

Hướng Dẫn về Nguồn Hỗ Trợ tại Khu Phố Người Hoa – Khu Quốc Tế (Chinatown International District)

Hướng dẫn này cung cấp thông tin về nguồn hỗ trợ dành cho người vô gia cư và người có thu nhập thấp và thu nhập cố định tại Khu Phố Người Hoa – Khu Quốc Tế (Chinatown International District, CID). Tất cả các địa chỉ được liệt kê trong hướng dẫn này đều ở Seattle. Xem hướng dẫn này trực tuyến tại <https://bit.ly/CID-resource-guide> hoặc quét mã QR bằng camera điện thoại:



City of Seattle

Cập nhật lần cuối tháng 12 năm 2025

Mục lục

Các Số Điện Thoại Giúp Tìm Kiếm Nguồn Hỗ Trợ và Dịch Vụ...4



Thông Tin Liên Lạc về An Toàn cho các Trường Hợp Không

Khẩn Cấp trong Khu Phố 7



Đường Dây Hỗ Trợ Khủng Hoảng Sức Khỏe Tinh Thần 13



Trung Tâm Tạm Trú Ban Đêm 16



Trung Tâm Ban Ngày 20



Tổ Chức Dịch Vụ Xã Hội..... 25



Hỗ Trợ Thực Phẩm và Nhu Yếu Phẩm..... 31



Dịch Vụ Hỗ Trợ Nạn Nhân Bạo Lực Gia Đình..... 38



Các Nguồn Hỗ Trợ về Y Tế và Chăm Sóc Sức Khỏe..... 41



Nhà Vệ Sinh và Nhà Tắm..... 53



Chăm Sóc Thú Nuôi 56



Tủ Đựng Đồ 57



Hỗ Trợ Đi Lại..... 58

Các Nguồn Hỗ Trợ Khác Trong Khu Phố..... 63

Chú thích:



Dịch vụ phiên dịch được cung cấp miễn phí*



Tổ chức tôn giáo



Nguồn hỗ trợ tại Khu Phố Người Hoa – Khu Quốc Tế (CID)

*Quý vị sẽ cần nói tên ngôn ngữ mình cần bằng tiếng Anh khi liên hệ với một tổ chức có biểu tượng phiên dịch miễn phí bên cạnh.

Lời cảm tạ

Hướng dẫn này được cung cấp thông qua sự cộng tác với cộng đồng Khu Phố Người Hoa – Khu Quốc Tế, các tổ chức cộng đồng, và Thành Phố Seattle. Phần lớn thông tin trong hướng dẫn này có trong **The Emerald City Resource Guide by Real Change (Hướng Dẫn về Nguồn Hỗ Trợ tại Thành Phố Emerald City của Real Change)**.

Các Số Điện Thoại Giúp Tìm Kiếm Nguồn Hỗ Trợ và Dịch Vụ

Điều Phối Viên Chăm Sóc Tiếp Cận Cộng Đồng

REACH: Ashley Shepherd



- Số điện thoại: 206-715-3795
- Email: [**Ashleys@etsreach.org**](mailto:Ashleys@etsreach.org)
- REACH xây dựng mối quan hệ với những người đang trải qua tình trạng vô gia cư và kết nối họ với các dịch vụ hỗ trợ mà họ cần.
- Ashley giúp quý vị đăng ký nhận trợ cấp, nhận ID, điện thoại, và thẻ An Sinh Xã Hội cũng như tìm trung tâm tạm trú nếu có.



211

- Số điện thoại: 211
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều
- 211 cung cấp thông tin về tất cả các dịch vụ y tế và nhân sinh tại Quận King, chẳng hạn như thực phẩm, nhà ở, nhu cầu tài chính bao gồm hóa đơn tiện ích, và hỗ trợ pháp lý.
- Có phiên dịch bằng tiếng Tây Ban Nha. Để yêu cầu dịch vụ phiên dịch bằng các ngôn ngữ khác, vui lòng bấm số 7. Hệ thống sẽ yêu cầu



quý vị nhập mã bưu điện (zip code) hoặc nhấn phím # để được kết nối với tổng đài.

- Thời gian chờ có thể lâu hơn 20 phút. Thời gian chờ có thể lâu hơn vào tuần đầu tiên của mỗi tháng.

Văn Phòng Dịch Vụ Khách Hàng của Thành Phố Seattle (City of Seattle Customer Service Bureau, CSB)



- Số điện thoại: 206-684-2489
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều
- Liên hệ với CSB hoặc tải xuống **ứng dụng di động Find It, Fix It** để yêu cầu dịch vụ xóa bỏ graffiti hoặc dọn dẹp rác thải bất hợp pháp, hoặc để chia sẻ lời khen, khiếu nại hoặc nhận xét.

Trung Tâm Nguồn Hỗ Trợ Cộng Đồng (Community Resource Center) tại Tòa Án Thành Phố Seattle



- Số điện thoại: 206-684-9291
- Địa chỉ: 600 5th Avenue, Tầng 2, Phòng 235
- Giờ làm việc: Thứ Hai, Thứ Tư, 8:30 sáng – 4:30 chiều (đóng cửa: 12:00 trưa – 1:00 chiều)

- Người dân có thể đến mà không cần lấy hẹn trước
- Quý vị có thể nhận nhu yếu phẩm và các dịch vụ hỗ trợ tại Trung Tâm Nguồn Hỗ Trợ Cộng Đồng bao gồm:
 - Thực phẩm và quần áo khẩn cấp
 - Giới thiệu về nhà ở/trung tâm tạm trú và giới thiệu việc làm
 - Sức khỏe và vệ sinh
- Nhân viên Sở Y Tế Công Cộng có mặt tại địa điểm vào Thứ Hai và Thứ Tư, 9:00 sáng – 12:00 trưa
 - Trợ cấp thực phẩm và các nguồn hỗ trợ khác của Sở Dịch Vụ Xã Hội và Y Tế (Department of Social and Health Services, DSHS)
- DSHS hiện có mặt tại địa điểm từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8:30 sáng – 3:30 chiều



Thông Tin Liên Lạc về An Toàn cho các Trường Học Không Khẩn Cấp trong Khu Phố

Đối với các trường học khẩn cấp hoặc đe dọa đến tính mạng, hãy gọi 911.

Quản Lý An Toàn Cộng Đồng của CID:

Christopher Yip



- Số điện thoại: 206-202-8048
- Email: christopher@cidbia.org
- Quản Lý An Toàn Cộng Đồng hỗ trợ các thành viên cộng đồng và doanh nghiệp kết nối với các phòng ban của Thành Phố Seattle, các tổ chức cộng đồng và cơ quan cung cấp dịch vụ để giải quyết các vấn đề liên quan đến an toàn công cộng. Ngoài ra, Christopher còn quản lý Chương Trình Đại Sứ và Dự Án Can Thiệp Phòng Ngừa Tội Phạm Thông Qua Thiết Kế Môi Trường (Crime Prevention Through Environmental Design, CPTED) tại khu vực CID.

Đại Sứ Khu Vực Cải Thiện Kinh Doanh Khu Phố
Người Hoa – Khu Quốc Tế (Chinatown
International District Business Improvement Area,
CIDBIA)



- Số điện thoại: 206-202-7314
(gọi hoặc nhắn tin)
- Giờ làm việc: 2:00 chiều – 10:00 tối, hằng ngày
- Khi nào nên liên hệ với Đại Sứ:
 - Quý vị cảm thấy không an toàn hoặc không thoải mái trong một tình huống
 - Có người cần giúp đỡ (chỗ ở, thức ăn, chăm sóc y tế)
 - Quý vị không chắc cách xử lý tình huống một cách an toàn
 - Cần giảm leo thang xung đột

Đường Dây Báo Cáo các Trường Hợp Liên Quan
Đến Thù Ghét hoặc Thành Kiến – Trung Tâm Thông
Tin và Dịch Vụ Trung Quốc (Chinese Information
and Service Center, CISC)



- Để báo cáo ẩn danh các trường hợp liên quan đến thù ghét và thành kiến, hãy liên hệ với nhân viên Trung Tâm Thông Tin và Dịch Vụ Trung Quốc (Chinese Information and Service Center, CISC) qua số:

- Tiếng Trung hoặc tiếng Anh: 206-886-2667
- Tiếng Nga hoặc tiếng Anh: 425-326-9479
- Tiếng Ukraina hoặc tiếng Anh: 425-326-9479
- Tiếng Việt hoặc tiếng Anh: 206-294-9053
- Tiếng Hàn hoặc tiếng Anh: 425-381-2553
- Tiếng Samoa hoặc tiếng Anh: 206-653-1936
- Tiếng Fiji hoặc tiếng Anh: 206-653-1936
- Tiếng Tagalog hoặc tiếng Anh: 206-722-9372
- Hoặc gửi email đến **antihb@cisc-seattle.org**
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:30 sáng – 5:30 chiều. Vui lòng để lại lời nhắn trong giờ nghỉ. Có thể mất một ngày làm việc để nhân viên gọi lại cho quý vị.
- CISC và Liên Minh Chống Thù Ghét và Thành Kiến (Coalition Against Hate and Bias) không phải là dịch vụ khẩn cấp. Nếu quý vị gặp nguy hiểm, hãy gọi 911.

Chương Trình Chuyển Hướng với Sự Hỗ Trợ từ Cơ Quan Thực Thi Pháp Luật (Law Enforcement Assisted Diversion, LEAD)

- LEAD làm việc với những cá nhân mà hành vi vi phạm pháp luật hoặc gây ra vấn đề của họ xuất phát từ các vấn đề sức khỏe hành vi chưa được giải quyết và/hoặc tình trạng nghèo đói lâu năm. LEAD sử dụng phương pháp quản lý hồ sơ chuyên sâu, lâu dài để hỗ trợ khách hàng. LEAD hiện có thể tiếp nhận các trường hợp giới thiệu từ cộng đồng nếu có khả năng, sau khi tiếp nhận các trường hợp giới thiệu từ cơ quan thực thi pháp luật.
- Vui lòng gửi email đến **LEADReferrals@wearepda.org** để biết thêm thông tin về cách giới thiệu mọi người đến chương trình này.

THÔNG TIN LIÊN LẠC CHO CÁC TRƯỜNG HỢP KHÔNG KHẨN CẤP CỦA SỞ CẢNH SÁT SEATTLE
Điều Phối Viên về Tội Phạm Do Thành Kiến

- Số điện thoại: 206-684-5621
- Email: **SPD_Hatecrimes@seattle.gov**
- Gọi 911 để báo cáo tội phạm do thành kiến cho Sở Cảnh Sát Seattle. Sau khi nhận được số hồ sơ báo cáo sau khi gọi 911, vui lòng gửi

email đến **SPD_Hatecrimes@seattle.gov** để biết thông tin cập nhật về quá trình điều tra vụ việc của quý vị.

- Đơn Vị Phụ Trách Tội Phạm Do Thành Kiến (Bias Crime Unit) cung cấp thông tin về những điều cần biết khi gọi 911, các nguồn hỗ trợ sẵn có thông qua sở cảnh sát, an toàn cá nhân cũng như thông tin về tội phạm do thù hận.

Liên Lạc Viên An Toàn Công Cộng của CID:

Monica Ly

- Số điện thoại: 206-369-0489
- Email: **monica.ly@seattle.gov**
- Monica hỗ trợ việc triển khai Kế Hoạch Hành Động An Toàn Công Cộng của CID và tạo điều kiện liên lạc giữa Sở Cảnh Sát Seattle và cộng đồng. Vui lòng liên hệ với Monica nếu quý vị muốn sắp xếp một buổi tập huấn về an toàn bằng ngôn ngữ của quý vị, cần hỗ trợ báo cáo 911 trực tuyến, hoặc những lo ngại về an toàn nói chung.



Điều Phối Viên Phòng Chống Tội Phạm:

Barb Biondo

- Số điện thoại: 206-233-0015
- Email: **barbara.biondo@seattle.gov**
- Barb cung cấp dịch vụ phòng chống tội phạm miễn phí cho cư dân, doanh nghiệp và chủ sở hữu bất động sản trong cộng đồng. Liên hệ với Barb để biết thông tin về Đánh Giá An Ninh Tòa Nhà, Huấn Luyện về An Toàn Cá Nhân, cách gọi 911, và thành lập nhóm Giám Sát Khu Phố (Neighborhood Watch).



Đường Dây Hỗ Trợ Khủng Hoảng Sức Khỏe Tinh Thần

Đường Dây Phòng Chống Tự Sát và Trợ Giúp Khủng Hoảng 988



- Số điện thoại: 988
- Giờ làm việc: 24 giờ một ngày
- Có thể gọi điện, nhắn tin hoặc trò chuyện để chăm sóc và hỗ trợ bất kỳ ai đang gặp khó khăn về sức khỏe tinh thần, căng thẳng về mặt cảm xúc, lo ngại về việc sử dụng rượu hoặc ma túy, hoặc chỉ đơn giản là cần người để trò chuyện.
- Để sử dụng dịch vụ trò chuyện, vui lòng truy cập: **988lifeline.org**.

Crisis Connections Line (Đường Dây Hỗ Trợ Những Người Gặp Khủng Hoảng)



- Số điện thoại: 866-427-4747
- Giờ làm việc: 24 giờ một ngày
- Crisis Connections kết nối những người đang gặp khủng hoảng về thể chất, tinh thần, và tài chính với các dịch vụ hỗ trợ phù hợp.

Crisis Text Line (Đường Dây Hỗ Trợ Những Người Gặp Khủng Hoảng Qua Tin Nhắn)



- Số điện thoại: Soạn tin nhắn HOME và gửi đến 741741
- Crisis Text Line phục vụ bất kỳ ai đang gặp phải bất kỳ dạng khủng hoảng nào và cung cấp khả năng tiếp cận dịch vụ hỗ trợ miễn phí, 24/7 qua tin nhắn.
- Được hỗ trợ bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha.

Never Use Alone - Đường Dây Hỗ Trợ Phòng Ngừa Quá Liều

- Số điện thoại: 877-696-1996
- Giờ làm việc: 24 giờ
- Never Use Alone là số điện thoại miễn phí cung cấp các dịch vụ phòng ngừa và phát hiện quá liều, cấp cứu và can thiệp y tế cho những người sử dụng ma túy khi đang ở một mình.

Trevor Project Lifeline (Đường Dây Trợ Giúp của Dự Án Trevor)

- Số điện thoại: 1-866-488-7386
- Giờ làm việc: 24 giờ một ngày

- Trevor Project kết nối mọi người với các chuyên gia tư vấn được đào tạo, những người hiểu rõ những thách thức mà giới trẻ LGBTQ phải đối mặt. Tất cả các cuộc trò chuyện đều được bảo mật, và quý vị có thể chia sẻ nhiều hay ít tùy thích.



Trung Tâm Tạm Trú Ban Đêm

Trung Tâm Tạm Trú Bread of Life Mission

- Địa chỉ: 97 S Main St
- Số điện thoại: 206-682-3579, số máy phụ 100
- Giờ mở cửa: Vui lòng đến từ 9:00 sáng đến 3:00 chiều, từ Thứ Hai đến Thứ Sáu để yêu cầu giường.
 - Có trung tâm tạm trú qua đêm dành cho nam giới. Quy trình tiếp nhận bao gồm bước đánh giá. Không cần có giấy tờ tùy thân.
 - Cư dân tại trung tâm tạm trú có thể được cung cấp bữa ăn, dịch vụ thư tín, và tủ đựng đồ có khóa.



Đường Dây Tiếp Nhận Cộng Đồng Trung Tâm Tạm Trú Khẩn Cấp Dành Cho Gia Đình Của Quận King (King County Family Emergency Shelter Community Intake Line)



- Số điện thoại: 206-245-1026
- Giờ mở cửa: Hằng ngày, 8:30 sáng – 11:30 tối
- Các địa điểm tạm trú khác nhau

- Đường dây này cung cấp trung tâm tạm trú khẩn cấp cho những người đang mang thai hoặc có trẻ em dưới 18 tuổi đang sống ngoài trời hoặc trong ô tô.
- Quý vị có thể gọi đến đường dây tiếp nhận để được thêm tên vào danh sách chờ hằng ngày để được gọi lại từ Trung Tâm Tạm Trú của Quận King. Các yêu cầu về ID và giấy tờ có thể khác nhau tùy thuộc vào địa điểm trung tâm tạm trú.
- Việc đặt trước giường cho cùng ngày yêu cầu không được đảm bảo.

Operation Nightwatch



- Địa chỉ: 302 14th Ave S
- Số điện thoại:
 - Thông tin trung tâm tạm trú: 206-329-2099
 - Thông tin chung về chương trình: 206-323-4359
- Giờ mở cửa:
 - Bữa tối: 8:00 tối – 9:15 tối hằng đêm
 - Giới thiệu đến trung tâm tạm trú tùy theo số chỗ còn trống: nam giới đăng ký trực tiếp lúc 7:45 tối mỗi đêm; nữ giới đăng ký

trực tiếp lúc 7:45 tối, từ Thứ Hai đến Thứ Sáu.

- Operation Nightwatch cung cấp số lượng giới hạn các lượt giới thiệu đến trung tâm tạm trú mỗi đêm. Không yêu cầu giấy tờ tùy thân hợp lệ, nhưng được khuyến khích nếu có.
- Tổ chức này cũng cung cấp bữa ăn hằng đêm cho tối đa 150 người và nhà ở lâu dài cho người cao tuổi từ 62 tuổi trở lên thuộc mọi giới tính.
- Dịch vụ chỗ ở và bữa ăn đều miễn phí. Nhà ở lâu dài cho người cao tuổi có giá thuê hằng tháng thấp.

Seattle's Union Gospel Mission

- Số điện thoại tiếp nhận: 206-501-4357, sau đó nhấn số 1
 - Gọi đến số điện thoại này để được sàng lọc và giới thiệu đến trung tâm tạm trú. Các trung tâm tạm trú nằm ở Trung Tâm Thành Phố (Downtown), Capitol Hill, và các khu vực khác.
 - Nhấn số 2 để được hỗ trợ bằng tiếng Tây Ban Nha.
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều; đóng cửa vào các ngày lễ.



TRUNG TÂM GIÚP LÀM TỈNH TÁO

Dịch Vụ Nhân Sinh Pioneer - Trung Tâm Chuyển Hướng của Quận King (Pioneer Human Services - King County Diversion Center)

- Địa chỉ: 400 Yesler Way
- Số điện thoại: 206-349-0165
- Giờ làm việc: Hằng ngày, 5:00 chiều – 7:00 sáng; ngừng nhận các trường hợp tự giới thiệu và do bệnh viện giới thiệu vào lúc 1:30 sáng
- Trung tâm này cung cấp một nơi cho những người vô gia cư lâu năm và say xỉn có thể tỉnh táo lại và ngủ. Không cần nộp đơn đăng ký. Các dịch vụ bao gồm trung tâm chuyển hướng được giám sát y tế, nơi ngủ, thực phẩm, giới thiệu đánh giá rối loạn sử dụng chất gây nghiện và sức khỏe tinh thần, giới thiệu tư vấn bên ngoài, quản lý trường hợp chuyên sâu, và nhà ở.



Trung Tâm Ban Ngày

Trung Tâm Ban Ngày cung cấp nơi để những người vô gia cư có thể nghỉ ngơi trong ngày.

Giờ mở cửa và các dịch vụ (bao gồm ăn uống, tắm rửa, giới thiệu đến dịch vụ cung cấp nhà ở) khác nhau tùy theo địa điểm. Gọi đến số điện thoại bên dưới để biết thêm thông tin.

Compass Day Center

- Địa chỉ: 210 Alaskan Way (tìm cổng vòm màu cam)
- Địa chỉ nhận thư: 77 S Washington St
- Số điện thoại:
 - Trung Tâm Ban Ngày: 206-474-1630
 - Trung Tâm Vệ Sinh: 206-474-1680
- Giờ mở cửa:
 - Trung Tâm Ban Ngày và Dịch Vụ Thư
Tín: Thứ Hai – Thứ Sáu, 9:00 sáng – 4:00 chiều
 - Trung Tâm Vệ Sinh: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:30 sáng – 4:00 chiều và Thứ Bảy, 8:00 sáng – 12:00 trưa
 - Đóng cửa vào ngày lễ



- Trung tâm này cung cấp dịch vụ thư tín, quản lý trường hợp, giới thiệu nơi ở và nhà ở, tắm và giặt, tiếp cận các chuyên gia y tế, bữa trưa và bữa tối miễn phí từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, (chỉ có bữa trưa vào Thứ Bảy), v.v. cho những người vô gia cư hoặc không có nơi ở ổn định. Người lớn độc thân từ 18 tuổi trở lên.

Trung Tâm Tiếp Nhận Lew Middleton thuộc
Trung Tâm Dịch Vụ Khẩn Cấp Downtown
(Downtown Emergency Service Center, DESC)
(phòng khám tại 216 James St)



- Địa chỉ: 216 James St
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 9:00 sáng – 2:00 chiều
- Trung Tâm Tiếp Nhận cung cấp bữa ăn nóng, nơi giặt quần áo, tắm rửa và vệ sinh cho những người vô gia cư đã đăng ký hoặc muốn đăng ký vào một trong các chương trình sức khỏe tinh thần hoặc rối loạn sử dụng chất gây nghiện của DESC.
- Quý vị có thể đăng ký tham gia vào chương trình sức khỏe tinh thần Hỗ Trợ, Vận Động, Phát Triển và Việc Làm (Support, Advocacy,

Growth and Employment, SAGE) của DESC hoặc Mạng Lưới Điều Trị Opioid tại đây.

Thư Viện Chi Nhánh Khu Quốc Tế / Khu Phố Người Hoa

- Địa chỉ: 713 8th Ave S
- Số điện thoại: 206-386-1300
- Giờ mở cửa: Thứ Bảy – Thứ Năm: 10:00 sáng – 6:00 tối; đóng cửa vào Thứ Sáu
- Dịch vụ: máy tính công cộng miễn phí, Wi-Fi, máy photocopy màu, máy quét, và in ấn cũng như phòng vệ sinh đơn dành cho mọi giới tính



Trung Tâm Ban Ngày Jefferson của Salvation Army (Salvation Army Jefferson Day Center)

- Địa chỉ: 420 4th Ave
- Số điện thoại: 206-338-5707
- Giờ mở cửa: Hằng ngày, 7:00 sáng – 5:00 chiều (bao gồm cả ngày lễ)
- Đến trực tiếp để được giới thiệu đến trung tâm tạm trú nâng cao của Salvation Army. Ai đến trước sẽ được nhận dịch vụ trước. Trung tâm tạm trú nâng cao cung cấp các dịch vụ quản lý



trường hợp, tìm nhà ở, và bữa ăn (mà trung tâm ban ngày không cung cấp).

- Dịch vụ tắm, giặt, tìm trung tâm tạm trú được cung cấp vào giờ mở cửa của trung tâm ban ngày. Dịch vụ phiên dịch chỉ được cung cấp khi đến trực tiếp.

Đường Dây Nóng Hướng Dẫn Tìm Trung Tâm Tạm Trú Trong Thời Tiết Khắc Nghiệt



- Số điện thoại: 206-245-1026
- Giờ làm việc: Hằng ngày từ 8:00 sáng – 11:30 tối trong trường hợp thời tiết khắc nghiệt/khẩn cấp

Bất kỳ ai cũng có thể sử dụng đường dây nóng này trong các đợt thời tiết khắc nghiệt để biết thông tin về trung tâm tạm trú và hướng dẫn đến các địa điểm tạm trú.

YWCA - Trung Tâm Ban Ngày của Angeline (YWCA - Angeline's Day Center)



- Địa chỉ: 2030 3rd Ave
- Số điện thoại: Lễ tân: 206-436-8650
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 10:00 sáng – 4:00 chiều; đóng cửa vào Thứ Bảy và Chủ Nhật

- Trung Tâm Ban Ngày của Angeline cung cấp dịch vụ tắm, giặt, và bữa trưa. Không cần lấy hẹn trước và ai đến trước sẽ được nhận dịch vụ trước.
- Quý vị có thể được tiếp cận trung tâm tạm trú qua đêm trực tiếp (bao gồm bữa ăn), nếu còn chỗ.



Tổ Chức Dịch Vụ Xã Hội

Các tổ chức này cung cấp nhiều dịch vụ phù hợp với văn hóa có thể bao gồm các bữa ăn, sức khỏe hành vi và tinh thần, chăm sóc sức khỏe, quản lý trường hợp, hỗ trợ nhà ở, tư vấn, v.v. Liên hệ với một tổ chức để biết thêm thông tin về các chương trình và dịch vụ cụ thể mà họ cung cấp. Các dịch vụ được cung cấp miễn phí trừ khi có ghi chú khác.

Dịch Vụ Tư Vấn và Giới Thiệu Châu Á (Asian Counseling and Referral Service, ACRS)

- Địa chỉ: 3639 Martin Luther King Jr Way S
- Số điện thoại: 206-695-7600
- Giờ làm việc: 9:00 sáng – 4:00 chiều, Thứ Hai – Thứ Sáu, chỉ theo lịch hẹn
- ACRS tổ chức các dịch vụ và chương trình cho toàn bộ cộng đồng người Mỹ gốc Á và Quần Đảo Thái Bình Dương, cung cấp dịch vụ đào tạo nghề nghiệp, sức khỏe tinh thần, và dịch vụ dành cho thanh thiếu niên.
- **Ngân Hàng Thực Phẩm của Dịch Vụ Tư Vấn và Giới Thiệu Châu Á (Asian Counseling and Referral Service Food Bank)**

- Địa chỉ: 800 S Weller St



- Giờ mở cửa: Thứ Tư và Thứ Sáu, 10:00 sáng – 1:00 chiều

Chief Seattle Club

- Địa chỉ: 410 2nd Ave Extension S
- Số điện thoại: 206-715-7536, vui lòng để lại lời nhắn nếu quý vị gọi sau 2:00 chiều.
- Giờ mở cửa:
 - Dịch vụ không cần lấy hẹn trước: Hằng ngày, 7:00 sáng – 2:00 chiều
 - Bữa sáng: Hằng ngày, 8:00 – 9:15 sáng
 - Bữa trưa: Hằng ngày, 12:00 trưa – 12:45 chiều
 - Dịch vụ vệ sinh: Hằng ngày: 7:00 sáng – 1:00 chiều
- Chief Seattle Club là tổ chức do Người Bản Địa lãnh đạo hỗ trợ người Mỹ Bản Địa và người Alaska Bản Địa.



Trung Tâm Thông Tin và Dịch Vụ Trung Quốc (Chinese Information and Service Center, CISC)

- Địa chỉ: 611 S Lane St
- Số điện thoại: 206-624-5633
- Giờ mở cửa:
 - Văn phòng: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:30 sáng – 5:00 chiều



- Phòng tư vấn pháp lý: Thứ Ba, 5:30 chiều – 7:30 tối; vui lòng gọi số 425-289-8608 để đặt lịch hẹn
- CISC cung cấp Chương Trình Hỗ Trợ Gia Đình, hỗ trợ và giáo dục người nhập cư, các chương trình dành cho thanh thiếu niên sau giờ học, v.v.

Chương Trình Tiếp Cận Y Tế Cộng Đồng
(Community Health Access Program, CHAP) -
Quận King



- Địa chỉ: Sở Y Tế Công Cộng — Seattle và Quận King;
401 5th Ave, Suite 1000
- Số điện thoại: 1-800-756-5437
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều (đóng cửa từ 1:00 – 2:00 chiều); Thứ Bảy tuần thứ 1 và tuần thứ 3 hằng tháng, 10:00 sáng – 2:00 chiều.
- CHAP là một chương trình hỗ trợ qua điện thoại phục vụ cư dân Quận King. CHAP hỗ trợ mọi người đăng ký bảo hiểm y tế, các chương trình đi lại bằng phương tiện giao thông công cộng được giảm giá, thực phẩm và các chương trình khác.

Cơ Quan Phát Triển Cộng Đồng Interlm - Ngăn Chặn Trục Xuất



- Số điện thoại: 206-623-5132
- Giờ mở cửa: Thứ Hai, Thứ Ba, Thứ Năm và Thứ Sáu, 9:00 sáng – 5:00 chiều (đóng cửa từ 12:30 – 1:30 chiều)
- Địa chỉ: 601 S King Street #305 (Chỉ tiếp khách theo lịch hẹn trước)
- Đối với những người thuê nhà đang đối mặt với nguy cơ bị trục xuất, vui lòng gọi cho chúng tôi để biết quý vị có đủ điều kiện nhận hỗ trợ tiền thuê nhà hay không.

Trung Tâm International Drop-In Center (IDIC) - Dịch Vụ cho Người Cao Tuổi và Gia Đình Philippines



- Địa chỉ: 7301 Beacon Ave S
- Số điện thoại: 206-587-3735
- Giờ mở cửa:
 - Văn phòng: Thứ Hai – Thứ Sáu, 9:00 sáng – 5:00 chiều
 - Ngân hàng thực phẩm: Thứ Sáu, 12:45 – 2:00 chiều
 - Bữa ăn nóng: Thứ Tư, Thứ Sáu, 11:00 sáng – 1:00 chiều

- IDIC là một tổ chức của người Philippines cung cấp các hoạt động vận động chính sách trong lĩnh vực y tế và dịch vụ xã hội cho người trên 55 tuổi và các gia đình nhập cư. Tổ chức này cũng phục vụ người lớn khuyết tật.

Trung Tâm Người Bản Địa Seattle (Seattle Indian Center)

- Địa chỉ: 624 S Dearborn St
- Số điện thoại: 206-329-8700
- Giờ mở cửa:
 - Văn phòng: Thứ Hai – Thứ Sáu, 9:30 sáng – 5:30 chiều
 - Ngân hàng thực phẩm: Thứ Ba và Thứ Năm, 1:00 – 3:00 chiều
 - Các bữa ăn nóng được cung cấp từ Thứ Hai đến Thứ Sáu
 - Bữa sáng: 9:00 – 10:00 sáng
 - Bữa trưa: 12:00 trưa – 1:15 chiều
- Trung tâm này cung cấp dịch vụ chăm sóc ban ngày, thực phẩm, và các hỗ trợ khác, tập trung phục vụ cộng đồng người Mỹ Bản Địa/người Alaska Bản Địa, người da màu, cũng như bất kỳ ai có nhu cầu.



Trung Tâm Casey Solanus

- Địa chỉ: 804 9th Ave
- Số điện thoại: 206-223-0907
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Năm, 12:00 trưa – 3:00 chiều
- Trung Tâm Solanus Casey hỗ trợ làm thủ tục xin cấp ID Tiểu Bang Washington, giấy khai sinh, và phiếu mua kính theo toa. Tại đây có điện thoại và máy tính để sử dụng.



Đường Dây Trợ Giúp St. Vincent de Paul

- Số điện thoại: 206-767-6449
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 3:00 chiều
- Quý vị có thể gọi số điện thoại này để được hỗ trợ 1:1, hỗ trợ tiền thuê nhà, hỗ trợ hóa đơn dịch vụ tiện ích, và giới thiệu đến các dịch vụ hỗ trợ khác. St. Vincent de Paul thường có thể cung cấp miễn phí voucher mua xăng, quần áo, thực phẩm, và nhu yếu phẩm. Vui lòng gọi điện trước để hỏi xem còn voucher và các hỗ trợ khác hay không.
- Thời gian chờ có thể lâu hơn 30 phút.
- Dịch vụ phiên dịch có bằng tiếng Tây Ban Nha.





Hỗ Trợ Thực Phẩm và Nhu Yếu Phẩm



Thực Phẩm Cơ Bản ở Washington (Basic Food in Washington)

- Số điện thoại: 877-501-2233
- Địa chỉ: 2106 2nd Ave
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều
- Chương Trình Hỗ Trợ Dinh Dưỡng Bổ Sung của Bộ Nông Nghiệp Hoa Kỳ (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP) được gọi là Thực Phẩm Cơ Bản (Basic Food) ở Washington, giúp đỡ những người có thu nhập thấp bằng cách cung cấp trợ cấp hàng tháng để mua thực phẩm. Trợ cấp được dựa trên quy mô gia đình và thu nhập của quý vị. Để nộp đơn, vui lòng gọi hoặc đến địa điểm được liệt kê ở trên trong giờ làm việc.
- Quý vị cũng có thể nộp đơn xin Hỗ Trợ Thực Phẩm Cơ Bản (Basic Food Assistance) trực tuyến tại

<https://www.washingtonconnection.org/>

bất cứ lúc nào.

Các Địa Điểm Vòi Nước Uống Công Cộng

- Công Viên Hing Hay - Maynard Ave S và S King St
- Công Viên Trẻ Em Quốc Tế Donnie Chin - 7th Ave S và S Lane St



BỮA ĂN ĐƯỢC CHUẨN BỊ TRƯỚC

Bữa Ăn Hằng Tuần tại Chu Minh (ChuMinh Egg Rolls Weekly Meal)

- Địa chỉ: 720 8th Ave S, sân trong của Tổ Chức Dịch Vụ Y Tế Cộng Đồng Quốc Tế (International Community Health Services, ICHS)
- Giờ mở cửa: Bữa ăn cộng đồng miễn phí vào mỗi Chủ Nhật từ 11:00 sáng – 12:30 chiều
- Email: **theeggrollcrew@gmail.com**
- Thông dịch viên tiếng Quan Thoại, tiếng Quảng Đông hoặc tiếng Tây Ban Nha đôi khi có mặt để hỗ trợ.



Trung Tâm Người Cao Tuổi Chợ Pike **(Pike Market Senior Center)**



- Địa chỉ: 85 Pike St #200
- Số điện thoại: 206-728-2773
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 4:00 chiều; Thứ Bảy – Chủ Nhật, 8:00 sáng – 2:00 chiều; đóng cửa vào Thứ Năm đầu tiên của mỗi tháng.
- Các bữa ăn được phục vụ hằng ngày – Bữa sáng: 8:20 – 9:00 sáng; Bữa trưa: 12:00 trưa – 1:00 chiều (cuối tuần: 11:30 sáng – 12:30 chiều)
- Các dịch vụ và hoạt động dành cho người từ 55 tuổi trở lên.
- Gọi điện hoặc đến trực tiếp. Dịch vụ có bằng tiếng Tây Ban Nha và tiếng Tagalog.

Recovery Café, SODO

- Địa chỉ: 4202 6th Ave S
- Số điện thoại: 206-333-2314
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 9:00 sáng – 3:00 chiều
- Các thành viên của Recovery Café được cung cấp bữa ăn, các lớp học phục hồi, hỗ trợ đồng đẳng, và giới thiệu đến các dịch vụ

hỗ trợ khác. Trực tiếp đến để đăng ký tham gia buổi Giới Thiệu Thành Viên Mới. Bất kỳ ai cũng có thể trở thành thành viên.

Nhà Bếp Nhà Thờ St. James (St. James Cathedral Kitchen)



- Địa chỉ: 907 Columbia St
- Số điện thoại: 206-264-2091
- Giờ phục vụ bữa ăn: Thứ Hai – Thứ Sáu, 4:15 chiều; Xếp hàng nhận bữa ăn bắt đầu lúc 3:00 chiều

NGÂN HÀNG THỰC PHẨM và NHU YẾU PHẨM Cộng Đồng Người Philippines ở Seattle (Filipino Community of Seattle)



- Địa chỉ: 5740 MLK Jr Way S
- Số điện thoại: 206-430-7030
- Giờ mở cửa:
 - Ngân Hàng Thực Phẩm: Thứ Hai, Thứ Ba, Thứ Năm, 12:30 trưa – 1:00 chiều
 - Bữa Trưa cho Người Cao Tuổi và Ngân Hàng Thực Phẩm: Thứ Hai, Thứ Ba, Thứ Năm, 11:45 sáng – 12:30 trưa
- Ngôn ngữ: Tiếng Anh, tiếng Tagalog

Ngân Hàng Thực Phẩm Chợ Pike (Pike Market Food Bank)

- Địa chỉ: 1531 Western Ave, Tầng 5 của gara đậu xe
- Số điện thoại: 206-626-6462
- Giờ mở cửa của cửa hàng tạp hóa: Thứ Ba, 12:00 trưa – 3:00 chiều; Thứ Tư, 3:00 chiều – 7:00 tối; Thứ Năm, 12:00 trưa – 3:00 chiều. Xin đừng đến sớm.
- Ngân Hàng Thực Phẩm Pike Market phục vụ bất kỳ cư dân nào thuộc mã bưu điện (zip code) 98101, 98104, hoặc 98121, những người đang cần thực phẩm khẩn cấp, và những người vô gia cư sống ở khu vực Trung Tâm Thành Phố Seattle. Không cần có giấy tờ tùy thân.
- Quý vị chỉ có thể đến nhận hàng tạp hóa một lần mỗi tuần vào giờ mở cửa. Xin thông báo cho nhân viên hoặc tình nguyện viên biết nếu quý vị gặp khó khăn khi đi lại và không thể đứng xếp hàng.

Chợ Cộng Đồng SODO (SODO Community Market) – Northwest Harvest

- Địa chỉ: 1915 4th Ave S, gần góc đường 4th Ave S và S Holgate St
- Giờ mở cửa: Thứ Hai, 1:30 chiều – 7:30 tối; Thứ Tư, 8:00 sáng – 2:00 chiều; Thứ Sáu, 8:00 sáng – 2:00 chiều (giờ mở cửa có thể thay đổi)
- Chợ Cộng Đồng SODO là một cửa hàng tạp hóa miễn phí, cung cấp rau củ tươi, các mặt hàng tạp hóa thiết yếu và nhiều lựa chọn thực phẩm cho những người có nhu cầu. Không cần có giấy tờ tùy thân, bằng chứng thu nhập, hoặc thông tin cư trú để mua sắm tại cửa hàng.

St. Francis House

- Địa chỉ: 169 12th Ave
- Số điện thoại: 206-268-0784
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 10:00 sáng – 2:00 chiều, vui lòng đến trước 1:30 chiều để mua sắm
- St. Francis House phân phối các gói đồ dùng thiết yếu bao gồm đồ vệ sinh cá nhân, đồ ăn nhẹ, đồ lót, mũ và găng tay. Họ cũng có



quần áo cho nam, nữ và trẻ em cũng như đồ gia dụng (không phải đồ nội thất) mà khách hàng có thể mua sắm mỗi 30 ngày một lần. Họ phục vụ cà phê và bánh mì trong phòng tiếp khách. Quý vị phải có giấy tờ tùy thân.



Dịch Vụ Hỗ Trợ Nạn Nhân Bạo Lực Gia Đình

API Chaya



- Đường dây trợ giúp: 1-877-922-4292 hoặc 206-325-0325
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 10:00 sáng – 4:00 chiều
- API Chaya hỗ trợ các nạn nhân sống sót sau lạm dụng tình dục, tấn công tình dục, và buôn người. Tổ chức này làm việc với từng cá nhân trong bối cảnh văn hóa riêng của họ, bao gồm cộng đồng Người Châu Á và Đảo Thái Bình Dương.

Trung Tâm Điều Trị Lạm Dụng và Chấn Thương Harborview (Harborview Abuse and Trauma Center)



- Địa chỉ: 401 Broadway, Suite 2075
- Số điện thoại: 206-744-1600
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:30 sáng – 5:00 chiều
- Trung tâm này cung cấp dịch vụ tư vấn chấn thương tâm lý cho trẻ em và người lớn (cư dân Quận King) do Nhân Viên Xã Hội Lâm Sông Có

Giấy Phép thực hiện. Trung tâm cũng cung cấp dịch vụ khám y khoa trong trường hợp bị tấn công tình dục. Các dịch vụ này được thanh toán qua bảo hiểm và có thể được cung cấp miễn phí.

- Trung tâm cũng cung cấp hỗ trợ khủng hoảng, tư vấn y tế và pháp lý, thông tin và giới thiệu đến các dịch vụ hỗ trợ khác. Những dịch vụ này là miễn phí.
- Các dịch vụ này được cung cấp trực tiếp, qua telehealth (chăm sóc sức khỏe từ xa) và qua điện thoại. Nếu quý vị gọi sau giờ làm việc, quý vị sẽ được cung cấp thông tin để giúp quý vị thực hiện các bước tiếp theo.

**Trung Tâm Hỗ Trợ Nạn Nhân Bị Tấn Công Tình Dục
Quận King (King County Sexual Assault Resource
Center)**



- Số điện thoại: 888-998-6423
- Giờ làm việc: 24 giờ một ngày
- Trung tâm hỗ trợ này cung cấp dịch vụ can thiệp khủng hoảng, thông tin và giới thiệu đến các dịch vụ hỗ trợ khác, cũng như hỗ trợ cho bất kỳ ai từng bị tấn công tình dục, gia đình hoặc bạn bè của họ, hoặc bất kỳ ai lo ngại về

tấn công tình dục hoặc lạm dụng trẻ em và an toàn trong cộng đồng của họ.

- Để được trợ giúp miễn phí và bảo mật bằng tiếng Tây Ban Nha, vui lòng gọi 425-282-0324, Thứ Hai – Thứ Sáu: 8:00 sáng – 5:00 chiều.

New Beginnings



- Số điện thoại: 206-737-0242
- Giờ làm việc: 24 giờ một ngày
- New Beginnings cung cấp thông tin các dịch vụ bao gồm đường dây trợ giúp qua điện thoại, biện hộ pháp lý, tư vấn, các nhóm hỗ trợ, và lập kế hoạch an toàn. Đường dây trợ giúp qua điện thoại dành cho bất kỳ ai đang bị bạo hành và/hoặc lo lắng về ai đó có thể đang bị bạo hành.



Các Nguồn Hỗ Trợ về Y Tế và Chăm Sóc Sức Khỏe

Trung Tâm Y Tế Gia Đình Carolyn Downs



- Địa chỉ: 2101 E Yesler Way
- Số điện thoại: 206-299-1900
- Giờ mở cửa:
 - Phòng Khám Chăm Sóc Sức Khỏe Cơ Bản:
Thứ Hai, Thứ Năm, Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều; Thứ Ba – Thứ Tư, 8:00 sáng – 8:30 tối
 - Phòng Khám Chăm Sóc Khẩn Cấp/Ngoài Giờ:
Thứ Hai – Thứ Sáu, 6:00 tối – 9:00 tối; Thứ Bảy, Chủ Nhật, 11:00 sáng – 5:00 chiều.
Không cần lấy hẹn trước.
- Trung tâm y tế cộng đồng này cung cấp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe cơ bản và quầy thuốc tại chỗ. Nhận bảo hiểm Medicare, Apple Health (Medicaid), và bệnh nhân không có bảo hiểm. Họ sử dụng thang phí linh hoạt (sliding scale) dựa trên thu nhập để tính phí dịch vụ.

Entre Hermanos



- Địa chỉ: 1621 S Jackson, Ste. 202
- Số điện thoại: 206-322-7700
- Giờ mở cửa: Xét nghiệm HIV và STI miễn phí:
Thứ Hai – Thứ Sáu, khoảng 10:00 sáng – 5:00 chiều; đóng cửa vào ngày lễ và cuối tuần.
- Entre Hermanos thúc đẩy sức khỏe và tình trạng hạnh phúc của cộng đồng LGBTQ gốc Latinh trong một môi trường phù hợp về văn hóa.

Dịch Vụ Y Tế Cộng Đồng Quốc Tế (International Community Health Services, ICHS)



- Địa chỉ: 720 8th Ave S
- Số điện thoại và giờ làm việc:
 - Phòng Khám Nha Khoa: 206-788-3700, Thứ Hai – Thứ Bảy, 8:00 sáng – 6:00 tối
 - Phòng Khám Y Tế: 206-788-3700, Thứ Hai – Thứ Bảy, 8:00 sáng – 5:00 chiều
 - Phòng Khám Mắt: 206-788-3505, Thứ Hai, Thứ Ba, Thứ Năm, 9:00 sáng – 5:00 chiều; Thứ Tư, 9:00 sáng – 1:00 chiều
 - Nhà Thuốc: 206-788-3770, Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều; Thứ Bảy, 9:00



sáng – 5:00 chiều (nghỉ trưa từ 1:00 – 2:00 chiều).

- Chăm Cứu: 206-788-3700, Thứ Hai – Thứ Năm, 9:00 sáng – 5:00 chiều
- Chúng tôi có tiếp nhận bệnh nhân mới. ICHS cung cấp các dịch vụ y tế phù hợp về mặt văn hóa và ngôn ngữ cho bệnh nhân với hơn 70 ngôn ngữ. Vui lòng gọi để đặt lịch hẹn (có lịch hẹn trong ngày).
- ICHS nhận Apple Health (Medicaid), Medicare, và áp dụng thang phí linh hoạt (sliding scale) để tính phí cho bệnh nhân không có bảo hiểm tùy thuộc vào thu nhập của gia đình quý vị. Cần có giấy tờ tùy thân có ảnh và bằng chứng bảo hiểm để thanh toán qua bảo hiểm.

Neighborcare Health tại Pacific Tower

- Địa chỉ: 1200 12th Ave S, Tầng 4 (Suite 401)
- Số điện thoại: 206-548-5850
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 7:00 sáng – 6:00 tối; đóng cửa vào ngày lễ.
- Neighborcare tại Pacific Tower cung cấp dịch vụ nha khoa tổng quát toàn diện và chăm sóc nha khoa khẩn cấp cho bệnh nhân ở mọi lứa tuổi.



- Nhận Apple Health (Medicaid), Medicare và hầu hết các bảo hiểm tư nhân. Họ có thể giúp quý vị đăng ký bảo hiểm và các chương trình hỗ trợ khác. Họ sử dụng thang phí linh hoạt (sliding scale) để tính phí dựa trên quy mô và thu nhập của hộ gia đình.

Neighborcare Health tại Pike Place Market



- Địa chỉ: 1930 Post Alley
- Số điện thoại: 206-728-4143
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều (vào Thứ Tư đầu tiên mỗi tháng, 9:30 sáng – 5:00 chiều).
- Neighborcare tại Pike Place Market cung cấp cho người lớn dịch vụ chăm sóc y tế cơ bản, dịch vụ sức khỏe hành vi, dịch vụ điều trị rối loạn sử dụng chất gây nghiện, và nhà thuốc.
- Nhận Apple Health (Medicaid), Medicare và hầu hết các bảo hiểm tư nhân. Họ có thể giúp quý vị đăng ký bảo hiểm và các chương trình hỗ trợ khác. Họ sử dụng thang phí linh hoạt (sliding scale) để tính phí dựa trên quy mô và thu nhập của hộ gia đình.

Sở Y Tế Công Cộng - Seattle & Quận King – Trung Tâm Y Tế Công Cộng Downtown (Public Health - Seattle & King County – Downtown Public Health Center)



- Địa chỉ: 2124 4th Ave
- Số điện thoại: 206-477-8300
- Giờ làm việc của đường dây điện thoại: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều Vui lòng gọi để xác minh giờ làm việc của các dịch vụ trực tiếp.
- Trung tâm cung cấp các dịch vụ bao gồm chăm sóc sức khỏe người lớn, chăm sóc nha khoa khẩn cấp, phòng khám suboxone hoặc buprenorphine, dịch vụ hỗ trợ thai sản, và nhà thuốc.

Chương Trình Y Tế Lưu Động của Sở Y Tế Công Cộng - Seattle & Quận King (Public Health - Seattle & King County Street Medicine Program)



- Số điện thoại: 206-840-8737
- Email: streetmedicine@kingcounty.gov
- Chương trình này cung cấp dịch vụ y tế trực tiếp cho những người vô gia cư và các phòng khám lưu động tại các điểm dịch vụ dành cho người vô gia cư trên toàn quận.

- Các dịch vụ được cung cấp miễn phí, không cần có bảo hiểm.
- Truy cập kingcounty.gov/streetmed để biết lịch trình hiện tại và thông tin về cách giới thiệu bệnh nhân.

Phòng Khám Y Tế Pioneer Square (Pioneer Square Medical Clinic)



- Địa chỉ: 206 3rd Ave S
- Số điện thoại: 206-744-1500
- Giờ mở cửa: Thứ Ba, Thứ Năm, Thứ Sáu, 8:15 sáng – 4:00 chiều; Thứ Tư, 9:00 sáng – 4:00 chiều
- Các dịch vụ của Phòng Khám Y Tế Pioneer Square bao gồm điều trị bệnh về chân, dịch vụ xã hội, tư vấn dinh dưỡng và giáo dục sức khỏe. Có nhà thuốc tại chỗ có thể cung cấp thuốc theo toa. Phòng khám phục vụ người lớn từ 18 tuổi trở lên có thu nhập thấp, vô gia cư, hoặc không có bảo hiểm y tế. Miễn phí cho những người vô gia cư.
- Quý vị có thể yêu cầu thông dịch viên khi quý vị đặt lịch hẹn.

Hội Đồng Y Tế Người Bản Địa Seattle (Seattle Indian Health Board, SIHB)



- Địa chỉ:
 - Phòng Khám ở International District: 611 12th Ave S
 - Phòng Khám ở Pioneer Square: 410 2nd Ave Ext S
- Số điện thoại: 206-324-9360
- Giờ mở cửa: Thứ Hai, Thứ Tư, Thứ Năm, Thứ Sáu: 8:00 sáng – 5:00 chiều; Thứ Ba: 9:00 sáng – 5:00 chiều
- SIHB là một trung tâm y tế cộng đồng cung cấp các dịch vụ y tế và nhân sinh cho bệnh nhân và chuyên chăm sóc người Bản Địa. Các dịch vụ y tế, nha khoa, sức khỏe tinh thần, rối loạn sử dụng chất gây nghiện, Y Học Cổ Truyền của Người Bản Địa, Chương Trình Người Bản Địa Cao Tuổi, và các dịch vụ ngoại trú. Cung cấp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe bà mẹ và trẻ sơ sinh cũng như Chương Trình Dinh Dưỡng cho Phụ Nữ, Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Em (WIC). Tùy thuộc vào thu nhập của quý vị, quý vị có thể được giảm giá.

Phòng Khám Seattle/Quận King (Seattle/King County Clinic)



- Lịch khám năm 2026: Từ ngày 23 đến 26 tháng 4
- Địa chỉ: Fisher Pavilion tại Seattle Center, góc đường Lenny Wilkens Way và Sue Bird Court N
- Phòng Khám Seattle/Quận King là phòng khám sức khỏe miễn phí diễn ra 4 ngày mỗi năm tại Seattle Center. Phòng Khám chào đón bất kỳ ai gặp khó khăn trong việc tiếp cận và/hoặc chi trả cho dịch vụ chăm sóc sức khỏe.
- Vé vào cửa có giới hạn và được phát theo nguyên tắc ai đến trước sẽ được phục vụ trước.
- Bắt đầu phát vé vào lúc 5:30 sáng.
- Tất cả các dịch vụ đều miễn phí bao gồm nha khoa, nhãn khoa, và y tế. Không cần có giấy tờ tùy thân hoặc bất kỳ giấy tờ nào khác.
- Để biết thêm thông tin, vui lòng gọi 206-684-7200 hoặc truy cập seattlecenter.org/patients.

NGUỒN HỖ TRỢ CHO NGƯỜI NGHIỆN VÀ SỬ DỤNG CHẤT GÂY NGHIỆN

Trung Tâm Y Tế Harborview - Dịch Vụ Sức Khỏe Tinh Thần và Cai Nghiện (Harborview Medical Center - Mental Health and Addiction Services)



- Địa chỉ: 401 Broadway, Tầng 1
- Số điện thoại: 206-744-9600
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều
- Dịch Vụ Sức Khỏe Tinh Thần và Cai Nghiện cung cấp các dịch vụ bao gồm can thiệp khủng hoảng, đánh giá tâm thần, trị liệu tâm lý, điều trị theo nhóm, quản lý hồ sơ, và các dịch vụ tâm thần lão khoa, cũng như điều trị cho các cá nhân vừa phụ thuộc vào chất gây nghiện vừa bị rối loạn sức khỏe tinh thần và các bệnh nhân mắc các vấn đề y tế đi kèm.

Dự Án Giáo Dục về Bệnh Viêm Gan (Hepatitis Education Project)



- Địa chỉ: 1621 S Jackson St, #201
- Số điện thoại: 206-732-0311
- Giờ mở cửa:
 - Xét Nghiệm Viêm Gan B và C: Thứ Hai – Thứ Năm, 12:30 trưa – 4:30 chiều

- Phòng khám Buprenorphine/Suboxone:
Thứ Hai – Thứ Năm, 12:30 trưa – 4:30 chiều; ngừng tiếp nhận ca mới vào lúc 3:30 chiều
- Chương Trình Dịch Vụ Ống Tiêm: Thứ Hai – Thứ Năm, 12:30 trưa – 5:30 chiều
- Dự Án Giáo Dục về Bệnh Viêm Gan cung cấp kim tiêm miễn phí, dụng cụ tiêm sạch, huấn luyện phòng ngừa quá liều, và các dịch vụ giảm tác hại cho tất cả mọi người. Trực tiếp đến phòng khám. Vui lòng gọi trước để xác nhận nhân viên y tế có thể gặp quý vị hay không.

Chương Trình Trao Đổi Kim Tiêm của Sở Y Tế Công Cộng - Seattle & Quận King (Public Health - Seattle & King County Needle Exchange)



- Địa chỉ: 2124 4th Ave
- Số điện thoại: 206-263-2000
- Giờ mở cửa:
 - Thứ Hai, Thứ Tư, Thứ Năm, Thứ Sáu, 9:00 sáng – 5:00 chiều; Thứ Ba, 1:00 – 5:00 chiều
 - Phòng Khám Y Tế Trao Đổi Kim Tiêm ở Trung Tâm Thành Phố (Downtown Needle Exchange Medical Clinic): Không cần lấy

hẹn trước! Thứ Hai, 1:00 – 4:30 chiều; Thứ Tư, Thứ Sáu, 9:00 sáng – 4:30 chiều

- Các dịch vụ được cung cấp:
 - Xét nghiệm HIV, nhiễm trùng lây truyền qua đường tình dục (STI) và xét nghiệm viêm gan
 - Điều trị viêm gan C
 - Điều trị áp xe (abscess) và chăm sóc vết thương
 - Thuốc kháng sinh
 - Chăm sóc cảm lạnh và nhiễm trùng đường hô hấp trên
 - Kết nối với dịch vụ chăm sóc cơ bản
 - Các dịch vụ hỗ trợ và giới thiệu đến các dịch vụ khác (ví dụ: cai nghiện)
 - Có sẵn nalcron (thuốc giải độc khi dùng opioid quá liều)

**Chương Trình Thu Gom Vật Sắc Nhọn của
Sở Tiện Ích Công Cộng Seattle (Seattle Public
Utilities Sharps Collection Program)**



- Địa Chỉ Thùng Tiếp Nhận Vật Sắc Nhọn ở Khu Quốc Tế - Khu Phố Người Hoa (CID):
S King St và 10th Ave S

- Giờ mở cửa: Thùng nằm ở ngoài, 24 giờ một ngày
- Chương Trình Thu Gom Vật Sắc Nhọn của Sở Tiện Ích Công Cộng Seattle cung cấp dịch vụ thu gom an toàn các vật sắc nhọn (ống tiêm, kim tiêm và kim lấy máu).



Nhà Vệ Sinh và Nhà Tắm



Nhà vệ sinh tại ARTS tại Ga King Street Station

- Địa chỉ: 303 S Jackson St
- Giờ mở cửa: Thứ Tư – Thứ Bảy, 11:00 sáng – 5:00 chiều và đến 8:00 tối vào Thứ Năm đầu tiên của tháng.
- ARTS tại Ga King Street Station có nhà vệ sinh công cộng tuân thủ theo quy định của đạo luật ADA và dành cho mọi giới tính.
- Đi cầu thang hoặc thang máy lên tầng 3 và vào phòng trưng bày. Nhà vệ sinh nằm bên phải phòng khách.

Đường Dây Nóng về Nhà Tắm của Thành Phố Seattle

- Số điện thoại: 206-386-1030 – Vui lòng gọi trước để được hướng dẫn và biết các địa điểm được cập nhật hằng tuần.
- **Địa điểm và giờ mở cửa hiện tại:**
 - **Địa điểm 1:** Roy St – mở cửa 7 ngày một tuần, từ 9:00 sáng đến 4:30 chiều, tại 157 Roy St
 - **Địa điểm 2:** Rainier Warehouse – mở cửa 7 ngày một tuần, từ 9:00 sáng đến 4:30

chiều, tại 2901 27th Ave S, ngay phía sau
Trạm Tàu Điện Mt. Baker Light Rail Station

- Vui lòng đến địa điểm từ 9:00 sáng để lấy hẹn. Ai đến trước sẽ được lấy hẹn trước. Không cần có giấy tờ tùy thân.
- Mỗi lần tắm miễn phí tối đa 30 phút. Khăn tắm sạch, xà phòng, dầu gội và dầu xả sẽ được cung cấp. Có khu vực để đồ cá nhân; tuy nhiên, khu vực này không đảm bảo an toàn. Không được mang động vật vào trong xe kéo (trailer). Các xe kéo (trailer) có phòng tắm, nhà vệ sinh và bồn rửa, sử dụng lần lượt cho từng người, và được vệ sinh kỹ sau mỗi lần sử dụng.
- **Lưu ý:** Giờ mở cửa và hoạt động có thể được điều chỉnh trong trường hợp thời tiết xấu hoặc khắc nghiệt.

Urban Rest Stop của Tổ Chức Nhà Ở Thu Nhập Thấp (Low Income Housing Institute, LIHI), Trung Tâm Thành Phố

- Địa chỉ: 1924 9th Ave
- Số điện thoại: 206-332-0110
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu: 6:30 sáng – 5:00 chiều, nhận đăng ký lần cuối lúc 4:00

chiều; Thứ Bảy – Chủ Nhật: 8:30 sáng – 5:00 chiều, nhận đăng ký lần cuối lúc 2:30 chiều (đóng cửa từ 12:00 trưa – 1:00 chiều)

- Urban Rest Stop cung cấp nhà vệ sinh, nhà tắm với đồ vệ sinh cá nhân, và nơi giặt đồ cho người lớn và thanh thiếu niên thuộc mọi giới tính. Phòng tắm phù hợp cho người sử dụng xe lăn. Những người trong tình trạng say xỉn không được vào.

**Chương Trình Xả Nước Thải cho Xe RV của Sở
Tiện Ích Công Cộng Seattle (Seattle Public
Utilities RV Wastewater Pump-out Program)**



- Số điện thoại: 206-641-6991
- Chương Trình Xả Nước Thải cung cấp dịch vụ thu gom để xử lý nước thải từ nhà vệ sinh và nước thải sinh hoạt từ xe RV. Sau khi đăng ký, xe thu gom nước thải sẽ đến xe RV của quý vị thường xuyên. Gọi điện để đặt lịch hẹn.

Nhà vệ sinh ở Ga Union Station

- Địa chỉ: 401 S Jackson St
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều
- Nhà vệ sinh ở Joni Earl Great Hall mở cửa cho công chúng.





Chăm Sóc Thú Nuôi

Phòng Khám Triệt Sản Thú Nuôi của Trung Tâm Bảo Vệ Động Vật Seattle (Seattle Animal Shelter Spay and Neuter Clinic)



- Địa chỉ: 2061 15th Ave W
- Số điện thoại: 206-386-4260
- Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 9:00 sáng – 5:30 chiều
- Phòng Khám Triệt Sản Thú Nuôi của Trung Tâm Bảo Vệ Động Vật Seattle cung cấp các ca phẫu thuật triệt sản với chi phí thấp cho chó và mèo.
- Hỗ trợ tài chính được cung cấp bởi Quỹ Kiểm Soát Dân Số Thú Nuôi.
- Để đặt lịch hẹn, vui lòng gọi số điện thoại ở trên hoặc gửi email đến **spayneuterclinic@seattle.gov**.
- Khi có, các đợt tiêm vắc-xin miễn phí sẽ được thông báo trên trang web của họ: **<https://www.seattle.gov/animal-shelter>**



Tủ Đựng Đồ

SHARE/WHEEL, Tủ Đựng Đồ Có Khóa

- Địa chỉ: 711 Cherry St
- Số điện thoại: 206-448-7889
- Giờ mở cửa: Thứ Ba và Thứ Năm, 7:00 – 9:00 sáng; Thứ Bảy và Chủ Nhật, 8:00 – 10:00 sáng
- SHARE/WHEEL cung cấp tủ đựng đồ có khóa trong ngày và dài hạn có thể đựng vừa một túi vải thô lớn cho bất kỳ ai vô gia cư và có thể cung cấp sức lao động.
- Quý vị sẽ phải hoàn thành một ca lao động kéo dài 2 tiếng và tham dự cuộc họp vào Chủ Nhật hằng tháng.
- Đăng ký trực tiếp trong giờ làm việc. Miễn phí. Cần có giấy tờ tùy thân.



Hỗ Trợ Đi Lại

Hope Link - đến các cuộc hẹn y tế



- Số điện thoại đặt hẹn: 800-923-7433;
TDD/TTY: 800-246-1646
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:00 sáng – 5:00 chiều
- Hope Link cung cấp dịch vụ đưa đón (vé xe buýt, hoàn trả tiền xăng, hoặc phương tiện đưa đón tùy theo trường hợp) đến và đi từ các địa điểm nơi các cá nhân nhận dịch vụ do Medicaid tài trợ.
- Để đặt xe, vui lòng gọi số điện thoại trên 48 giờ trước cuộc hẹn và chuẩn bị sẵn các thông tin sau: Số Provider One (Medicaid), tên của nhà cung cấp dịch vụ y tế, tên, địa chỉ và số điện thoại của cơ sở y tế, ngày và giờ của cuộc hẹn, và lý do của cuộc hẹn.
- Thời gian chờ có thể lâu hơn 15 phút.

Hyde Shuttle - Sound Generations



- Số điện thoại: 206-727-6262
- Giờ đặt lịch hẹn: Thứ Hai – Thứ Sáu; 8:00 sáng – 4:30 chiều, Các chuyến đi được cung cấp: Thứ Hai – Thứ Sáu; 8:00 sáng – 4:00 chiều
- Hyde Shuttle là dịch vụ đưa đón tận nơi miễn phí, được trang bị thiết bị hỗ trợ lên/xuống xe dành cho những người từ 55 tuổi trở lên; và cả những người trẻ tuổi bị khuyết tật. Phải đặt xe trước ít nhất 3 ngày trước khi cần. Cần có địa chỉ cư trú (có thể dùng địa chỉ trung tâm tạm trú, nhà thờ, v.v.).
- Khi gọi, nhấn nút số 1 hai lần để được kết nối với nhân viên để yêu cầu phiên dịch.

Đội Dịch Vụ Khẩn Cấp Quận King (King County Emergency Service Patrol)

- Số điện thoại: 911, yêu cầu Detox Van
- Giờ làm việc: 24 giờ một ngày
- Đội Dịch Vụ Khẩn Cấp (Emergency Service Patrol, ESP) cung cấp dịch vụ vận chuyển cho những người say xỉn cần các dịch vụ như dịch vụ giúp làm tỉnh táo, vận chuyển đến nhà ở hỗ trợ, đến và đi từ các cơ sở bệnh

viện (không phải trường hợp khẩn cấp) và các trung tâm chăm sóc khủng hoảng. ESP hoạt động ở khu vực trung tâm thành phố Seattle.

- Dịch vụ vận chuyển này dành cho những người đang bị ảnh hưởng của rượu bia và/hoặc chất gây nghiện. Nhân viên ESP sẽ sàng lọc các cá nhân và xác định phương tiện vận chuyển phù hợp.

Các chương trình vé giảm giá của Metro Quận King



- Số điện thoại: 206-477-4200
- Giờ làm việc: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:30 sáng – 4:00 chiều
- Địa chỉ: 201 S Jackson St; Giờ mở cửa: Thứ Hai – Thứ Sáu, 8:30 sáng – 4:30 chiều (đóng cửa từ 1:00 – 2:00 chiều)
- Thẻ Giảm Giá Vé Khu Vực (Regional Reduced Fare Permit, RRFP) cho phép những người cao tuổi đủ điều kiện (từ 65 tuổi trở lên), người khuyết tật và những người có thẻ Medicare được hưởng giá vé giảm trên phương tiện giao thông công cộng.

- Cư dân của Quận King, những người đã đăng ký cho 1 trong 6 chương trình phúc lợi của tiểu bang, đủ điều kiện nhận vé năm được trợ cấp để đi phương tiện công cộng địa phương miễn phí.
- ORCA LIFT cung cấp vé đi phương tiện công cộng giảm giá cho người lớn có thu nhập thấp. Không cần có quốc tịch. Tiết kiệm đến 50% hoặc nhiều hơn khi đi phương tiện công cộng. Đăng ký trực tiếp, trực tuyến, hoặc gọi điện để biết thêm thông tin về các địa điểm đăng ký và các giấy tờ cần thiết.

Solid Ground - Dịch Vụ Vận Chuyển:

- Số điện thoại:
 - Lịch trình của Xe Buýt Circulator: 206-753-4801
 - Xác minh điều kiện tham gia chương trình Access của Metro: 206-263-3113
 - Đặt lịch hẹn cho dịch vụ Access của Metro: 206-205-5000
- Tuyến Xe Buýt Downtown Circulator: Tuyến xe buýt cố định miễn phí này kết nối hành khách với các nhà cung cấp dịch vụ y tế và xã hội khác nhau ở khu vực Trung Tâm Thành Phố (Downtown). Xe đưa đón miễn phí và

đáp ứng các tiêu chuẩn của đạo luật ADA. Xe buýt hoạt động từ 7:00 sáng – 4:00 chiều, Thứ Hai đến Thứ Sáu, theo lộ trình cố định, một chiều, mỗi vòng mất 30 phút. Hãy tìm biển báo trạm xe buýt Circulator màu xanh lá cây ở trung tâm thành phố!

- Điểm dừng 1: 9th Ave và Alder
- Điểm dừng 2: 4th Ave và Yesler
- Điểm dừng 3: 1st Ave và Marion
- Điểm dừng 4: 1st Ave và Pine
- Điểm dừng 5: 1st Ave và Bell
- Điểm dừng 6: 9th Ave và Virginia
- Điểm dừng 7: Boren và Seneca



- Solid Ground ACCESS cung cấp dịch vụ đưa đón tận nơi 7 ngày một tuần, 24 giờ một ngày cho những người không thể đi xe buýt thông thường.

Các Nguồn Hỗ Trợ Khác Trong Khu Phố

Trung Tâm Cộng Đồng Khu Quốc Tế / Khu Phố Người Hoa (International District / Chinatown Community Center)



- Địa chỉ: 719 8th Ave S
- Số điện thoại: 206-233-0042
- Giờ mở cửa:
 - Thứ Hai, Thứ Tư, Thứ Sáu: 11:00 sáng – 9:00 tối; Thứ Ba và Thứ Năm: 9:30 sáng – 6:00 tối; Thứ Bảy: 9:00 sáng – 5:00 chiều; Đóng cửa Chủ Nhật
 - Tháng 7 – Tháng 8: Thứ Hai, Thứ Tư, Thứ Sáu: 11:00 sáng – 9:00 tối; Thứ Ba và Thứ Năm: 10:30 sáng – 7:00 tối; Thứ Bảy: 9:00 sáng – 5:00 chiều; Đóng cửa Chủ Nhật
- Dịch vụ: Các chương trình giải trí miễn phí về sức khỏe tinh thần và thể chất dành cho thanh thiếu niên, người lớn và người từ 50 tuổi trở lên, phòng tập thể dục miễn phí, các chương trình và sự kiện đặc biệt miễn phí, và máy điều hòa không khí.

Real Change

- Địa chỉ: 96 S Main Street
- Số điện thoại: 206-441-3247
- Thứ Hai, Thứ Ba, Thứ Năm, 8:30 sáng – 2:00 chiều; Thứ Tư và Thứ Sáu, 8:30 sáng – 4:00 chiều
- Real Change cung cấp cơ hội việc làm cho tất cả mọi người. Quý vị có thể kiếm thu nhập ngay lập tức bằng cách bán báo hằng tuần. Không cần có giấy tờ tùy thân.

Nếu quý vị muốn đề xuất sửa đổi cho hướng dẫn này hoặc yêu cầu bản in, vui lòng gửi email đến **don_cec@seattle.gov** hoặc gọi 206-437-3735.