

**/p1, col 1**

**Đơn Xin Làm Hội Viên**

Chọn một ô:

- Mới     Xin tiếp tục
- Người tiêu dùng, \$15
- Cá nhân/ Gia đình, \$35

Họ tên \_\_\_\_\_  
Địa chỉ 1 \_\_\_\_\_  
Địa chỉ 2 \_\_\_\_\_  
Thành phố \_\_\_\_\_  
Quận \_\_\_\_\_ Bưu chính \_\_\_\_\_  
Điện thư \_\_\_\_\_

**Tặng thêm:**

Xin tặng thêm từ \$25 trở lên cho NAMI Sacramento. Quà tặng của quý vị sẽ giúp cho chính quyền địa phương hỗ trợ người bị bệnh tâm thần.

Tổng cộng kèm theo .....\$......

**Gửi đơn này đến:**

NAMI Sacramento  
Membership Chair  
3440 Viking Drive, Suite 125  
Sacramento, CA 95827-2844

Đề tên người nhận tiền trên chi phiếu là: NAMI Sacramento  
NAMI Sacramento là tổ chức 501C(3). Tất cả những khoản đóng góp là tiền có thể khấu trừ thuế theo luật pháp.

**/p1, col 2**

Nami Sacramento  
3440 Viking Drive, Suite 125  
Sacramento, CA 95827-2844

**/p1, col 3**

Tiếng Nói Sacramento Trị Bệnh Tâm Thần

NAMI Sacramento  
3440 Viking Drive, Suite 125  
Sacramento, CA 95827-2844

☎ (916) 364-1642

✉ [office@namisacramento.org](mailto:office@namisacramento.org)

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

Không Có Dịch Vụ Dịch Thuật

**/p2, col 1**

**Quý Vị Không Đơn Độc**

NAMI Sacramento là tổ chức chuyên giúp đỡ người bệnh tâm thần, các gia quyến trong gia đình và cộng đồng rộng lớn hơn thông qua hàng loạt nhiều hoạt động toàn diện bao gồm:

- Hỗ trợ, giáo dục, nâng cao hiểu biết và nguồn lực cho những người đang phải đương đầu với tâm trạng thất vọng và tuyệt vọng của bệnh tâm thần
- Hợp tác với các gia đình và chuyên gia y tế để tìm biện pháp thiết thực cho họ chung sống với bệnh loạn chức năng não.
- Giảm sự cảm giác bị kỳ thị và tội lỗi liên quan đến bệnh thần kinh thông qua những diễn đàn cộng đồng, phát biểu cho quần chúng và các chương trình nâng cao kiến thức.
- Ủng hộ cung cấp nhà ở đủ điều kiện và hỗ trợ cho những người bị loạn chức năng não
- Ủng hộ pháp chế ở cấp địa phương, quận và quốc gia, các mức điều trị chất lượng cho những người bị loạn chức năng não

- Tăng cường nghiên cứu các biện pháp phòng ngừa, điều trị và hòa nhập trên mọi lĩnh vực của bệnh tâm thần

### **Hội Viên NAMI Sacramento**

Với tư cách là hội viên của NAMI Sacramento, quý vị sẽ có quyền tiếp cận với cộng đồng chuyên giúp đỡ chăm sóc sức khỏe tâm thần. Các lợi ích làm hội viên là:

- Nhận bản tin hàng tháng của chúng tôi
- Được phép mượn nhiều loại sách, sổ tay, băng ghi âm, đĩa DVD và CD
- Có cơ hội giáo dục
- Tham gia các sinh hoạt xã hội và dự án ngày nghỉ chuyên dành cho khách hàng và gia đình của họ
- Ghi danh lấy các tạp chí NAMI quốc gia và bản tin NAMI California.

**/p2, col 2**

### **Buổi Họp Hội Viên**

Các buổi họp toàn thể được tổ chức rộng rãi cho công chúng vào ngày Thứ Hai đầu tiên hàng tháng tại Thính Phòng Công Cộng của Sở Tiện Ích Thành Phố Sacramento (có chỉ dẫn đường đi trên [www.namisacramento.org](http://www.namisacramento.org)):

6201 Street

Sacramento, CA 95817

Các cuộc họp toàn thể có sự tham dự của các diễn giả với nhiều chủ đề bao gồm chiến lược điều trị, dược phẩm, chương trình nghiên cứu, dịch vụ của quận và thành phố, phục hồi tâm thần, đối phó với bệnh, phương cách thay thế nhà ở và dịch vụ chăm sóc trẻ em/thanh niên.

### **Nhóm Hỗ Trợ**

Buổi Họp Nhóm Hỗ Trợ dành cho người bệnh, gia quyến và bạn bè được tổ chức tại nhiều thời điểm và nhiều nơi khác nhau trên toàn quận Sacramento. Danh sách đầy đủ về các buổi họp hiện có sẵn trên mạng lưới và trong bản tin hàng tháng của chúng tôi. Quý vị có thể tải về các ấn phẩm bản tin cũ trên mạng lưới. Ghé thăm mạng lưới của chúng tôi tại địa chỉ:

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

## **Ủng Hộ Tích Cực**

NAMI ủng hộ tích cực hệ thống chăm sóc cải tiến chất lượng cuộc sống của những người bị loạn chức năng não. Chúng tôi chủ động tham gia ở cấp địa phương trong các chương trình như Đạo Luật Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Thần, phát triển các khóa học sức khỏe tâm thần và vấn đề liên quan đến hiệu quả và điều khoản chăm sóc sức khỏe tâm thần. Có rất nhiều diễn giả tham gia. Liên lạc với chúng tôi:

[other@namisacramento.org](mailto:other@namisacramento.org)

**/p2, col 2**

## **Giáo Dục và Huấn Luyện**

### **Gia Đình đến Gia Đình**

Chương Trình Giáo Dục Từ Gia Đình Đến Gia Đình NAMI là khóa học miễn phí kéo dài 12 tuần dành cho những người chăm sóc gia đình của người bị loạn chức năng não (bệnh tâm thần). Người trong gia đình được đào tạo sẽ giảng dạy khóa học. Chương trình giảng dạy từ gia đình-đến-gia đình tập trung vào chứng rối loạn tâm thần phân liệt (schizophrenia), rối loạn lưỡng cực (hưng trầm cảm), trầm cảm bệnh xá, rối loạn hoảng sợ và rối loạn ám ảnh cưỡng chế (obsessive compulsive disorder, hay OCD). Khóa học này thảo luận về điều trị bệnh xá của những bệnh này đồng thời giảng dạy kiến thức và kỹ năng cho người trong gia đình cần phải đối phó một cách hiệu quả.

### **Lớp Học Ngang Hàng**

Ngang Hàng (Peer-to-Peer) là một chương trình học độc đáo và dựa trên kinh nghiệm dành cho những người bị bệnh tâm thần nghiêm trọng muốn xây dựng và duy trì sức khỏe và khả năng bình phục của mình. Lớp Học Ngang Hàng bao gồm chín tiết học, mỗi tiết kéo dài hai giờ được ba nhà "cố vấn" đào tạo giảng dạy, là những người có kinh nghiệm cá nhân trong việc sống chung với bệnh tâm thần.

### **Hợp Tác với Cơ Quan Công Quyền**

Do nhiều bệnh nhân tâm thần phải đối mặt với nhân viên công quyền, NAMI sacramento tích cực hợp tác với quận trưởng và cảnh sát thành phố để chỉ dẫn các cảnh sát viên cách nhìn nhận và đối xử với bệnh nhân tâm thần. NAMI huấn luyện các phương pháp khả thi nhất để giao tiếp với bệnh nhân tâm thần trong cộng đồng và tìm cách xoa dịu tình trạng khủng hoảng.