



- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਦਾਅਵਾ ਮੈਨੇਜਰ ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਪਹਿਲਾਂ ਦਾ ਅਖਤਿਆਰਨਾਮਾ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਵੇਖੋ [WAC 296-20-1103](#)।
- ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਪਿੱਛੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਪੜ੍ਹੋ।
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸੁਤੰਤਰ ਮੈਡੀਕਲ ਪੜਤਾਲ ਲਈ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ? ([F245-224-000](#)) 'ਤੇ IME ਟ੍ਰੈਵਲ ਫ਼ਾਰਮ ਲੱਭੋ ਅਤੇ [www.Lni.wa.gov](#) ਫ਼ਾਰਮ ਜਾਂ ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਲਓ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।

ਵਰਕਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰੋ)	ਦਾਅਵਾ ਨੰਬਰ
ਨਾਂ (ਅਖੀਰਲਾ, ਪਹਿਲਾ, ਵਿਚਕਾਰਲਾ ਅੱਖਰ)	ਸੱਟ-ਫੋਟ ਦੀ ਤਾਰੀਖ
ਘਰ ਦਾ ਪਤਾ (PO ਬਾੱਕਸ ਨਹੀਂ)	
ਸ਼ਹਿਰ	ਸਟੇਟ
	ਜ਼ਿਪ ਕੋਡ
	ਫੋਨ ਨੰਬਰ

ਸਫ਼ਰ ਲਈ ਕਾਰਣ (ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਹਰ ਫ਼ਾਰਮ ਦੀ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਕਿਸਮ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਾਓ)

- ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਜ਼ਿਟ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁੜ-ਸਿਖਲਾਈ ਦੀ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ (ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਦੀ ਦਾਅਵੇਦਾਰੀ ਦਾ ਫ਼ਾਰਮ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਕਰੋ, [F245-375-000](#)) ਜਿਸ 'ਤੇ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਦੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਹੋਣ)

ਸਫ਼ਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ – ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਉਦਾਹਰਣ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖਰਚੇ ਦੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਨੱਥੀ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ? ਹਾਂ ਨਹੀਂ

	A. ਤਾਰੀਖ (ਹਰ ਟ੍ਰਿਪ) ਮਮ/ਦਦ/ਸਸਸਸ	B. ਟ੍ਰੈਵਲ ਕੋਡ (ਹਰ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਇੱਕ – ਫ਼ਾਰਮ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਹਿੱਸਾ ਵੇਖੋ)	C. ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦਾ ਨਾਂ	D. ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦਾ ਪਤਾ	E. ਮੀਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ (ਸਿਰਫ਼ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਸਿੱਧੇ ਰੂਟ ਲਈ ਆਉਣ/ਜਾਣ ਦਾ ਟ੍ਰਿਪ)	F. ਖਰਚੇ ਦੀ ਲਾਗਤ (ਰਸੀਦਾਂ ਨੱਥੀ ਕਰੋ)
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						

ਲੋੜੀਂਦੇ ਹਨ: ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਜਾਂ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੇ ਦਸਤਖ਼ਤ।

1.	ਤਾਰੀਖ	4.	ਤਾਰੀਖ
2.	ਤਾਰੀਖ	5.	ਤਾਰੀਖ
3.	ਤਾਰੀਖ		

ਲੋੜੀਂਦੇ ਹਨ: ਵਰਕਰ ਦੇ ਦਸਤਖ਼ਤ

ਇਹ ਖਰਚੇ, ਮੇਰੇ ਵਰਕਰ ਦੇ ਮੁਆਵਜ਼ੇ ਦੇ ਦਾਅਵੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹਨ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਖਰਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਰਕਮ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ। ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਜੁਰਮ ਹੈ, ਜੇ ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਗ਼ਲਤ ਹੈ। ਮੈਂ, ਇਸ ਫ਼ਾਰਮ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਪੜ੍ਹ ਅਤੇ ਸਮਝ ਲਈਆਂ ਹਨ।

ਵਰਕਰ ਦਾ ਨਾਂ ਲਿਖੋ _____ ਵਰਕਰ ਦੇ ਦਸਤਖ਼ਤ _____ ਤਾਰੀਖ _____

ਤੁਹਾਡੇ ਦਾਅਵੇ ਲਈ ਪਹਿਲੀ ਵਿਜ਼ਿਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਖਰਚੇ ਦਾ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੇ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਦਾਅਵਾ ਮੈਨੇਜਰ ਦਾ ਅਖ਼ਤਿਆਰਨਾਮਾ ਹੈ ਅਤੇ
- ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਮਿਲੇ, ਜੇ L&I ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੈਟਵਰਕ (ਛੋਟੇ ਲਾਗੂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਾ ਲਿੰਕ ਵੇਖੋ) ਵਿਚ ਹੈ।

ਹਿਦਾਇਤਾਂ: ਹਰ ਕਾਲਮ ਭਰੋ।

- ਕਾਲਮ A: ਤੁਹਾਡੇ ਸਫ਼ਰ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ (ਹਰ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਤਾਰੀਖ਼)।
- ਕਾਲਮ B: ਹਰ ਲਾਈਨ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਕੋਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਕੋਡ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।
- ਕਾਲਮ C: ਜਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਮਿਲੇ ਸੀ।
- ਕਾਲਮ D: ਜਿਸ ਥਾਂ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਸਫ਼ਰ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਦਾ ਪਤਾ।
- ਕਾਲਮ E: ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਸਫ਼ਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਆਉਣ/ਜਾਣ ਦੇ ਟ੍ਰਿਪ ਦੇ ਮੀਲਾਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਗਿਣਤੀ।
- ਕਾਲਮ F: ਹਰ ਖਰਚੇ ਦੀ ਡਾਲਰ ਵਿਚ ਰਕਮ (ਭੋਜਨ, ਲਾਜ਼ਿੰਗ, ਕਿਰਾਇਆ, ਪਾਰਕਿੰਗ)। ਹਰ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਖਰਚਾ। \$10 ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੀ ਪਾਰਕਿੰਗ ਨੂੰ ਛੱਡਕੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਪੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰ ਨੱਥੀ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ 'ਤੇ ਮਦਾਂ ਅਤੇ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋਈਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਦੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਪ੍ਰਵਾਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ।

ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਕੋਡ

ਖਰਚਾ	ਮੈਡੀਕਲ ਸੇਵਾਵਾਂ	ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸੇਵਾਵਾਂ	ਮੁੜ-ਸਿਖਲਾਈ
ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਗੱਡੀ ਦੀ ਮਾਈਲੇਜ਼	0401A	V0028	0301R
ਪਾਰਕਿੰਗ	0402A	0402A	0302R
ਪੁਲ ਅਤੇ ਫ਼ੈਰੀ ਦਾ ਕਿਰਾਇਆ	0403A	0403A	0303R
ਵਪਾਰਕ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ	0405A	0405A	0304R
ਟੈਕਸੀ	0414A	0414A	ਆਪਣੇ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
ਲਾਜ਼ਿੰਗ	0406A	0406A	ਆਪਣੇ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
ਸਵੇਰ ਦਾ ਨਾਸ਼ਤਾ	0407A	0407A	ਆਪਣੇ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
ਦੁਪਹਿਰ ਭੋਜਨ	0408A	0408A	ਆਪਣੇ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
ਰਾਤ ਦੀ ਰੋਟੀ	0409A	0409A	ਆਪਣੇ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਦਸਤਖ਼ਤ

- **ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਜ਼ਿਟਾਂ:** ਜਿਸ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਜਾਂ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਮਿਲੇ ਹੋ, ਨੂੰ ਹਰ ਵਿਜ਼ਿਟ ਦੀ ਤਾਰੀਖ਼ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਦਸਤਖ਼ਤ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- **ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਅਤੇ ਮੁੜ-ਸਿਖਲਾਈ ਸੇਵਾਵਾਂ:** ਤੁਹਾਡੇ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਸਫ਼ਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹਰ ਤਾਰੀਖ਼ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਦਸਤਖ਼ਤ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- **ਵਰਕਰ ਦੇ ਦਸਤਖ਼ਤ:** ਕੀਤੇ ਗਏ ਖਰਚੇ ਦੀ ਰਕਮ ਮੁੜ ਵਾਪਸ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਫ਼ਾਰਮ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਸਤਖ਼ਤ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਉਦਾਹਰਣ

	A. ਤਾਰੀਖ਼ (ਹਰ ਟ੍ਰਿਪ) ਮਮ/ਦਦ/ਸਸਸਸ	B. ਟ੍ਰੈਵਲ ਕੋਡ (ਹਰ ਲਾਈਨ 'ਤੇ ਇੱਕ – ਫ਼ਾਰਮ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਹਿੱਸਾ ਵੇਖੋ)	C. ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਦਾ ਨਾਂ	D. ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦਾ ਪਤਾ	E. ਮੀਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ (ਸਿਰਫ਼ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਸਿੱਧੇ ਰੂਟ ਲਈ ਆਉਣ/ਜਾਣ ਦਾ ਟ੍ਰਿਪ)	F. ਖਰਚੇ ਦੀ ਲਾਗਤ (ਰਸੀਦਾਂ ਨੱਥੀ ਕਰੋ)
1.	12/12/2022	0401A	Dr. John Smith	123 Hospital Way SW Suite 200 Seattle WA 98101	120	
2.	12/12/2022	0402A		123 Hospital Way SW Suite 200 Seattle WA 98101		\$25.00

ਕੀ ਨਜ਼ਦੀਕੀ L&I ਨੈਟਵਰਕ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

www.Lni.wa.gov/FindADoc 'ਤੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼-ਲੱਭੋ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੀ ਹੋਰ ਮਦਦ ਜਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

www.Lni.wa.gov 'ਤੇ ਜਾਓ ਅਤੇ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਵਰਕਰ (Injured Workers) ਟੈਬ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-LISTENS।

ਤੁਸੀਂ apps.Leg.wa.gov/WAC/ 'ਤੇ ਵਿਜ਼ਿਟ ਕਰਕੇ ਅਤੇ WAC 296-20-1103 ਲਈ ਸਰਚ ਕਰਕੇ ਸਫ਼ਰ ਦਾ ਖਰਚਾ WAC ਬਾਰੇ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਭਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।