

社區健康公平倡議資源清單

一般資源

- 想要聯絡您所在社區的資源及服務，請[致電 2-1-1](tel:212)、使用[即時聊天](#)或者造訪 <https://www.mass211.org/>
- 想要搜尋與健康及社會服務需求相關的本地資源與服務，請造訪：<https://massachusetts.networkofcare.org/mh/services/index.aspx>
- 想要瞭解麻塞諸塞州西部的資源和服務，請造訪 **413 Cares**: <https://www.413cares.org/>

主題及社區特定資源

- [Asian Community Development Corporation \(ACDC\)](#) 提供各種計畫，在積累財富、購房、青少年倡權、社區組織以及規劃未來方面為居民提供指導。
- [Asian American Civic Association \(AACA\)](#) 為移民與波士頓居民提供職業訓練、英語課程以及社會服務。
- [Asian Task Force Against Domestic Violence](#) 提供全天候營運的多語言熱線、基於社區的服務、緊急庇護所，以及其他語言者英語課程。
- [Boston Chinatown Neighborhood Center, Inc. \(BCNC\)](#) 提供兒童托育、教育與勞動力倡議，以及家庭與社區參與等計畫和服務。
- [Southeast Asian Coalition of Central MA \(SEACMA\)](#) 提供就業訓練與職業幫助；在東南亞裔社區與大伍斯特地區社區之間架起橋樑；並為尋求幫助者的學業、經濟、情感、社會及文化需求提供支援。

有特殊健康需求的兒童及青少年：

- 為有殘疾以及有特殊健康需求的兒童和青少年及其家庭提供的健康與社會服務：<https://www.mass.gov/topics/services-for-children-and-youth-with-special-health-needs>

COVID-19：

- **COVID-19 更新資料、資訊和資源**，包括接種下一劑疫苗的地點：<https://www.mass.gov/covid-19-updates-and-information#get-help>
- 關於 **COVID 後及長期 COVID** 照護、支援和研究的資訊，請造訪：<https://northamptonma.gov/2402/Post-COVID-Long-Covid-Resources>

刑事法律體系：

- 為**刑事法律體系**個人的家人及朋友提供的資源，包括如何尋找與聯絡囚犯：<https://www.mass.gov/resources-for-family-and-friends-of-inmates>
- 為目前或以前涉及刑事法律制度的個人提供**法律與支援服務**：<https://www.hrw.org/news/2010/07/15/massachusetts-prison-resources>
- 有關**青少年法律問題及制度**的資源與資訊：<https://www.mass.gov/service-details/juvenile-justice-information>

殘疾：

- 關於**殘疾人權利、機會及資源**的資訊，包括住房、教育與政府服務方面的資訊：<https://www.mass.gov/info-details/disability-rights-access-resources>

- 與訓練和就業、社區生活與殘疾鑒定有關的服務：
<https://www.mass.gov/orgs/massachusetts-rehabilitation-commission>

就業：

- 關於工人權利與安全的資訊，包括帶薪家庭假和病假：
<https://www.mass.gov/topics/workers-rights-safety>
- 為 14-18 歲人員提供的童工法相關資訊：<https://www.mass.gov/service-details/massachusetts-laws-regulating-minors-work-hours>
- 要報告不安全的工作條件，請造訪：<https://www.mass.gov/how-to/file-a-workplace-complaint>，或致電 **Fair Labor Hotline**（公平勞工熱線）617-727-3465。週一至週五上午 10:00 至下午 4:00 提供服務。您的僱主不能因為您提出不安全工作條件投訴而對您進行報復。

食品及現金援助：

- 想要尋找當地的食品銀行，請造訪：<https://www.mass.gov/how-to/find-a-local-food-bank>，或致電 **Project Bread FoodSource Hotline**（麵包項目食品來源熱線）電話 800-645-8333 (TTY: 800-377-1292)。
- 想要申請 **SNAP** 福利（食品券），請造訪：<https://www.mass.gov/how-to/apply-for-snap-benefits-food-stamps>，或致電 **DTA Assistance Line**（DTA 援助熱線）877-382-2363。週一至週五上午 8:15 至下午 4:45 提供服務。
- 關於緊急 **SNAP** 福利的資訊：<https://www.mass.gov/service-details/emergency-snap-benefits>
- 想要申請 **WIC** 福利，請造訪：<https://www.mass.gov/how-to/apply-for-the-women-infants-children-wic-nutrition-program> 或致電 800-942-1007。

醫療保健服務：

- 想要續保您的 **MassHealth** 保險或瞭解您是否符合 MassHealth 的資格，請造訪：<https://www.mass.gov/masshealth-eligibility-redeterminations>，或致電 800-841-2900 (TDD/TTY: 711)。
- 想要獲得健康保險、醫療保健或藥品方面的協助，請致電 **Health Care for All Helpline**（全民健康照護熱線）800-272-4232，或在此填寫表格：<https://hcfama.org/health-insurance-help/>
- 為有 **Medicare** 的人及其家人提供的健康保險資訊及諮詢服務：
<https://www.mass.gov/health-insurance-counseling>
- 關於如何獲得墮胎醫療的資訊：<https://www.mass.gov/accessing-abortion-care-in-massachusetts>

住房援助：

- 想要申請庇護所服務，請致電 **Emergency Housing Assistance Program**（緊急住房援助計畫）電話 866-584-0653。週一至週五上午 8:00 至下午 5:00 提供服務，可提供翻譯服務。
- 關於緊急住房援助計畫和當地住房資源的資訊：<https://www.mass.gov/emergency-housing-assistance-programs>
- 有關如何獲得住房援助的資訊，包括租金援助和公共住房：
<https://www.mass.gov/guides/a-guide-to-obtaining-housing-assistance>

- 想要獲得針對無住所青少年或想要離家出走的青少年提供的幫助和支持，請致電 National Runaway Safeline（國家離家出走熱線電話）電話 1-800-786-2929，或發送簡訊 SAFE 和您目前的位置（地址，城市，州）至 44357(4HELP)。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。

移民和難民：

- 針對難民和移民提供的資源，包括財務、就業和教育資源：
<https://www.mass.gov/orgs/office-for-refugees-and-immigrants> 或致電 617-727-7888 (TTY: 617-727-8147)。週一至週五上午 9:00 至下午 5:00 提供服務。
- 移民資訊，包括法律資源：<https://www.boston.gov/departments/immigrant-advancement#get-help>
- 為難民、庇護者和移民提供的社區服務：<https://www.riacboston.org/>，或 617-238-2430。
• 難民和移民援助中心 (Refugee and Immigrant Assistance Center, RIAC) 在波士頓、林恩和伍斯特設有辦事處。
- 為移民和難民提供的教育資源，包括英語學習者兒童：
<https://www.doe.mass.edu/ele/families/>

網際網路：

- 想要瞭解您是否符合資格並透過聯邦通訊委員會 (Federal Communications Commission) 申請網際網路服務折扣，請造訪 <https://www.fcc.gov/acp>，或致電 Federal ACP Support Center（聯邦 ACP 支援中心）電話 877-384-2575。

LGBTQIA+ 資源：

- LGBTQIA+ 健康資源，包括特定於性 LGBTQIA+ 青少年的資源：[麻塞諸塞州 LGBTQ 青少年委員會 \(https://linktr.ee/malgbt\)](https://linktr.ee/malgbt)。
- 想要聯絡為跨性別者或性別質疑人員提供的社區支援和資源，請致電 Trans Lifeline（跨性別者生命熱線）電話 877-565-8860，或造訪 <https://translifeline.org/>
- 為 LGBTQIA+ 中老年人提供的當地資源，包括 Fenway Health LGBTQIA+ Aging Project（芬威健康 LGBTQIA+ 老年人計畫）：<https://fenwayhealth.org/the-fenway-institute/lgbtqia-aging-project/resources/>

心理健康：

- 想要獲得為處於困境中的人提供的保密支援、預防和危機資源，請致電 Suicide & Crisis Lifeline（自殺和危機生命熱線）電話 988，或造訪 <https://988lifeline.org/>
- 想要獲得最近的移動危機干預 (MCI) 團隊的聯絡資訊，以支援經歷心理健康或物質使用危機的人，請致電 877-382-1609。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。MCI 服務適用於有 MassHealth、Medicare 及其他某些保險計畫承保的人，以及未投保人士。
- 想要聯絡心理健康及藥物使用服務，請致電或發送簡訊至 Behavioral Health Help Line（行為健康幫助熱線）電話 833-773-2445 或造訪 masshelpline.com/chat 開始聊天。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。
- 想要獲得有關心理健康和藥物使用服務選擇的資訊以及尋找當地服務提供者，請造訪：
<https://www.mabhaccess.com/Home.aspx>
- 為受心理健康疾病影響的人及其家人提供的教育、支援和訓練：<https://namimass.org/>

極端高溫安全：

- 有關**如何在酷暑期間保持安全**的資訊，請造訪：<https://www.mass.gov/info-details/extreme-heat-safety-tips>

中老年人：

- 為**中老年人及其照護者**在他們選擇的社區生活和發展而提供的資源：<https://www.mass.gov/orgs/executive-office-of-elder-affairs>
- 想要聯絡**當地的老年服務機構**，請致電 **Executive Office of Elder Affairs**（老年事務執行辦公室）電話 617-727-7750 或 800-243-4636。週一至週五上午 9:00 至下午 5:00 提供服務。

育兒與家庭：

- 為學生及其家庭提供的**教育支援資源**：<https://www.doe.mass.edu/sfs/>
- 想要與某人談論**育兒壓力**或聯絡**當地育兒資源**，請造訪 <https://www.parentshelpingparents.org/stressline>，或致電 1-800-632-8188。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。
- 想要知道您的家庭是否符合資格以及申請**早期教育及照護經濟援助**，請造訪：<https://www.mass.gov/guides/early-education-and-care-financial-assistance-for-families>，或致電 877-211-6277 (TTY: 508-370-4890)。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。所有通話均免費且保密。提供多種語言翻譯服務。
- 想要尋找當地的**兒童照護資源及轉介機構**，請造訪：<https://www.mass.gov/service-details/child-care-resource-and-referral-agencies-crrs>
- **兒童福利**資訊：<https://www.mass.gov/service-details/child-welfare-information>

孕期及產後支援：

- 針對婦女及其家庭的**產期前後心理健康**資源，包括產後抑鬱症：<https://www.mass.gov/postpartum-depression>
- 如需在懷孕之前、期間和之後獲得**保密支援**，請致電 **National Maternal Mental Health Hotline**（全國孕產婦心理健康熱線）電話 1-833-852-6262。每週 7 天，每天 24 小時以英語及西班牙語提供服務。
- 想要尋找為**懷孕及失去嬰兒**的家庭提供的當地支援，請造訪 <https://nationalshare.org/massachusetts>

舉報虐待或人口販賣：

想要舉報在以下群體發生的個人傷害，請使用所提供的連結或電話號碼。

- **兒童（已知或疑似虐待或忽視）**：您可以在此處找到您當地的兒童和家庭部 (Department of Children and Families, DCF) 辦公室 <https://www.mass.gov/how-to/report-child-abuse-or-neglect>，或致電 **Child-at-Risk-Hotline**（危機兒童熱線）電話 800-792-5200。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。
- 住在社區裡的**老年人（60 歲或以上）**：請造訪 <https://www.mass.gov/how-to/report-elder-abuse> 聯絡老年人事務行政辦公室，或致電 800-922-2275。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。
- 在**療養院或醫院裡**的人：請致電公共衛生部電話 800-462-5540，或造訪 <https://www.mass.gov/how-to/file-a-complaint-regarding-a-hospital>

- 殘疾人士（18 至 59 歲）：請造訪 <https://www.mass.gov/reporting-abuse-and-neglect>，或致電 **Disabled Persons Protection Commission**（殘疾人士保障委員會）電話 800-426-9009。
。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。
- 可能是人口販賣受害者之人：請致電 Office of the Attorney General（總檢察長辦公室）電話 617-693-2011，或造訪 <https://www.mass.gov/service-details/human-trafficking-division-resources>

性暴力和／或家庭暴力：

- 想要獲得有關戀愛或性關係中的非意願性經歷或關係暴力或虐待方面的資訊、支援或援助，請致電 **SafeLink** 電話 877-785-2020，或使用 SafeLink 即時聊天功能，網址為 casaymyrna.org/chat。TTY: 877-521-2601。想要獲得西班牙文服務，請致電 800-930-9252。
。
- 想要獲得針對非意願性經歷提供的支援或幫助，請致電 **Sexual Assault Crisis Hotline**（性侵犯危機熱線）電話 800-656-4673，或造訪 www.rainn.org 使用線上聊天選項。
- 想要獲得戀愛或性關係暴力或虐待方面的支援或幫助，請致電 **Domestic Violence Hotline**（家庭暴力熱線）電話 800-799-7233，或造訪 <https://www.thehotline.org/help> 使用線上聊天選項。
- 想要獲得青少年（13-26 歲）戀愛或性關係方面的支援或幫助，請致電 **Love is Respect**（愛是尊重）電話 866-331-9474 (TTY: 866-331-8453)，發送簡訊 loveis 至 22522，或使用線上聊天：<https://www.loveisrespect.org/>
- 如果您對自己（或您生活中的某個人）對待他人的方式有疑慮，包括您正在約會、相處或結婚的人，請致電 **A Call for Change Helpline**（尋求改變通話熱線）電話 877-898-3411，發送電子郵件至 help@acallforchangehelpline.org，或造訪 acallforchangehelpline.org 學習如何成為一個安全伴侶。該熱線會對通話進行保密，全年 365 天上午 10:00 至晚上 10:00 提供服務。提供語言翻譯。
- 如果需要保密支援、指導或更多關於解決自己或您關心之人的性擔憂行為方面的資訊，請造訪 **Stop It NOW Helpline**（立刻停止幫助熱線）的網址 <http://www.stopitnow.org/help-guidance>，或致電 1-888-773-8368 與其聯絡。週一至週五中午 12:00 至下午 6:00 提供服務。
。

藥物使用：

- 想要獲得為藥物使用者、康復者及其親人提供的資源與支援，請造訪 <https://helplinema.org/>，或致電 **Massachusetts Substance Use Helpline**（麻塞諸塞州藥物使用幫助熱線）電話 800-327-5050。每週 7 天，每天 24 小時提供服務。
- 想要獲得為正在吸菸以及希望戒菸的人提供的資源與支援，請造訪 <https://makesmokinghistory.org/>，或致電 **Smokers' Helpline**（吸菸者幫助熱線）電話 1-800-784-8669
- 想要獲得為使用煙草並希望戒菸的青少年提供的資源與支援，請造訪 <https://ma.mylifemyquit.org/index>，或發送簡訊「Start My Quit」至 36072
- 想要尋找提供教育、社交活動和健康團體的當地同伴康復支援中心，請造訪：<https://www.mass.gov/info-details/peer-recovery-support-centers>

交通：

- 為社區成員提供的**交通服務**，包括中老年人、殘疾人、退伍軍人和通勤人士：
<https://www.mass.gov/im-looking-for-transportation>

退伍軍人：

- 為退伍軍人及其家屬提供的支援服務，包括**緊急經濟援助**：
<https://www.mass.gov/orgs/executive-office-of-veterans-services>

青少年及青壯年：

- 針對**各種體系中有親身經驗的青少年及青壯年**提供的支援和資源，包括心理健康、法律系統和教育：<https://youthmovemassachusetts.net/>
- 關於**全州青少年反煙草運動**的資訊：<https://the84.org/>
- 想要尋找當地失去父母或**照護者**方面的支援，請造訪：<https://nacg.org/find-support/>
- 有關**性健康和生殖健康**的資訊，包括**青春期、健康關係、性傳播疾病 (STD) 和節育**：
<https://www.plannedparenthood.org/learn/teens> or <https://amaze.org/>