

## SỨ MỆNH

Pacific Asian Counseling Services (PACS) cải thiện cuộc sống của các trẻ em và gia đình qua sự tư vấn và chăm sóc. Chúng tôi cung cấp các dịch vụ thích hợp với văn hóa và ngôn ngữ với sự chuyên môn về những cộng đồng di dân Á Châu Thái Bình Dương.



## CHÚNG TÔI CUNG CẤP CÁC DỊCH VỤ GÌ

Tư vấn cho cá nhân, gia đình và nhóm.

Buổi tham khảo tâm thần cho các thân chủ đã tham gia.

Các dịch vụ hỗ trợ:

- Quản lý hồ sơ
- Nối kết với các dịch vụ nhà cửa, nơi tạm trú, dịch vụ pháp lý, thức ăn và quần áo, v.v.
- Ghi danh cho các phúc lợi
- Hỗ trợ người cùng cảnh ngộ
- Sự giới thiệu

Sự hỗ trợ xin việc làm như viết hồ sơ việc làm, kỹ năng phỏng vấn và phát triển kỹ năng nghề nghiệp.

Chương trình người đến nhà cung cấp dịch vụ hướng dẫn làm cha mẹ tại nhà cho những cha mẹ mới sanh con.

Việc sử dụng các phong tục tâm linh và truyền thống như là một phần của phương pháp điều trị.

Các lớp hướng dẫn cha mẹ và các buổi hướng dẫn nhận biết về sức khỏe tâm thần.

Các dịch vụ đặc biệt dành cho những cá nhân có vấn đề về tinh thần và hành vi trầm trọng, bao gồm những người mới ra trại giam và/hoặc những cá nhân có vấn đề y tế, những người vô gia cư hoặc lạm dụng chất gây nghiện.

Các dịch vụ tại địa điểm trong trường học, tại nhà, những cơ sở và nơi do thân chủ yêu cầu.

Các dịch vụ cho những người bị tổn thương trước đây  
Tranh đấu cho sự kỳ thị về bệnh tâm thần.

## VÌ SAO CHÚNG TÔI PHỤC VỤ

PACS biết được là cuộc đời sẽ thay đổi khi có người lắng nghe và chăm sóc. Chúng tôi có một nhóm chuyên viên trong mọi lãnh vực như chuyên viên xã hội, chuyên viên trị liệu về hôn nhân và gia đình, bác sĩ tâm thần, và những người hỗ trợ như bạn bè, gia đình và cha mẹ. Chúng tôi biết rằng sự tham gia vào cộng đồng nơi thân chủ của chúng tôi sống rất quan trọng để hiểu được những khó khăn và thử thách của họ. Các dịch vụ được cung cấp trong các văn phòng của chúng tôi mà còn trong nhà của thân chủ, trong một khung cảnh trường học hoặc bất cứ nơi nào thân chủ cảm thấy thoải mái.

"PACS giúp những trẻ em gặp các vấn đề ở trường học cũng như là trong gia đình và cộng đồng. PACS giúp tôi với những vấn đề của tôi và họ cũng có thể giúp bạn. Tôi thường chơi với những trẻ em hư và điểm học tập xấu cũng như làm những việc xấu."

Một thanh thiếu niên nam

1 trong 5 người sẽ trải qua bệnh tâm thần trong suốt cuộc đời của họ. (National Institute of Mental Health, 2017)

Sự tự tử là nguyên nhân gây ra tử vong đứng thứ 10 trong Hoa Kỳ. Cho độ tuổi từ 10 đến 34, sự tự tử là nguyên nhân gây ra tử vong hàng thứ 2. (American Foundation for Suicide Prevention)

Cho những người Á Châu Thái Bình Dương ở độ tuổi từ 15-19, sự tự tử là nguyên nhân hàng đầu gây ra tử vong. (Centers for Disease Control and prevention 2016)

Bệnh trầm cảm được chẩn đoán 1 trong 4 người phụ nữ và 1 trong 6 người đàn ông. Đây là một yếu tố nguy hiểm nhất gây ra sự tự tử TUY VẬY chỉ có 1 trong 3 bệnh trầm cảm nặng được điều trị.

Hơn 70% người thanh niên Da Đen/Người Mỹ gốc Phi Châu bị trầm cảm nặng không nhận được sự điều trị cho tình trạng của họ. (SAMHSA)

"Tôi vừa mới chia tay với chồng của tôi và ông ta đánh tôi. Làn đánh đập này đã làm cho tôi nhớ lại hành động bạo hành trong gia đình trước đây của tôi. Tất cả đều trở lại và nổ như trái bom nổ chậm. Sự trị liệu tại PACS thật là khác. Một trong những điều mà tôi đã học được là cách tự chăm sóc... Tôi cũng muốn nói cho những người đang suy nghĩ xem là có nên nhận sự trị liệu hay không biết là - đừng sợ khi chấp nhận là mình cần được giúp." Một thân chủ của CalWORKS



Tiếp xúc với những bạo lực xảy đến cho gần 2 trong 3 trẻ em trong nước Hoa Kỳ mỗi năm. Sự tổn thương ảnh hưởng đến sức khỏe của trẻ và khả năng học tập đặc biệt là ở trẻ sơ sinh cho đến 3 tuổi. Rất nhiều các trẻ em sống ở những chỗ nghèo khó là nơi sự tổn thương xảy ra trong gia đình và/hoặc xung quanh khu vực lân cận mỗi ngày.

Sự kỳ thị, rào cản ngôn ngữ, sự nghèo khó, và không đủ phương tiện đã ngăn trở người Á Châu Thái Bình Dương và những nhóm người không được phục vụ tìm kiếm sự trợ giúp mặc dù tỷ lệ của vấn đề về sức khỏe tâm thần rất cao.

Vào cùng lúc này, chúng tôi thấy rất nhiều trẻ em, người lớn và gia đình được khỏe mạnh hơn khi nhận được sự chăm sóc. Các kết quả thành công này là nhịp đập con tim để PACS tiếp tục tiến tới.



## CHÚNG TÔI PHỤC VỤ NHỮNG AI

- \* Trẻ em và người lớn hội đủ tiêu chuẩn cho MediCal
- \* Thân nhân trong gia đình để họ có thể hiểu rõ hơn các vấn đề sức khỏe tâm thần của người thân
- \* Dân tộc và/hoặc các cộng đồng chưa được phục vụ

"...khi tôi mới đến Hoa Kỳ, tôi đã gặp các vấn đề sức khỏe về thể chất và tinh thần... Lúc trước, tôi thường hay chia cách mình nhưng bây giờ tôi cảm thấy thoải mái và tự tin hơn với gia đình và bạn bè..."

... Tôi cảm thấy tinh thần được chữa lành. Tôi giờ có thể đi học và đi làm... sau khi tham gia vào các buổi trị liệu, tôi không còn cảm thấy sợ sệt hoặc lo lắng."  
Một thân chủ người Campuchia trong chương trình INC



## CHÚNG TÔI PHỤC VỤ NHƯ THẾ NÀO

Cung cấp các dịch vụ tâm thần thích hợp với văn hóa và ngôn ngữ. Tùy theo địa điểm và nhân viên, dịch vụ ngôn ngữ của chúng tôi bao gồm:

- Tiếng Hoa (Quảng Đông, Đài Loan và Tiếng Quan Thoại)
- Tiếng Anh
- Tiếng Tagalog (Filipino)
- Tiếng Nhật
- Tiếng Khmer (Người Campuchia)
- Tiếng Đại Hàn
- Tiếng Samoan
- Tiếng Tây Ban Nha
- Tiếng Thái
- Tiếng Việt

**Giờ làm việc:**  
**9 am to 6 pm**  
**Thứ hai đến Thứ sáu**

Các giờ khác có thể sắp xếp theo hẹn.

## CHÚNG TÔI PHỤC VỤ Ở ĐÂU

Tọa lạc tại ba địa điểm trong Los Angeles, Long Beach và San Fernando Valley, PACS phục vụ cho Long Beach, Carson, các thành phố ở South Bay, Wilmington, San Pedro, Hawthorne, Torrance, Inglewood, Mar Vista, Venice, Culver City, Santa Monica, Westchester, Van Nuys, Chatsworth, Granada Hills, Pacoima, Panorama City, và Canoga Park.

### **Văn phòng chính – Los Angeles (gần Phi Trường LAX):**

8616 La Tijera Blvd., Ste. 200  
Los Angeles, CA 90045  
Số điện thoại: (310) 337-1550  
Số fax: (310) 337-2805

### **Văn Phòng tại Long Beach:**

3530 Atlantic Ave., Ste. 210  
Long Beach, CA 90807  
Số điện thoại: (562) 424-1886  
Số fax: (562) 424-2296

### **Văn Phòng tại San Fernando Valley:**

6931 Van Nuys Blvd., Ste. 200  
Van Nuys, CA 91405  
Số điện thoại: (818) 989-9214  
Số fax: (818) 989-9217

[www.pacsla.org](http://www.pacsla.org)

[info@pacsla.org](mailto:info@pacsla.org)

[www.facebook.com/pacsla](https://www.facebook.com/pacsla)

Tài liệu này được thực hiện do sự tài trợ từ Quỹ  
Santa Monica Nikkei Hall Fund.



# Pacific Asian Counseling Services

PACS TIN VÀO  
SỰ TÌM LẠI MỘT ĐỜI SỐNG  
HẠNH PHÚC VÀ  
ĐẦY Ý NGHĨA

