



Hỗ Trợ Nỗi Đau Mất Mát • Trong Hạt Santa Clara

Hãy tìm đến các chương trình hỗ trợ tại địa phương khi có đau buồn hoặc mất mát vì người thân qua đời



COUNTY OF SANTA CLARA
Behavioral Health Services

Tư vấn cho Nỗi đau mất mát

Kara

kara-grief.org

650-321-5272

457 Kingsley Ave.

Palo Alto, CA 94301

Thứ Hai - Thứ Năm:

9 giờ sáng - 4 giờ chiều

Thứ Sáu:

9 giờ sáng - 1 giờ trưa

Hỗ trợ cho:

- Trẻ em và thanh thiếu niên
- Gia đình
- Người lớn
- Trường học
- Tổ chức
- Người chăm sóc
- Nhân viên tuyến đầu

Dịch vụ:

- Hỗ trợ người cùng cảnh ngộ
- Ứng phó khi có khủng hoảng
- Huấn luyện và Hướng dẫn
- Chữa trị đau buồn
- Hỗ trợ người chăm sóc

Trung Tâm Bill Wilson: Sự Sống và Cái Chết

billwilsoncenter.org/services/all/ling.html

[vng.html](http://billwilsoncenter.org/services/all/ling.html)

[vng.html](http://billwilsoncenter.org/services/all/ling.html)

408-850-6145

3490 The Alameda

Santa Clara, CA 95050

Thứ Hai-Thứ Sáu:

9 giờ sáng - 5 giờ chiều

Hỗ trợ cho:

- Trẻ em
- Thanh thiếu niên
- Người lớn

Dịch vụ:

- Hỗ trợ tinh thần người lớn & trẻ em đang đối diện với căn bệnh đe dọa đến mạng sống
- Can thiệp khi có khủng hoảng
- Chương trình Giáo dục
- Chương trình Chữa lành Trái tim
- Các nhóm hỗ trợ

Hospice of the Valley: Mất mát và Đau buồn

408-559-5614

4850 Union Ave.

San Jose, CA 95124

Thứ Hai-Thứ Sáu:

9 giờ sáng - 4 giờ chiều

Hỗ trợ cho:

- Người có bệnh nặng
- Người cần chăm sóc lúc cuối đời (cao niên)

Dịch vụ:

- Sống với căn bệnh
- Chăm sóc người thân
- Được chăm sóc tại nhà
- Đau buồn vì mất mát

Tư vấn cho Nỗi đau mất mát (tiếp theo)

Pathways Hospice

pathwayshealth.org

[/grief-support](http://grief-support)

408-773-4329

585 North Mary Ave.

Sunnyvale, CA 94085

Thứ Hai-Thứ Sáu:

8:30 sáng - 5 giờ chiều

Hỗ trợ cho:

- Dành cho tất cả mọi người

Dịch vụ:

- Tư vấn cho nỗi đau mất mát
- Nhóm hỗ trợ nỗi đau mất mát
- Các buổi chia sẻ
- Tang lễ

Gilroy Strong Resiliency Center

bit.ly/gilroystrong
center

408-209-8356

7365 Monterey Road

Gilroy, CA 95020

Thứ Ba-Thứ Năm:

10 giờ sáng - 6 giờ chiều

Hỗ trợ cho:

- Nạn nhân
- Nhân viên tuyến đầu
- Cư dân trong cộng đồng

Dịch vụ:

- Tư vấn riêng cho từng người
- Nhóm Hỗ Trợ
- Hiểu biết thêm về tổn thương

Nhóm Hỗ Trợ

Những Người bạn có Lòng trong Hạt Santa Clara

compassionatefriends.org

408-249-9570

1957 Pruneridge Ave.

Santa Clara, CA 95050

Thứ Ba đầu tiên trong tháng: 7:30 tối

Hỗ trợ cho:

- Các gia đình có con nhỏ vừa qua đời

Dịch vụ:

- Nhóm Hỗ Trợ
- Cộng Đồng Mạng

Nhóm Hỗ Trợ Mất Mát vì Tự Vấn

Chương Trình Ngăn Ngừa và Vấn Nạn Tự Vấn của SCC: Nhóm Hỗ Trợ Người Sống Sót Sau Khi Tự Vấn

bit.ly/supportgroupscs

408-885-6216

871 Enborg Court

San Jose, CA 95128

Hỗ trợ cho:

- Người chịu mất mát vì có người thân tự vấn

Dịch vụ:

- Nhóm hỗ trợ trực tiếp

Hospice of the Valley:

Nhóm Hỗ Trợ Mất Mát vì Có Người Thân Tự Vấn

hospicevalley.org

408-559-5600

4850 Union Ave.

San Jose, CA 95124

Hỗ trợ cho:

- Người chịu mất mát vì có người thân tự vấn

Dịch vụ:

- Nhóm hỗ trợ trực tiếp

Family Community Church:

Niềm hy vọng sau Nỗi đau mất mát vì có người thân tự vấn

408-640-7144

478 Piercy Road

San Jose, CA 95138

Thứ Tư:

7:00 tối - 8:30 tối

Hỗ trợ cho:

- Người chịu mất mát vì có người thân tự vấn

Dịch vụ:

- Nhóm hỗ trợ trực tiếp

Tổ Chức Ngăn Ngừa Tự Vấn Hoa Kỳ:

Các Buổi Trò Chuyện Giúp Chữa Lành Niềm Đau

afsp.org/ive-lost-someone

Email: survivingsuicide

loss@afsp.org

Hỗ trợ cho:

- Người chịu mất mát vì có người thân tự vấn

Dịch vụ:

- Nhóm hỗ trợ trực tiếp

Thông tin dành cho Người Trẻ có Nỗi Đau Mất Mát

The HEARD Alliance

heardalliance.org/youth-grief

Các nguồn hỗ trợ giúp điều trị chứng trầm cảm và các bệnh có liên quan, ngăn ngừa nạn tự vẫn ở trẻ vị thành niên và thanh thiếu niên.

The Dougy Center for Grieving

dougy.org

Hỗ trợ trẻ em, trẻ vị thành niên, thanh thiếu niên và gia đình phải chịu nỗi đau mất mát vì có người thân qua đời.

Good Grief

goodgrief.org

Hỗ trợ trẻ em, trẻ vị thành niên, thanh thiếu niên và gia đình sau khi có người thân qua đời qua các chương trình kết bạn, giáo dục và tư vấn.

Các lễ tưởng niệm

Tổ Chức Ngăn Ngừa Tự Vẫn Hoa Kỳ

Ngày Quốc Tế dành cho nạn nhân sống sót sau khi tự vẫn

afsp.org/international-survivors-of-suicide-loss-day

Cùng Đi Bộ Để Ra Khỏi Nơi Tăm Tối

bit.ly/afspsouthbaywalk

Buổi tiệc tối

Cuộc sống Sau Khi Đã Bị Mất Mát thedinnerparty.org

Kara

Hãy cùng Chạy với nhau để Tưởng Nhớ kara-grief.org/tag/walknrun

Sách

Trẻ em

Món canh nước mắt: Công thức chữa lành nỗi đau mất mát	P. Schweibert & C. DeKlyen
Khi Có Người Thân Qua Đời	Sharon Greenlee
Thương nhớ, Cái nhìn đầu tiên về cái Chết	Pat Thomas
Cả một đời	Bryan Mellonie & Robert Ingpen
Người Thân Yêu Qua Đời	Joan Singleton Prestine
Sau Khi Mẹ Của Charlotte Qua Đời	Cornelia Spelman
Lời Từ Biệt Cha	Judith Vigna
Mảnh Chăn Quilt Giữ Lại	Patricia Polacco

Thanh thiếu niên

Thằng thăn nói về cái chết với thanh thiếu niên: Làm sao để đương đầu khi có người thân yêu qua đời	E.A. Grollman
Lửa cháy trong tim, Băng giá trong máu: Nhật ký dành cho thanh thiếu niên về kinh nghiệm mất mát người thân	E. Samuel Traisman
Không cô đơn đâu: Thanh thiếu niên nói về cuộc sống sau khi mất cha/mẹ	L. Hughes
Thanh thiếu niên đau buồn vì mất mát: Hướng dẫn cho thanh thiếu niên và bạn bè	H. Fitzgerald

Sách

Người lớn

Sau khi có cha/mẹ tự vẫn: Giúp đỡ trẻ hồi phục

Margo Requarth

Trẻ em, Thanh thiếu niên và mất mát vì tự vẫn

AFSP

Sau khi có mất mát vì tự vẫn: đương đầu với nỗi đau buồn

Jack Jordan & Bob Baugher

Hành trình tiến về sức khỏe và hy vọng

SAMHSA

Tiếp tục sống sau khi đã mất một người thân

E.A. Grollman

Phá vỡ im lặng: Hướng dẫn giúp trẻ khi có nỗi đau buồn phức tạp

E.A. Grollman

Nghi thức trở lại cuộc sống: Trở lại sau khi bị Hội Chứng Hậu Chấn Thương do Công việc gây ra

K. Lansing

Can đảm vượt qua đau buồn: Hướng dẫn cổ điển để Sống sáng tạo, Phục hồi, và Trưởng thành nhờ đau buồn

J. Tatelbaum

Kiểm soát được Chấn thương: Hướng dẫn để hàng ngày có thể chăm sóc cho bản thân trong khi đang chăm sóc cho người khác.

L. Van Dernoort Lipsky

Cho phép được để tang: Một phương cách đau buồn mới

T. Zuba

CÁC NGUỒN GIÚP ĐỠ VỀ SỨC KHỎE HÀNH VI TÂM TRÍ CỦA HẠT SANTA CLARA

Các dịch vụ hiện có cho mọi lứa tuổi và trong các ngôn ngữ khác trừ khi ghi rõ.

Đường Dây Hỗ trợ Ngăn ngừa Ý định Quyên sinh và Khi Có Khủng hoảng

Hãy gọi 988

Cho các số vùng khác ngoài 408, 650 và 669: (800) 704-0900, xin bấm số 1

Miễn phí, có hỗ trợ 24/7 cho người đang bị phiền muộn, bao gồm:

- có ý nghĩ tự vẫn
- khủng hoảng về tâm trí hoặc nghiện ngập
- chỉ cần có người để trò chuyện

Có các chuyên gia tư vấn được huấn luyện để hỗ trợ với sự cảm thông dành cho người đang gặp khủng hoảng. Nói chuyện với bác sĩ để được xem xét và đánh giá các tình huống qua điện thoại và được can thiệp khi khủng hoảng đang xảy ra. Đây là đường dây ẩn danh và được giữ kín: thông tin sẽ không được chia sẻ ngoại trừ trường hợp cần được giúp đỡ trực tiếp. Các dịch vụ có thể có hoặc không có sự can thiệp của nhân viên công lực trong các trường hợp khẩn cấp.

Trung tâm Tổng đài với các Dịch vụ về Sức khỏe Tâm Trí & Nghiện Ngập

(800) 704-0900

Miễn phí, có các dịch vụ giúp đỡ của Quận Hạt 24/7, bao gồm:

- Chuyên môn về sức khỏe tâm trí
- Ngăn ngừa nghiện ngập hoặc giúp cai nghiện
- Hỗ trợ người sống sót sau khi tự tử
- Thông tin chung, khiếu nại và kháng cáo

Chuyên gia điều trị về tâm trí và cai nghiện có giấy phép hành nghề và được huấn luyện sẽ giúp đỡ cho quý vị. Hiện có giới thiệu để được Điều trị Ngoại trú.

Đường Dây Gửi Tin Nhắn Khi Có Khủng Hoảng

Gửi tin nhắn **RENEW** đến số **741741** (Chỉ tiếng Anh)

Envía **COMUNIDAD** a **741741** (Chỉ tiếng Tây Ban Nha)

Đường dây gửi tin nhắn miễn phí, 24/7.

Viên Chức Nhóm Can Thiệp Khi Có Khủng Hoảng (CIT)

911

Trong tình huống khẩn cấp, hãy yêu cầu được nói chuyện với một Viên Chức C.I.T. đã được huấn luyện cho các vấn đề về tâm trí.

Hãy theo dõi các thông tin của chúng tôi trên trang Facebook:

@cscbehavioralhealth

Hãy theo dõi các thông tin của chúng tôi trên trang Instagram:

@cscbehavioralhealth

Hãy theo dõi các thông tin của chúng tôi trên Youtube:

@behavioralhealth

Thư điện tử: SuicidePrevention@hhs.sccgov.org



COUNTY OF SANTA CLARA

Behavioral Health Services