

行為健康服務法案

# 社區夥伴工 具包



了解並參與你所在縣行為健康規劃流程指南



# 目錄

縮寫指南 .....	1
術語彙編 .....	4
關於此工具包 .....	8
<b>什麼是社區規劃流程?</b> .....	<b>10</b>
<b>資金來源在哪裡?</b> .....	<b>18</b>
<b>誰可以參與社區規劃流程?</b> .....	<b>25</b>
<b>為什麼參與規劃過程咁重要?</b> .....	<b>28</b>
<b>社區規劃流程何時進行?</b> .....	<b>31</b>
<b>我如何參與?</b> .....	<b>35</b>
參與工具 .....	49
資源 .....	62
鳴謝 .....	68

# 首字母縮寫 指南

行為健康相關資料中經常會使用各種縮寫。以下是你在本工具包中可能會見到,或在縣級會議上聽到的一些常見縮寫。

首字母縮寫	意思	所指內容
BHB	行為健康委員會	一個本地團體,審視縣政府的規劃並舉辦公眾會議,確保社區聲音被聽到。
BHOATR	行為健康成果、問責同透明度報告 行為健康成果、問責同透明度報告	一份每年發布的縣級報告,用嚟解釋行為健康資金的使用情況同埋達到咗啲乜嘢成果。
BHSA	行為健康服務法案	加州的縣級行為健康服務資助法案, 嚟2024年取代咗《心理健康服務法案》(MHSA)。
BHSS	行為健康服務與支援	由《行為健康服務法案》(BHSA) 資助的計劃, 重點在於預防、早期介入同社區健康。
BHT	行為健康轉型	全州範圍的改革, 改變咗縣級規劃同匯報行為健康資金的方式, 重點在於房屋、問責同透明度。
BOS	縣政委員會	由民選產生的縣級領導, 負責嚟每份縣級《行為健康服務法案綜合計劃》提交州政府之前, 對其進行審批。
CalMHSA	加州心理健康服務管理局	一個全州性的組織, 透過提供培訓、工具同服務, 支援各縣改善心理健康同藥物濫用治療計劃。
CBH	行為健康委員會	州級委員會透過研究、評估同追蹤成效, 為政策制定、撥款同技術支援提供依據, 從而推動加州行為健康體系的變革。
CBHDA	加州縣級行為健康主管協會	一個由全州58個縣的行為健康主管組成的組織。
CBO	社區組織	提供服務或支援居民的本地非牟利或社區團體。
CPP	社區規劃流程	縣級制定《行為健康服務法案綜合計劃》時, 用嚟收集公眾意見的公開程序。
CPT	社區規劃團隊	一個由社區居民、親身經歷者、青年、家庭、服務提供者同縣級工作人員組成的團隊, 協助草擬縣級計劃。
DHCS	醫療保健服務部	負責確保各縣正確管理行為健康計劃並遵守《行為健康服務法案》(BHSA) 規定的州級機構。

首字母縮寫	意思	所指內容
EI	早期介入	為有行為健康需要的人士(尤其是青少年)提供及早支援的服務,旨在於問題惡化前作出介入與處理。
FQHC	聯邦認證健康中心	提供基層醫療同行為健康服務的社區健康中心,通常服務資源不足的群體。
FSP	全方位服務夥伴計劃	一個為有最嚴重行為健康需求的人士提供高強度、全方位(團隊式)支援的縣級計劃。
IP	綜合計劃	一份由縣級制定的三年計劃,說明《行為健康服務法案》資金(以及其他行為健康資金)的使用方式。
MCP	管理式護理計劃	提供健康同行為健康護理服務(包括為Medi-Cal會員提供服務)的醫療計劃。縣級會同呢啲計劃合作,協調行為健康護理服務。
MHSA	心理健康服務法案	2004年制定的法案,旨在為面臨嚴重心理健康問題風險的個人及其家庭提供更佳服務。BHSA喺2024年取代咗佢。
PEI	預防與早期介入	旨在危機發生前為人們提供協助的行為健康服務。
SED	嚴重情緒困擾	一種可診斷的心理、行為或情緒障礙,影響日常生活、學業、家庭關係或正常運作能力。
SMI	嚴重精神疾病	一種可診斷的心理、行為或情緒障礙,影響一個人的生活同行為能力。
SUD	物質使用障礙	一種即使知道有害,仍強迫性尋求同使用藥物的慢性疾病。
WET	勞動力教育與培訓	由《行為健康服務法案》資助,為行為健康領域工作者提供培訓同支援的計劃。

**小貼士:**如果喺縣級會議上聽到唔識的縮寫或術語,記得請工作人員或主持人用簡單的語言解釋。每個人都有權利了解本地行為健康決策的制定過程。

# 術語彙編

縣級行為健康規劃中用到的術語，一開始可能會覺得陌生。呢個術語表會解釋係會議、縣級網站或規劃文件中可能聽到的常見字詞同短語。

當你閱讀呢本工具包、準備會議，或者查閱你所在縣的計劃同報告時，可以用呢份術語表作為快速參考。如果聽到呢度冇列出的術語，你隨時可以請縣級工作人員或會議主持人解釋每個人都有權利了解決策係點樣制定出嚟的。

術語	意思
無障礙設施／可及性	確保會議、服務或計劃能夠畀所有人參與的做法。可能包括提供語言傳譯或翻譯服務、交通支援，或者網上參與選項。
諮詢委員會	一個由社區居民組成的小組，就特定議題（例如行為健康服務）向縣政府提供意見。
倡導	為引起社會對某項議題的關注並推動改變而採取的行動。倡議可包括在會議上發言、分享個人經歷、提交公開意見書，或與他人共同組織行動。
議程	一份列出會議將要討論的議題清單，可以幫助與會者了解會議的內容。
障礙	令人難以獲得或參與服務的因素。障礙可以包括費用、交通、語言、托兒服務，或者唔知道去邊度尋求幫助。
行為健康	支援心理健康同藥物濫用康復的服務，包括輔導、治療計劃、危機服務同社區支援。
預算	一份說明資金將如何使用的計劃。縣政府必須解釋資金將如何分配畀唔同的計劃同支援項目。
監護權	一種法律程序，為無法安全處理自己的照顧或財務事宜的成年人指定監護人，代其作出某些決定。
縣行為健康局	負責為居民規劃、資助同提供行為健康服務的地方政府機構。
危機服務	為經歷心理健康或藥物濫用緊急情況的人士提供即時協助，例如危機熱線、流動危機處理團隊同緊急護理中心。
文化響應	尊重並體現服務對象的文化、語言同背景的服務。
數據	縣政府收集嚟了解服務成效同需要改進之處的資訊，例如使用某項服務的人數同服務成果。
數據儀表板	縣政府用簡單、視覺化的方式（例如圖表、數字、摘要）展示服務資訊的網站或網上頁面。

術語	意思
參與	幫助社區居民了解同參與的活動, 例如會議、外展、培訓同問卷調查。
公平	公平獲得服務同支援。公平意味住確保一直被忽視或服務不足的人群同社區, 可以獲得佢哋所需的資源。
主持人	主持會議的人, 負責引導會議進程、保持議題聚焦, 並確保每位與會者都有發言的機會。
資金來源	用嚟支付服務費用的資金來源。行為健康服務可能由州法律、聯邦計劃、Medi-Cal或本地資源提供資金。
無家可歸者服務與房屋服務	幫助人們尋找同維持安全居所的支援。可以包括外展服務隊、庇護所、治療計劃同長期住屋選擇。
共融／包容	一個令所有人都感到受歡迎同能夠參與的環境。共融的重點係消除阻礙人們參與的障礙。
共融的／包容的	一種吸納不同背景同經歷的人士, 等佢哋能夠全面參與的方針。
院舍化／機構化照顧	將一個人安置喺長期護理機構居住, 並持續接受監管、治療或支援。
聆聽會議	一種社區會議, 由縣政府工作人員聆聽居民的經歷、意見同需求, 以協助制定《行為健康服務法案綜合計劃》。
親身經歷	個人經歷心理健康或物質使用方面的挑戰, 或者支援有呢啲經歷的家庭成員。
邊緣化	一個術語, 用嚟形容一直被忽視或服務不足, 並且喺獲得服務或表達需求時可能面臨額外障礙的群體。
加州醫療補助計劃 Medi-Cal	加州為低收入人士提供的免費或低成本醫療保險。好多縣級行為健康服務都係通過Medi-Cal提供。
會議記錄	會議期間的書面記錄, 總結討論內容同埋做出咗的決定。
動議	會議期間提出的正式建議或提案。官員會對動議進行投票以做出決定。

術語	意思
成果	一個計劃希望達到的結果或改變,例如減少危機、服務更多人,或者改善福祉。
外展服務	縣政府用嚟同社區居民聯繫的活動,例如打電話、派傳單、發電郵、舉辦活動或直接接觸,以確保能夠吸納多元化的聲音。
優先群體	《行為健康服務法案》(BHSA) 界定為對縣級行為健康服務有最高需求的群體。
計劃	向社區提供的一項或一組服務。可以包括門診行為健康治療計劃、危機熱線、同輩支援小組同校本輔導。
服務提供者	提供服務的任何個人或組織,例如輔導員、治療師、醫生、同輩支援工作者、治療中心、社區組織同診所。
社會心理	一個人的心理健康同社會環境如何共同影響佢的福祉、人際關係同日常生活。
公眾評論	會議或規劃過程中,預留畀任何人分享佢哋對《行為健康服務法案綜合計劃》草案或某項決定睇法的時間。縣政府必須聆聽。
公開聽證會	一個正式會議,由縣政府介紹其《行為健康服務法案綜合計劃》草案,並嚟提交俾醫療保健服務部 (DHCS) 之前,收集社區居民的意見。
法定人數	會議能夠正式處理事務所需的最低投票成員人數。
持份者	任何關心行為健康服務的人,包括社區居民、家屬、長者、親身經歷者、服務提供者同倡導者。
污名化	對某群體或健康狀況抱有的負面態度或偏見。污名可能令人士感到羞愧或害怕尋求協助,並可能導致不公平的對待。
服務不足	一個術語,用嚟形容相對於其需求,未能獲得足夠服務或資源的社區。服務不足的群體可能比起其他群體有更少的計劃、更長的輪候時間,或者更差的醫療服務。
工作小組	一個專注於特定議題的小組,例如青少年需求、危機服務、房屋或外展服務。

# 關於本工具包

加州每個縣都會規劃如何支援有行為健康需求(心理健康及／或物質使用障礙)的人士。呢個過程就叫做**社區規劃流程**。

社區規劃流程係《行為健康服務法案》(BHSA)的一部分。BHSA 係一項由選民喺2024年以1號提案形式通過的州法律。呢項法律為特定的高行為健康需求人士提供資金,支持重要的本地服務。縣政府唔能夠閉門造車制定呢啲計劃。佢哋必須聆聽社區入面的人——即係好似你咁的人——的意見。

**倡導可以幫助將你的經歷轉化為實質的改變。**當你分享本地行為健康服務中,有咩係有效、有咩係缺失,或者有咩可以做得更好,你就幫助咗縣政府根據你社區的需求去做決定。

發聲並唔係一件容易的事。呢個體系有時會俾人感覺龐大、緩慢,或者難以改變。但係你的聲音比你想象中更加重要。當你分享你的故事或想法,你就參與塑造咗你所在縣的護理服務面貌。你幫助令你的社區變得更公平、更強大,同埋更加專注於人們真正的需要。

呢本工具包就係為咗引導你而設——向你展示呢個過程係點樣運作,以及你可以點樣參與。入面你會搵到工具、例子同資源,幫助你投入參與。

**每一把聲音都有助塑造你社區的行為健康護理服務。你的聲音,值得被聽見。**

注意:本文件將會持續更新,以反映社區意見同社區規劃流程的任何變更。

# 什 麼是社區規劃 流程？

社區規劃流程係加州每個縣制定其《行為健康綜合計劃》(簡稱「綜合計劃」)必須經過的程序。

## 綜合計劃

綜合計劃係一份文件，說明縣政府將如何使用資金嚟支援社區的行為健康服務。呢項要求源自《**行為健康服務法案**》(BHSA)。BHSA規定，綜合計劃必須服務最有需要的人，亦即係「優先群體」。

BHSA界定咗優先群體為有行為健康需求(即係有嚴重情緒困擾、嚴重精神疾病, 同／或物質使用障礙)的人士, 特別係有以下情況或面臨以下風險的人：



無家可歸



涉及司法系統

(例如: 監獄、拘留所、青少年懲教設施)



監護權



院舍化／住院治療



兒童福利制度

綜合計劃為期三年，必須包含特定資訊，例如：

- 縣政府將會資助的計劃同服務
- 佢哋將會使用的資金來源
- 縣內人口統計資料
- 社區的行為健康需求
- 計劃的目標同目的
- 縣政府與公眾會面的時間資訊
- 縣政府將如何衡量成功

制定綜合計劃需要幾個月時間，過程中包含好多步驟。成個過程就叫做社區規劃流程。

🔍 深入了解

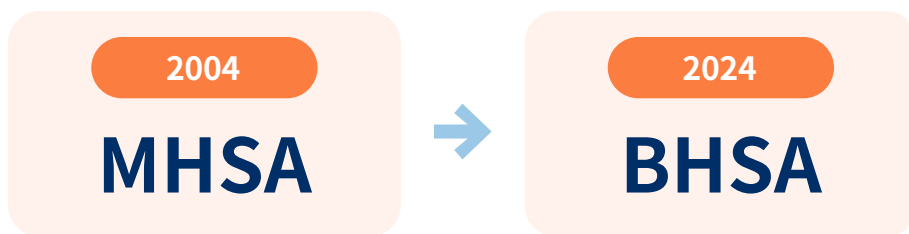
**社區規劃流程並非要令縣政府更難獲得資金。**  
設立呢個流程，係為咗確保縣政府將資金用於幫助最有需要的人，同時確保社區居民——特別係患有嚴重精神疾病或物質使用障礙的人可以發表意見。

## 相關法例

《行為健康服務法案》(BHSA) 規定, 各縣必須制定綜合計劃並遵循社區規劃流程。各縣必須完成呢兩項要求, 先可以獲得BHSA的資金, 用於社區心理健康同物質使用障礙服務。

BHSA的資金來源係向個人年收入超過一百萬美元徵收1%的稅款。呢意味住富裕的加州人會額外貢獻, 用嚟支持社區行為健康服務。

呢項法案最初係由選民喺2004年以《心理健康服務法案》(MHSA) 的形式通過。喺2024年, 佢被更新同擴展, 成為而家的BHSA。



### 🔍 深入了解

#### BHSA 帶嚟的一啲轉變包括:

- 更聚焦於最有需要的群體。
- 更加關注物質使用障礙的治療。
- 房屋而家成為護理服務的關鍵一環。
- 縣政府必須制定一份計劃, 說明所有行為健康資金的使用方式。
- 縣政府必須追蹤成果、報告開支, 並每年向公眾匯報進度。
- 當縣政府每年更新綜合計劃時, 唔再需要通過完整的社區規劃流程去收集公眾意見。佢哋仍然需要將年度更新內容公示30日, 但唔需要完成整個社區規劃流程。

BHSA 為加州各縣提供資金,用於廣泛的行為健康計劃、支援同服務,包括:



### 外展同社區聯繫

例如識別、接觸同聯繫需要行為健康支援的人士



### 早期介入 亦稱為「指示性預防」

例如支援有風險或正出現心理健康或物質使用障礙早期跡象的人士



### 全方位服務夥伴計劃(FSPs)

例如為行為健康需求最高的人士提供治療,包括門診心理健康同物質使用障礙服務,並保持持續聯繫。



### 房屋介入措施

例如為行為健康需求最高的人士提供租金援助、過渡期服務,以及支援性或康復性住房。



### 勞動力教育與培訓

例如培訓同招募提供行為健康護理服務的人員。



### 資本設施與科技

例如發展或興建提供護理的新建築物



### 創新行為健康試點計劃與項目

例如測試提供行為健康護理的新方法

# 社區參與為必須項目

《行為健康服務法案》(BHSA) 包含縣市在社區規劃過程中必須遵守的規則。這些規則的其中一個原因，是確保縣市官員真正聆聽他們所服務的民眾意見。

這些規則包括：

## 1 聆聽社區意見

當縣市制定綜合計劃時，必須聽取社區成員的意見，包括服務提供者、學校、地方組織，以及特別是接受服務的人士。縣市必須以多種方式聆聽社區的聲音，例如會議、焦點小組討論和問卷調查。

## 2 考慮文化與語言

縣市必須確保各項計劃「具文化回應性」並「可使用語言通達」。這表示服務應尊重你的文化，以你偏好的語言提供，並滿足社區的需求。

## 3 接觸面對障礙的人群

各項計劃必須觸及那些因種族、文化、語言、性別、身份、年齡、收入或其他生活經歷而經常面臨障礙的人士。

## 4 與各類組織合作

縣市還必須與多種類型的組織合作，包括社區組織(CBOs)。這些組織已經與當地文化群體合作，帶來值得信賴的關係以及對社區的深入了解。

## 5 分析數據

縣市必須使用本地數據來了解哪些措施有效，哪些可能存在不足。數據包括例如有多少人使用服務，以及服務對不同群體是否運作良好。

## 6 公開分享計劃

草擬計劃會與社區共享，並設有 30 天的公眾意見期。這讓任何人都有機會表達他們認為應該新增或修改的內容。

### 🔍 深入了解

#### 社區定義的證據實踐 (CDEPs)

縣市在規劃時被鼓勵考慮社區定義的證據實踐 (CDEPs)。CDEPs 是由社區中特定群體創建並為其服務的項目。它們基於文化傳統、共同經驗，以及人們長期以來發現有效的方法。

CDEPs 被社區公認為有效。它們特別重要，因為能更好地滿足服務不足群體的需求。一些例子包括：

- 為美洲原住民設計的鼓助康復療法
- Convivencia：透過具有文化根源的聚會與共享活動，支持社區聯繫與福祉
- Zoosiab 計劃：以尊重苗族文化與傳統的方式，支持苗族長者的心理健康需求

## 與社區互動的方式

縣市有許多機會與社區互動,也有多種方式傾聽社區成員的意見,包括:

- 對綜合計劃草案及更新的公眾意見與聽證會
- 焦點小組
- 問卷調查
- 關鍵資訊人員訪談
- 電話會議
- 客戶諮詢會議
- 消費者與家庭小組會議
- 傾聽會
- 與專家學者互動
- 市政廳會議
- 視像會議
- 媒體公告
- 針對特定群體的外展活動
- 利害關係人工作小組與委員會
- 與社區規劃相關的培訓、教育與宣導
- 其他能展現與利害關係人實質合作的策略

# 資 資

## 金來源在哪裡？

《行為健康服務法案》(BHSA) 並非縣市行為健康服務資金的唯一來源。但根據法律，縣市必須說明其計劃使用的所有資金來源。

# 資金來源

以下是縣市的資金來源及其可能的用途：

資金來源	資金來源說明	資金用途
BHSA	州政府「百萬富翁稅」	為患有嚴重精神疾病 (SMI)、嚴重情緒障礙 (SED) 及／或物質使用障礙 (SUD) 的人士提供的行為健康服務與支持。
Medi-Cal	聯邦、州及地方資金 (包括重新分配資金)	為符合資格人士提供的行為健康服務。僅限符合聯邦醫療必要性標準的人士。
Additional county funds	縣市一般基金、藥物濫用與心理健康服務管理局 (SAMHSA) 補助金、鴉片類藥物和解基金、重新分配資金等。	提供資金以填補所需的缺口。



社區規劃過程需要你的參與你的意見有助於決定縣市資助哪些服務, 以及各項計劃如何設計

1. 州政府撥給縣市, 用於提供地方行為健康服務的資金。
2. 來自藥物濫用與心理健康服務管理局 (SAMHSA) 的聯邦資金, 用於支持行為健康計劃。
3. 來自全州與鴉片類藥物製造商及分銷商的法律和解資源, 專用於預防、治療及康復工作。
4. 1991 年創立的資金來源, 當時州議會將多個健康與社會服務計劃從州級重新分配給縣市。

## BHSA 資金要求

BHSA 規定了縣市獲取及使用資金的規則。這些規則有助於確保資金分配公平，並讓需要行為健康服務與支持的人士能參與決定資金的使用方式。

### 資金必須支持需求最高的人群

縣市的行為健康服務涵蓋各年齡層人士，無論他們是否沒有保險、使用 Medi-Cal，或擁有私人保險。然而，BHSA 資金必須用於支持 BHSA 優先人口群體。

### 資金以 Medi-Cal 為起點

縣市應優先使用 Medi-Cal 資金提供符合資格的服務。BHSA 資金則用於填補空缺支持 Medi-Cal 和私人保險計劃未涵蓋的行為健康及社區支持服務。

### 資金涵蓋專科行為健康護理

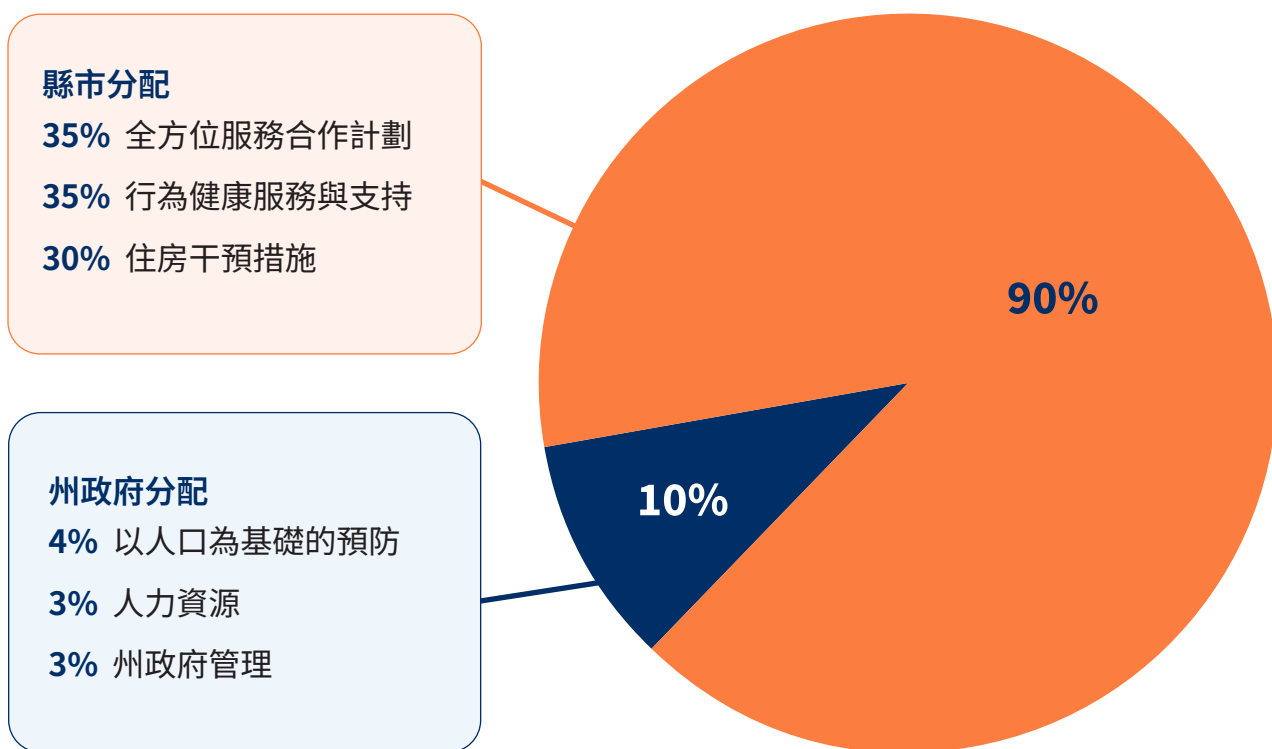
縣市的行為健康計劃專注於專科行為健康護理。這通常是針對有較嚴重行為健康需求人士的長期幫助。

需要基本或短期心理健康或物質使用護理的人士有時稱為非專科行為健康護理——應先透過其管理式醫療計劃，例如 Medi-Cal 或私人保險，獲取服務。他們也可以尋找加州公共衛生部 (CDPH) 提供的行為健康預防計劃。

## 資金必須用於特定服務

下表顯示 BHSA 資金在縣市與州政府之間的分配情況。大部分資金 (90%) 直接撥給縣市, 用於支持全方位服務合作計劃 (Full Service Partnerships)、行為健康服務與支持, 以及住房干預措施。

### BHSA 資金概覽及縣市與州政府分配明細



以下是縣市必須使用 BHSA 資金支持的計劃與服務的更多資訊：

### 35% — 全方位服務合作計劃 (FSP)

這些計劃為面臨最嚴重行為健康挑戰的人士提供全面支持——不僅是治療，還包括日常生活協助。內容包括心理健康與物質使用障礙 (SUD) 治療服務，以及各類支持性服務。

#### 例子：

- 一個團隊幫助個人尋找住房、食物及交通協助。
- 個案經理定期聯繫，並將人們連結到醫療照護、心理社會復健及社會服務。

### 35% — 行為健康服務與支持 (BHSS)

這些資金用於提供全方位護理服務，從支持可能面臨行為健康風險的人士，到協助人們在康復過程中蓬勃發展。內容包括早期介入服務、人力資源／員工教育與培訓、家庭教育與培訓、客戶教育與培訓、設施、科技，以及新研究或項目的測試。

至少 51% 的 BHSS 資金必須用於早期介入計劃。其中至少 51% 的早期介入資金必須服務青少年及年輕成年人 (25 歲及以下)。

#### 例子：

- 幫助個人了解新診斷的教育材料。
- 新護理設施的建設。
- 處理個人首次精神病發作的服務。

5. This includes acquiring, developing, or renovating buildings or to purchase land in anticipation of acquiring/constructing a building.

### 30% — 住房干預措施

這部分資金幫助有行為健康需求的人士尋找並維持安全、穩定的住房。內容包括租金與營運補貼、共享及家庭住房、資本支出，以及某些過渡性租金的非聯邦部分

至少 50% 的住房資金必須支持長期無家可歸的人士，即長時間缺乏住房的人。住房資金用於購買或建設設施的比例不得超過 25%。

#### 例子：

- 租金補助或配有現場支援人員的住房。
- 協助人們從露營區搬入住房的外展團隊。
- 小型住房項目或翻修工程。



些計劃共同構成加州 BHSA 資助行為健康服務的核  
心支柱。

## 🔍 深入了解

### 資金如何用於支持你及你的社區

BHSA 建議縣市使用資金支持社區定義的證據實踐 (CDEPs) 以及社區在社區規劃過程中的參與。以下是一些細節，以及你可以倡議的方向：

#### 社區定義的證據實踐 (CDEPS)

BHSS 和 FSP 資金可用於支持 CDEPs。這意味著你可以倡議資金用於社區主導的計劃與實踐，反映你的文化、價值觀或生活經驗。對於在傳統服務中經常被忽視的群體，這尤其重要。）

#### 社區參與

縣市可使用其每年行為健康資金的最多 5% 來支持社區在規劃過程中的參與。

這筆資金可用於支付相關費用，讓有親身經歷的人士、家庭成員及其他社區聲音能夠參與會議及規劃活動。資金可用於例如：

- 手提電腦及其他設備
- 翻譯／傳譯服務
- 差旅及交通費
- 兒童照顧
- 長者照顧
- 培訓及技術支援
- 時間或交通補貼 (津貼)
- 同儕或家庭導航員，協助指引你並讓你感到安心

# 誰

# 可以參與社區規 劃過程？

任何社區成員都有權參與社區規劃過程。事實上，縣市若未與公眾會面，便不能制定其綜合計劃。法律規定必須為社區成員提供多種機會，讓他們為自身需求發聲與倡議。

## 縣市必須聽取哪些人士的意見

在社區規劃過程中，縣市必須聽取社區的聲音。這包括但不限於以下群體的成員。

### 社區成員

- 符合縣市行為健康服務資格的個人，包括有親身經歷的青少年、成年人及長者
- 符合縣市行為健康服務資格人士的家人及朋友

### 代表多元觀點的人士

- 來自歷史上被邊緣化社群的代表
- 專門服務於種族及族裔多元且服務不足社群的組織代表
- 退伍軍人
- LGBTQIA+ 社群代表
- 家庭暴力及性侵害受害者
- 有無家可歸親身經歷的人士

### 保險機構

- 傷殘保險機構
- 醫療保險計劃，包括管理式醫療計劃 (MCPs)

### 組織

- 服務於文化及語言多元社群、針對物質使用障礙(SUD)／嚴重精神疾病(SMI)／嚴重情緒障礙(SED)的社區組織
- 地方公共衛生組織
- 醫療保健機構, 包括醫院
- 早期兒童教育組織
- 青少年組織
- 縣市社會服務與兒童福利機構
- 退伍軍人組織
- 勞工組織
- 區域中心
- 地方教育機構
- 高等教育合作夥伴
- 公共安全合作夥伴, 包括縣青少年司法機構

### 其他服務提供者

- 心理健康服務及物質使用障礙(SUD)治療服務提供者
- 緊急醫療服務
- 連續護理體系(Continuums of Care)
- 無家可歸者服務提供者代表
- 獨立生活中心
- 部落及印第安健康計劃
- 老年服務機構

# 為

# 什麼參與規劃過程很重要？

許多人曾因制度混亂、資金不足或難以接觸而感到失望。《行為健康服務法案》(BHSA) 正在改變這種情況，將你的意見納入規劃過程作為必要的一環。當你分享自身經驗時，你幫助縣市領導了解實際需求、現有缺口，以及如何建構真正支持所有人的系統。

# 你參與的重要原因

## 1 法律規定也是你的權利

根據 BHSA, 縣市必須在規劃過程中納入社區成員。這意味著你、你的家人以及其他有親身經驗的人士必須參與討論。這不是特別的邀請, 而是你的權利, 你應被邀請參與。

## 2 你的故事具有影響力

設計行為健康計劃的人需要了解你的生活狀況——哪些方面運作良好、哪些不理想, 以及有哪些改進能讓情況更好。

數據可以顯示數字, 但只有你能說明這些數字的意義。每個故事都為描繪康復與社區力量的全貌增添一個重要的片段。

## 3 你分享的內容有助於影響實際決策

在社區規劃過程中提出的想法與關切, 能指引縣市資金的使用方向, 例如:

- 擴展心理健康及／或物質使用服務
- 資助住房與外展服務
- 支持早期介入, 包括青少年計劃

這些改變可能不會立即發生, 但你的意見可能影響未來的變革。

## 4 系統正在改變而你正是這場改變的一部分

加州的行為健康系統並非對每個人都有效。許多人曾感到被忽視或排除，但現況正在改變。縣市現在必須先傾聽，並與受行為健康挑戰影響最大的人共同制定解決方案。當你參與時，你有助於確保這種改變持續——從一個「談論人」的系統，轉向真正「傾聽人」的系統。

## 5 倡議需要時間但每個聲音都推動我們前進

你可能不會立刻看到自己參與的影響，但這不代表你的聲音被忽視。倡議不是一次性的活動，而是需要長期努力，隨著每一個聲音而變得更有力量。每一次會議、每一條意見、每一個故事，都會累積成改變的力量。

## 6 你是重要社區的一份子

每個聲音都很重要但眾多聲音匯聚在一起，才能帶來真正的改變。當你參與其中，你會加入一個不斷壯大的社群，包括家庭、同儕、倡議者和各類組織，共同追求同一目標：建立更好、更公平的行為健康系統。大家一起發聲時，你的意見更難被忽視。

# 社

# 區規劃過程何時 進行？

每三年，縣市會更新其 BHSa 綜合計劃。每個縣市自行制定時間表。大多數縣市依循州財政年度（7 月 1 日至次年 6 月 30 日），而非日曆年度（1 月 1 日至 12 月 31 日）。新的財政年度從夏季開始，公眾規劃活動——例如會議和傾聽會通常在秋季啟動。

## 綜合計劃時間表

綜合計劃時間表儘管各縣市的時間安排不同，但它們皆遵循相同的流程及類似的時間表，其中包含公眾參與的環節。



**注意：**法律規定縣市必須提供公眾 30 天的時間對計劃提出意見。

## 計劃核准後

州政府將於夏季審查綜合計劃，並決定批准或與縣市合作解決所發現的問題。核准後，縣市必須：



著手將計劃付諸實行



收集數據並報告成果



在變生效前，於其網站上公開變更內容至少 30 天



允許社區成員在 30 天的意見徵詢期間對變更提出意見。

## 了解縣市時間表資訊

加州每個縣市的社區規劃過程 (CPP) 運作方式略有不同。了解你所在縣市的 CPP 時間表，是參與的第一步。

以下是入門方法：

### 上網查詢

搜尋「[你的縣市名稱] 行為健康」，找到縣市官方網站。查看標示為「社區規劃」、「行為健康委員會」或「公眾會議」的頁面。

### 聯繫你所在縣市的行為健康部門。

工作人員可以告訴你會議時間、如何提供回饋，或如何取得過往的計劃與報告。

- [縣市心理健康計劃資訊](#)：各縣市聯絡電話
- [物質使用障礙縣市計劃管理者](#)：各縣市聯絡資訊

### 聯繫你的縣監事會

縣監事會負責批准縣市計劃，並可將你與當地規劃團隊或諮詢小組連結起來。

### 與你的行為健康委員會聯繫

可申請加入郵件名單，以接收有關會議、公聽會及計劃草案的通知。

你可以在本工具包的資源章節 (從第 62 頁開始) 找到每個縣市的行為健康部門及其他可信來源的連。

# 我

# 該如何參與？

參與所在縣的 BHSA 社區規劃流程有多種方式，從傾聽學習到分享個人經歷，或協助創建新計劃。部分人士參加會議以保持資訊更新；另一些則分享經驗，協助縣級領導了解實際需求；也有人深入參與，加入社區團體或諮詢委員會，並經常在會議上發言。

## 你可以在任何層級參與

無論你想保持資訊更新、分享自身故事，或擔任領導角色，每一種參與方式都能產生影響。你不需要成為專家——最重要的是你的興趣與親身經驗。每個聲音匯聚在一起，將有助於打造更強大的社區行為健康系統。

以下是一些入門的方法：

### ■ ■ ■ ■ ■ 保持資訊更新。

關注你所在縣市的行為健康部門網頁，或註冊接收會議與規劃時間表的最新資訊。你也可以查閱 DHCS 網站上的縣市《行為健康成果、問責與透明度報告》(BHOATR)。BHOATR 是年度報告，顯示綜合計劃的執行情況。

### ■ ■ ■ ■ ■ 參加會議或傾聽會。

這些活動對所有人開放。你可以傾聽，也可以分享對需求的想法。

### ■ ■ ■ ■ ■ 與倡議者聯繫。

社區組織與同儕團體可以協助你準備、分享故事或撰寫公眾意見。要找到當地團體，可以查看縣市行為健康部門的網站（通常在「參與方式」或「社區會議」下），或搜尋你所在地區的心理健康、物質使用或同儕支持組織。

### ■ ■ ■ ■ ■ 在公眾意見期間分享你的故事或想法。

縣市在發布 BHSa 綜合計劃草案時，必須提供至少 30 天的公眾審查時間。

### ■ ■ ■ ■ ■ 申請擔任職務。

可申請加入當地的行為健康諮詢委員會 (BHAB) 或社區規劃團隊 (CPT)。大多數縣市都歡迎社區志願者參與。

# 你可以在任何階段參與

縣市全年都會收集社區意見。以下是你可以在五個階段中參與的方式：

## 1. 傾聽與學習

縣市舉辦社區會議、焦點小組或問卷調查，以了解社區需求。

### 你可以如何參與

參加會議或社區論壇，分享你的故事、經驗與想法。

## 2. 草擬 BHSA 綜合計劃

縣市撰寫 BHSA 綜合計劃草案，說明資金的使用方式。

### 你可以如何參與

審查草案（若可取得）。確認你分享的需求是否被納入。透過縣市的行為健康委員會或諮詢委員會提供回饋意見。

### 3. 公眾審查與意見

縣市在將 BHSA 綜合計劃草案提交州政府前，必須提供 30 天的公眾意見期間，並舉行當地行為健康委員會公聽會。

#### 你可以如何參與

在線閱讀 BHSA 綜合計劃草案，或申請取得副本。提交書面意見，或參加當地行為健康委員會公聽會直接發言。參與詳情（包括日期、時間及地點／線上連結）可在縣市行為健康部門網站查詢。

### 4. 核准與報告

縣市完成並將其 BHSA 綜合計劃提交州政府。

#### 你可以如何參與

參加你所在縣市的監事會會議。鼓勵他人一起參與，展現社區支持。

### 5. 年度審查

縣市可能會對 BHSA 綜合計劃進行修改，並必須將這些變更在其網站上公開至少 30 天。

#### 你可以如何參與

了解縣市擬進行的變更。如果你有意見想分享，可參加監事會或委員會會議。即使年度審查不在議程上，他們也會接受公眾意見。

## 會議期間可期待的情況

大多數縣市社區規劃會議對公眾開放。縣市工作人員、服務提供者、倡議者及社區成員會聚在一起，討論當地的行為健康需求與計劃。有些會議規模小且非正式，而有些則更具結構性並遵循固定議程。

你可以事先詢問：



會議時間表與議程



會議是面對面、線上，或兩者兼有



在公眾意見發表時，你可獲得的發言時間長度



出席人員縣市工作人員、委員會成員或社區合作夥伴

# 議程

大多數縣市規劃會議遵循相似的議程：

## 1. 歡迎與介紹.

縣市工作人員或委員會成員開場，說明會議目的並檢視議程。

## 2. 計劃更新或報告.

工作人員分享有關現行計劃、資金使用或目標進展的資訊。

## 3. 簡報或討論議題.

縣市可能會展示新的計劃、數據或提案，並徵求意見回饋。

## 4. 公眾意見

此時社區成員可以發言通常每人兩到三分鐘。

## 5. 後續步驟與結束

會議以提醒未來會議安排或如何提交書面意見作結束。

如果你打算發言，可能需要在公眾意見開始前簽到或填寫簡短表格。縣市會在每次會議中做筆記，你的意見將成為公開紀錄的一部分。

一開始感到不確定是很正常的。你可以先只參加會議傾聽，再決定是否發言。許多人會這樣做，以了解流程運作方式。

### 🔍 深入了解

#### 法律規定

縣市必須提供免費語言支援，讓你能以最熟悉的語言獲取資訊並參與其中。

**請記住：**縣市也可使用 BHSA 資金幫助人們參與，例如補助交通或兒童照顧費用。

# 你的第一次會議：五件事要知道

## 1 知道你受到歡迎

大多數會議對公眾開放，並包含社區發言時間。

## 2 先從傾聽開始，你不一定要參與

只參加會議了解流程運作也是可以的。

## 3 提前做好準備

查看議程、會議形式（面對面、線上或混合）以及發言時間。

## 4 需要時尋求協助

法律規定縣市必須提供翻譯或口譯服務。縣市也可能提供其他支援，例如交通或兒童照顧，確保每個人都能參與。

## 5 提出問題

縣市工作人員在場協助你。他們的工作是讓流程清楚且易於參與。記住，你的問題也有助於讓流程對所有人更明確。

## 當你準備好發言時

在公眾會議中發言並非每個人都適合，但來自有親身經驗的人的意見非常有影響力，且常常能左右縣市官員的決策。

如果你正在考慮在會議中發言，以下是一些你可以參考的主題：

- 對你或你的家人有幫助的服務或支援
- 缺乏或難以取得的計劃與服務
- 阻礙人們獲得照護的障礙
- 改善外展、住房或計劃的建議
- 讓服務更友善、包容或符合文化需求的方法
- 支持某個計劃或服務應獲資金的理由
- 對你和其他參與規劃過程人士的支持
- 支持你所屬群體或社區其他群體的 CDEPs 資金

你也可以提出問題、分享在地故事，或建議改進計劃或流程的方法。

### 🔍 深入了解

#### 如果你不想發言

你不必在會議中發言也能參與。縣市必須在 30 天審查期間接受書面公眾意見。你可以透過電子郵件聯繫縣市、填寫線上表格，或提交信件 [請參見本工具包第 53 頁範本]。書面意見同樣會納入公開紀錄，並與口頭意見一樣受到審查。

# 有效參與的小貼士

你不需要成為政策專家也能產生影響。你的親身經驗讓你成為會議中的專家。剛開始可能需要時間才能自在發言，這很正常。每一次會議都是建立自信的機會。



## 為會議做準備

### 先觀察一次會議

在發言前先傾聽一次，能幫助你了解流程運作方式。

### 寫下你想說的內容

幾個筆記或簡短稿子可以在你緊張時幫助你保持專注。

### 大聲練習

對自己或朋友說出來，有助於你在掌握時間與語氣上更有自信。

### 了解時間限制

許多公眾會議將每人的發言時間限制在兩分鐘。傾聽其他人的意見並練習自己的發言，可以幫助你掌握在這段時間內能說多少內容。

### 收集數據

有效的倡議始於充分的資訊。數據有助於顯示問題的嚴重性、現有缺口，以及哪些社群受影響最大。社區成員可以透過收集數字（例如公開儀表板或問卷調查的數據）和故事，幫助縣市掌握完整情況。[請參見本工具包第 65 頁，了解收集數據的建議來源。]



## 建立支援團隊

### 帶一位夥伴同行

朋友、同儕或家人可以提供鼓勵，並協助記錄會議內容。

### 緊張時尋求協助

你可以請信任的人替你分享故事或朗讀你的意見。

### 邀請值得信賴的社區成員或領袖

他們可以協助代表那些可能不敢親自參加或發言的人。



## 以親身經驗發言

### 分享你的故事並與他人相關聯

可以使用類似的說法，例如：「許多與我處境相同的人會面臨.....」或「這不僅影響我，也影響我社區中的其他人。」

### 專注於解決方案

說明哪些改變能帶來幫助，以及這些改變如何造福整個社區。

### 使用尊重且清楚的語言

當訊息易於理解時，效果最強。請清晰、冷靜地表達，並避免使用俚語。



## 持續參與

### 建立關係

信任需要時間累積。因此，與縣市工作人員、委員會成員及其他倡議者多互相認識。

### 記住你的目的

縣市領導需要直接聽到使用或需要行為健康服務的人的聲音。

### 持續參與

每一次出席，你都能學到更多、增強自信，並讓你的聲音更有力量。

## 了解你的意見如何產生影響

縣市必須說明社區回饋如何被運用在計劃中。他們會撰寫所有公眾意見的摘要，並解釋哪些內容因這些回饋而有所改變。你可以閱讀此摘要，了解你的聲音如何影響最終計劃。這份摘要通常會隨著最終BHSA 綜合計劃一併發布在縣市行為健康部門的網站上。



永遠不要懷疑，一小群有思想、有承諾的公民能改變世界；事實上，這一直都是唯一能改變世界的力量。」

— 瑪格麗特·米德, 文化人類學家

## 長期參與的重要性

倡議不是一蹴而就的——它需要時間。你可能不會立刻看到改變，但你的行動可能啟發未來的改變。你分享的每一個故事、提出的每一個問題、參加的每一次會議，隨著時間累積，都能促進更強健的行為健康計劃與更好的照護。

持續參與並不意味著你必須做所有事情，而是選擇最適合自己的方式，並持續發聲。以下是一些保持連結的方法：



### 會後跟進

詢問縣市你的回饋如何被運用，或下一步流程何時進行。



### 參加行為健康委員會會議

大多數委員會每月舉行一次，並歡迎公眾提供意見。



### 關注縣市報告

從 2028 年起，每年縣市都會發布《行為健康成果、問責與透明度報告》(BHOATR)。該報告顯示哪些措施有效，以及哪些方面需要改進。你可以利用這些資訊，了解縣市是否達成目標，並針對下一份計劃中需要更多關注的部分提出意見。



## 加入或支持當地倡議團體

社區組織與支持團體可以幫助你保持資訊更新，並讓你的聲音更有力量。



## 指導他人

如果你已經參與過一次，下次可以幫助他人也來參與。傳遞你學到的經驗，能增強社區的聲音。

改變往往發生得很慢但它確實會發生。當你持續參與、與他人建立連結，並以親身經驗發言時，你就成為塑造未來進展的一部分。

# 參與工具

在本章節中, 你會找到幫助你準備參與 BHSA 社區規劃過程的工作表。

# 腦力激盪發言內容

在社區規劃會議中分享你的故事，是讓你的聲音被聽到的有意義方式。想要分享什麼或包含多少細節是很自然的疑問。這份工作表可以幫助你整理思路，讓你更有信心準備發言。

## 問題或議題

促使你發言的原因是什麼？是關於你希望計劃中納入的服務、支援或資源嗎？是否有缺失的部分？是否有某些改變可以讓人們更容易獲得幫助？

---

---

---

---

---

## 你的經驗

你的經驗如何反映你在社區中觀察到的情況？

---

---

---

---

---

## 解決方案

你希望看到什麼改變？你希望縣市採取哪些行動？

---

---

---

---

---

**小提示：**你不需要分享所有細節也能產生影響。即使是一個簡短的故事或簡單的觀察，也能幫助改善計劃和服務。

# 參與發言稿

在你決定好想討論的內容後，可以使用這個範本來撰寫你的發言稿。請注意，這只是幫助你起步的建議。你應該以對自己最合適的方式組織要點。

**提示：**發言時間目標為兩分鐘以內。

## 1. 自我介紹

(例如：「我的名字是 。我住在 縣。我來這裡是因為 [我／我的家人／我的社區] 受到 [心理健康挑戰、物質使用、住房不穩定等] 的影響。」)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2. 描述問題或議題

(例如：「應將 計劃納入資金支持。目前仍需要，因為現在人們必須 或無法取得 。」)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 3. 分享你的經驗 (30 秒)

(例如:「我親身了解這個計劃對人們所帶來的影響, 因為\_\_\_\_\_。當我\_\_\_\_\_的時候, 我本可以受惠於\_\_\_\_\_。」)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 4. 建議方案

(例如:「縣政府可以透過\_\_\_\_\_提供協助。我希望你們能在下一份計劃中納入\_\_\_\_\_。」)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 5. 關閉

(例如:「感謝你們聆聽意見, 並將社區聲音納入考量。」)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# 書面公眾意見工作表

使用此工作表來準備你在縣市 BHSA 綜合計劃 30 天公眾意見期間想要以書面形式分享的內容。

## 1. 我想提出意見的內容

縣市應該知道哪些服務、支援或議題？

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2. 為什麼這很重要

這如何影響你、你的家人或你的社區？

---

---

---

---

---

---

---

---

## 3. 我希望縣市採取的行動

你希望縣市進行哪些改變、採取什麼行動或做出哪些資金決策？

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 整合所有內容

*Use this format to submit your written public comment by email, online form, or letter.*

**主旨:**關於綜合計劃草案的公眾意見

您好, 我的名字是 \_\_\_\_\_。我住在 \_\_\_\_\_ 縣。

我寫這封信是因為 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

這很重要, 因為 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

我希望縣市能考慮 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

感謝你們納入社區的聲音。

姓名: \_\_\_\_\_

城市或郵遞區號(可選): \_\_\_\_\_

電子郵件地址或電話號碼(如希望收到回覆):

\_\_\_\_\_

# 使用尊重所有人的語言

我們使用的詞語會影響周圍的人。它們可以讓人感到受歡迎、被尊重和安全，也可能讓人感到不舒服或被排除。使用正確的語言有助於尊重人們的親身經驗，並鼓勵更多人參與 BHSA 社區規劃過程。

你不需要每個字都完美無缺。重點是以關懷和同理心進行溝通。以下是一些範例供你參考。

## 1. 強調「人」本身，而非其所患的狀況

避免使用以疾病或狀況定義某人的詞語診斷結果絕不是形容詞。

### 範例用法

- ✓ 患有心理健康挑戰的人
- ✓ 患有物質使用障礙 (SUD) 的人
- ✓ 他們的行為異常或不穩定

### 避免使用

- ✗ 精神病患者
- ✗ 成癮者、酗酒者
- ✗ 他是思覺失調症患者

## 2. 使用「患有」或「經歷」，而非「受折磨」

並非每個人都在受苦。許多人在支持、服務和社區的幫助下，正在管理自己的健康。

### 範例用法

- ✓ 正在經歷憂鬱症
- ✓ 患有雙相情感障礙

### 避免使用

- ✗ 憂鬱症患者 (避免使用「受折磨」的說法)
- ✗ 患有雙相情感障礙的人

### 3. 為場所與照護選擇尊重的用詞

使用中性且準確的方式描述治療環境。

#### 範例用法

- ✓ 精神科醫院
- ✓ 治療機構或診所

#### 避免使用

- ✗ 收容所

### 4. 在談論自殺時使用支持性、非評斷性的語言

這些說法有助於避免責備和污名化。

#### 範例用

- ✓ 死於自殺
- ✓ 有自殺風險的人
- ✓ 自殺未遂倖存者

#### 避免使用

- ✗ 自殺身亡
- ✗ 有自殺傾向的人

### 5. 按照每個人的偏好稱呼特別係當佢哋形容自己的時候

有些人喜歡用「人本先行」的語言(例如「一個患有抑鬱症的人」), 而另一些人則偏好「身份先行」的語言(例如「我係躁鬱症患者」或者「我係自閉症人士」)。最尊重的做法, 係使用對方為自己選擇的字眼, 同埋避免為佢哋貼上佢哋冇透露過的標籤或診斷。

## 快速參考：語言選項

### 試下用呢啲字眼

- ✓ 死於自殺
- ✓ 心理健康挑戰
- ✓ 正面對心理健康挑戰的人
- ✓ 患有物質使用障礙的人
- ✓ 物質使用障礙
- ✓ 異常或難以預測的行為
- ✓ 精神健康醫院／治療設施

### 避免用呢啲字眼

- ✗ 自殺身亡
- ✗ 精神問題／精神疾病（作為標籤）
- ✗ 精神病人
- ✗ 癮君子、酒鬼
- ✗ 藥物濫用
- ✗ 癲的、精神病的
- ✗ 精神病院

我哋揀用的字眼，可以令人感到被尊重同安心。如果你唔肯定應該點樣講，選擇以人同行為本身為中心的字眼。

# 會議記錄

喺會議期間做筆記係一個好好的方法, 等你可以記低學到的嘢、遇到的人, 以及你想跟進的事項。呢度有個範本你可以用嚟記錄。

日期／時間

會議地點

討論的議題

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

與會者

姓名: _____	角色: _____
姓名: _____	角色: _____
姓名: _____	角色: _____
姓名: _____	角色: _____

決定咗啲咩

---

---

---

我想跟進啲咩

下次會議注意事項

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

# 有關《行為健康服務法案》 社區規劃流程的迷思與事實)

## ❓ 迷思一

### “「你一定要係機構工作先可以參與」”

**事實:**任何人都可以參與。

如果你有心理健康及／或物質使用方面的親身經歷, 或者你關心有呢啲經歷的人, 你的意見都好重要。

《行為健康服務法案》規定縣政府必須邀請社區居民——唔單止係專業人士——一齊參與規劃。

## ❓ 迷思二

### “「我的意見改變唔到啲咩」”

**事實:**真係可以㗎。

縣政府必須係《行為健康服務法案綜合計劃》獲得批准前, 記錄並考慮公眾的意見。社區居民的評論同分享, 往往可以促成改變。

## ❓ 迷思三

### “「縣政府已經知人需要啲咩」”

**事實:**縣政府需要你的親身經歷, 先至明白社區入面真正發生緊咩事。

數據可以顯示數字, 但個人故事先可以顯示數字背後的原因。你的意見有助塑造出真正符合需要的行為健康計劃。

#### 迷思四

### 「你一定要公開講嘢先可以參與」

**事實：**參與的方法有好多種。

你可以參加聆聽會議、提交書面意見、填寫問卷，或者同會向縣政府匯報的社區團體分享你的想法。

所有意見都會被記錄係公眾紀錄入面。

#### 迷思五

### 「我一定要識講英文先可以參與」

**事實：**你可以用任何語言參與。

縣政府必須提供語言傳譯或翻譯服務，確保會議對所有人都開放。呢個係法律規定。

歡迎你——亦需要你——用你最自在的語言發聲。

#### 迷思六

### 「你一定要係專家或者官員先可以參與」

**事實：**你的聲音好重要。

你唔需要識得特別的術語，或者有專業背景。呢啲會議就係為咗聽取有親身經歷的人的意見而你的聲音正正有助塑造你社區的行為健康服務面貌。

### 迷思七

## “「規劃流程只係做一次，計劃批准之後社區就有角色喇喇」”

**事實：**規劃同社區參與係長年持續，*每年都做嘍。*

縣政府每三年必須提交一份新的綜合計劃，而且每年都要檢討、更新同調整計劃。喺年度期間，縣政府會追蹤進度、分享成果，並根據成效作出調整。成個循環都需要社區的意見——唔止喺開始嗰陣。

### 迷思八

## “「得大城市先有發言權」

**事實：**每個縣，就算係最細的縣，都必須遵守相同的社區意見收集規則。

無論你住喺鄉郊定係城市，你所在的縣政府都必須提供機會，等你可以參與其中。

# 資源

呢個部分整合咗有用的資源同可靠的連結,以支援你參與社區行為健康規劃。

## 尋找你所屬的縣

由本地開始。加州每個縣都有自己的行為健康局同社區規劃流程。點擊下面你所在縣的連結，就可以搵到會議資訊、聯絡方式，或者參與你附近討論的途徑。

<a href="#">阿拉米達</a>	<a href="#">阿爾派恩</a>	<a href="#">阿瑪多</a>	<a href="#">巴特</a>	<a href="#">卡拉維拉斯</a>	<a href="#">科盧薩</a>
<a href="#">康特拉科斯塔</a>	<a href="#">德爾諾特</a>	<a href="#">埃爾多拉多</a>	<a href="#">弗雷斯諾</a>	<a href="#">格倫</a>	<a href="#">亨伯特</a>
<a href="#">帝國</a>	<a href="#">因約</a>	<a href="#">科恩</a>	<a href="#">金斯</a>	<a href="#">湖</a>	<a href="#">拉森</a>
<a href="#">洛杉磯</a>	<a href="#">馬德拉</a>	<a href="#">馬林</a>	<a href="#">瑪麗波薩</a>	<a href="#">曼多西諾</a>	<a href="#">默塞德</a>
<a href="#">莫多克</a>	<a href="#">莫諾</a>	<a href="#">蒙特雷</a>	<a href="#">納帕</a>	<a href="#">內華達</a>	<a href="#">橙縣</a>
<a href="#">普雷瑟</a>	<a href="#">普盧瑪斯</a>	<a href="#">河濱</a>	<a href="#">薩克拉門托</a>	<a href="#">聖貝尼托</a>	<a href="#">聖貝納迪諾</a>
<a href="#">聖地牙哥</a>	<a href="#">舊金山</a>	<a href="#">聖華金</a>	<a href="#">聖路易斯奧比斯波</a>	<a href="#">聖馬刁</a>	<a href="#">聖巴巴拉</a>
<a href="#">聖克拉拉</a>	<a href="#">聖克魯斯</a>	<a href="#">沙斯塔</a>	<a href="#">銀山</a>	<a href="#">西斯基尤</a>	<a href="#">索拉諾</a>
<a href="#">索諾瑪</a>	<a href="#">斯坦尼斯勞斯</a>	<a href="#">蘇特</a>	<a href="#">特哈馬</a>	<a href="#">三一</a>	<a href="#">圖勒里</a>
<a href="#">托盧米</a>	<a href="#">文圖拉</a>	<a href="#">尤洛</a>	<a href="#">尤巴</a>		

你亦可在[此](#)查閱加州各地區行為健康委員會及委員會的完整會議時間表。

**小貼士:**你唔需要一次過睇晒所有資料——可以從你所在的縣開始，然後探索適合你需要的部分。

## 了解更多

**了解決策係點樣制定。**呢啲資源解釋咗縣政府如何規劃同資助行為健康服務, 以及公眾可以點樣參與。

→ 加州醫療保健服務部: [社區規劃流程與本地持份者參與指南](#)

概述縣政府如何收集社區意見, 包括主要要求同時間表。

→ 加州醫療保健服務部: [「參與BHSA社區規劃流程」網上研討會簡報](#)

涵蓋BHSA係乜嘢、社區規劃流程點樣運作、縣政府如何吸納持份者參與, 以及社區居民可以點樣持續參與。

→ 加州行為健康聯盟: [BHSA社區規劃資源同工具包](#)

提供指南同範本, 以支援《行為健康服務法案》下的本地社區參與。

**了解縣政府如何追蹤同匯報行為健康進度。**呢啲州政府網站展示咗《行為健康服務法案》的運作方式, 以及你所在的縣如何匯報其成果。

→ 加州公共衛生部

追蹤以人口為基礎的預防工作, 並提供全州行為健康趨勢的數據。請瀏覽 [cdph.ca.gov](http://cdph.ca.gov).

→ 加州健康與人類服務局, 醫療保健訪問與資訊部

追蹤加州行為健康勞動力計劃, 包括勞動力發展數據同計劃投資。請瀏覽 [hcai.ca.gov](http://hcai.ca.gov).

### → 行為健康委員會

評估成果並推動全加州的創新。請瀏覽 [bhsoac.ca.gov](http://bhsoac.ca.gov)。

### → 醫療保健服務部

監督行為健康資金同縣級綜合計劃。請瀏覽 [dhcs.ca.gov](http://dhcs.ca.gov)。

**了解本地行為健康數據。**呢啲儀表板可以幫助你了解你所在縣的趨勢、需求同服務。

### → 加州心理健康服務管理局：[數據儀表板](#)

提供全州同縣級的行為健康指標。

### → 加州心理健康服務管理局：[認識你所屬縣的指標儀表板](#)

提供每個縣的人口統計同行為健康概況。

### → 加州醫療保健服務部：[行為健康連續護理基礎設施計劃儀表板](#)

展示州政府嚟設施、房屋同基礎設施方面的投資。

**尋找發聲同分享故事的方法。**呢啲指南為希望參與塑造行為健康計劃的社區居民、家庭同倡導者，提供額外的貼士同工具。

### → 加州本地行為健康委員會協會：[倡導基本指南](#)

提供參與縣級委員會同公眾會議的簡單步驟。

### → 加州老齡事務局：[縣級工具包](#)

呢啲工具包旨在支援與本地行為健康局的聯繫、了解規劃流程，以及為長者服務進行倡導。

### → 加州精神疾病聯盟：[倡導工具包](#)

提供有關分享經歷、參與政策制定同社區領導方面的實用指引。

## 保持聯繫同尋求支援

搵到可靠的支援同資訊來源。呢啲全州性的組織同計劃，為參與行為健康事務的個人、家庭同倡導者，提供可靠的資訊、教育同幫助。

### 加州 211 求助熱線

一條免費、24小時運作的求助熱線同網站，幫你連接經核實的本地服務，包括房屋、食物同心理健康支援。請致電 211 或瀏覽 [211ca.org](http://211ca.org)。

### CalHOPE

一個由政府支持的計劃，為面對壓力、創傷或行為健康挑戰的人士提供免費情緒支援、危機輔導同資源。請瀏覽 [calhope.org](http://calhope.org)。

### 行為健康委員會

提供工具同指導，幫助個人、家庭同社區了解行為健康體系。可以喺呢度搵到關於危機支援、青少年服務、預防同倡導的資源。請瀏覽 <https://bhsoac.ca.gov/finding-help/>。

### 加州精神疾病聯盟

為受心理健康狀況影響的個人同家庭，提供教育、同輩支援小組同倡導機會的聯繫。請到 [namica.org](http://namica.org) 尋找你所在的分會。

## 加州全民心理健康

一個全州性的資訊中心，提供有關保持心理健康、尋求協助同支援他人的實用資訊。探索自我關顧貼士、社區資源同危機支援選項。請瀏覽 <https://www.mentalhealth.ca.gov/>。

## 「行動支持心理健康」(加州衛生保健服務部宣傳活動)

加州為減少污名化同提升心理健康意識而發起的全州性運動。提供宣傳活動、教育同資源。請瀏覽 [takeaction4mh.com](http://takeaction4mh.com)。

## 家長聯盟

支援緊有情緒、行為同行為健康挑戰的細路同青少年的父母同照顧者。為家庭提供同輩支援、教育同領導機會。請到 [unitedparents.org](http://unitedparents.org) 了解更多。

## 鳴謝

呢本《BHSA社區規劃工具包》的製作，有賴加州各地機構同個人的幫助。許多組織同倡導者係訪問同聆聽會議期間提供咗寶貴的意見。佢哋的參與有助確保呢本工具包能夠反映佢哋所服務社區的需要同聲音。

我哋特別感謝以下團體同參與者，係2025年10月同11月的訪問中分享佢哋的時間、知識同親身經歷：

### 行為健康諮詢委員會改革倡議 (BHABrehab)

倡導加強縣級行為健康委員會的角色同效能。

### 加州酒精與藥物計劃行政人員協會 (CAADPE)

的成員機構係全州範圍內提供物質使用障礙治療同康復服務。

### 加州矯正與康復部 (CDCR)

負責管理加州的監獄同假釋制度，重點在於公共安全、更生同成功重返社會

### 加州泛族裔健康網絡 (CPEHN)

CPEHN 推動有色人種、移民同 LGBTQ+ 加州人的健康公平。

### 加州之聲

Cal Voices 係全加州提供由同輩主導的倡導、教育同文化響應行為健康服務。

### 加州縣級行為健康主管協會 (CBHDA)

代表所有 58 個縣的行為健康主管。

### **加州精神疾病聯盟(NAMI) California**

代表全州的<sup>1</sup>家庭、同輩同倡導者, 致力提升心理健康意識、服務可及性同公平性。

### **聖約翰真正改變計劃**

St. John's 為克服無家可歸、創傷同成癮問題的婦女同兒童, 提供房屋、就業培訓同支援服務。

### **家長聯盟**

United Parents 支援緊有情緒、行為同行為健康挑戰的細路同青少年的父母同照顧者。

