

Chương trình Hỗ trợ Người chăm sóc Gia đình Các Hoạt động Cộng đồng: 2025-2026

Vui lòng liên hệ với Nhân viên Quản lý Hồ sơ (Case Manager) của quý vị để đăng ký tham dự hoặc tìm hiểu thêm về các sự kiện.

Huấn luyện

Công Cụ Hữu Ích cho Người Chăm Sóc: Khóa học dựa trên bằng chứng nhằm giúp người chăm sóc giảm căng thẳng. (Khóa học kéo dài 6 tuần)

Dành cho những cá nhân hiện đang chăm sóc người cao tuổi hoặc người mắc chứng Sa sút trí tuệ hay Alzheimer.

Ngày giờ: Từ ngày 5 tháng 8 - 9 tháng 9, 10:30 sáng đến 12 giờ trưa

Địa điểm: Trực tuyến

Liên hệ: Family.caregiver@multco.us

Dành cho người lớn tuổi chăm sóc trẻ em

Ngày giờ: Từ ngày 3 tháng 9 - 9 tháng 9, 10:30 sáng đến 12 giờ trưa

Địa điểm: Brentwood-Darlington Community Center

7211 SE 62nd Ave, Portland, OR 97206

Liên hệ: Kincare@impactnw.org hoặc gọi điện/nhắn tin

(971) 354-6562

STAR-Caregiver: Huấn luyện cá nhân, dựa trên bằng chứng, tập trung giải quyết các hành vi liên quan đến Alzheimer hoặc Sa sút Trí tuệ. Mục tiêu: giúp người chăm sóc biết cách làm giảm các hành vi khó khăn ở người được chăm sóc.

SAVVY Caregiver (Người chăm sóc Có hiểu biết) Chương trình này được thiết kế nhằm trang bị cho người chăm sóc trong gia đình kiến thức, kỹ năng và sự hỗ trợ cần thiết để chăm sóc người mắc bệnh Alzheimer hoặc Sa sút Trí tuệ. Đây là một chương trình có cấu trúc rõ ràng, giúp người chăm sóc hiểu về bệnh, xây dựng chiến lược tự chăm sóc, và học cách tạo ra “sự tham gia có ý nghĩa” cho những người thân yêu của họ.

Tổ chức Hỗ trợ

Người chăm sóc bệnh nhân Alzheimer hoặc Sa sút Trí tuệ:

Địa điểm: Trực tuyến

Ngày giờ: Gặp vào thứ Tư của tuần thứ 2 mỗi tháng. Từ 1-2 giờ chiều

Người cao tuổi (từ 55 tuổi trở lên) nuôi dạy trẻ em:

Địa điểm: Trực tuyến

Ngày giờ: Gặp vào thứ Ba của tuần thứ 2 mỗi tháng. 1-2 giờ chiều

Nhóm Hỗ Trợ Người Chăm Sóc Gia Đình Da Màu (Black Family Caregivers)

Địa điểm: Trực tuyến

Ngày giờ: Gặp vào thứ Năm của tuần thứ 2 mỗi tháng. 1-2 giờ chiều

Sự kiện

Memory Cafe: Không gian dành cho người mắc chứng Sa sút trí tuệ, Alzheimer hoặc mất trí nhớ cùng gia đình để gặp gỡ, giao lưu và tham gia hoạt động âm nhạc tương tác.

Không cần đăng ký trước. Tất cả người chăm sóc những cá nhân đang sống chung với bệnh Alzheimer, Sa sút Trí tuệ, hoặc mất trí nhớ đều được chào đón.

*Nếu quý vị là người mắc bệnh Alzheimer, Sa sút Trí tuệ hoặc mất trí nhớ, vui lòng đi cùng với người chăm sóc.

Memory Cafe Hollywood:

Địa điểm: Community for Positive Aging- 1820 NE 40th Ave, Portland, OR, 97212

Ngày/Giờ: Gặp vào thứ Năm của tuần thứ 4 mỗi tháng, từ 11:00 sáng - 12:30 trưa

Memory Cafe Cully:

Địa điểm: Providence Elderplace 5,119 NE 57th Ave, Portland, OR, 97,218

Ngày/Giờ: Gặp vào thứ Tư của tuần thứ 3 mỗi tháng, từ 1:00 - 2:30 giờ chiều

Nguồn lực của Chương trình Hỗ trợ Người thân Đóng vai trò Cha mẹ (Relatives as Parents Program, hoặc RAPP):

Oregon Kinship Navigator: Một nguồn lực toàn tiểu bang và dịch vụ giới thiệu cho ông bà nuôi cháu và những người chăm sóc khác

Trang web: oregonkinshipnavigator.org

E-mail: info@oregonkinshipnavigator.org

Điện thoại: 833-201-5557

Trường Cộng đồng SUN: Cung cấp chương trình sau giờ học, dịch vụ y tế và sức khỏe tâm thần, giáo dục người lớn, hoạt động giải trí, kho thực phẩm tình thương, hỗ trợ học tập, hoạt động ngoại khóa, hỗ trợ về thực phẩm, chỗ ở, chi phí năng lượng, và các hoạt động cho phụ huynh, gia đình.

*Chào đón mọi lứa tuổi, tập trung vào học sinh trong khu vực cộng đồng trường.

*Có thể tiếp cận SUN thông qua bất kỳ trường học nào.

Trang web: multco.us/programs/sun-community-schools

Impact Kincare: Hỗ trợ người từ 55 tuổi trở lên tại các quận Multnomah, Clackamas, Washington (Oregon) và Vancouver, WA đang chăm sóc cháu của họ, bất kể tình trạng ODHS, đồng thời cung cấp chương trình giáo dục, nhóm hỗ trợ, kết nối nguồn lực cộng đồng, v.v.

E-mail: kincare@impactnw.org

Điện thoại: 971-354-6562 (gọi hoặc nhắn tin)