有接受联邦资助的项目或活动中（如学校、公共住房、公共交通、公共图书馆等）免遭歧视。

《残障人士教育法案》

根据《残疾人教育法》(Disabilities Education Act, IDEA)，公立学校必须为所有残障儿童提供免费且适合其需求的教育。教育必须在所谓的“最少限制环境”中提供，即尽量让您就近入学，并与同龄人（无论残障与否）一起学习。如果学生身患导致学习困难的残疾，学校必须与家长和学生共同制定一份个别化教育计划 (IEP)。



若需要帮助或想进一步了解这些法律赋予您的权利，您可以致电残障法律中心 (disAbility Law Center)。



《美国残疾人法案》



概述及历史背景

《美国残疾人法案》(ADA) 又称残疾人“平等机会”法。该法案由 George H.W.Bush 于 1990 年 7 月 26 日签署并成为法律。此前，1964 年《民权法》(Civil Rights Act) 并没有保护人们免受基于残疾的歧视。《美国残疾人法案》以《民权法》和 1973 年《康复法案》第 504 条为蓝本制定。

章节

第 1 至第 3 条与日常生活最为相关。第 4 条和第 5 条涵盖了其他条款、某些交通问题以及通信相关内容。

- **第 1 条**——工作场所中的权益保障
- **第 2 条**——由政府实体管理的公共场所中的权益保障（州和地方政府部门及其服务）
- **第 3 条**——私营公共场所中的权益保障

该方案如何惠及于我？

ADA 对保护残障人士在大学、工作或社区中免受歧视有着重要作用。ADA 确保公共和私人场所的无障碍性，让所有人都能平等享有社区提供的服务和活动。在大学、工作场所或社区中，IEP 本身并不能直接赋予您获得合理便利的权利，但 ADA 有助于确保您的权益得到保障！

如果遇到 ADA 相关问题，我该怎么做？

- 请拨打 ADA 技术支持中心电话：800-514-0301（语音服务）或 800-514-0383（文字电话）。
- 联系弗吉尼亚州残障法律中心：800-552-3962 或 info@dlcv.org。
- 您可以通过访问 www.dlcw.org/get-help 在线提交求助申请。



《美国残疾人法案》下的就业权利

《美国残疾人法案》(ADA) 保护残疾人在就业过程中免受歧视（被区别对待）。您还有权要求合理便利以顺利完成工作（合理便利是指为残障人士做出调整，使其能够顺利完成工作）。

如何确认我是否在 ADA 的保护范围内？

如果您是残障人士，符合岗位要求，并且所在公司有 15 名或更多员工，那么您将受到该法律的保护。

何种情况构成残疾？

根据 ADA，残疾是指“显著影响主要生活活动的生理或心理障碍”（如视觉、听觉、行动能力与自理能力等）。如果雇主因您当前或过去的残障情况而对您进行歧视，您同样享有该法律的保护。若残疾症状呈间歇性出现，该法律仍将您纳入残疾人保护范围内。

符合“岗位要求”是什么意思？

您必须符合该岗位所需的基本技能、教育、培训和要求；并且有能力胜任这份工作的职责。若您需要合理便利以完成工作，只要能够胜任岗位要求，这是完全合理的。



我需要向我的雇主告知我的残障情况吗？

是否告知您的残障情况，由您自行决定。只有在申请合理便利以完成工作时，您才有义务告知残障情况。即使如此，您也只需向雇主提供与评估合理便利请求相关的必要信息。还有一些时候，您可能需要考虑与雇主沟通您的残障情况，例如担心安全隐患，或因药物副作用导致外貌、行为异常，甚至影响工作表现时。您也可以联系律师咨询法律建议。

雇主是否有权询问我的残障情况？

雇主仅在以下少数情形下可询问或提及您的残障情况：

- 在录用前，雇主可询问您是否能够胜任岗位要求（无论是否存在合理便利）。
- 获得录用通知后，雇主可要求您进行入职前体检，**前提**是该要求对所有入职者一视同仁。
- 入职后，用人单位唯有基于重大安全风险或其他正当工作事由，才能询问或提及您的残障情况。

若我需要合理便利，该怎么办？

为履行本职工作，您可能需要对工作场所进行调整，或调整常规工作方式以适应残障情况。请在确认需要后立即提出合理便利申请。雇主不应因为您有残障情况而默认您工作不力，进而导致您面临惩戒措施甚至被解雇。请尽快提出合理便利申请，因雇主不必撤销您在申请前已受到的惩戒措施。如需合理便利，您应：

- 提出书面申请。
- 请提供残障情况的医疗证明，并说明需要合理便利的原因。
- 告知雇主其要求查看的是保密医疗记录。
- 请明确您所需的具体合理便利，并表明愿意考虑其他有效替代方案。

ADA 同样保护雇主权益！

雇主无需：

- 提供您所要求的具体合理便利；并有权提出其他同等有效的替代方案。
- 提供会给企业带来“过度负担”的合理便利；例如，成本过高或严重干扰运营。
- 提供您日常活动所需的私人物品，即使在工作中也需要使用（如轮椅、助听器等）。
- 为不符合岗位要求的人士提供合理便利。
- 以因提供合理便利而取消必要工作职能、增设岗位或降低生产标准。

如果我被解雇怎么办？

若您认为遭到不当解雇，可联系以下机构寻求帮助：

- 弗吉尼亚州人权部门 (Virginia Division of Human Rights) 804-786-2071
- 平等就业机会委员会 (Equal Employment Opportunity Commission, EEOC) 800-771-2222



嘘……您的隐私权



年满 18 周岁前，您的父母或监护人有权查阅您的所有记录，包括健康、教育、财务等全部信息！他们还有权与您的所有服务提供者沟通，包括医生、教师、治疗师等所有相关人员！年满 18 周岁后，上述权利将发生变更，因为作为成年人，您享有隐私权。以下将介绍保护您隐私权的相关法律，以及您如何自主决定谁可以访问您的私人信息。

医疗保健信息隐私



HIPAA（全称《**健康保险可携性与责任法案**》(Health Insurance Portability and Accountability Act)）是保护您健康信息的联邦法律。在新医生处就诊时，您需阅读并签署 HIPAA 表格。您的保险公司及其他医疗保健服务提供方或支付机构也会向您提供该表格。尽管 HIPAA 法案冗长复杂，但您需要了解，您的健康信息必须保密，且未经您的许可不得向任何一方披露。根据 HIPAA 规定，您的医生可与保险公司共享信息以便其支付您的医疗费用，同时也可以与参与您治疗的其他医生共享该信息。如果您对谁可以看到您的信息有任何疑问，请咨询您的医生或前台工作人员。

若您认为您的 HIPAA 权益遭侵害，则您有权向美国卫生与公众服务部民权办公室 (U.S. Department of Health and Human Services Office of Civil Rights) [提交投诉](#)。

教育信息隐私

FERPA（全称《**家庭教育权利与隐私法案**》(Family Educational Rights and Privacy Act)）是保护您教育记录的联邦法律。年满 18 周岁前，FERPA 赋予父母或监护人查阅您教育记录的权利；年满 18 周岁后，该权利将转移至您本人。在以下特定情形中，学校（包括高等院校）可不经您同意向父母或监护人披露您的教育信息：

1. 若您在税务申报中仍被列为受抚养人；
2. 如果出现健康或安全紧急状况；
3. 若您未满 21 周岁且违反有关酒精或受管制物质使用及持有的法律法规；
4. 学校工作人员可就其观察到的任何情况与您的父母进行沟通。



若您认为您的 FERPA 权益遭侵害，您可向学校、县教育局或学校董事会投诉。您亦可向美国教育部家庭政策合规办公室 (U.S. Department of Education Family Policy Compliance Office) [提交投诉](#)。

共享私人信息



人们通常会在生活中的某个时间点允许他人查看自己的信息，尤其是在需要他人帮助做出决定或整理信息时。您有权允许他人查看并使用您的信息，以为您提供帮助。您可通过签署《信息披露同意书》(Release of Information) 或《信息披露授权书》(Authorization Form) 授予他人此项权限。在成年后的自主决策过程中，您会频繁接触到此类表格。诊所工作人员会经常询问您是否要指定信息查阅人。若需他人接收您的教育信息，高校亦备有专门的授权表格供您签署。

您还可通过《授权委托书》(Power of Attorney, POA) 赋予他人查阅及使用您的隐私信息的权限。POA 赋予一个或多个人查阅您的信息并为您做出决定的权利。您可以就医疗护理、财务及教育事务分别设立 POA。

您有权随时查阅自身的记录。您可向医生或校方索取一份您的记录副本，亦可申请在其办公室现场查阅。获取记录副本后，您可以与您选择的任何人分享。在决定是否共享私人信息时，请务必考虑共享的目的、这些信息的使用方式及潜在的非意愿使用风险。

隐私和互联网

您在互联网上分享的任何内容都无法保证隐私！任何人均可分享您发布到互联网上的信息，且这些信息一旦发布便难以删除。在社交媒体（如 Facebook 或 Instagram）发布内容时务必谨慎。如果您不希望熟人甚至陌生人看到您的内容，请不要发布！您还可将个人资料设为私密状态，仅允许特定关注者查看帖子。雇主在招聘新员工时，通常会查看社交媒体网站。



社区服务委员会

弗吉尼亚州的所有县市均设有社区服务委员会 (CSB)，为有发展性障碍、心理健康需求及物质使用障碍的个人提供多元化服务。某些地区将该机构称为行为健康护理中心或行为健康管理局，但其提供的服务范围相同。他们在您的当地社区提供这些服务。其中多项服务由 **Medicaid** 支付费用。

下文将列举部分服务项目，但在此之前，我们需要先了解其核心服务：个案管理（也称为服务协调或照护协调）。个案管理员协会助您申请并协调您在社区生活所需的各项服务。如果您没有个案管理员，请联系当地的 **CSB** 并申请进行初步评估，以确定您是否符合其服务条件。

以下是 **CSB** 可能提供的一些其他服务：

- 集体住所 (**Group Homes**)、支持性和监管性住宿等居住项目
- 紧急响应、门诊治疗、危机干预、社会心理康复及药物管理等心理健康服务
- 日间支持项目
- 支持性就业
- 药物滥用障碍治疗
- 获得 **Medicaid** 豁免计划 (**Medicaid Waivers**)

[查找您当地的 CSB](#)



您的投票权

您是否年满 18 周岁？您是否希望表达您的主张？您是否愿为改变世界贡献力量？

要在弗吉尼亚州投票，您必须满足以下条件：

- 是美国公民且为弗吉尼亚州居民
- 提供您的社会安全号码
- 在下一届大选时或之前年满 18 周岁
- 持有效身份证明（适用证件列表详见下页）
- 未在其他州登记为选民
- 若曾被判定无行为能力或重罪定罪，需已恢复公民权

您必须完成选民登记！登记渠道：

- 地方选民登记处
- 机动车辆管理局 (Department of Motor Vehicles, DMV)
- 公共图书馆
- 老龄化和康复服务部 (DARS)
- 独立生活中心 (CIL)
- 在线登记，网址为：vote.elections.virginia.gov/VoterInformation

我需要在何时登记？

- 大选/初选：选举前 22 天
- 特别选举：选举前 14 天
- 由州长召集的特别选举：选举前 7 天

我怎样才能找到投票地点？

- 查看您的选民登记卡
- 致电当地登记官办公室
 - 要查找您当地注册机构，请访问：
<https://vote.elections.virginia.gov/VoterInformation/PublicContactLookup>
- 在线查询，网址为：vote.elections.virginia.gov/VoterInformation
- 如需缺席投票，您可访问 vote.elections.virginia.gov/VoterInformation 申请邮寄缺席选票。
- 若希望在选举日之前进行亲自投票，弗吉尼亚州提供“提前投票”选项
 - 欲了解更多“提前投票”信息，请访问：<https://www.elections.virginia.gov/casting-a-ballot/early-voting-office-locations/>

无法进入投票站怎么办？

- 投票站必须无障碍，并为残障人士提供合理便利。如果您需要投票协助，可以向选举官员索取 **ELECT 649** 表格，并告知您需要帮助。
- 所有投票站须配备至少一台无障碍投票机。若需要在投票站使用音频选票，可询问选举工作人员。
- 若您在投票时遇到困难，请致电 (800) 552-3962 或通过我们的在线门户 www.dlc.v.org/get-help 联系 dLCV。





★弗吉尼亚州★ 选举部

选民身份证明

现场投票的所有选民均需要出示有效身份证明。未能提供有效身份证明的选民可签署一份声明（受重罪处罚约束），以声明自己是所声称的登记选民。任何未能出示有效身份证明或签署该等声明的选民，**必须**使用临时选票进行投票。

身份证明	是否有效?
弗吉尼亚州驾照	是，有效或过期均可
弗吉尼亚州机动车辆管理局签发的身份证	是，有效或过期均可
有效的员工证件（带照片），由选民雇主在正常业务过程中签发，公立或私营机构均可	是
美国军人身份证	是
由弗吉尼亚州公立或私立高中或高等教育机构签发的有效学生证	是。仅当机构正式采用电子学生证签发方式时，方可接受电子版。
由美国公立或私立高等教育机构签发的有效学生证（带照片）。	是。仅当机构正式采用电子学生证签发方式时，方可接受电子版。
有效的美国护照或护照卡	是
由联邦、弗吉尼亚州或地方政府部门签发的身份证	是
由选举部签发的选民身份证	是
选民确认文件	是
有效的部落登记卡或其它部落身份证	是，但必须是由弗吉尼亚州认可的 11 个部落之一签发。
养老院居民身份证	是，须由政府机构签发。
近期的公用事业账单、银行对账单、政府支票或工资单（需显示选民姓名和地址）	是。这些材料的日期不能超过 12 个月。纸质或电子形式均可。
其他显示选民姓名和地址的政府文件	是。纸质或电子形式均可。
已签署的身份确认声明	是
外州驾照	否
弗吉尼亚州以外的高中学生证	否
私人组织会员卡（带照片）	否
带照片的信用卡	否
弗吉尼亚州驾驶特权卡和身份特权卡	否

“有效”指证件真实且未过期超过 12 个月（弗吉尼亚驾照或机动车辆管理局签发的身份证除外，其有效期不影响有效性认定）。

****认可的 11 个部落是：**Cheroenhaka (Nottoway); Chickahominy, Chickahominy Eastern Division, Mattaponi, Monacan; Nansemond, Nottoway, Pamunkey, Patowomeck, Rappahannock 和 Upper Mattaponi。
(<https://www.commonwealth.virginia.gov/virginia-indians/state-recognized-tribes/>)

《弗吉尼亚州法典》第 24.2-643 (B) 条

2024 年 9 月修订版

“这里是 dLCV；我们今天能为您提供什么帮助？”

如果您有残障方面的问题，弗吉尼亚州残障法律中心 (dLCV) 将随时为您提供帮助，您只需拨打电话或点击链接！可在每周一、三、五上午 8:30 至下午 4:00 致电联系工作人员获取帮助。

如何联系 dLCV:

- 请拨打 804-225-2042，或者免费热线 800-552-3962 联系我们。
- 可通过我们[网站](http://www.dlcv.org/get-help)上的在线门户提交帮助申请。(www.dlcv.org/get-help)
- 您可以在我们的工作时间（每周一、三、五上午 8:30 至下午 4:00）来访，咨询工作人员。

当您致电 dLCV:

- 来电将由接待员先行接听。如电话转入语音信箱，请留言提供您的姓名和电话号码，我们会尽快回电。
- 与接待员沟通时，他们会要求您简要说明自身情况。
- 他们会指导您通过在线门户提交资料并请求帮助。如果您无法使用在线门户，接待员可能会将您的信息转交给相应的 dLCV 工作人员跟进，或者为您提供其他机构的信息和转介服务，
- 在与工作人员直接沟通时，您可以详细说明自身情况，他们会通过提问，来明确 dLCV 如何提供协助。
- 所有通话均严格保密！dLCV 将根据收集的信息来决定可提供的援助水平。



助力您向成年阶段过渡的优质公共资源……

教育部 (DOE)

- www.bit.ly/dlcvcboa 如果您已享有个别化教育计划 (IEP)，请知悉您在年满 18 周岁后在校期间的各项权利。

老龄化和康复服务部 (DARS)

- 从年满 14 周岁起，[DARS](#) 咨询顾问即可加入您的学校过渡小组。请让其尽早参与，以协助您达成职业目标。

盲人和视力障碍者事务部 (DBVI);

- 如果您是视障人士，[DBVI 咨询顾问](#)可从您 14 周岁起加入您的学校过渡小组。

DBVI 过渡支持项目（位于里士满 (Richmond) 校区）

- 访问：<http://www.vrcbvi.org/programs.htm>
 - LEAP（学业卓越和学术项目 (Learning Excellence and Academics Programs)）
 - LIFE（学习自立，获得赋能 (Learning Independence, Feeling Empowered)）

社区服务委员会 (CSB)

- [CSB](#) 是进入由政府资助的心理健康、智力障碍和药物滥用服务系统的进入点。他们提供多项服务。

独立生活中心 (CIL)

- [独立生活中心](#)为重度残障人士提供服务，其核心服务包括权益倡导、信息咨询与转介、同伴辅导、独立生活技能培训，以及青少年过渡服务。

独立生活清单

- 您可以查看这份独立生活所需活动的[实用清单](#)，以确定您是否准备好独立生活

包容性社区

- [我们 Stomping Grounds 包容性社区](#)为有发育障碍的人士提供独立居住选择，所有住宅均邻近超市、社区中心及医疗机构等重要区域。

工作激励计划及援助 (Work Incentive Planning and Assistance, WIPA)

- （北弗吉尼亚请拨打 571-339-1305，或拨打免费电话 866-968-7842）
- [WIPA](#) 为所有社会保障残疾受益人（包括处于就业过渡期的青年）提供福利规划与援助服务。
WIPA 的宗旨是帮助残障福利受益人实现其就业目标。

助力您向成年阶段过渡及未来成长的优质网站

弗吉尼亚联邦大学过渡创新中心

- (804) 828-1851（语音服务）或 (804) 828-2494（文字电话）。
- [过渡创新中心 \(Center on Transition Innovation\)](#) 提供信息、资源与示范项目，支持残障青年获得综合性竞争就业机会。其网站包含关于关键过渡主题的资料页、州级和国家级专家的网络直播、信息视频，以及一个发布过渡相关最新消息的 Facebook 页面。

面向残障大学生的资源及常见问题解答

- 这份来自美国心理学会 (American Psychological Association) 的实用[资源指南](#)，为适应大学生生活提供了许多实用建议和资源。

面向学习或听力障碍学生的最佳大学指南

- <https://www.bestcolleges.com/resources/students-with-disabilities/>

就业安置网络 (Job Accommodation Network, JAN)

- (800) 526-7234（语音服务）或 (877) 781-9403（文字电话）。
- [就业安置网络](#)是您在工作场所合理便利和残障人士就业问题上获取免费、专业且保密指导的领先资源。JAN 致力于提供对雇主和雇员都有利的实用解决方案，帮助残障人士提高就业能力，同时向雇主展示如何充分发挥残障人士在职场中的价值与才能。

Disability*Gov

- 该[政府网站](#)为残障人士、其家庭成员和护理人员提供实用资源，涵盖如何申请残疾补助、求职、获取医疗服务或支付无障碍住房等内容。

ADA 国家网络：“对 ADA 有任何疑问？”

- www.adainfo.org/individuals-disabilities 800-949-4232 V/TTY
- 《美国残疾人法案》相关信息、指导与培训

美国社会保障署

- www.ssa.gov——主页
 - www.ssa.gov/pubs/——出版物页面包含多种主题的书面和音频格式
 - www.ssa.gov/pubs/EN-05-11005.pdf——年满 18 周岁后，您需要了解的关于补充保障收入 (SSI) 事项
 - 访问社会保障署网站，了解相关信息、获取出版物，并使用在线服务（包括福利申请）。



弗吉尼亚州残障人士权益保护与倡导

弗吉尼亚州残障法律中心 (dLCV)

1512 Willow Lawn Drive, Suite 100

Richmond, Virginia 23230

800-552-3962 或 804-225-2042

传真: 804-662-7057; 电子邮箱: info@dLCV.org; 网站: www.dlcV.org

dLCV 出版物可应要求提供其他格式版本。

弗吉尼亚州残障人士权益保护与倡导系统

本出版物完全由美国纳税人出资，所有资金均来自联邦政府。

请注意，本出版物仅用于提供信息，不应被视为法律或财务建议。

您有选择的权利，让我们聆听您的声音！



感谢支持！