

Các Nguồn Lực Cộng Đồng Chống COVID-19

Do lệnh ở nhà hiện đang có hiệu lực, nhiều tổ chức phi lợi nhuận đang cung cấp các dịch vụ hạn chế hay cung cấp các tùy chọn thay thế cho dịch vụ trực tiếp. Hãy tham khảo các thông tin liệt kê bên dưới để biết những dịch vụ mạng lưới an toàn và các nguồn lực hỗ trợ khác. Các nguồn lực được sắp xếp theo loại dịch vụ.

Sàng lọc và xét nghiệm COVID-19	
Nguồn Lực	Thông Tin
Project Baseline	Sử dụng công cụ sàng lọc trực tuyến này để sàng lọc và xét nghiệm COVID-19: https://www.projectbaseline.com/study/covid-19/ . Dựa trên các câu trả lời và sự sẵn có của cuộc hẹn xét nghiệm, quý vị có thể tìm thấy địa điểm xét nghiệm cần đến tại California. Công cụ này hoàn toàn miễn phí.
Các địa điểm xét nghiệm COVID-19 tại Santa Clara County	Santa Clara County Public Health Department cung cấp một công cụ cho phép tìm kiếm các địa điểm xét nghiệm COVID-19 tại địa phương. Hầu hết các địa điểm yêu cầu phải đặt lịch hẹn trước. Truy cập: https://www.sccgov.org/sites/covid19/Pages/covid19-testing.aspx
Vô gia cư	
Nguồn Lực	Thông Tin
Hệ Thống Ngăn Ngừa Tình Trạng Vô Gia Cư (Homeless Prevention System) (Sacred Heart Community Services)	Dành cho hội viên có nguy cơ mất nhà ở hay không thể thanh toán tiền thuê nhà sắp tới, cung cấp cho họ thông tin liên lạc của Hệ Thống Ngăn Ngừa Tình Trạng Vô Gia Cư để yêu cầu hỗ trợ tạm thời: <ul style="list-style-type: none"> Gọi số: 1-408-926-8885 Email: housinginfo@sacredheartcs.org
Hỗ trợ người vô gia cư hay những người không có nhà ở ổn định	Nếu hội viên có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hay đang được điều tra tình trạng nhiễm COVID-19, cần được cách ly kiểm dịch và không có nhà ở tạm thời, hãy gửi email tới housing@eoc.sccgov.org .
Mất thu nhập	
Nguồn Lực	Thông Tin
Hỗ trợ tài chính dành cho cư dân có thu nhập thấp (Sacred Heart Community Services)	Dành cho hội viên bị mất thu nhập do tác động của COVID-19 lên sức khỏe, việc làm hay việc đóng cửa trường học và trung tâm chăm sóc trẻ em: <ul style="list-style-type: none"> Truy cập trang web của Sacred Heart: https://sacredheartcs.org/covid19/ Xin gọi: 1-408-780-9134 Chỉ có thể sắp xếp các cuộc hẹn trực tiếp bằng cách gọi đến đường dây nóng.

	<p>Hội viên có thể thêm tên của mình vào danh sách quan tâm để được liên hệ khi và nếu có sẵn các khoản tài trợ bổ sung. Xin lưu ý: do số lượng yêu cầu hỗ trợ rất lớn, vui lòng biết rằng có thể mất đến 20 ngày để cơ quan liên lạc lại với quý vị.</p> <p>Hộ gia đình sẽ cần nộp giấy tờ cơ bản để xác minh điều kiện hội đủ, bao gồm: ID, giấy tờ xác minh thu nhập và giấy tờ chứng minh mất thu nhập do COVID-19.</p>
<p>Chương Trình Hỗ Trợ Tài Chính Trong Đại Dịch COVID-19</p>	<p>Quý trợ cấp bổ sung tập trung vào những người cần được hỗ trợ nhất trong đại dịch COVID-19 hiện có sẵn thông qua Chương Trình Sacred Heart Community Service và Destination: Home. Các hộ gia đình hội đủ điều kiện có thể nhận được \$1,000 mỗi cá nhân đáp ứng các tiêu chí hội đủ điều kiện (tối đa \$2,000/hộ gia đình).</p> <p>Để đủ điều kiện nhận hỗ trợ, các hộ gia đình phải đáp ứng tất cả năm tiêu chí hội đủ điều kiện:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hiện đang sinh sống tại Santa Clara County. • Có thu nhập hộ gia đình dưới 30% mức thu nhập bình quân trong khu vực trước cuộc khủng hoảng COVID-19. • Có thể chứng minh tình trạng mất thu nhập liên quan đến khủng hoảng COVID-19. • Không hội đủ điều kiện hưởng trợ cấp thất nghiệp hoặc các gói kích thích kinh tế gần đây của liên bang. • Chưa từng nhận sự hỗ trợ từ quỹ cứu trợ COVID-19 của Sacred Heart Community Services và Destination: Home. <p>Để biết thêm thông tin hoặc để thêm tên quý vị vào danh sách những người quan tâm, truy cập: https://sacredheartcs.org/covid19/ hoặc gọi số 1-408-780-9134.</p>
<p>Silicon Valley Independent Living Center (SVILC)</p>	<p>SVILC cung cấp hỗ trợ tài chính cho người cao tuổi và người khuyết tật có thu nhập thấp và bị mất thu nhập hoặc bị ảnh hưởng về mặt tài chính do COVID-19. SVIC sẽ không yêu cầu bằng chứng về tư cách công dân hoặc Social Security Number khi nộp đơn đăng ký.</p> <p>Trên Toàn Quận Grassroots Financial Aid: Séc \$1,000</p> <p>Điều Kiện Hội Đủ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cư dân Santa Clara County • Các cá nhân hoặc hộ gia đình có thu nhập rất thấp, từ 30% mức thu nhập trung bình khu vực (AMI) trở xuống • Ít nhất một thành viên trong hộ gia đình trên 65 tuổi hoặc bị khuyết tật • Tài liệu chứng minh khó khăn về tài chính do COVID-19 • Chưa nhận hỗ trợ tài chính từ quỹ cứu trợ Sacred Heart Community Services

	<ul style="list-style-type: none"> • Không hội đủ điều kiện nhận Bảo Hiểm Thất Nghiệp HOẶC không hội đủ điều kiện cho khoản thanh toán kích cầu liên bang • Khoản thanh toán chuyển cho người nộp đơn <p>Milpitas Trợ Giúp Tiền Thuê Nhà: Tối đa \$4,000 để trả tiền thuê nhà còn nợ</p> <p>Điều Kiện Hội Đủ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cư dân Milpitas • Thu nhập thấp, từ 80% AMI trở xuống • Người cao tuổi, người khuyết tật, cựu chiến binh, nạn nhân của bạo lực gia đình hoặc gia đình có trẻ em tại Milpitas Unified School District • Mất hoặc giảm thu nhập ảnh hưởng đến khả năng thanh toán tiền thuê nhà một hoặc hai tháng — phải cho thấy khả năng thanh toán tiền thuê nhà của tháng tiếp theo • Tài liệu chứng minh khó khăn về tài chính và khả năng thanh toán tiền thuê nhà ngoài tiền thuê nhà còn nợ • Khoản thanh toán chuyển cho chủ nhà hoặc người quản lý nhà ở <p>SVILC CARES Act Fund: Tối đa \$3,000 để trả tiền thuê nhà còn nợ hay số tiền hóa đơn dịch vụ tiện ích chưa thanh toán</p> <p>Điều Kiện Hội Đủ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cư dân Santa Clara County • Thu nhập rất thấp hoặc cực thấp, từ 50% AMI trở xuống • Người cao tuổi trên 60 tuổi hoặc cá nhân bị khuyết tật hay hộ gia đình có một thành viên trên 60 tuổi hoặc bị khuyết tật • Tài liệu chứng minh khó khăn về tài chính do COVID-19 • Không hội đủ điều kiện cho các chương trình trợ cấp khác • Khoản thanh toán chuyển cho chủ nhà hoặc công ty dịch vụ tiện ích <p>Để biết thêm thông tin hoặc để sàng lọc Thu Thập Thông Tin và Điều Kiện Hội Đủ, hãy gọi 1-408-894-9041 hoặc gửi email Housing911@svilc.org.</p>
<p>Rebuilding Together Silicon Valley</p>	<p>Dành cho những người bị tác động bởi COVID-19, Rebuilding Together Silicon Valley đang cung cấp các hoạt động sửa chữa khẩn cấp để khôi phục nước nóng hay hệ thống sưởi trên cơ sở tùy từng trường hợp. Các hoạt động sửa chữa đó sẽ do những nhà thầu chuyên trách thực hiện.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gọi số 1-408-578-9519 để biết thêm thông tin.
<p>Employment Development Department (EDD)</p>	<p>Đối với những người bị mất việc làm hay bị giảm giờ làm do COVID-19, có sẵn trợ cấp thất nghiệp thông qua Employment Development Department (EDD). Sắc Lệnh của Thống Đốc miễn giai đoạn chờ đợi kéo dài cả tuần, do đó mọi người có thể nhận trợ cấp vào tuần đầu tiên</p>

mà họ bị nghỉ việc. Những người tự làm chủ cũng hội đủ điều kiện nhận trợ cấp.

- Truy cập hệ thống trực tuyến của EDD tại:
https://www.edd.ca.gov/Unemployment/UI_Online.htm.
 - Hiện tại, EDD khuyến nghị sử dụng hệ thống trực tuyến này do các đường dây điện thoại đang bị quá tải.
- Gọi số: **1-800-300-5616**

The Emergency Assistance Network (EAN)

Mạng lưới này cung cấp nhiều dịch vụ ngăn ngừa tình trạng vô gia cư và đóng vai trò như một mạng lưới an toàn dành cho các cư dân đang phải đối mặt với nguy cơ bị đuổi ra khỏi nhà, ngắt kết nối dịch vụ tiện ích và tình trạng đói khát. Có thể tìm các dịch vụ này theo mã ZIP cụ thể của nơi cư dân đang sinh sống. Trong thời gian lệnh ở nhà có hiệu lực, các dịch vụ của EAN chỉ có sẵn qua điện thoại hoặc đến lấy hàng tạp hóa mang về:

- Hỗ trợ thực phẩm
- Tiền thuê nhà
- Hỗ trợ dịch vụ tiện ích
- Trợ giúp đưa đón và y tế
- Trợ giúp tài chính trực tiếp cho các vấn đề đặc biệt, như chi phí tang lễ

Hộ gia đình sẽ cần nộp giấy tờ cơ bản để xác minh điều kiện hội đủ, bao gồm:

- ID hợp lệ của tất cả mọi người lớn
- Giấy khai sinh dành cho trẻ từ 18 tuổi trở xuống
- Giấy tờ xác minh thu nhập (dành cho tất cả mọi người lớn và khoản thu nhập bổ sung khác cho 1 tháng)
- Thư hay hóa đơn chính thức có ghi địa chỉ nhà ở hiện tại
- Hợp đồng cho thuê hay thỏa thuận vay thế chấp làm bằng chứng về nơi cư trú
- Bằng chứng về tình huống khẩn cấp (như mất việc làm, tình trạng y tế khẩn cấp)

Nguồn Lực	Thông Tin
Community Services Agency of Mountain View & Los Altos	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-650-968-0836 • Địa Chỉ: 204 Sterlin Rd. Mountain View, CA 94043 • Phục vụ các mã ZIP sau: 94022 Los Altos, 94024 Los Altos, 94040 Mountain View, 94041 Mountain View, 94043 Mountain View
LifeMoves Commercial St. Inn	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-408-271-1630 • Địa Chỉ: 260 Commercial Street San Jose, CA 95112 • Phục vụ các mã ZIP sau: 95035 Milpitas, 95131 San Jose, 95133 San Jose, 95134 San Jose
LifeMoves Opportunity Center	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-650-853-8672 • Địa Chỉ: 33 Encina Avenue Palo Alto, CA 94301 • Phục vụ các mã ZIP sau: 94301 Palo Alto, 94303 Palo Alto, 94304 Palo Alto, 94305 Stanford, 94306 Palo Alto

<p>Sunnyvale Community Services</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-408-738-4321 • Địa Chỉ: 725 Kifer Rd. Sunnyvale, CA 94086 • Phục vụ các mã ZIP sau: 94085 Sunnyvale, 94086 Sunnyvale, 94087 Sunnyvale, 94089 Sunnyvale, 95002 Alviso
<p>Sacred Heart Community Services</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-408-278-2160 • Địa Chỉ: 1381 S. First St. San Jose, CA 95110 • Phục vụ các mã ZIP sau: 95008 Campbell, 95110 San Jose, 95111 San Jose, 95112 San Jose (S. of Santa Clara St.), 95113 San Jose, 95116 San Jose, 95117 San Jose, 95118 San Jose, 95120 San Jose, 95123 San Jose, 95124 San Jose, 95125 San Jose, 95126 San Jose, 95128 San Jose, 95136 San Jose
<p>Salvation Army San Jose</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-408-282-1165 • Địa Chỉ: 359 North 4th Street San Jose, CA 95109 • Phục vụ các mã ZIP sau: 95037 Morgan Hill, 95112 San Jose (N. of Santa Clara St.), 95119 San Jose, 95121 San Jose, 95122 San Jose, 95127 San Jose, 95132 San Jose, 95135 San Jose, 95138 San Jose, 95139 San Jose, 95148 San Jose
<p>Salvation Army Santa Clara</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-408-247-4588 • Địa Chỉ: 3090 Homestead Road Santa Clara, CA 95051 • Phục vụ các mã ZIP sau: 95050 Santa Clara, 95051 Santa Clara, 95054 Santa Clara
<p>St. Joseph's Family Center</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-408-842-6662 • Địa Chỉ: 7950 A-Church St. Gilroy, CA 95020 • Phục vụ các mã ZIP sau: 95020 Gilroy, 95046 San Martin
<p>West Valley Community Services</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Điện thoại: 1-408-255-8033 • Địa Chỉ: 10104 Vista Drive Cupertino, CA 95014 • Phục vụ các mã ZIP sau: 95014 Cupertino, 95030 Los Gatos, 95032 Los Gatos, 95033 Los Gatos, 95070 Saratoga, 95129 San Jose, 95130 San Jose
<p>Hỗ trợ nguồn tài trợ khẩn cấp</p>	
<p>Santa Clara County Society of Saint Vincent de Paul Một số nhà thờ và giáo xứ tại quận cung cấp các nguồn tài trợ khẩn cấp để thanh toán hóa đơn hay chi phí nhà ở như tiền thuê nhà. Các nơi khác chỉ cung cấp những nhu cầu cơ bản như quần áo, vé xe buýt để đi làm miễn phí và nhiều hơn nữa. Để biết thêm thông tin về trợ giúp thực phẩm, quần áo hay tài chính, hãy gọi đến đường dây giới thiệu chính cho khu vực Santa Clara County theo số 1-866-896-3587.</p>	
<p>Các địa điểm đang phục vụ: Phía Bắc Santa Clara County</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Our Lady of Peace tại Santa Clara phục vụ các mã ZIP 95054, 95117 và 95002. • Resurrection tại Sunnyvale phục vụ mã ZIP 94087.

	<ul style="list-style-type: none"> • St. Athanasius tại Mountain View phục vụ các mã ZIP 94039, 94043 và 94040. • St. Cyprian tại Sunnyvale phục vụ mã ZIP 94086. • St. Joseph tại Mountain View phục vụ mã ZIP 94041. • St. Lawrence tại Santa Clara phục vụ các mã ZIP 95051 và 95050. • St. Martin tại Sunnyvale phục vụ các mã ZIP 94086, 94087 và 94089. • St. Simon tại Los Altos phục vụ các mã ZIP 94024 và 94040. • St. Thomas Aquinas tại Palo Alto phục vụ các mã ZIP 94301 và 94306. • Holy Korean Martyrs tại Sunnyvale phục vụ mã ZIP 94089.
Các địa điểm đang phục vụ: Trung Tâm Santa Clara County	<ul style="list-style-type: none"> • Queen of Apostles tại San Jose phục vụ các mã ZIP 95117 và 95129. • Sacred Heart tại Saratoga phục vụ mã ZIP 95070. • St. Clare tại Santa Clara phục vụ mã ZIP 95050. • St. Frances Cabrini tại San Jose phục vụ mã ZIP 95124. • St. Leo tại San Jose phục vụ các mã ZIP 95126 và 95128. • St. Lucy tại Campbell phục vụ mã ZIP 95008. • St. Martin of Tours tại San Jose phục vụ các mã ZIP 95128 và 95126. • St. Mary tại Los Gatos phục vụ các mã ZIP 95030 và 95032.
Các địa điểm đang phục vụ: Phía Nam/Tây Quận Santa Clara	<ul style="list-style-type: none"> • Christ the King tại San Jose phục vụ các mã ZIP 95111 và 95138. • Holy Family tại San Jose phục vụ mã ZIP 95136. • St. Catherine tại Morgan Hill phục vụ mã ZIP 95037. • St. Elizabeth tại Milpitas phục vụ mã ZIP 95035. • St. John Vianney tại San Jose phục vụ các mã ZIP 95127 và 95148. • St. Victor tại San Jose phục vụ các mã ZIP 95132 và 95131.
Thực phẩm - đến lấy mang về	
Nguồn Lực	Thông Tin
Silicon Valley Strong	Công cụ trực tuyến để tìm địa điểm nhận thực phẩm theo mã ZIP. Truy cập: https://siliconvalleystrong.org/
Đến lấy bữa ăn của trường học mang về	Dành cho học sinh cần tìm địa điểm đến lấy bữa ăn của trường học mang về gần quý vị. Gọi điện đến cơ sở cung cấp dịch vụ đến lấy mang về để xác nhận thời gian và tính sẵn có: https://bit.ly/3azB5vt
Second Harvest of Silicon Valley	Đối với các hộ gia đình có thu nhập thấp cần hàng tạp hóa, hãy gọi cho Second Harvest of Silicon Valley theo số 1-800-984-3663 hoặc nhắn tin GETFOOD đến số 1-408-455-5181 để yêu cầu hỗ trợ. <ul style="list-style-type: none"> • Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

<p>Silicon Valley Independent Living Center (SVILC)</p>	<p>Để đến lấy các gói thực phẩm đóng túi mang về, hãy đặt lịch hẹn với SVILC.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Liên lạc với SVILC: <ul style="list-style-type: none"> ○ Xin gọi: 1-408-894-9041 ○ Gửi email: info@svilc.org ○ Truy cập trang web của SVILC: https://www.svilc.org/ • CẬP NHẬT: Bắt đầu vào ngày 8 tháng 6 năm 2020: Giờ làm việc để đến lấy các gói thực phẩm đóng túi mang về: <ul style="list-style-type: none"> ○ San Jose: Thứ Hai, Thứ Tư và Thứ Sáu từ 11 giờ sáng đến 12 giờ trưa ○ Gilroy: Thứ Ba và Thứ Năm từ 11 giờ sáng đến 12 giờ trưa • SVILC yêu cầu những người đến lấy các gói thực phẩm đeo khẩu trang và gọi điện hoặc email trước để duy trì giãn cách xã hội an toàn
<p>Catholic Charities of Santa Clara County</p>	<p>Catholic Charities of Santa Clara County đang phân phát thực phẩm hàng tuần theo hình thức lái xe qua lấy tại các nhà thờ địa phương. Không cần đăng ký trước và việc này sẽ được thực hiện tại cơ sở.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Các nhà thờ bao gồm: <ul style="list-style-type: none"> ○ Our Lady of Peace Địa Chỉ: 2800 Mission College Blvd, Santa Clara, CA 95054 Giờ làm việc: Các Ngày Thứ Hai (bắt đầu từ ngày 13 tháng 04 năm 2020) Thời Gian Sẽ Quyết Định Sau ○ Our Lady of Refuge Địa Chỉ: 2165 Lucretia Ave, San Jose, CA 95122 Giờ làm việc: Các Ngày Thứ Ba (bắt đầu từ ngày 31 tháng 03 năm 2020), từ 5 giờ chiều đến 7 giờ tối ○ Most Holy Trinity Địa Chỉ: 2040 Nassau Dr, San Jose, CA 95122 Giờ làm việc: Các Ngày Thứ Ba (bắt đầu từ ngày 14 tháng 04 năm 2020) Thời Gian Sẽ Quyết Định Sau ○ St. Martin of Tours Địa Chỉ: 200 O'Connor Dr, San Jose, CA 95128 Giờ làm việc: Các Ngày Thứ Tư (bắt đầu từ ngày 1 tháng 04 năm 2020) Thời Gian Sẽ Quyết Định Sau ○ St. John Vianney Địa Chỉ: 4600 Hyland Ave, San Jose, CA 95127 Giờ làm việc: Các Ngày Thứ Năm (bắt đầu từ ngày 02 tháng 04 năm 2020) 1 giờ chiều đến 4 giờ chiều ○ St. Lucy's Campbell Địa Chỉ: 2350 S Winchester Blvd, Campbell, CA 95008 Các Ngày Thứ Sáu (bắt đầu từ ngày 10 tháng 04 năm 2020) 10 giờ sáng đến 12 giờ trưa ○ Santa Teresa Parish Địa Chỉ: 794 Calero Ave, San Jose, CA 95123

	<p>Giờ làm việc: Các Ngày Thứ Bảy (bắt đầu từ ngày 04 tháng 04 năm 2020) 12 giờ trưa đến 2 giờ chiều</p> <ul style="list-style-type: none"> Có thể tìm thêm thông tin tại: https://www.catholiccharitiesscc.org/new-events/food-distribution-weekly-drive-thru-at-church-locations
Loaves and Fishes	<p>Loaves and Fishes đang cung cấp các bữa ăn "mang đi" miễn phí cho cư dân Santa Clara county.</p> <ul style="list-style-type: none"> Các cơ sở bao gồm: <ul style="list-style-type: none"> Goodwill Industries Địa Chỉ: 1080 N 7th St, San Jose, CA 95112 Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 3 giờ 30 phút chiều đến 4 giờ 30 phút chiều SJ Vietnamese Seventh Day Adventist Church 1066 S 2nd St, San Jose, CA 95112 Địa Chỉ: 1080 N 7th St, San Jose, CA 95112 Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 4 giờ 30 phút chiều đến 5 giờ chiều Có thể tìm thêm thông tin tại: www.loavesfishes.org hay gọi điện đến số 1-408-922-9085.
Các địa điểm mua sắm ưu tiên được chỉ định dành cho thành viên cộng đồng có nguy cơ cao (người cao niên, người khuyết tật, phụ nữ mang thai hay người bị suy giảm miễn dịch)	
99 Ranch Market	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: Thứ Hai - Thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 9 giờ sáng.
Albertsons	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: Các Ngày Thứ Ba và Thứ Năm, từ 7 giờ sáng đến 9 giờ sáng.
Lunardi's Markets	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: Các Ngày Thứ Ba và Thứ Năm, từ 7 giờ sáng đến 8 giờ sáng.
New Seasons Market	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: Thứ Hai - Thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 9 giờ sáng.
Nob Hill Foods (Raley's)	<ul style="list-style-type: none"> Có sẵn các Túi Đồ Thiết Yếu, các túi đồ tạp hóa thiết yếu đóng gói trước dành cho những thành viên cộng đồng có nguy cơ cao đến mua bên lề đường hay trong cửa hàng. Có thể xếp lịch đến nhận thuốc theo toa bên lề đường tại địa điểm của các Nhà Thuốc.
Safeway	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: Các Ngày Thứ Ba và Thứ Năm, từ 7 giờ sáng đến 9 giờ sáng.
Target	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: Thứ Tư, từ 8 giờ sáng đến 9 giờ sáng.
Trader Joe's	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: Thứ Hai - Chủ Nhật, từ 8 giờ sáng đến 9 giờ sáng.
Smart & Final	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: Thứ Hai - Chủ Nhật, từ 7 giờ 30 phút sáng đến 8 giờ sáng.

Walgreens	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: *Chỉ dành cho người cao niên* Thứ Ba, từ 8 giờ sáng đến 9 giờ sáng.
Walmart	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: *Chỉ dành cho người cao niên* Thứ Ba, từ 6 giờ sáng đến 7 giờ sáng.
Whole Foods	<ul style="list-style-type: none"> Giờ mua sắm đặc biệt: *Chỉ dành cho người cao niên* Thứ Hai - Chủ Nhật, từ 8 giờ sáng đến 9 giờ sáng.

Thực phẩm - giao hàng

Great Plates Delivered - biểu mẫu thu thập thông tin thông qua Sourcewise

Great Plates Delivered là chương trình cung cấp thực phẩm khẩn cấp của Tiểu Bang California đã được Thống Đốc Newsom công bố. Mục đích của chương trình cung cấp thực phẩm khẩn cấp của Tiểu Bang California này là nhằm đảm bảo rằng những người dân California lớn tuổi đáp ứng các yêu cầu hội đủ điều kiện được kết nối với các nhà hàng địa phương nhằm đảm bảo rằng họ luôn nhận được các bữa ăn được chế biến sẵn giao đến nhà của họ trong thời gian thực hiện lệnh ở nhà. Yêu cầu về điều kiện hội đủ:

- Cá nhân từ 65 tuổi trở lên hoặc từ 60-64 tuổi và có nguy cơ cao theo định nghĩa của Centers for Disease Control and Prevention (CDC), bao gồm:
 - Cá nhân có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 (theo ghi nhận của một viên chức y tế công cộng hoặc chuyên gia chăm sóc y tế của tiểu bang/địa phương)
 - Cá nhân đã tiếp xúc với COVID-19 (theo ghi nhận của một viên chức y tế công cộng hoặc chuyên gia chăm sóc y tế của tiểu bang/địa phương) hoặc các Cá Nhân đang có bệnh nền.
- Cá nhân hiện phải sống một mình hoặc với một người lớn hội đủ điều kiện tham gia chương trình khác.
- Người tham gia phải đang không nhận sự hỗ trợ từ các chương trình hỗ trợ dinh dưỡng khác của tiểu bang hoặc liên bang, có mức thu nhập hàng năm trong khoảng \$24,981-\$74,940 (hộ gia đình một thành viên) hoặc \$33,821-101,460 (hộ gia đình hai thành viên).
- Các cá nhân phải xác nhận rằng họ không có khả năng chuẩn bị hoặc nhận được bữa ăn.

Sourcewise hiện đang kiểm tra tình trạng hội đủ điều kiện và tiếp nhận các biểu mẫu thu thập thông tin trực tuyến thông qua trang web tại <http://www.mysourcewise.com>. Các cá nhân có thể mong đợi nhận được câu trả lời tại bất cứ đâu trong khoảng thời gian từ 24-72 giờ.

Để biết thêm thông tin, xin gọi: **1-408-350-3230**.

- Nhấn phím 1 để biết tình trạng hội đủ điều kiện.

Nhấn phím 2 để biết danh sách những người hiện đang tham gia chương trình.

Với người cao tuổi trên 60 tuổi muốn tìm các bữa ăn đã được chế biến, hãy tìm một địa điểm cung cấp dịch vụ đến lấy mang về gần quý vị. Đây là một phần của chương trình Senior Nutrition Program của Santa Clara County (<https://www.sccgov.org/sites/ssa/daas/snp/Pages/snp.aspx>). Hãy chắc chắn rằng quý vị gọi điện đến địa điểm cung cấp dịch vụ đến lấy mang về để xác nhận thời gian và tính sẵn có: <https://bit.ly/2KwLYav>

Đối với công dân, người cao tuổi, người khuyết tật hoặc những người đang gặp các vấn đề về sức khỏe tại Santa Clara County cần được hỗ trợ cung cấp thực phẩm bổ sung, vui lòng liên hệ với [The Health Trust](#).

- Xin gọi: **1-408-961-9870** (đường dây miễn phí: **1-800-505-3367**)
- Truy cập: <https://healthtrust.org/provider/food/>
- E-mail: MOW@healthtrust.org

CẬP NHẬT: Chương Trình Meals on Wheels của The Health Trust hiện đang làm việc hết công suất để hỗ trợ cung cấp các bữa ăn khẩn cấp trong đại dịch COVID-19. Các hội viên có thể tự giới thiệu mình thông qua danh sách chờ trên Google để được hỗ trợ cung cấp bữa ăn khẩn cấp tại: <https://bit.ly/2X6eLpG>. Không có ngày kết thúc cho danh sách chờ này. Tuy nhiên, không có gì đảm bảo rằng khách hàng sẽ được phục vụ tại thời điểm này.

Quý vị cũng có thể liên hệ Senior Nutrition Program của Santa Clara County để được tiến hành sàng lọc và/hoặc ghi danh.

- Gọi điện tới Senior Nutrition Program: **1-408-755-7680**
 - Gọi điện cho Nhân Viên Điều Phối Dinh Dưỡng của Sourcewise để ghi danh: **1-408-350-3246**

Six Food Hug cung cấp dịch vụ mua hàng tạp hóa trực tuyến có giao hàng đến các thành phố Santa Clara, Sunnyvale và Cupertino. Các thành viên cộng đồng không thể mua hàng tạp hóa có thể sử dụng trang web của họ để đặt các sản phẩm như trứng, sữa, nông sản, mì pasta, ngũ cốc, các nguyên liệu thiết yếu để nướng bánh, giấy vệ sinh và nhiều hơn nữa. Các đơn đặt hàng trực tuyến sẽ được giao trong vòng 48 tiếng, từ Thứ Hai - Thứ Sáu. Miễn phí giao hàng không tiếp xúc nếu thành viên được Nextdoor giới thiệu, nếu không sẽ mất phí \$8. Vẫn có thể yêu cầu đặc biệt các mặt hàng không được liệt kê trên trang web tại trang chủ của Six Foot Hug.

- Truy cập <https://www.sixfoothug.com>

South Bay Pantry by Sikh và nhiều tổ chức dựa trên cộng đồng cũng như các tình nguyện viên

South Bay Pantry cung cấp hàng tạp hóa theo hình thức đến lấy mang về hoặc giao hàng miễn phí cho những cá nhân có thu nhập thấp, bị khuyết tật, người cao niên hay người vì lý do nào khác mà không thể có được hàng tạp hóa cho bản thân họ.

- Để đăng ký, điền vào Pantry biểu mẫu tại www.tinyurl.com/sfp-santaclara hay gọi điện cho Bhatia hoặc Gurvinder Singh theo số **1-408-459-9945**.

Đến lấy mang về, lấy bên lề đường hay giao hàng đồ ăn uống

Tìm danh sách các nhà hàng tại San Jose mở cửa bán hàng đến lấy mang về, lấy bên lề đường hay giao hàng: <https://www.diningatadistance.com/san-jose>

Giao hàng tạp hóa, thuốc kê toa và hàng đến lấy mang về, cũng như thăm khám trực tuyến

Đăng ký để được kết nối với một tình nguyện viên địa phương, người có thể giúp đến lấy các hàng hóa thiết yếu cho quý vị và thăm khám trực tuyến với quý vị:

- Truy cập: <https://www.scchelpinghands.com/>
- Email: santaclaracountyhelpinghands@gmail.com

Thức Ăn Cho Vật Nuôi	
Nguồn Lực	Thông Tin
	<p>Santa Clara County Senior Nutrition Program và Department of Animal Services đang hợp tác để cung cấp miễn phí, giao tại nhà thức ăn và các đồ dùng thiết yếu có liên quan cho vật nuôi, như cát vệ sinh cho mèo, cho những người tham gia chương trình và người tham gia Meals on Wheels.</p> <ul style="list-style-type: none"> Nếu quý vị tham gia vào một trong những chương trình đó, trên 60 tuổi và cần thức ăn cho vật nuôi hay đồ dùng thiết yếu cho vật nuôi, hãy gọi: 1-408- 686-3900.
	<p>Humane Society Silicon Valley Pet Pantry Program cung cấp thức ăn cho vật nuôi cho các gia đình tại Santa Clara County không thể mua thức ăn cho vật nuôi của họ.</p> <ul style="list-style-type: none"> Nếu quý vị muốn trở thành một phần trong Pet Pantry Program, hãy điền đơn đăng ký trực tuyến tại: https://www.hssv.org/pet-pantry/
Dịch vụ đưa đón	
Nguồn Lực	Thông Tin
Valley Transportation Authority (VTA) Paratransit	<p>Đưa đón miễn phí dành cho người khuyết tật không thể sử dụng xe buýt/tàu điện nhẹ. 1-408-321-2300 CÁC DỊCH VỤ ĐƯA ĐÓN; Có Sẵn Hỗ Trợ Ngôn Ngữ: Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha, Tiếng Việt Phục vụ: Toàn quận</p>

Dịch vụ tiện ích	
California Alternate Rates for Energy (CARE)	<ul style="list-style-type: none"> • Các hộ gia đình có thu nhập thấp hay những người gần đây bị cho nghỉ việc do COVID-19 hội đủ điều kiện ghi danh vào chương trình California Alternate Rates for Energy (CARE). • Khách hàng cũng có thể hội đủ điều kiện tham gia CARE nếu họ đã ghi danh vào các chương trình hỗ trợ công cộng như Medi-Cal. • Nếu đủ tiêu chuẩn, khách hàng có thể được giảm giá hóa đơn tiền điện 30 đến 35% và giảm giá hóa đơn khí gas tự nhiên 20%. • Để biết thêm thông tin hay để yêu cầu đơn đăng ký, hãy truy cập trang web của PG&E tại https://www.pge.com/en_US/residential/save-energy-money/help-paying-your-bill/longer-term-assistance/care/care.page hay gọi điện theo số 1-866-743-2273.
PG&E Medical Baseline Allowance	<p>Medical Baseline Program, hay còn gọi là Medical Baseline Allowance, là một chương trình hỗ trợ cung cấp mức giá hóa đơn năng lượng hàng tháng thấp hơn cho những khách hàng có nhu cầu năng lượng đặc biệt do điều kiện y tế đủ tiêu chuẩn.</p> <p>Khách hàng hội đủ điều kiện cho Medical Baseline được nhận thêm một lượng điện và/hoặc khí gas mỗi tháng để hỗ trợ các thiết bị y tế đủ tiêu chuẩn với mức giá thấp hơn. Trong thời gian diễn ra đại dịch COVID-19, đơn đăng ký Medical Baseline có thể được tự xác nhận.</p> <p>Để biết thêm thông tin hoặc hỗ trợ nộp đơn:</p> <p>Xin gọi: PG&E Theo số 1-800-743-500 hoặc SVILC theo số 1-408-894-9041</p> <p>Truy cập: https://bit.ly/PGE_MB</p>
Các nguồn lực dành cho người chăm sóc	
<p>Truy cập trang web của Family Caregiver Alliance để biết các nguồn lực hỗ trợ vi-rút corona (COVID-19) dành cho những người chăm sóc cho người thân: https://www.caregiver.org/coronavirus-covid-19-resources-and-articles-family-caregivers. Hoặc gọi số điện thoại miễn phí 1-800-445-8106 để nhận trợ giúp dành cho việc chăm sóc.</p> <p>Ví dụ các bài báo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Chăm sóc QUÝ VỊ: tự chăm sóc dành cho những người chăm sóc cho người thân (Taking care of YOU: self-care for family caregivers): https://www.caregiver.org/Taking-care-you-self-care-family-caregivers • Thư giãn dành cho người chăm sóc, chuỗi các bài tập thư giãn để giảm căng thẳng (Relaxation for caregivers, a series of relaxation exercises to reduce stress): https://www.caregiver.org/relaxation-caregivers-series-english 	

Nói chuyện với trẻ em về COVID-19

Các nguồn lực hỗ trợ sau đưa ra hướng dẫn về việc cung cấp cho trẻ em thông tin thực tế, phù hợp với lứa tuổi về COVID-19:

- Tổ Chức Child Mind: Nói Chuyện với Trẻ Em về Vi-rút Corona:
<https://childmind.org/article/talking-to-kids-about-the-coronavirus/>
- Dành cho Trẻ Em, Hoạt Họa Khám Phá Vi-rút Corona từ National Public Radio:
<https://n.pr/2VywJAo>
- Trả Lời Các Câu Hỏi của Con Em Quý Vị Trong Suốt Đại Dịch Vi-rút Corona, 0-3 tuổi
<https://bit.ly/2S1n1EA>
<https://bit.ly/2XYqp74>

Các nguồn lực thông tin chống COVID-19

AARP sẽ tổ chức Buổi Cung Cấp Thông Tin về Vi-rút Corona Qua Điện Thoại Tại Tòa Thị Chính mỗi Thứ Năm lúc 10 giờ sáng theo Giờ Ban Ngày Thái Bình Dương. Hãy tham gia với AARP mỗi tuần để biết thông tin cập nhật nhất về vi-rút corona bằng cách gọi đến số điện thoại miễn phí: **1-855-274-9507**. Mỗi tuần sẽ có các chủ đề khác nhau.

Lắng Nghe Các Buổi Thông Tin Qua Điện Thoại Tại Tòa Thị Chính Trước Đây:

- Ngày 19 tháng 3 – Duy Trì Sự An Toàn: Bảo Vệ Sức Khỏe, Tinh Thần và Người Thân của Quý Vị: <https://bit.ly/3aBlrOU>
- Ngày 10 tháng 3 – Các Triệu Chứng của COVID-19, Cách Bảo Vệ Bản Thân và Điều Đó Có Ý Nghĩa Như Thế Nào đối với Người Cao Tuổi và Người Chăm Sóc: <https://bit.ly/2yDHGb8>

Các dịch vụ hỗ trợ tại nhà (IHSS)

Nguồn Lực	Thông Tin
Urgent Care Registry	<p>Urgent Care Registry (UCR) là mạng lưới an toàn dành cho khách hàng IHSS đủ tiêu chuẩn có nhà cung cấp độc lập (IP) nhưng không thể cung cấp dịch vụ chăm sóc cần thiết cho khách hàng do tình hình khẩn cấp cá nhân hay đau ốm, và khách hàng không có thành viên gia đình hay nguồn lực nào khác để dựa vào. Một khách hàng IHSS thường đủ tiêu chuẩn nhận hỗ trợ UCR nếu người đó được IHSS cho phép hơn 50 giờ mỗi tháng. Vui lòng lưu ý rằng "50 giờ" được sử dụng làm hướng dẫn và nhân viên UCR sẽ đánh giá mỗi yêu cầu dựa trên nhu cầu và hoàn cảnh.</p> <p>UCR sẽ không cung cấp dịch vụ nội trợ nói chung hay dịch vụ đưa đón. UCR không bao hàm các kỳ nghỉ IP. UCR sẽ trợ giúp với các loại công việc sau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tắm rửa • Vệ sinh cá nhân • Chuẩn bị bữa ăn • Giặt giũ

	Gọi UCR theo số 1-408-590-0834 , bảy ngày một tuần, 8 giờ sáng đến 8 giờ tối. Hãy để lại tên và số điện thoại của quý vị, sẽ có nhân viên gọi lại cho quý vị.
Santa Clara County Public Authority	Nếu khách hàng IHSS ưu tiên bạn bè hay thành viên gia đình là người chăm sóc hơn, hãy giới thiệu khách hàng đó đến Public Authority để hoàn thành việc đăng ký: <ul style="list-style-type: none"> Gọi số: 1-408-350-3252. Hãy để lại tên và số điện thoại của quý vị, sẽ có nhân viên gọi lại cho quý vị. Truy cập: www.ihss.pascc.org

Alzheimer's Association

Đối với những người mắc chứng sa sút trí tuệ, việc thường xuyên nhầm lẫn hơn là triệu chứng đầu tiên của mọi căn bệnh. Nếu người mắc chứng sa sút trí tuệ có biểu hiện thường xuyên nhầm lẫn hơn nhiều, sau đây là một số khuyến nghị:

- Liên lạc với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe để được tư vấn
- Nhắc nhở thêm bằng văn bản để giúp họ nhớ những thói quen thực hành vệ sinh hàng ngày quan trọng
- Đặt biển báo trong nhà vệ sinh để nhắc nhở họ rửa tay với xà phòng trong 20 giây. Quý vị cũng có thể làm mẫu việc rửa tay sạch sẽ.
 - Nếu họ không thể dễ dàng rửa tay hay đi đến bồn rửa tay, hãy sử dụng dung dịch khử trùng tay gốc cồn với ít nhất 60% cồn.
- Hỏi dược sĩ hoặc bác sĩ về việc nhận các đơn thuốc đặt gửi qua đường bưu điện
- Lập kế hoạch thay thế trong trường hợp các dịch vụ hay trung tâm chăm sóc ban ngày dành cho người lớn, nghỉ ngơi tạm thời và các dịch vụ khác bị điều chỉnh hoặc hủy bỏ để ứng phó với COVID-19
- Lập kế hoạch thay thế cho hoạt động quản lý chăm sóc nếu người chăm sóc chính bị ốm

Gọi điện đến đường dây trợ giúp 24/7 của Association theo số **1-800-272-3900** để được hỗ trợ và để có thêm thông tin hoặc truy cập <https://alz.org/>.

Hỗ trợ sức khỏe tâm thần

Nguồn Lực	Thông Tin
Santa Clara County Behavioral Health Services	<ul style="list-style-type: none"> • Có sẵn các tư vấn viên để can thiệp và hỗ trợ tinh thần qua điện thoại giúp các cá nhân đang gặp phải khủng hoảng, phiền muộn về tình cảm hay trạng thái, có nhu cầu về hỗ trợ liên tục hoặc để biết thêm thông tin hay để được giới thiệu, hoặc bệnh tâm thần. Hãy gọi đến Suicide and Crisis Hotline 24/7 theo số 1-855-278-4204 hoặc nhắn tin RENEW đến 741741 • Đối với các dịch vụ sức khỏe tâm thần và giới thiệu đến các dịch vụ cộng đồng sẵn có, hãy gọi 24/7 theo số 1-800-704-0900 (TTY: 711) • Các Dịch Vụ Sử Dụng Chất Gây Nghiện, gọi số 1-800-488-9919 • Truy cập: https://www.sccgov.org/sites/bhd/Pages/home.aspx

<p>NAMI Warmline/ Quầy Trợ Giúp</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gọi số: 1-408-453-0400 (lựa chọn 1) • Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 10 giờ sáng đến 6 giờ chiều. • Truy cập: https://namisantaclara.org/classes/warmline/
<p>NAMI hỗ trợ tinh thần không khẩn cấp</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 7 cups là một trang web trực tuyến và ứng dụng di động cung cấp hỗ trợ miễn phí cho những người đang gặp phải tình trạng phiền muộn về tình cảm bằng cách kết nối họ với những người lắng nghe không chuyên nghiệp nhưng được đào tạo về lắng nghe tích cực. Họ cũng cung cấp các chuyên gia trị liệu chuyên nghiệp trực tuyến. Truy cập: https://www.7cups.com/ • Nhắn tin NAMI đến số 741741 để nhận hỗ trợ khủng hoảng và tâm lý 24/7 từ Quầy Trợ Giúp Quốc Gia của NAMI dành cho những người đang phải đương đầu với vấn đề về sức khỏe tâm thần. Nhắn tin đến số 741741 ở bất kỳ đâu tại Hoa Kỳ để trao đổi với một người hỗ trợ ở phạm vi toàn quốc NAMI được đào tạo. • Nếu quý vị là thành viên gia đình hay bạn bè của một người có vấn đề về sức khỏe tâm thần cần hỗ trợ sau giờ làm việc, hãy gọi đến đường dây Hỗ Trợ Gia Đình Sau Giờ Làm Việc của NAMI theo số 1-408-453-0400 (lựa chọn 4) và để lại tin nhắn. Một thành viên gia đình của NAMI sẽ trả lời cuộc gọi sớm nhất có thể. <ul style="list-style-type: none"> ○ Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 6 giờ chiều đến 9 giờ tối; Thứ Bảy - Chủ Nhật, 12 giờ trưa đến 6 giờ tối. • Để biết thêm nhiều nguồn lực hỗ trợ tinh thần, hãy gọi đến Đường Dây Trợ Giúp của NAMI theo số 1-800-950-6264. <ul style="list-style-type: none"> ○ Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 7 giờ sáng đến 3 giờ chiều.
<p>Đường Dây Nóng Bạo Lực Gia Đình Quốc Gia 24/7</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gọi số: 1-800-799-7233 (TTY: 1-800-787-3224) • Nhắn tin LOVEIS đến số 22522 • Trò chuyện trực tuyến tại https://www.thehotline.org/help/
<p>Đường Dây Trợ Giúp Quốc Gia 24/7 của Substance Abuse and Mental Health Services Administration</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gọi số: 1-800-662-4357 (TTY: 1-800-487-4889) • Truy cập: https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline
<p>Đường Dây Trợ Giúp Phiền Muộn Trong Thảm Họa 24/7 của Substance Abuse and Mental Health Services Administration</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gọi số: 1-800-985-5990 (TTY: 1-800-846-8517) • Nhắn tin TalkWithUs đến số 66746 • Truy cập: https://www.samhsa.gov/find-help/disaster-distress-helpline
<p>Tổng Đài của Substance Use Services (trước đây là Tổng Đài của Gateway)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Những người gọi điện sẽ được giới thiệu đến dịch vụ Giải Độc và Điều Trị Tại Nơi Cư Trú cũn như chương trình ngoại trú sẵn có tại cộng đồng. • Gọi số 1-800-488-9919 <ul style="list-style-type: none"> ○ Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Các cuộc gọi sau giờ làm việc sẽ được chuyển tiếp và xử lý thông qua Nhà Cung Cấp Tại Nơi Cư Trú.
Đội Ngũ Xử Lý Khủng Hoảng Di Động của Uplift Family Services	<ul style="list-style-type: none"> • Cung cấp can thiệp 24 giờ cho trẻ em và thanh thiếu niên tại cộng đồng gặp phải khủng hoảng tâm lý cấp tính. • Gọi số: 1-408-379-9085 (số điện thoại miễn phí 1-877-412-7474)
Mental Health Urgent Care	<ul style="list-style-type: none"> • Phòng khám ngoại trú không cần đặt lịch hẹn trước dành cho cư dân Santa Clara County đang gặp phải khủng hoảng sức khỏe hành vi và cần trợ giúp • Địa Chỉ: 871 Enborg Court, Unit 100, San Jose, CA • Giờ làm việc: Hàng ngày, 8 giờ sáng đến 10 giờ tối
Mobile Crisis Response Teams (MCRTs)	<ul style="list-style-type: none"> • Sàng lọc và đánh giá các tình trạng khủng hoảng qua điện thoại và cung cấp dịch vụ can thiệp khủng hoảng tại các địa điểm trên khắp Santa Clara County • Gọi số: 1-800-704-0900 (lựa chọn 2) • Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 8 giờ tối.
Institute on Aging Friendship Line	<ul style="list-style-type: none"> • Friendship Line là đường dây khủng hoảng được chứng nhận dành cho người từ 60 tuổi trở lên và người lớn bị khuyết tật. • Thực hiện các cuộc gọi tiếp cận tiếp diễn cho người cao tuổi đơn độc • Gọi số: 1-800-971-0016 • Giờ làm việc: Đường dây miễn phí 24 giờ
Saratoga Area Senior Coordinating Council (SASCC)	<ul style="list-style-type: none"> • SASCC kết nối người cao tuổi với những hỗ trợ mà họ cần trong suốt thời gian bùng phát COVID-19. • Tổ chức này có đường dây hỗ trợ với giọng nói thân thiện dành cho những người trên 65 tuổi, gia đình và người chăm sóc của người trên 65 tuổi để trao đổi về tình hình của họ, đồng thời cho họ cơ hội yêu cầu hỗ trợ như giao hàng tạp hóa và vật dụng, các dịch vụ xã hội, dịch vụ nghỉ ngơi tạm thời, trợ giúp pháp lý, hỗ trợ tài chính và bất kỳ điều gì mà họ cần. • Gọi số: 1-408-621-7526 • Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 4 giờ chiều
Các nguồn lực hỗ trợ đau buồn tại Santa Clara County	
Nguồn Lực	Thông Tin
Centre for Living with Dying	<ul style="list-style-type: none"> • Centre for Living with Dying cung cấp hỗ trợ tinh thần cá nhân và nhóm nhỏ dành cho người lớn và trẻ em đang đối mặt với bệnh tật đe dọa đến tính mạng hay tổn thương do có người thân qua đời. Phí được tính theo thang đo thu nhập. • Gọi số: 1-408-243-0222
BWC Centre for Living with Dying	<ul style="list-style-type: none"> • Cung cấp các buổi hội thảo, tư vấn cá nhân hay theo nhóm dành cho cá nhân và gia đình đang đối mặt với bệnh nan y, tử vong,

	<p>đau buồn, mất mát và thay đổi. Phí thay đổi tùy theo dịch vụ. Không ai bị từ chối do thiếu tiền chi trả.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gọi số: 1-408-243-0222 Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ bằng Tiếng Anh, Tiếng Hy Lạp và Tiếng Tây Ban Nha. • Địa Chỉ: 1671 The Alameda, Ste 201, San Jose, CA 95126
Hospice of the Valley	<ul style="list-style-type: none"> • Hospice of the Valley Center for Grief and Loss cung cấp chương trình tư vấn đau buồn do các nhà trị liệu có giấy phép vận hành. Phí được tính theo thang đo thu nhập. • Gọi số: 1-408-559-5600 • Email: info@hospicevalley.org
KARA	<ul style="list-style-type: none"> • Nằm tại North Bay/Palo Alto, KARA cung cấp hỗ trợ cho người lớn, trẻ em và các tổ chức chuẩn bị hay đang đau buồn về cái chết. Các dịch vụ hỗ trợ theo nhóm hoặc trực tiếp từng người một của KARA hoạt động theo dạng quyên góp và các dịch vụ trị liệu của KARA được cung cấp với mức phí phù hợp. • Gọi số: 1-650-321-5272 • Fax: 1-650-473-1828 • Gửi biểu mẫu trực tuyến tới: 457 Kingsley Ave, Palo Alto, CA 94301
Pathways Hospice	<ul style="list-style-type: none"> • Pathways mở nhiều dịch vụ hỗ trợ mất người thân cho bất kỳ ai trong cộng đồng cần loại hỗ trợ này, cho dù họ có nhận chăm sóc cuối đời hay không. Mặc dù dịch vụ hỗ trợ mất người thân là miễn phí, Pathways khuyến khích mọi khoản quyên tặng. • Gọi số: 1-888-755-7855 • Email: bereavement@pathwayshealth.org
GriefShare	<ul style="list-style-type: none"> • GriefShare cung cấp Hỗ Trợ Ki-tô Giáo dành cho những người đang đau buồn vì mất người thân. Các nhóm hỗ trợ gặp mặt hàng tuần và bao gồm ba phần, hội thảo qua video với chuyên gia, thảo luận nhóm và nghiên cứu cá nhân để phản hồi. • Gọi số: 1-800-395-5755 • Email: info@griefshare.org • Trang web: https://www.griefshare.org/countries/us/states/ca/cities/san_jose
The Compassionate Friends of Santa Clara County	<ul style="list-style-type: none"> • Các gia đình và bạn bè phải chịu đựng nỗi đau mất đi của con cái có thể nhận hỗ trợ từ The Compassionate Friends. • Gọi số: 1-408-249-9570 • Email: judy@lombardodrilling.com • Trang web: http://www.compassionatefriends.org
Discovery Counseling Center	<ul style="list-style-type: none"> • Gọi số: 1-408-778-5120 • Địa Chỉ: 16275 Monterey Road Suite C, Morgan Hill, CA 95037
Helping After Neonatal Death (HAND)	<ul style="list-style-type: none"> • HAND hỗ trợ các cuộc gặp mặt nhóm dành cho Santa Clara County diễn ra vào các ngày Thứ Năm đầu tiên và thứ ba của mỗi tháng, bắt đầu từ 7 giờ 30 phút tối, tại Columbia Mission

	<p>Oaks Hospital: 15891 Los Gatos-Almaden Road, Los Gatos, California 95032-3742.</p> <ul style="list-style-type: none"> Gọi số: 1-888-908-HAND (4263) và để lại thư thoại bằng âm thanh bảo mật. Một tình nguyện viên của HAND là phụ huynh đã từng mất con cái, sẽ cố gắng gọi lại trong vòng 24-72 giờ.
Các nguồn lực hỗ trợ đau buồn trực tuyến	
Nguồn Lực	Thông Tin
Helpguide.org – Coping with Grief and Loss	<ul style="list-style-type: none"> Bài báo toàn diện để hiểu về quá trình đau buồn. Bài báo mô tả sự đau buồn và các triệu chứng phổ biến, lời đồn đại và sự thật về sự đau buồn, những lời khuyên để đối mặt với đau buồn và khi nào thì cần tìm kiếm sự hỗ trợ. Truy cập: http://www.helpguide.org/articles/grief-loss/coping-with-grief-and-loss.htm
The Grief Toolbox	<ul style="list-style-type: none"> Nguồn lực toàn diện dành cho những người đang trải qua đau buồn. Các bài báo, nguồn lực khác và phòng triển lãm nghệ thuật trực tuyến giúp hỗ trợ những cá nhân đang trải qua quá trình đau buồn. The Grief Toolbox cũng cung cấp công cụ định vị nhóm hỗ trợ. Truy cập: http://thegrieftoolbox.com/
University of Texas Counseling and Mental Health Center – Life after Loss: Dealing with Grief	<ul style="list-style-type: none"> Hướng dẫn đương đầu với sự đau buồn và mất mát, bao gồm những phản ứng đau buồn thường gặp. Truy cập: http://cmhc.utexas.edu/griefloss.html
American Cancer Society – Major Depression and Complicated Grief	<ul style="list-style-type: none"> Liệt kê các dấu hiệu và triệu chứng cảnh báo gợi ý sự đau buồn đã tiến triển thành trầm cảm nghiêm trọng hay sự đau buồn phức tạp. Truy cập: https://www.cancer.org/treatment/end-of-life-care/grief-and-loss/depression-and-complicated-grief.html
Recover From Grief	<ul style="list-style-type: none"> Cung cấp các thông tin có giá trị về quá trình đau buồn cũng như các biện pháp đối mặt với đau buồn. Khách đến thăm cơ sở có thể xem "cẩm nang hướng dẫn về đau buồn" toàn diện và tham gia vào khóa học điện tử về xử lý đau buồn gồm bảy phần học. Recover From Grief cũng cung cấp không gian để tưởng niệm người thân hay kể các câu chuyện cá nhân, đồng thời cung cấp chương trình âm thanh về "giảm đau buồn". Truy cập: http://www.recover-from-grief.com
The Compassionate Friends (TCF)	<ul style="list-style-type: none"> Tổ chức phi lợi nhuận hoạt động trên phạm vi toàn quốc, được thiết lập để hỗ trợ và cung cấp các nguồn lực cho những gia đình đang cố gắng vượt qua việc con cái họ qua đời. Ngoài những thông tin phong phú giúp hồi phục sau đau buồn, TCF tổ chức các hội nghị khu vực và toàn quốc, xúc tiến các

	<p>nhóm hỗ trợ trực tuyến và trực tiếp dành cho các gia đình đang đau buồn, cũng như phát sóng một sê-ri truyền thanh trên trang web hàng tuần.</p> <ul style="list-style-type: none"> Truy cập: http://www.compassionatefriends.org/
National Alliance for Grieving Children	<ul style="list-style-type: none"> Nền tảng hoạt động trên toàn quốc kết nối các chuyên gia, khách hàng và tình nguyện viên có sứ mệnh hỗ trợ trẻ em và thanh thiếu niên vượt qua quá trình đau buồn. NAGC cung cấp hoạt động giáo dục trực tuyến, cơ sở dữ liệu có tính năng tìm kiếm dành cho nhóm hỗ trợ và tổ chức hội nghị chuyên đề hàng năm về đau buồn do mất con cái. Truy cập: http://childrengrieve.org/
Bereaved Parents of the USA	<ul style="list-style-type: none"> Nhóm kết nối phụ huynh đang đau buồn với các phụ huynh, ông bà hay anh chị em mất con cái khác để hỗ trợ cá nhân. Trang này cung cấp tờ thông tin, các bài báo và các bài thơ, cũng như nhiều nguồn lực và đường dẫn dành cho gia đình đang đau buồn để hướng dẫn họ vượt qua quá trình đau buồn. Trang cũng tổ chức buổi gặp gỡ hàng năm nơi các phụ huynh mất con cái có thể chia sẻ câu chuyện của họ với những người khác và tham gia vào các buổi hội thảo về đau buồn. Truy cập: http://www.bereavedparentsusa.org/
AARP: A Guide for the Newly Widowed	<ul style="list-style-type: none"> Gồm nhiều bài báo toàn diện về đau buồn và mất mát cung cấp những lời khuyên tâm lý và thực tế. Truy cập: http://www.aarp.org/relationships/grief-loss/info-2005/newly_widowed.html
American Foundation for Suicide Prevention	<ul style="list-style-type: none"> Nhóm hoạt động trên toàn quốc tài trợ cho các nghiên cứu, cung cấp các chương trình giáo dục, vận động chính sách công cộng và hỗ trợ những người bị ảnh hưởng bởi tự tử. Truy cập: https://www.afsp.org/
Grieving Alone and Together: Responding to the loss of your loved one during the COVID-19 pandemic – Tập Sách Nhỏ Điện Tử	<ul style="list-style-type: none"> Tập sách nhỏ này đề cập đến những thách thức đau buồn về sự ra đi của người thân trong đại dịch COVID-19. Tập sách cũng đề cập đến tầm quan trọng của việc trao đổi với trẻ về sự ra đi của người thân và những khó khăn khi phải nói lời ly biệt. Để đọc tập sách điện tử này, vui lòng truy cập: https://adobe.ly/36Bx6Ox.
Các nguồn lực hỗ trợ sau sinh	
Nguồn Lực	Thông Tin
Postpartum Support International	<p>Postpartum Support International (PSI) là một tổ chức thúc đẩy nhận thức, phòng ngừa và điều trị các vấn đề về sức khỏe tâm thần liên quan đến quá trình sinh nở tại mỗi quận trên toàn thế giới.</p> <ul style="list-style-type: none"> PSI cung cấp đường dây trợ giúp các vấn đề không khẩn cấp, 7 ngày mỗi tuần, để mang lại hỗ trợ, thông tin và giới thiệu đến các nhà cung cấp dịch vụ sức khỏe tâm thần sau sinh.

	<ul style="list-style-type: none"> • Trang web của PSI cung cấp các cuộc họp nhóm hỗ trợ trực tuyến và cơ hội trò chuyện với một chuyên gia. • Gọi số: 1-800-944-4773 • Nhấn tin tới số: 1-503-894-9453 (Tiếng Anh) hay 1-971-420-0294 (Tiếng Tây Ban Nha) Hãy để lại tin nhắn bảo mật vào bất kỳ lúc nào và sẽ có tình nguyện viên gọi điện lại hay nhắn tin lại cho quý vị sớm nhất có thể. • Truy cập: https://www.postpartum.net
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>The American College of Obstetricians and Gynecologists</p>	<p>The American College of Obstetricians and Gynecologists đã soạn thảo tài liệu Các Câu Hỏi Thường Gặp dành cho phụ nữ mang thai và đang cho con bú sữa mẹ trong suốt đại dịch COVID-19 này.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: https://www.acog.org/patient-resources/faqs/pregnancy/coronavirus-pregnancy-and-breastfeeding#Resources
----------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Thông tin về COVID-19 của chương trình Phụ nữ, Trẻ sơ sinh và Trẻ em (WIC)

Do COVID-19, các văn phòng WIC địa phương đang đóng cửa không tiếp khách đến không có lịch hẹn trước. Tuy nhiên, WIC vẫn đang cung cấp các dịch vụ qua điện thoại hay trực tuyến.

- Nếu văn phòng WIC địa phương của quý vị đóng cửa, các phúc lợi WIC có thể được thêm vào thẻ của quý vị từ xa. Nhân viên của WIC có thể gọi điện hay nhắn tin cho quý vị để xác nhận thông tin về tài khoản của quý vị.
- Nếu quý vị không có thẻ WIC tại California, quý vị có thể yêu cầu gửi thẻ qua đường bưu điện cho quý vị.
- Nếu quý vị mất việc do COVID-19, WIC hiện đang nhận đơn đăng ký phúc lợi dành cho các gia đình, trong đó cũng có thể bao gồm cha mẹ, ông bà và cha mẹ nuôi chăm sóc trẻ hội đủ điều kiện.
- Để nộp đơn đăng ký xin các phúc lợi của WIC, hãy truy cập: <https://m.wic.ca.gov/Eligibility/EligibilityAssessment.aspx>
- County of Santa Clara Public Health Department WIC Program chỉ nhận các đơn đăng ký mới qua điện thoại vào thời điểm này.
 - Gọi số: **1-408 792 5101**
 - Giờ làm việc: có sẵn đường dây từ Thứ Hai - Thứ Sáu, từ 8 giờ sáng đến 4 giờ 30 phút chiều
- California Department of Public Health WIC Division State Headquarters
 - Gọi số: **1-800-852-5770**
 - Email: WIC@cdph.ca.gov

Điều gì sẽ xảy ra nếu hết thực phẩm của WIC tại cửa hàng tạp hóa của tôi?

- Truy cập: <https://m.wic.ca.gov/Grocers/GrocerSearch.aspx> để tìm các cửa hàng tạp hóa khác được WIC cho phép.
- Tải về ứng dụng California WIC miễn phí tại Google Play Store hoặc Apple App Store.
 - Các loại thực phẩm mới được WIC cho phép được bổ sung hàng ngày. Quý vị có thể sử dụng ứng dụng WIC để quét mã vạch tại cửa hàng để xem các hàng hóa có được WIC cho phép hay không.

Để nhận được sữa công thức trị liệu, hãy gọi điện đến văn phòng WIC địa phương của quý vị hay gửi email tới formula@cdph.ca.gov và gửi bản sao biểu mẫu Giới Thiệu Nhi Khoa của quý vị.

Các lời khuyên về việc tìm sữa công thức được WIC cho phép

- Gọi điện trước khi quý vị mua sắm để hỏi liệu cửa hàng có loại sữa công thức mà quý vị cần hay không.
- Gọi điện tới văn phòng WIC địa phương của quý vị để đề nghị giúp xác định cửa hàng có sữa công thức.
- Gọi điện cho văn phòng bác sĩ của quý vị và hỏi liệu họ có bất kỳ mẫu sữa nào từ công ty sữa công thức không.
- Gọi cho **211** để hỏi tên của các ngân hàng thực phẩm trong khu vực của quý vị.

Hỏi bạn bè và gia đình liệu họ có thể đặt một lượng nhỏ sữa công thức trực tuyến và gửi hàng trực tiếp đến cho quý vị hay không. Mặc dù quý vị không thể sử dụng các phúc lợi WIC trực tuyến, một lượng nhỏ có thể giúp quý vị cho đến khi quý vị tìm thấy sữa công thức tại cửa hàng.

Truy cập Internet giá phải chăng dành cho học sinh/sinh viên và giáo viên

- Dropbox đang cung cấp các gói đăng ký Dropbox và HelloSign miễn phí trong giai đoạn ba tháng dành cho các tổ chức phi lợi nhuận và NGO đang tập trung chống lại COVID-19 và cho giáo viên Lớp Mẫu Giáo - Lớp 12 đang giảng dạy việc học tập từ xa. Vào cuối giai đoạn ba tháng, người dùng có thể quyết định hủy bỏ hay chuyển sang một dạng tài khoản khác có thể mất phí. Đăng ký: <https://go.dropbox.com/en-us/covid19-donation-program>
- Xfinity Internet Essentials là chương trình dành cho các gia đình và hộ gia đình có thu nhập thấp khác hiện đang không đăng ký Internet tại nhà. Quý vị có thể đủ tiêu chuẩn nếu quý vị hội đủ điều kiện trong các chương trình hỗ trợ công cộng như National School Lunch Program, Housing Assistance, Medicaid, SNAP, SSI và những chương trình khác. Để biết thêm thông tin hay để nộp đơn đăng ký, hãy truy cập: www.internetessentials.com.
 - Hãy gọi điện tới dịch vụ khách hàng của Xfinity để nhận trợ giúp nộp đơn đăng ký Internet Essentials: **1-855-846-8376**.
 - Giờ làm việc: 7 ngày một tuần, 5 giờ sáng tới 9 giờ tối.

Nguồn lực dành cho quá trình phát triển trẻ lành mạnh

FIRST 5 Santa Clara County

First 5 Santa Clara County cung cấp thông tin và các nguồn lực hỗ trợ quá trình phát triển lành mạnh của trẻ em và gia đình, bao gồm cả những cập nhật và lời khuyên về cách đương đầu với COVID-19 và những thách thức khác.

- Để biết thêm thông tin, hãy gọi số **1-408-260-3700**. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ bằng Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha và Tiếng Việt.
- Dưới đây là danh sách các Trung Tâm Nguồn Lực Gia Đình của First 5 và các đối tác có thể cung cấp thực phẩm, tã lót, giấy vệ sinh trẻ sơ sinh, bộ công cụ hoạt động và kết nối với các nguồn lực cộng đồng.

Nguồn Lực	Thông Tin
Rebekah Children's Services: Adelante và Morgan Hill FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: www.rcskids.org/services/frc • Gọi số: 1-408-846-2460. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ: Tiếng Anh và Tiếng Tây Ban Nha • Phục vụ các mã ZIP: 95020, 95037 và 95038
Catholic Charities FRC: Cureton, Dahl, Educare, Evergreen, Hubbard, Josephine Guerrero, Luther Burbank, San Miguel, Seven Trees, Sherman Oaks	<ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: www.educaresv.org/family-resource-center • Gọi số: 1-800-337-9136. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ: Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha và Tiếng Việt. • Phục vụ các mã ZIP: 95110, 95111, 95112, 95116, 95118, 95117, 95121, 95122, 95127, 95128, 95148, 95133, 95136, 95008, 95035 và 94085
ConXion to Community: Generations FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: www.facebook.com/ConXi%C3%B3n-To-Community-144677078925927/ • Gọi số 1-408-213-0961. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ: Tiếng Anh và Tiếng Tây Ban Nha • Phục vụ các mã ZIP: 95111, 95112, 95116, 95121 và 95122
Roots Community Health Center, South Bay: Roots FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: www.rootsclinic.org/family-1st-navigation • Gọi số 1-408-490-4710. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ: Tiếng Anh • Phục vụ: Toàn quận
International Children Assistance Network: ICAN FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: www.ican2.org • Gọi số: 1-408-509-1958. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ: Tiếng Anh và Tiếng Việt • Phục vụ các mã ZIP: 95111, 95112, 95116, 95121 và 95122
African American Community Service Agency FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: www.sjaacsa.com • Gọi số: 1-408-292-3167. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ: Tiếng Anh • Phục vụ các mã ZIP: 95110, 95112, 95113, 95125 và 95126
SOMOS Mayfair: Cesar Chavez & Painter FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: www.SOMOSmayfair.org • Gọi số: 1-408-251-8875. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ: Tiếng Anh và Tiếng Tây Ban Nha • Phục vụ các mã ZIP: 95112, 95116, 95121, 95122, 95127 và 95133
Gardner Health Services: Gardner FRC	<ul style="list-style-type: none"> • Truy cập: www.gardnerhealthservices.org • Gọi số: 1-408-893-1340. Có sẵn hỗ trợ ngôn ngữ: Tiếng Anh và Tiếng Tây Ban Nha • Phục vụ các mã ZIP: 95110, 95112, 95113, 95125 và 95126

Các nguồn lực giáo dục từ xa dành cho trẻ em ở mọi lứa tuổi	
Nguồn Lực	Thông Tin
Codeacademy	<ul style="list-style-type: none"> Cung cấp quyền tiếp cận miễn phí các lớp học cơ bản về lập trình máy tính và các chủ đề STEM có liên quan, với tùy chọn trả tiền học các khóa nâng cao hơn.
Coursera	<ul style="list-style-type: none"> Cho phép người học phát triển các kỹ năng với nhiều khóa học từ các trường đại học hàng đầu như Yale, Michigan, Stanford và các công ty hàng đầu như Google và IBM. Có sẵn nhiều khóa học miễn phí.
Khan Academy	<ul style="list-style-type: none"> Cung cấp các lớp học miễn phí với nhiều chủ đề dành cho học sinh, sinh viên ở mọi lứa tuổi. Họ cũng cung cấp các chương trình phát sóng trực tiếp vào ngày trong tuần dành cho học sinh, sinh viên, phụ huynh & giáo viên vượt qua giai đoạn đóng cửa trường học.
PBS Kids	<ul style="list-style-type: none"> Tùy chọn học tập trực tuyến dành cho học sinh Lớp Mẫu Giáo - Lớp 12 yêu thích nội dung tương tác, bao gồm các video hát theo, sê-ri tivi, các trò chơi, các buổi học ảo và nhiều hơn nữa. Có thể tải về ứng dụng PBS Kids Video để truyền phát tivi trực tiếp.
Prodigy Math	<ul style="list-style-type: none"> Chương trình toán trực tuyến miễn phí sử dụng giao diện theo dạng trò chơi video vui nhộn thu hút sự tham gia của người học. Người dùng tạo các nhân vật của mình và chinh phục thử thách làm toán trong suốt quá trình chơi, gắn với các mức kỹ năng của họ và phù hợp với năng lực cốt lõi.
MysteryScience	<ul style="list-style-type: none"> Cung cấp các bài học khoa học phổ biến miễn phí cho trẻ em để khuyến khích học tập từ xa. Nội dung đa dạng từ lớp mẫu giáo đến lớp năm với các hoạt động được thiết kế để sử dụng những vật dụng đơn giản mà phụ huynh thường sẽ có sẵn tại nhà.
National Geographic Kids	<ul style="list-style-type: none"> Giúp học sinh ở mọi lứa tuổi thưởng thức các thí nghiệm khoa học, các máy quay phim xem động vật và các hoạt động giúp các em tham gia trong khoảng thời gian giãn cách này.
Scholastic Learn at Home	<ul style="list-style-type: none"> Cung cấp các khóa học hàng ngày dành cho trẻ em ở lớp Tiền Mẫu Giáo đến Lớp 6 hay các lớp lớn hơn. Mỗi phần bao gồm nội dung bài học một tuần với 15 ngày tiếp theo sẽ sớm có sẵn. Nội dung của một tuần bao gồm một video, một quyển sách và một hoạt động. Tất cả các nội dung trên trang web là miễn phí khi đăng ký trên trang web và có thể truy cập nội dung ở bất kỳ thiết bị nào.

Các dịch vụ bảo vệ và pháp lý

Adult Protective Services (APS)

Trong suốt Đại Dịch Vi-rút Corona/COVID-19, APS đang tuân thủ các hướng dẫn của Tiểu Bang và ưu tiên các hoạt động ứng phó mang lại sự an toàn cho mọi người. Đối với những người có nguy cơ cao nhất và đang gặp nguy hiểm, APS có thể điều phối với cơ quan thực thi pháp luật hay những người ứng phó sơ cứu khi cần thiết.

Đường dây trợ giúp 24/7 của APS duy trì vận hành để nhận báo cáo những trường hợp nghi ngờ hay chắc chắn đã bỏ bê và lạm dụng người già và người lớn phụ thuộc.

- Gọi số: **1-408-975-4900** hoặc **1-800-414-2002**

Santa Clara County (SCC) COVID-19 Eviction Moratorium

Santa Clara County's COVID-19 Eviction Moratorium bảo vệ người thuê nhà và các doanh nghiệp nhỏ, những người mất thu nhập do COVID-19 khỏi việc bị đuổi ra khỏi nhà cho đến hết ngày 31 tháng 5 năm 2020 với khả năng kéo dài thêm thời gian. Trong khi quyền tạm ngưng này ngăn các chủ nhà khỏi việc đuổi người thuê nhà ra khỏi nhà, nó không miễn trừ khoản thanh toán tiền thuê nhà hay cho phép người thuê nhà từ chối trả tiền thuê nhà. Nếu người thuê nhà không thể thanh toán tiền thuê nhà, họ cần cung cấp giấy tờ ngay lập tức cho chủ nhà để cho thấy thu nhập của họ đã bị ảnh hưởng.

- Nếu chủ nhà vẫn cung cấp thông báo hay đe dọa đuổi người thuê nhà ra khỏi nhà, hãy gọi cho Law Foundation theo số **1-408-280-2424**.
- Giờ làm việc: Thứ Hai - Thứ Sáu, 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

CẬP NHẬT:

eviction moratorium không có lý do đã được gia hạn tại Santa Clara County đến ngày 31 tháng 8 năm 2020, nhưng Tiểu Bang chưa phê duyệt việc gia hạn qua ngày 31 tháng 5 năm 2020. Nếu quý vị không thể thanh toán tất cả hoặc một phần tiền thuê nhà của mình do COVID-19, quý vị có 120 ngày để trả bất kỳ khoản tiền thuê nhà còn nợ nào. Chúng tôi khuyến nghị quý vị nên thanh toán khoản tiền thuê nhà quá hạn ngay khi có thể để tránh hóa đơn tiền thuê nhà còn nợ số tiền lớn sau khi kết thúc 120 ngày.

Cẩn Thận Với Các Trò Lừa Đảo Từ Đại Dịch Vi-rút Corona

California Health Advocates cảnh báo khách hàng cần cảnh giác vì đã bắt đầu có các trò lừa đảo liên quan đến xét nghiệm vi-rút corona. Không bao giờ cung cấp số Medicare qua điện thoại hay cho người đi vận động đến tận cửa nhà đề nghị thực hiện xét nghiệm.

Truy cập www.cahealthadvocates.org, tải về tờ rơi cung cấp thông tin bằng chín ngôn ngữ hay gọi điện đến số **1-855-613-7080** để biết thêm thông tin.

Cơ sở dữ liệu các nguồn lực 211

Hãy liên hệ với 211 để biết thêm thông tin hiện tại về các nguồn lực sẵn có như chương trình y tế, thực phẩm, nhà ở và dịch vụ đưa đón tại địa phương:

- Gọi số: **211**
- Email: 211BayArea@icfs.org
- Truy cập trang web của 211: www.211bayarea.org



PO Box 18880, San Jose, CA 95158
1.877.723.4795 | TTY 711
www.scfhp.com



Phân Biệt Đối Xử là Vi Phạm Pháp Luật

Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) tuân thủ luật dân quyền hiện hành của Liên bang và không phân biệt đối xử dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, độ tuổi, khuyết tật, hoặc giới tính. SCFHP không loại trừ mọi người hoặc đối xử với họ khác biệt vì chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, độ tuổi, khuyết tật, hoặc giới tính.

SCFHP:

- Cung cấp dịch vụ hỗ trợ miễn phí cho những người khuyết tật để giao tiếp với chúng tôi có hiệu quả, như:
 - Thông dịch viên ngôn ngữ ký hiệu đủ năng lực
 - Thông tin bằng văn bản ở các định dạng khác (chữ in lớn, âm thanh, định dạng điện tử có thể tiếp cận, các định dạng khác)
- Cung cấp miễn phí các dịch vụ ngôn ngữ cho những người có ngôn ngữ chính không phải là tiếng Anh, như:
 - Thông dịch viên đủ năng lực
 - Thông tin được trình bày bằng ngôn ngữ khác

Nếu quý vị cần các dịch vụ này, hãy liên hệ Dịch Vụ Khách Hàng theo số điện thoại 1-877-723-4795, từ thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 8 giờ tối. Những người sử dụng TTY/TDD gọi số 1-800-735-2929 hoặc 711.

Nếu bạn tin rằng SCFHP không cung cấp những dịch vụ này hoặc phân biệt đối xử theo cách khác dựa trên chủng tộc, màu da, nguồn gốc quốc gia, độ tuổi, khuyết tật, hoặc giới tính, bạn có thể nộp đơn khiếu nại với:

Attn: Grievance and Appeals Department
Santa Clara Family Health Plan
6201 San Ignacio Ave
San Jose, CA 95119
Điện thoại: 1-877-723-4795
TTY/TDD: 1-800-735-2929 hoặc 711
Fax: 1-408-874-1962
Email: CalMediConnectGrievances@scfhp.com

Bạn có thể trực tiếp nộp đơn khiếu nại hoặc gửi qua đường bưu điện, chuyển fax, hoặc email. Nếu quý vị cần hỗ trợ nộp đơn khiếu nại, người đại diện Dịch Vụ Khách Hàng luôn sẵn sàng giúp quý vị.

Bạn cũng có thể nộp đơn khiếu nại về dân quyền lên U.S. Department of Health and Human Services (Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ), Office for Civil Rights (Văn Phòng Dân Quyền) bằng hình thức điện tử qua Office for Civil Rights Complaint Portal, có trên trang <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>, hoặc qua đường bưu điện hoặc bằng điện thoại tại:

U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201
Điện thoại: 1-800-368-1019
TDD: 1-800-537-7697

Các mẫu khiếu nại có trên trang <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>.

Language Assistance Services

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call Customer Service at 1-877-723-4795, Monday through Friday, 8 a.m. to 8 p.m. TTY/TDD users should call 1-800-735-2929 or 711. The call is free.

Español (Spanish): ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame a Servicio al Cliente al 1-877-723-4795, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m. Los usuarios de TTY/TDD deben llamar al 1-800-735-2929 o al 711. La llamada es gratuita.

Tiếng Việt (Vietnamese): CHÚ Ý: Nếu bạn nói Tiếng Việt, có các dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí dành cho bạn. Hãy gọi Dịch Vụ Khách Hàng theo số 1-877-723-4795, từ thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 8 giờ tối. Những người sử dụng TTY/TDD gọi đến số 1-800-735-2929 hoặc 711. Cuộc gọi được miễn phí.

中文 (Chinese): 注意：如果您说中文，将为您提供免费的语言服务。请致电 1-877-723-4795 联系客户服务部，工作时间是周一至周五早上 8:00 至晚上 8:00。TTY/TDD 用户请致电 1-800-735-2929 或 711。这是免费电话。

Tagalog – Filipino (Tagalog): PAUNAWA: Kung nagsasalita ka ng Tagalog, maaari kang gumamit ng mga serbisyo ng tulong sa wika nang walang bayad. Tumawag sa Serbisyo para sa Customer sa 1-877-723-4795, Lunes hanggang Biyernes, mula 8 a.m. hanggang 8 p.m. Dapat tumawag ang mga TTY/TDD user sa 1-800-735-2929 o 711. Libre ang tawag.

한국어 (Korean): 주의:한국어를 사용하시는 경우, 언어 지원 서비스를 무료로 이용하실 수 있습니다. 월요일부터 금요일까지 오전 8시부터 오후 8시 사이에 1-877-723-4795 번으로 고객 서비스 부서에 전화해 주십시오. TTY/TDD 사용자는 1-800-735-2929 번 또는 711 번으로 전화해 주시면 됩니다. 통화료는 무료입니다.

Հայերեն (Armenian): Ուշադրութեամբ հարկ է խոստում եք հայերեն, ապա լեզվական օգնության ծառայությունները Ձեզ կտրամադրվեն անվճար: Զանգահարեք Հաճախորդների սպասարկման կենտրոն 1-877-723-4795 հեռախոսահամարով՝ երկուշաբթիից ուրբաթ՝ 8 a.m.-ից 8 p.m.-ը: TTY/TDD օգտվողները պետք է զանգահարեն 1-800-735-2929 կամ 711: Զանգն անվճար է:

Русский (Russian): ВНИМАНИЕ: Если Вы говорите по-русски, Вы можете бесплатно воспользоваться услугами переводчика. Звоните в службу поддержки клиентов по номеру 1-877-723-4795 с понедельника по пятницу с 8:00 до 20:00. Лица, пользующиеся телетайпом / телекоммуникационными устройствами для глухих (TTY/TDD), могут связаться по номерам 1-800-735-2929 или 711. Звонки бесплатные.

فارسی (Persian, Farsi):

توجه: اگر به زبان فارسی صحبت می کنید، سرویس های دستیار زبان به صورت رایگان در دسترس است. از طریق شماره 1-877-723-4795 روزهای دوشنبه تا جمعه از ساعت 8 صبح تا 8 عصر با سرویس مشتری تماس بگیرید. کاربران TTY/TDD می توانند از طریق شماره 1-800-735-2929 یا 711 تماس بگیرند. این تماس رایگان است.

日本語 (Japanese): 注意事項: 日本語を話される場合、無料の言語サービスをご利用いただけます。月曜日から金曜日、午前 8 時～午後 8 時に対応のカスタマーサービス(1-877-723-4795)までご連絡ください。TTY/TDD ご利用の方は、1-800-735-2929 または 711 に電話してください。通話料金は無料です。

Hmoob (Hmong): LUS CEEV:Yog koj hais lus Hmoob, peb muaj kev pab txhais lus pub dawb rau koj. Hu Rau Lub Chaw Pab Cuam Neeg Qhua rau ntwam 1-877-723-4795, hnuv Monday txog Friday, 8 teev sawv ntxov txog 8 teev tsaus ntuj. Tus xov tooj rau cov neeg TTY/TDD hu rau 1-800-735-2929 lossis 711. Yog tus xov tooj hu dawb.

ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi): ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਗਾਹਕ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 8 ਤੋਂ ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਤੇ, 1-877-723-4795 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। TTY/TDD ਵਰਤਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ 1-800-735-2929 ਜਾਂ 711 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਲ ਮੁਫਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

العربية (Arabic):

ملحوظة: إذا كنت تتحدث اللغة العربية، فإن خدمات المساعدة اللغوية متاحة لك مجاناً. اتصل بخدمة العملاء على الرقم 1-877-723-4795، من الإثنين إلى الجمعة، 8 ص إلى 8 م. مستخدم الهاتف النسي/جهاز الاتصال لضعاف السمع يمكنهم الاتصال على الرقم 1-800-735-2929 أو 711. اتصل مجاناً.

हिंदी (Hindi): ध्यान दें: अगर आप हिंदी बोलते हैं, तो आपके लिए भाषा सहायता सेवाएँ निःशुल्क उपलब्ध हैं। आप सोमवार से शुक्रवार, सुबह 8 बजे से रात के 8 बजे तक ग्राहक सेवा को 1-877-723-4795 पर कॉल कर सकते हैं। TTY/TDD उपयोगकर्ताओं को 1-800-735-2929 या 711 पर कॉल करना चाहिए। कॉल निःशुल्क है।

ภาษาไทย (Thai): เรียบ: หากท่านพูดภาษาไทย เรามีบริการความช่วยเหลือทางคำานภาษาโดยไม่มีค่าใช้จ่าย โทรติดต่อฝ่ายบริการลูกค้าที่ 1-877-723-4795 ได้ตั้งแต่วันจันทร์ถึงวันศุกร์ เวลา 08.00 น. ถึง 20.00 น. ผู้ใช้ TTY/TDD สามารถโทรติดต่อได้ที่ 1-800-735-2929 หรือ 711 โดยไม่มีค่าใช้จ่าย

ខ្មែរ (Mon-Khmer, Cambodian): ប្រមយកចិត្តទុកដាក់៖ ប្រសិនបើលោកអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ សេវាជំនួយផ្នែកភាសាមានផ្តល់ជូនលោកអ្នកដោយឥតគិតថ្លៃ។ សេវាផ្នែកទំនាក់ទំនងអតិថិជនតាមលេខ 1 877 723 4795 អាចរកបាន ពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់សុក្រ ម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ 8ល្ងាច។ អ្នកប្រើ TTY/TDD គួរតែទូរស័ព្ទមកលេខ 1 800 735 2929 ឬ 711 ។ ការហៅទូរស័ព្ទគឺឥតគិតថ្លៃ។

ພາສາລາວ (Lao): ເຊີນຊາບ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາບໍ່ເສຍຄ່າໃຫ້ແກ່ທ່ານ. ໃຫ້ໂທຫາ ຝ່າຍບໍລິການລູກຄ້າທີ່ເບີ 1-877-723-4795, ເຊິ່ງເປີດໃຫ້ບໍລິການ 7 ວັນຕໍ່ອາທິດ, ຕັ້ງແຕ່ 8 ໂມງເຊົ້າຫາ 8 ໂມງ ແລງ. ຜູ້ທີ່ໃຊ້ TTY/TDD ແມ່ນໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-735-2929 ຫຼື 711. ການໂທແມ່ນໂທພຣີ.