

County of Sacramento
Department of Health Services
Division of Behavioral Health Services

Navdeep S. Gill
County Executive

Peter Beilenson, MD, MPH, Director
Department of Health Services

Ryan Quist, Ph.D.
Behavioral Health Services Director
Division of Behavioral Health Services
7001-A East Parkway, Suite 400
Sacramento, CA 95823



Division of Behavioral Health Services

Cộng tác với



Community Support Team

Điện thoại: (916) 874-6015

Số fax: (916) 874-4639

California Relay Service: 711

Luôn luôn có nhân viên và phiên dịch viên song ngữ/song văn hóa miễn phí.

Chương trình này được tài trợ bởi Cơ quan Dịch vụ Sức khỏe Hành vi thông qua các cử tri chấp thuận Dự Luật 63, Dịch vụ Sức khỏe Tâm thần (MHSA).



Board of Supervisors

Phil Serna - *1st District*
Patrick Kennedy - *2nd District*
Susan Peters - *3rd District*
Sue Frost - *4th District*
Don Nottoli - *5th District*

Community Support Team

(916) 874-6015

Giờ mở cửa

Thứ hai – Thứ sáu: 8:00 sáng - 5:00 chiều

Giờ giấc có thể thay đổi dựa trên nhu cầu của cộng đồng.

Nhóm Community Support Team(CST) là một Prevention and Early Intervention Program. Chương trình này là một phần liên tục của các dịch vụ và hỗ trợ trong phạm vi Sacramento County's Suicide Prevention Project

Nhóm Community Support Team là ai?

Nhóm Community Support Team là sự kết hợp giữa quận hạt và nhân viên điều hành của cộng đồng liên kết thành một nhóm với một nền y tế đa dạng và nhiều kỹ năng tiếp xúc với cộng đồng. Bao gồm:

- ❖ Chuyên viên hỗ trợ với kinh nghiệm từng trải của bản thân, những người này có thể sử dụng câu chuyện về cuộc đời của chính họ để khích lệ hi vọng và hỗ trợ các cá nhân cần trợ giúp.
- ❖ Các nhà chuyên môn với kinh nghiệm y tế ở mọi lứa tuổi giúp đánh giá và cung cấp giấy giới thiệu đến những nơi hỗ trợ thích hợp.
- ❖ Chuyên viên hỗ trợ gia đình là những người với kinh nghiệm của họ giúp xây dựng nhịp cầu thông tin và sự liên lạc với thành viên trong gia đình, thành hệ thống gia đình thân thuộc và liên đới

Phục vụ cộng đồng Sacramento County nhằm:

- ❖ Chủ động chú trọng tới những dấu hiệu của khổ đau liên quan tới sự khủng hoảng.
- ❖ Nhận diện và tạo ra kết nối trong cộng đồng.
- ❖ Ưu tiên việc sử dụng sự hỗ trợ truyền thống và phi truyền thống cộng đồng
- ❖ Tăng cường khả năng phục hồi cá nhân khi đối mặt với các hoàn cảnh khó khăn.
- ❖ Tăng cường các kỹ năng tự lực và các nguồn trợ lực khác.
- ❖ Giải quyết vấn đề khó khăn và tìm hiểu hệ thống hướng dẫn giải quyết trở ngại đó .
- ❖ Tham gia các sinh hoạt nhằm nâng cao sự mãn nguyện trong cuộc sống và hạnh phúc hơn.

Nhóm Community Support Team giúp đỡ mọi người như thế nào?

- ❖ Đáp ứng những yêu cầu hỗ trợ của cá nhân, gia đình hay cộng đồng.
- ❖ Đưa ra đánh giá linh hoạt, dựa trên thực tiễn về nhu cầu.
- ❖ Xây dựng sức mạnh tự có của cá nhân, gia đình và cộng đồng, các kỹ năng và sự hỗ trợ thiết thực.
- ❖ Trợ giúp bằng cách tạo ra những kết nối và tìm hiểu hệ thống dịch vụ.
- ❖ Phòng ngừa hay giảm nguy cơ khiến cho căng thẳng tâm thần bằng việc xây dựng các nhân tố và kỹ năng bảo vệ.
- ❖ Đưa ra những cách tiếp cận “giúp đỡ trước tiên” nuôi dưỡng niềm hi vọng cho sự bình phục của cá nhân.
- ❖ Đưa ra sự can thiệp sớm để làm giảm hoặc tránh phát sinh nhu cầu đối với dịch vụ do cơn bệnh khủng hoảng.
- ❖ Tăng cường kết nối chủ động với sự tự nhận thức cần hỗ trợ.
- ❖ Giáo dục những cá nhân, thành viên gia đình chủ chốt hay hỗ trợ thiết thực để nâng cao sức khỏe và trạng thái khỏe mạnh.

Tuyên bố Sứ mệnh

Nhóm Community Support Team phục vụ cá nhân ở mọi lứa tuổi và đa dạng trong cộng đồng với những hỗ trợ, giáo dục, nguồn lực và kết nối tới các dịch vụ. Mục tiêu là cung cấp dịch vụ theo đúng tiêu chuẩn về văn hóa và ngôn ngữ để thúc đẩy sự bình phục, khả năng chịu đựng, trạng thái khỏe mạnh và giảm nguy cơ tự vẫn



Nguồn lực Cộng đồng

Sacramento County Info Line

(916) 498-1000 hay 211

Consumer Operated Warm Line

(916) 366-4668

National Warm Line

(855) 642-6222

Suicide Prevention Resources

Suicide Prevention Crisis Line

(916) 368-3111

hoặc

1-800-273-8255

National Suicide Prevention Line

1-800-273-TALK (8255)

hoặc

1-800-SUICIDE