

Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi

# Bộ công cụ đối tác cộng đồng



Tài liệu hướng dẫn tìm hiểu và tham gia quy trình  
lập kế hoạch Sức khỏe hành vi của quận



# Nội dung

Bảng Hướng dẫn các từ viết tắt .....	1
Bảng Thuật ngữ .....	4
Về Bộ Công cụ này .....	8
Quy trình Kế hoạch Cộng đồng <b>Là gì?</b> .....	10
Nguồn Kinh phí Đến <b>Từ đâu?</b> .....	18
<b>Ai</b> có thể Tham gia Quy trình Kế hoạch Cộng đ ồ n g .....	25
<b>Tại sao</b> Tham gia Quy trình lập Kế hoạch là Quan trọng? .....	28
Quy trình lập Kế hoạch Cộng đồng diễn ra <b>Khi nào?</b> .....	31
Tôi có thể Tham gia Bằng cách nào? .....	35
Công cụ Tham gia .....	49
Nguồn Tham khảo .....	62
Lời Tri ân .....	68

# Các từ viết tắt

Những tài liệu về sức khỏe hành vi thường sử dụng các từ viết tắt. Dưới đây là một số từ quý vị có thể thấy trong bộ tài liệu này hoặc nghe từ các cuộc họp cấp quận.

Từ viết tắt	Nghĩa	Nó đề cập đến điều gì
<b>BHB/ BH Board</b>	Hội Đồng Sức Khỏe Hành Vi	Một nhóm địa phương chuyên xem xét các kế hoạch của quận và tổ chức các cuộc họp công cộng để bảo đảm tiếng nói của cộng đồng được lắng nghe
<b>BHOATR</b>	Báo cáo về Kết quả Sức khỏe Hành vi, Trách nhiệm và tính Minh bạch về Sức khỏe Hành vi	Báo cáo hàng năm của quận cho biết nguồn tài trợ cho sức khỏe hành vi được chi tiêu ra sao và mang lại kết quả gì
<b>BHSA</b>	Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi	Luật tài trợ của tiểu bang California dành cho các dịch vụ sức khỏe hành vi cấp quận. Đạo luật này thay thế MHSA năm 2024
<b>BHSS</b>	Các dịch vụ và hỗ trợ về sức khỏe hành vi	Các chương trình được tài trợ bởi BHSA tập trung vào việc phòng ngừa, hỗ trợ sớm và sức khỏe cộng đồng.
<b>BHT</b>	Sự Chuyển đổi Sức khỏe Hành vi	Các thay đổi cấp tiểu bang về cách các quận lập kế hoạch và báo cáo việc sử dụng nguồn tài trợ cho sức khỏe tâm thần (tâm lý), tập trung vào nhà ở, trách nhiệm và tính minh bạch
<b>BOS</b>	Hội đồng giám sát	Bầu các lãnh đạo cấp quận họ sẽ chấp thuận Kế hoạch tổng hợp BHSA của từng quận trước khi nó được trình lên cấp tiểu bang
<b>CalMHSA</b>	Cơ quan Dịch vụ Sức khỏe Tâm Lý California	Một tổ chức cấp tiểu bang hỗ trợ các quận cung cấp đào tạo, công cụ và dịch vụ để giúp cải thiện các chương trình sức khỏe tâm thần (tâm lý) và điều trị lạm dụng chất gây nghiện.
<b>CBH</b>	Ủy Ban Sức Khỏe Hành Vi	Ủy ban cấp tiểu bang thúc đẩy đổi mới hệ thống sức khỏe hành vi của California thông qua nghiên cứu, đánh giá và theo dõi kết quả để hỗ trợ hoạch định chính sách, cấp tài trợ và hỗ trợ kỹ thuật.
<b>CBHDA</b>	Hiệp hội các Giám đốc Sức khỏe Hành vi cấp Quận của California	Một nhóm ở cấp tiểu bang gồm các giám đốc y tế hành vi từ cả 58 quận
<b>CBO</b>	Tổ chức dựa trên cộng đồng	Một tổ chức phi lợi nhuận địa phương hoặc nhóm cộng đồng cung cấp các dịch vụ hoặc hỗ trợ cho cư dân
<b>CPP</b>	Quy trình hoạch định cộng đồng	Quy trình công khai mà các quận sử dụng để thu thập ý kiến từ cộng đồng cho các kế hoạch tổng hợp BHSA của họ.
<b>CPT</b>	Nhóm hoạch định cộng đồng	Một nhóm bao gồm các thành viên cộng đồng, những người có kinh nghiệm thực tiễn, thanh thiếu niên, gia đình, các nhà cung cấp dịch vụ và nhân viên của quận, những người hỗ trợ soạn thảo các kế hoạch của quận.
<b>DHCS</b>	Sở Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe	Cơ quan cấp tiểu bang giám sát các quận trong việc quản lý chương trình sức khỏe hành vi một cách chính xác và theo đúng quy định của BHSA.

Từ viết tắt	Nghĩa	What It Refers To
<b>EI</b>	Can Thiệp Sớm	Các dịch vụ cung cấp sự hỗ trợ sớm, đặc biệt cho thanh thiếu niên, nhằm ngăn các vấn đề sức khỏe tâm hành vi khi chúng trở nên nghiêm trọng hơn.
<b>FQHC</b>	Trung Tâm Y Tế Tiêu Chuẩn Liên Bang	Trung tâm y tế cộng đồng cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe cơ bản và dịch vụ sức khỏe hành vi, thường dành cho các nhóm thiếu tiếp cận dịch vụ.
<b>FSP</b>	Quan hệ đối tác toàn diện	Chương trình cấp quận cung cấp dịch vụ chăm sóc chuyên sâu, toàn diện, dành cho những ai có nhu cầu về sức khỏe hành vi nghiêm trọng nhất
<b>IP</b>	Kế Hoạch Tổng Hợp	Một kế hoạch ba năm của quận giải thích cách thức sử dụng nguồn tài trợ BHSA (và các nguồn tài trợ chăm sóc sức khỏe hành vi khác).
<b>MCP</b>	Kế hoạch Chăm sóc sức khỏe có Quản lý	Chương trình y tế cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe thể chất và hành vi, bao gồm các dịch vụ dành cho thành viên Medi-Cal, với sự phối hợp của các quận trong việc chăm sóc sức khỏe hành vi.
<b>MHSA</b>	Đạo Luật Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm Lý	Luật đầu tiên ban hành năm 2004 nhằm phục vụ tốt hơn cho những ai mắc bệnh tâm lý nghiêm trọng, các cá nhân có nguy cơ mắc bệnh và gia đình của họ. Luật BHSA đã thay thế luật này vào năm 2024.
<b>PEI</b>	Phòng Ngừa và Can Thiệp Sớm	Các dịch vụ chăm sóc sức khỏe hành vi được thiết kế để giúp đỡ mọi người trước khi khủng hoảng xảy ra.
<b>SED</b>	Rối Loạn Cảm Xúc Nghiêm Trọng	Sự rối loạn tâm lý, hành vi hoặc cảm xúc có thể được chẩn đoán, gây trở ngại đến cuộc sống hàng ngày, việc học tập, các mối quan hệ gia đình hoặc khả năng hoạt động.
<b>SMI</b>	Bệnh Tâm Lý Nghiêm Trọng	Sự rối loạn tâm lý, hành vi hoặc cảm xúc có thể được chẩn đoán, gây trở ngại đến cuộc sống và khả năng hoạt động của cá nhân.
<b>SUD</b>	Rối Loạn do Sử Dụng Chất Gây Nghiện	Căn bệnh mãn tính, nơi người bệnh tìm kiếm và sử dụng thuốc một cách cưỡng chế bất chấp những hậu quả có hại.
<b>WET</b>	Giáo dục và Đào tạo Nhân Lực	Các chương trình do BHSA tài trợ nhằm đào tạo và hỗ trợ những cá nhân làm việc trong lĩnh vực sức khỏe hành vi.

**Gợi Ý:** Nếu quý vị nghe một từ viết tắt hoặc thuật ngữ nào đó mà quý vị không hiểu trong cuộc họp cấp quận, hãy yêu cầu nhân viên hoặc người điều phối giải thích bằng ngôn ngữ dễ hiểu. Mọi người đều có quyền hiểu cách thức đưa ra các quyết định về sức khỏe tâm lý ở địa phương.

# Bảng thuật ngữ

Ngôn ngữ được sử dụng trong quá trình lập kế hoạch sức khỏe hành vi cấp quận có thể lúc đầu nghe khó hiểu. Bảng thuật ngữ này giải thích các từ và cụm từ thông dụng mà quý vị có thể nghe thấy trong các cuộc họp, trên trang web của quận hoặc trong các tài liệu kế hoạch.

Hãy sử dụng nó như một tài liệu tham khảo nhanh trong khi quý vị đọc bộ công cụ này, chuẩn bị cho cuộc họp hoặc xem xét các kế hoạch và báo cáo của quận. Nếu quý vị nghe thấy một thuật ngữ không được liệt kê ở đây, quý vị luôn có thể yêu cầu nhân viên của quận hoặc người điều phối cuộc họp giải thích - mọi người đều có quyền hiểu cách đưa ra quyết định.

Thuật ngữ	Nghĩa
<b>Khả năng Tiếp Cận</b>	Bảo đảm các cuộc họp, dịch vụ hoặc chương trình đều có thể tiếp cận được đối với mọi người. Điều này có thể bao gồm dịch vụ thông dịch hoặc biên dịch ngôn ngữ, hỗ trợ phương tiện giao thông, hoặc các lựa chọn trực tuyến.
<b>Ban Cố Vấn</b>	Một nhóm các thành viên cộng đồng cố vấn cho chính quyền quận về các chủ đề cụ thể, chẳng hạn như dịch vụ chăm sóc sức khỏe hành vi.
<b>Vận động chính sách</b>	Những hành động nhằm thu hút sự chú ý đến một vấn đề nào đó và thúc đẩy thay đổi. Hoạt động này có thể bao gồm phát biểu ý kiến tại các cuộc họp, chia sẻ câu chuyện, viết bình luận công khai hoặc tổ chức hoạt động cùng người khác.
<b>Chương trình nghị sự</b>	Danh sách các chủ đề sẽ được thảo luận trong cuộc họp. Nó giúp người tham gia biết trước nội dung sẽ được đề cập.
<b>Rào Cản</b>	Những trở ngại khiến người dân khó tiếp cận hoặc tham gia các dịch vụ, như chi phí, phương tiện đi lại, ngôn ngữ, chăm sóc trẻ em hoặc không biết tìm đến đâu để được giúp đỡ.
<b>Sức Khỏe Hành Vi</b>	Các dịch vụ hỗ trợ sức khỏe tâm lý và phục hồi sau khi sử dụng chất gây nghiện. Điều này bao gồm cố vấn, chương trình điều trị, dịch vụ ứng phó khủng hoảng và hỗ trợ cộng đồng.
<b>Ngân sách</b>	Kế hoạch chi tiêu ngân sách. Các quận phải giải thích cách thức sử dụng nguồn tài trợ cho các chương trình và hoạt động hỗ trợ khác nhau.
<b>Quyền Giám Hộ</b>	Một quy trình tòa án chỉ định một người nào đó để đưa ra một số quyết định nhất định thay cho người lớn không thể tự quản lý việc chăm sóc bản thân hoặc tài chính một cách an toàn.
<b>Sở Y tế Sức khỏe Hành Vi của Quận</b>	Cơ quan chính phủ địa phương chịu trách nhiệm lập kế hoạch, tài trợ và cung cấp các dịch vụ sức khỏe hành vi cho cư dân.
<b>Dịch vụ ứng phó khủng hoảng</b>	Hỗ trợ khẩn cấp người gặp khủng hoảng sức khỏe tâm lý hoặc do sử dụng chất gây nghiện, chẳng hạn như các đường dây hỗ trợ khủng hoảng, đội can thiệp khủng hoảng lưu động và các trung tâm chăm sóc khẩn cấp.
<b>Phù Hợp Văn Hóa</b>	Các dịch vụ tôn trọng và phản ánh văn hóa, ngôn ngữ và nguồn gốc của những người mà họ phục vụ.
<b>Dữ Kiện</b>	Thông tin các quận thu thập để hiểu rõ những gì có hiệu quả và những gì cần cải thiện - chẳng hạn như có bao nhiêu người đã sử dụng dịch vụ hoặc kết quả đạt được.
<b>Bảng theo dõi dữ liệu</b>	Một trang web hoặc trang trực tuyến nơi các quận trình bày thông tin về các dịch vụ một cách đơn giản, trực quan (biểu đồ, số liệu, tóm tắt).

Thuật ngữ	Nghĩa
<b>Sự Tham gia</b>	Các hoạt động giúp thành viên cộng đồng tìm hiểu và tham gia, như họp mặt, tiếp cận cộng đồng, đào tạo và khảo sát.
<b>Công Bằng</b>	Tiếp cận công bằng với các dịch vụ và hỗ trợ. Công bằng (Equity) có nghĩa là bảo đảm rằng mọi người và cộng đồng bị quên lãng hoặc chưa được phục vụ đầy đủ sẽ nhận được các nguồn lực họ cần thiết.
<b>Người Điều Phối</b>	Người hướng dẫn cuộc họp, giữ cuộc họp đi đúng hướng và giúp đảm bảo mọi người đều có cơ hội phát biểu.
<b>Nguồn Tài Trợ</b>	Nguồn tài chính dùng để chi trả cho các dịch vụ. Chương trình sức khỏe hành vi có thể được tài trợ bởi luật tiểu bang, các chương trình liên bang, Medi-Cal hoặc các nguồn lực địa phương.
<b>Dịch vụ Hỗ trợ Người Vô gia cư và Dịch vụ Nhà ở</b>	Hỗ trợ mọi người tìm và duy trì chỗ ở an toàn. Điều này có thể bao gồm đội tiếp cận cộng đồng, nhà tạm trú, chương trình điều trị và các lựa chọn nhà ở dài hạn.
<b>Hòa Nhập</b>	Một môi trường nơi mọi người đều cảm thấy được hoan nghênh và có thể tham gia. Hòa nhập tập trung vào việc loại bỏ những rào cản để mọi người có thể tham gia.
<b>Bao Gồm</b>	Một cách tiếp cận bao gồm những người có bối cảnh và trải nghiệm khác nhau để họ có thể tham gia đầy đủ
<b>Sống trong viện lâu dài</b>	Sắp xếp vào cơ sở chăm sóc dài hạn, nơi một người sinh sống và đồng thời được giám sát, điều trị hoặc được hỗ trợ liên tục.
<b>Buổi Lắng Nghe Ý Kiến</b>	Một buổi họp cộng đồng nơi các nhân viên của quận lắng nghe kinh nghiệm, ý kiến và nhu cầu của người dân để giúp định hình Kế hoạch Tổng hợp BHSA.
<b>Trải nghiệm thực tế</b>	Kinh nghiệm cá nhân về các vấn đề sức khỏe tâm lý và/hoặc lạm dụng chất gây nghiện, hoặc kinh nghiệm hỗ trợ người thân với những vấn đề này.
<b>Bị gạt ra ngoài lề</b>	Thuật ngữ ám chỉ các nhóm người từng bị quên lãng hoặc chưa được phục vụ đầy đủ và có thể đối mặt với nhiều rào cản trong việc tiếp cận dịch vụ hoặc bày tỏ nhu cầu của mình
<b>Medi-Cal</b>	Chương trình bảo hiểm y tế miễn phí hoặc với chi phí thấp của California dành cho người có thu nhập thấp. Nhiều dịch vụ sức khỏe hành vi của quận được cung cấp bởi Medi-Cal.
<b>Biên Bản Cuộc Họp</b>	Biên bản cuộc họp tóm tắt các nội dung được thảo luận và quyết định được đưa ra.
<b>Kiến nghị</b>	Một đề xuất hoặc lời đề nghị chính thức được đưa ra trong cuộc họp. Các quan chức sẽ bỏ phiếu về các đề xuất để đưa ra quyết định

Thuật ngữ	Nghĩa
<b>Kết Quả</b>	Kết quả hoặc sự thay đổi mà chương trình hướng tới, chẳng hạn như giảm thiểu khủng hoảng, phục vụ nhiều người hơn hoặc cải thiện đời sống.
<b>Tiếp Cận Cộng Đồng</b>	Các hoạt động mà các quận dùng để kết nối với cộng đồng — như là gọi điện, phát tờ rơi, gửi email, sự kiện hoặc tương tác trực tiếp — nhằm bảo đảm tiếng nói đa dạng được lắng nghe.
<b>Nhóm Đối tượng ưu tiên</b>	Một nhóm mà Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi (BHSA) xác định là có nhu cầu cao nhất đối với các dịch vụ sức khỏe hành vi cấp quận.
<b>Chương Trình</b>	Một hoặc nhiều dịch vụ được cung cấp cho cộng đồng. Điều này có thể bao gồm các chương trình điều trị sức khỏe hành vi ngoại trú, đường dây nóng khủng hoảng, nhóm hỗ trợ đồng đẳng, và cố vấn học đường.
<b>Nhà cung cấp dịch vụ</b>	Cá nhân hoặc tổ chức cung cấp dịch vụ, như là cố vấn, nhà trị liệu, bác sĩ, nhân viên hỗ trợ đồng đẳng, trung tâm điều trị, tổ chức cộng đồng và phòng khám.
<b>Tâm Lý Xã Hội</b>	Sức khỏe tâm lý và môi trường xã hội của một người cùng ảnh hưởng thế nào đến hạnh phúc, các mối quan hệ và cuộc sống hàng ngày của họ.
<b>Ý Kiến Công Chúng</b>	Khoảng thời gian trong cuộc họp hoặc quá trình lập kế hoạch, bất kỳ ai cũng có thể chia sẻ ý kiến về bản dự thảo Kế hoạch BHSA hoặc về các quyết định. Quận hạt phải lắng nghe.
<b>Điều Trần Công Khai</b>	Cuộc họp chính thức nơi quận trình bày dự thảo Kế hoạch Tổng hợp BHSA và mọi người trong cộng đồng có thể đóng góp ý kiến trước khi kế hoạch được gửi đến DHCS.
<b>Số đại biểu tối thiểu</b>	Số lượng tối thiểu các đại biểu phải có mặt để cuộc họp chính thức tiến hành công việc.
<b>Đối tượng liên quan</b>	Bất kỳ ai quan tâm đến các dịch vụ sức khỏe hành vi, thành viên cộng đồng, người thân trong gia đình, người cao tuổi, người có trải nghiệm thực tế, các nhà cung cấp dịch vụ và những người vận động.
<b>Phân Biệt Đối Xử</b>	Thái độ hoặc suy nghĩ tiêu cực về một nhóm người hoặc tình trạng sức khỏe. Sự kỳ thị có thể khiến mọi người cảm thấy xấu hổ hoặc ngại khi nhờ giúp đỡ, và có thể dẫn đến sự đối xử bất công.
<b>Chưa được Phục Vụ Đầy Đủ</b>	Thuật ngữ này mô tả các cộng đồng không nhận được đủ dịch vụ hoặc nguồn lực so với nhu cầu của họ. Các nhóm này có thể có ít chương trình hơn, thời gian chờ đợi lâu hơn hoặc khả năng tiếp cận dịch vụ chăm sóc kém hơn so với các nhóm khác.
<b>Nhóm Công Tác</b>	Một nhóm nhỏ tập trung vào một vấn đề cụ thể, chẳng hạn như nhu cầu của thanh thiếu niên, dịch vụ khủng hoảng, nhà ở hoặc hoạt tiếp cận cộng đồng.

# Về Bộ Công cụ này

Mỗi quận ở California đều có kế hoạch hỗ trợ người có nhu cầu về sức khỏe tâm lý (rối loạn sức khỏe tâm lý và/hoặc lạm dụng chất gây nghiện). Chương trình này được gọi là **Quy trình Lập kế hoạch Cộng đồng**, hay CPP.

Quy trình Lập kế hoạch Cộng đồng là một phần của **Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Tâm Lý (BHSA)**. BHSA là một đạo luật cấp tiểu bang được cử tri thông qua được biếu dưới Đề án 1 vào năm 2024. Đạo luật này giúp tài trợ cho các dịch vụ địa phương quan trọng dành cho một số cá nhân có nhu cầu cao về sức khỏe tâm lý. Các quận không thể tự lập kế hoạch này một mình. Họ cần lắng nghe ý kiến của người dân trong cộng đồng — những người như quý vị.

**Sự vận động xã hội giúp biến trải nghiệm của quý vị thành thay đổi thực sự.** Khi quý vị chia sẻ những gì hiệu quả, còn thiếu sót hoặc những gì cần cải thiện trong dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm lý tại địa phương, quý vị đang giúp các quận đưa ra quyết định dựa trên nhu cầu của cộng đồng mình. Không phải lúc nào việc lên tiếng đều dễ dàng. Hệ thống có thể cảm thấy quá lớn, chậm chạp hoặc khó thay đổi. Nhưng tiếng nói của quý vị quan trọng hơn những gì mình nghĩ. Khi quý vị chia sẻ câu chuyện hoặc ý tưởng của mình, quý vị đang góp phần định hình cách thức chăm sóc sức khỏe tại địa phương. Quý vị đang giúp cộng đồng của mình trở nên công bằng hơn, vững mạnh hơn và tập trung hơn vào những gì người dân thực sự cần.

Bộ công cụ này được tạo ra để hướng dẫn quý vị — để chỉ ra quy trình hoạt động và cách quý vị có thể tham gia. Bên trong, quý vị sẽ tìm thấy các công cụ, ví dụ và nguồn thông tin để giúp quý vị tham gia.

**Mỗi tiếng nói đều góp phần định hình dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm lý trong cộng đồng của quý vị. Tiếng nói của quý vị xứng đáng được lắng nghe.**

**Lưu ý:** Tài liệu này sẽ được cập nhật để phản ánh ý kiến cộng đồng và bất kỳ thay đổi nào đối với CPP.

# Quy trình Lập Kế hoạch Cộng đồng Là gì?

Quy trình Lập kế hoạch Cộng đồng là quá trình mà mỗi quận ở California phải thực hiện để đưa ra Kế hoạch Tổng hợp về Sức khỏe Hành vi, hay gọi tắt là “Kế hoạch Tổng hợp”.

# Kế Hoạch Tổng Hợp

Kế hoạch Tổng hợp là một tài liệu giải thích cách các quận sẽ sử dụng nguồn kinh phí để hỗ trợ các dịch vụ sức khỏe tâm lý trong cộng đồng. Điều này được yêu cầu bởi một đạo luật có tên là **Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi** (BHSA). BHSA quy định rằng Kế hoạch Tổng hợp phải phục vụ những người

có nhu cầu lớn nhất, hay còn gọi là “Nhóm Đối Tượng ưu tiên”.

BHSA định nghĩa các nhóm đối tượng ưu tiên là những cá nhân có nhu cầu về sức khỏe hành vi [rối loạn cảm xúc nghiêm trọng (SED), bệnh tâm lý nghiêm trọng (SMI) và/hoặc rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD)], đặc biệt chú trọng đến những người đang hoặc có nguy cơ như sau:



**Vô gia cư**



**Liên quan đến pháp luật**

*(ví dụ: nhà tù, trại giam, trung tâm giam giữ thanh thiếu niên)*



**Quyền Giám Hộ**



**Sống trong viện thời gian dài/Nhập viện**



**Hệ thống phúc lợi trẻ em**

**Kế Hoạch Tổng Hợp bao gồm ba năm và phải có các thông tin cụ thể, như là:**

- Các chương trình và dịch vụ các quận sẽ tài trợ.
- Các nguồn tài trợ sẽ được sử dụng
- Thống kê dân số của quận
- Nhu cầu về sức hành vi trong cộng đồng
- Mục tiêu và kế hoạch
- Thông tin về thời gian quận đã gặp gỡ công chúng.
- Phương Thức quận sẽ đo lường mức độ thành công

Việc lập Kế hoạch Tổng hợp mất nhiều tháng và bao gồm nhiều bước trong quy trình. Toàn bộ quy trình này được gọi là Quy trình Kế hoạch Cộng đồng, hay CPP.

#### **🔍 Xem xét kỹ hơn**

CPP không nhằm mục đích để gây thêm khó khăn cho các quận trong việc nhận tài trợ.

Chương trình này được thiết lập để bảo đảm các quận sử dụng nguồn tài trợ nhằm hỗ trợ những người có nhu cầu lớn nhất. Đồng thời, chương trình này cũng bảo đảm rằng những người sống trong cộng đồng — đặc biệt là những người mắc bệnh tâm lý nghiêm trọng hoặc rối loạn do sử dụng chất gây nghiện — có thể bày tỏ ý kiến của mình.

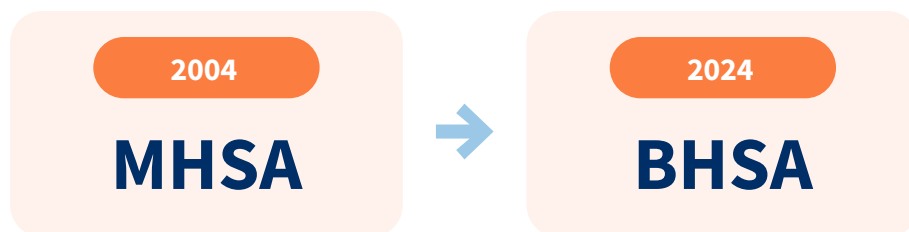
## Luật Pháp

Các quận được yêu cầu phải lập Kế hoạch Tổng hợp và tuân theo Quy trình Kế hoạch Cộng đồng theo Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi (BHSA). Các quận phải thực hiện cả hai điều này để nhận được tài trợ từ BHSA cho các dịch vụ điều trị sức khỏe tâm lý và rối loạn do sử dụng chất gây nghiện trong cộng đồng.

BHSA được tài trợ bởi 1% thuế từ thu nhập cá nhân trên 1 triệu đô la. Điều này có nghĩa là những người giàu có ở California đóng góp thêm để hỗ trợ các dịch vụ sức khỏe tâm lý cộng đồng.

Đạo luật này lần đầu tiên được cử tri thông qua vào năm 2004, được gọi là Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Tâm lý (MHSA).

Đến năm 2024, đạo luật này được cập nhật và mở rộng, trở thành BHSA.



### 🔍 Em xét kỹ hơn

**BHSA có một số thay đổi như sau:**

- Tập trung hơn vào những ai có nhu cầu cao nhất.
- Tăng cường tập trung vào việc điều trị rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD)
- Nhà ở hiện nay là một phần quan trọng của việc chăm sóc.
- Các quận phải lập kế hoạch thể hiện cách thức sử dụng kinh phí cho sức khỏe tâm lý.
- Mỗi năm, các quận phải theo dõi kết quả, báo cáo chi tiêu và cập nhật tiến trình với công chúng.
- Các quận không bắt buộc phải thu thập ý kiến đóng góp của cộng đồng thông qua toàn bộ Quy trình Lập kế hoạch Cộng đồng (CPP) khi cập nhật Kế hoạch Tổng hợp hàng năm. Họ vẫn phải công bố bản cập nhật hàng năm trong 30 ngày, nhưng không cần phải hoàn thành toàn bộ CPP.

BHSA cung cấp tài trợ cho các quận ở California để thực hiện nhiều chương trình, hỗ trợ và dịch vụ về sức khỏe hành vi, bao gồm:

**Tiếp cận và gắn kết cộng**

Chẳng hạn như xác định, tiếp cận và kết nối những cá nhân cần hỗ trợ về sức khỏe hành vi.

**Can thiệp sớm (còn được gọi là phòng ngừa chỉ định)**

Chẳng hạn như hỗ trợ những cá nhân có nguy cơ hoặc đang xuất hiện các dấu hiệu ban đầu của rối loạn sức khỏe tâm lý hoặc rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD).

**Quan hệ Đối tác Toàn diện (FSPs)**

Như cung cấp điều trị, bao gồm cả các dịch vụ sức khỏe tâm lý và điều trị ngoại trú về rối loạn do sử dụng chất gây nghiện, cho những cá nhân có nhu cầu về sức khỏe hành vi cao nhất và duy trì sự tham gia liên tục.

**Chương trình hỗ trợ nhà ở**

Như hỗ trợ tiền thuê nhà, cung cấp dịch vụ chuyển tiếp, và cung cấp nhà ở hỗ trợ hoặc phục hồi cho những cá nhân có nhu cầu về sức khỏe hành vi cao nhất.

**Giáo dục và huấn luyện nhân sự**

Chẳng hạn như đào tạo và tuyển dụng nhân sự để cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hành vi.

**Cơ sở vật chất và Công nghệ**

Như phát triển hoặc xây dựng các tòa nhà mới để cung cấp dịch vụ chăm sóc.

**Các dự án và chương trình thí điểm sáng tạo về sức khỏe hành vi**

Như thử nghiệm các phương pháp mới để cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hành vi.

# Tham Gia Cộng Đồng — Điều bắt buộc

BHSA bao gồm các quy định mà các quận phải tuân thủ trong Quy trình Lập kế hoạch Cộng đồng.

Một trong những lý do của các quy định này là để bảo đảm rằng các quan chức quận lắng nghe người dân mà họ phục vụ.

Các quy tắc này bao gồm:

## 1 Lắng nghe cộng đồng

Khi quận thiết lập các Kế Hoạch Tổng Hợp, họ phải lắng nghe ý kiến từ các thành viên cộng đồng, bao gồm các nhà cung cấp dịch vụ, trường học, tổ chức địa phương, và đặc biệt là những người sử dụng dịch vụ. Quận phải lắng nghe ý kiến từ cộng đồng bằng nhiều cách khác nhau, như các buổi họp, nhóm thảo luận và khảo sát.

## 2 Cân nhắc Văn hóa và Ngôn ngữ

Các quận phải bảo đảm rằng chương trình “phù hợp về mặt văn hóa” và “dễ tiếp cận về ngôn ngữ”. Điều này có nghĩa là các dịch vụ cần tôn trọng văn hóa của quý vị, được cung cấp bằng ngôn ngữ quý vị thường dùng, và đáp ứng nhu cầu của cộng đồng.

## 3 Tiếp cận những người gặp trở ngại

Các chương trình phải tiếp cận những người thường gặp trở ngại do chủng tộc, văn hóa, ngôn ngữ, giới tính, bản sắc, tuổi tác, thu nhập hoặc những trải nghiệm thực tế khác.

## 4 Phối hợp với các tổ chức.

Các quận cũng cần phối hợp với nhiều tổ chức khác nhau, bao gồm các tổ chức cộng đồng (CBO). Những tổ chức này đã từng làm việc với các nhóm văn hóa địa phương, và có sự tin cậy và kiến thức sâu rộng về cộng đồng.

## 5 Xem xét dữ liệu

Các quận phải sử dụng dữ liệu địa phương để xác định những gì có hiệu quả và những gì còn thiếu sót. Dữ liệu bao gồm các thông tin như số lượng người sử dụng dịch vụ và liệu các dịch vụ đó có hoạt động tốt đối với các nhóm khác nhau hay không.

## 6 Chia sẻ kế hoạch với công chúng

Một bản dự thảo kế hoạch được chia sẻ với cộng đồng để lấy ý kiến đóng góp trong vòng 30 ngày. Qua đó, tạo cơ hội để mọi người nêu ý kiến về những điều họ nghĩ cần bổ sung hoặc điều chỉnh.

### 🔍 Xem xét kỹ hơn

#### **Thực hành dựa trên Bằng chứng do Cộng đồng Xác định (CDEPs)**

Các quận/hạt được khuyến khích xem xét việc áp dụng các Thực Hành dựa trên Bằng chứng Do Cộng đồng Xác định (CDEP) trong kế hoạch của mình. CDEP là các dịch vụ được xây dựng bởi và dành cho các nhóm cụ thể trong cộng đồng. Chúng dựa trên truyền thống văn hóa, kinh nghiệm chung và những gì đã được cộng đồng chứng minh là hiệu quả theo thời gian.

CDEPs được cộng đồng công nhận là hiệu quả. Chúng đặc biệt quan trọng vì có thể đáp ứng tốt hơn nhu cầu của các nhóm người chưa được phục vụ đầy đủ. Ví dụ như:

- . Trị Liệu Phục Hồi bằng Tiếng Trống dành cho người Mỹ bản địa.
- .Chương trình Convivencia, hỗ trợ sự kết nối cộng đồng và phúc lợi thông qua các buổi sinh hoạt và hoạt động chung dựa trên nền tảng văn hóa.
- . Chương trình Zoosiab, hỗ trợ các nhu cầu về sức khỏe tâm lý của người H'Mông cao tuổi theo những cách tôn trọng văn hóa và truyền thống của người H'Mông.

## Cách Thức Tham Gia Cộng Đồng

Các quận có nhiều cơ hội để tham gia vào sinh hoạt cộng đồng. Họ cũng có nhiều cách để lắng nghe ý kiến của người dân. Những cách đó bao gồm:

- Nghe ý kiến công chúng và các phiên điều trần về các dự thảo của Kế hoạch Tổng hợp.
- Thảo Luận nhóm
- Khảo sát
- Phỏng vấn những người cung cấp thông tin chủ chốt
- Cuộc gọi Hội Đàm,/Điện Đàm
- Hội nghị Cố Vấn Khách Hàng
- Hội nghị nhóm Người tiêu dùng và gia đình
- Buổi lắng nghe ý kiến
- Tương tác với các chuyên gia chuyên môn
- Các buổi họp cộng đồng
- Hội họp trực tuyến qua video
- Thông Cáo Báo Chí
- Tiếp Cận đối tượng cụ thể
- Nhóm Công Tác và Hội Đồng của các bên liên quan
- Đào tạo, giáo dục và tiếp cận liên quan đến kế hoạch cộng đồng
- Các chiến lược khác phản ánh mối quan hệ hợp tác ý nghĩa với các bên liên quan

# Nguồn Kinh phí đến Tù đâu?

BHSA không phải là nguồn tài trợ duy nhất của quận cho các dịch vụ sức khỏe hành vi. Nhưng theo luật, các quận phải giải thích rõ tất cả số tiền mà họ dự định sử dụng sẽ đến từ đâu.

# Nguồn Tài Trợ

Dưới đây là các nguồn tài trợ của quận, và mục đích sử dụng chúng:

Nguồn tài trợ	Nó đến từ đâu	Bao gồm những gì
<b>BHSA</b>	“Thuế Triệu Phú” tiểu bang	Các dịch vụ và hỗ trợ sức khỏe hành vi dành cho người mắc bệnh tâm lý nghiêm trọng (SMI), rối loạn cảm xúc nghiêm trọng (SED) và/hoặc rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD).
<b>Medi-Cal</b>	Tài trợ từ liên bang, tiểu bang và địa phương (bao gồm tài trợ cho việc tái cơ cấu) <sup>1</sup>	Dịch vụ sức khỏe hành vi dành cho những cá nhân đủ điều kiện. Chỉ dành cho những người đáp ứng các tiêu chí cần thiết về y tế theo quy định của liên bang.
<b>Nguồn tài trợ bổ sung của quận</b>	Ngân sách chung của quận, các khoản tài trợ từ Cơ quan Quản lý Dịch vụ Lạm dụng Chất gây nghiện và Sức khỏe Tâm lý (SAMHSA) <sup>2</sup> , quỹ dàn xếp bồi thường liên quan đến opioid <sup>3</sup> , các quỹ tái phân bổ (realignment funds) <sup>4</sup> , v.v.	Hỗ trợ tài chính ở những lĩnh vực còn thiếu hụt



**. Quy trình Kế hoạch Cộng đồng là nơi quý vị nên tham gia. Ý kiến đóng góp của quý vị giúp quyết định những dịch vụ nào mà quận của quý vị tài trợ và cách thức các chương trình được hình thành.**

1. Khoản tài trợ từ tiểu bang được chuyển đến các quận để thực hiện các chương trình sức khỏe hành vi tại địa phương
2. Khoản tài trợ liên bang từ Cơ quan Quản lý Dịch vụ Sức khỏe Tâm Lý và Lạm dụng Chất gây nghiện (SAMHSA) nhằm hỗ trợ các chương trình sức khỏe hành vi.
3. Nguồn lực từ các thỏa thuận pháp lý trên toàn tiểu bang với các nhà sản xuất và phân phối opioid, được dành riêng cho các nỗ lực phòng ngừa, điều trị và phục hồi.
4. Nguồn tài trợ này được hình thành năm 1991, khi cơ quan lập pháp chuyển một số chương trình dịch vụ y tế và xã hội từ cấp tiểu bang xuống cấp quận.

## Các yêu cầu về nguồn tài trợ BHSAs

BHSA đặt các quy tắc về cách các quận nhận và sử dụng kinh phí. Các quy tắc này giúp đảm bảo rằng nguồn kinh phí được phân bổ công bằng và những người cần dịch vụ và hỗ trợ về sức khỏe hành vi có tiếng nói trong cách sử dụng chúng.

### Kinh phí phải hỗ trợ những ai có nhu cầu cao nhất

Các dịch vụ sức khỏe hành vi của quận hỗ trợ người dân ở mọi lứa tuổi, ngay cả họ không có bảo hiểm, sử dụng Medi-Cal hay có bảo hiểm tư. Tuy nhiên, nguồn kinh phí của BHSA phải được sử dụng để hỗ trợ các nhóm đối tượng ưu tiên của BHSA.

### Kinh phí bắt đầu từ Medi-Cal

Các quận được yêu cầu ưu tiên sử dụng nguồn kinh phí Medi-Cal cho các dịch vụ nào đủ điều kiện. Nguồn quỹ BHSA được dùng để bổ sung những khoảng trống — hỗ trợ các dịch vụ sức khỏe hành vi và dịch vụ hỗ trợ cộng đồng mà Medi-Cal và các chương trình bảo hiểm tư nhân không chi trả

### Kinh phí chi trả cho các dịch vụ chăm sóc sức khỏe hành vi chuyên môn

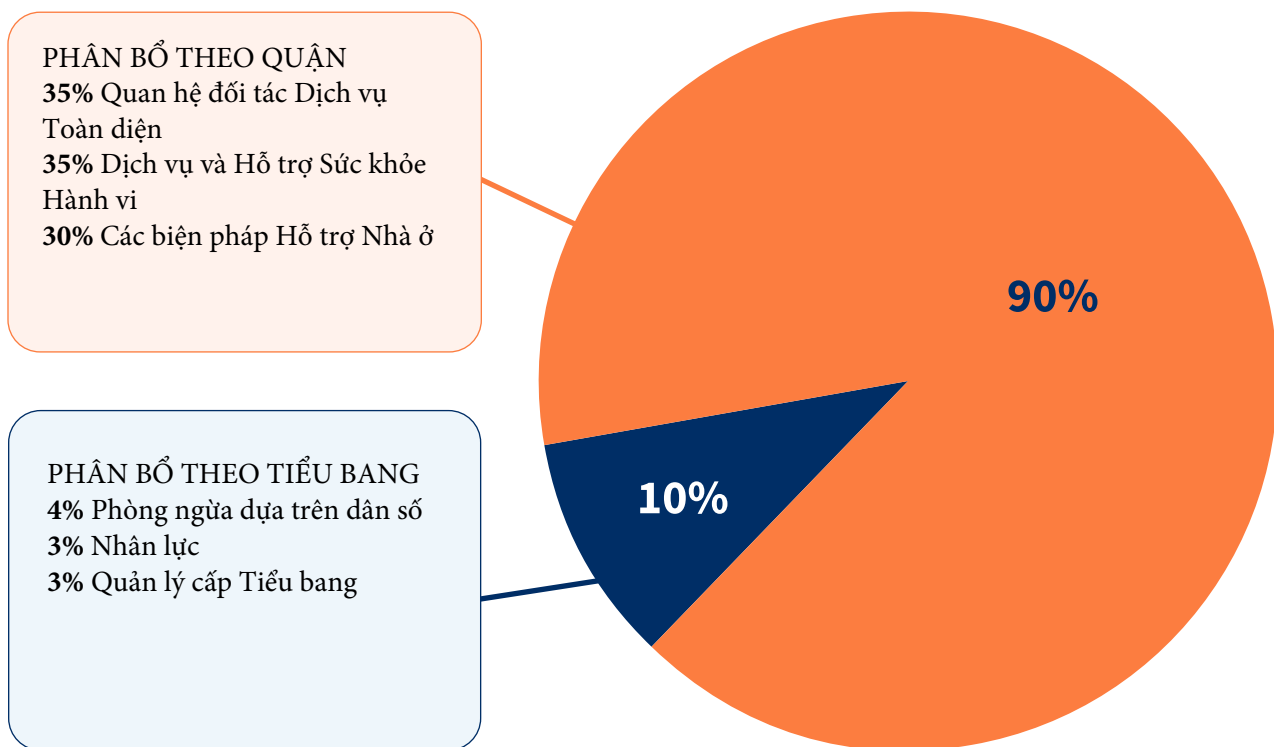
Các chương trình sức khỏe hành vi cấp quận tập trung vào việc chăm sóc sức khỏe hành vi chuyên môn. Đây thường là sự hỗ trợ dài hạn dành cho những người có nhu cầu về sức khỏe hành vi nghiêm trọng hơn.

Những người cần dịch vụ cơ bản hoặc ngắn hạn về sức khỏe tâm lý hoặc lạm dụng chất gây nghiện — đôi khi được gọi là chăm sóc sức khỏe hành vi không chuyên khoa -- nên bắt đầu với Chương trình Điều quản Y tế (managed care plan) của họ, như Medi-Cal hoặc bảo hiểm tư nhân. Họ cũng có thể tìm các chương trình phòng ngừa sức khỏe hành vi do Sở Y tế Công cộng California (CDPH) cung cấp.

## Kinh phí phải được sử dụng để chi trả cho các dịch vụ cụ thể.

Biểu đồ dưới đây cho thấy cách ngân sách BHSA được phân bổ giữa các quận và tiểu bang. Phần lớn kinh phí (90%) được chuyển trực tiếp đến các quận, nơi nó được sử dụng để hỗ trợ các Chương trình Đối tác Dịch vụ Toàn diện, Dịch vụ và Hỗ trợ Sức khỏe Hành vi, và các Chương Trình Hỗ Trợ Nhà ở.

### TỔNG QUAN NGUỒN TÀI TRỢ BHSA VÀ CÁCH PHÂN BỐ CẤP QUẬN VÀ TIỂU BANG



Dưới đây là thông tin chi tiết hơn về chương trình và dịch vụ mà quận phải hỗ trợ bằng kinh phí BHSA:

### **35% - Quan hệ đối tác Dịch vụ Toàn diện (FSP)**

Các chương trình này hỗ trợ toàn diện đến người dân khi gặp phải các vấn đề về sức khỏe hành vi nghiêm trọng nhất -- không chỉ điều trị, mà còn hỗ trợ trong cuộc sống hàng ngày. Điều này bao gồm các dịch vụ điều trị sức khỏe tâm lý và rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD), cũng như các dịch vụ hỗ trợ khác.

**Ví dụ:**

- . Một nhóm hỗ trợ người dân tìm nhà ở, thực phẩm và phương tiện đi lại..
- . Một người quản lý hồ sơ thường xuyên liên lạc và kết nối mọi người với các dịch vụ chăm sóc y tế, phục hồi chức năng tâm lý xã hội và các dịch vụ xã hội khác.

### **35% - Các Dịch vụ và Hỗ trợ Sức khỏe Hành vi (BHSS)**

Những kinh phí này chi trả cho các dịch vụ bao quát toàn diện mọi khía cạnh chăm sóc, từ hỗ trợ những người có nguy cơ mắc các vấn đề về sức khỏe hành vi đến giúp, giáo dục và đào tạo nhân viên, giáo dục và đào tạo gia đình, giáo dục và đào tạo khách hàng, cơ sở vật chất<sup>5</sup>, công nghệ và thử nghiệm các nghiên cứu/dự án mới.

Ít nhất 51% kinh phí BHSS phải được dành cho các chương trình Can thiệp sớm. Và ít nhất 51% kinh phí Can thiệp sớm đó phải phục vụ thanh thiếu niên và người trẻ tuổi (dưới 25 tuổi).

**Ví dụ:**

- . Tài liệu giáo dục nhằm giúp các cá nhân hiểu rõ hơn về phương pháp chẩn đoán mới.
- . Xây dựng một cơ sở chăm sóc mới.
- . Các dịch vụ hỗ trợ giải quyết giai đoạn loạn thần lần đầu của người nào đó..

5. Điều này bao gồm việc mua lại, phát triển hoặc sửa chữa các tòa nhà hoặc mua đất để chuẩn bị cho việc mua/xây dựng một tòa nhà..

### 30% - Các biện pháp Hỗ trợ Nhà ở

Nguồn kinh phí này hỗ trợ những người có nhu cầu về sức khỏe hành vi tìm và duy trì nơi ở an toàn, ổn định. Điều này bao gồm hỗ trợ tiền thuê nhà và chi phí vận hành, nhà ở chung và nhà ở gia đình, vốn đầu tư và phần đóng góp không thuộc liên bang cho một số khoản thuê nhà chuyển tiếp nhất định.

Ít nhất 50% nguồn kinh phí dành cho nhà ở phải được sử dụng để hỗ trợ những người vô gia cư lâu dài, nghĩa là những người đã không có chỗ ở trong thời gian dài. Không quá 25% nguồn kinh phí nhà ở được phép sử dụng để mua hoặc phát triển cơ sở.

#### Ví dụ:

- Hỗ trợ tiền thuê nhà hoặc nhà ở có nhân viên hỗ trợ tại chỗ.
- Các nhóm tiếp cận cộng đồng giúp người dân chuyển từ các khu lều tạm sang nhà ở ổn định.
- Các dự án nhà ở nhỏ hoặc nâng cấp nhà ở



**Cùng nhau, chúng tạo nên nền tảng vững chắc cho hệ thống dịch vụ sức khỏe hành vi do BHSA của California tài trợ.**

 Xem xét kỹ hơn

**Nguồn kinh phí có thể được sử dụng như thế nào để hỗ trợ quý vị và cộng đồng của quý vị**

BHSA khuyến nghị các quận sử dụng kinh phí để hỗ trợ các chương trình CDEP và sự tham gia của cộng đồng vào Quy trình Kế hoạch Cộng đồng. Dưới đây là một số chi tiết và những điều quý vị có thể vận động:

**CDEPS**

Quỹ BHSS và FSP có thể được sử dụng để hỗ trợ chương trình CDEP. Điều này có nghĩa là quý vị có thể lên tiếng để được cấp kinh phí cho các chương trình và hoạt động do cộng đồng điều hành, phản ánh văn hóa, giá trị hoặc trải nghiệm sống của quý vị. Điều này đặc biệt quan trọng đối với các nhóm thường bị xem nhẹ trong các dịch vụ truyền thống.

**QUAN HỆ CỘNG ĐỒNG**

Các quận có thể sử dụng đến 5% nguồn kinh phí chăm sóc sức khỏe hành vi hàng năm để hỗ trợ sự tham gia của cộng đồng vào quá trình lập kế hoạch.

Số tiền này có thể giúp chi trả các chi phí để những người có kinh nghiệm thực tế, thành viên gia đình và các tiếng nói khác trong cộng đồng có thể tham gia các cuộc họp và hoạt động lập kế hoạch. Nguồn kinh phí có thể được sử dụng cho các mục đích như:

- Máy tính xách tay và các thiết bị khác
- Dịch vụ Dịch thuật và phiên dịch (Translation/interpretation services)
- Du lịch và Giao thông.
- Chăm sóc trẻ em
- Chăm sóc người già
- Đào tạo và hỗ trợ kỹ thuật
- Hỗ trợ sinh hoạt phí/tiền phụ cấp (tiền) cho thời gian hoặc chi phí đi lại
- Những người bạn hoặc người thân có thể hướng dẫn và giúp quý vị cảm thấy thoải mái

# Ai

## Có thể Tham gia Quy trình Lập Kế hoạch Cộng đồng ?

Bất kỳ ai trong cộng đồng đều có quyền tham gia vào quy trình Lập Kế hoạch Cộng đồng. Trên thực tế, các quận không thể lập ra Kế hoạch Tổng hợp của mình mà không gặp gỡ công chúng. Theo luật, họ bắt buộc phải tạo nhiều cơ hội cho các thành viên cộng đồng được nêu ý kiến cho nhu cầu của mình.

## Các quận cần lắng nghe ý kiến của ai

Các quận cần lắng nghe ý kiến từ cộng đồng trong Quy trình Lập Kế hoạch Cộng đồng. Điều này bao gồm, nhưng không giới hạn ở, các thành viên trong các nhóm dưới đây.

### THÀNH VIÊN CỘNG ĐỒNG

- Những cá nhân đủ điều kiện nhận dịch vụ sức khỏe hành vi của quận, bao gồm thanh thiếu niên, người lớn và người cao tuổi có kinh nghiệm thực tế
- Gia đình và bạn bè của những người đủ điều kiện nhận dịch vụ sức khỏe hành vi của quận.



### NGƯỜI ĐẠI DIỆN NHIỀU QUAN ĐIỂM KHÁC NHAU

- Đại diện của các cộng đồng từng bị thiệt thòi trong lịch sử
- Đại diện từ các tổ chức chuyên hỗ trợ các cộng đồng đa dạng về chủng tộc và sắc tộc, đặc biệt là những nhóm chưa được phục vụ đầy đủ.
- Cựu chiến binh.
- Đại diện từ cộng đồng LGBTQIA+
- Nạn nhân của bạo lực gia đình và lạm dụng tình dục
- Những người có kinh nghiệm sống trong cảnh vô gia cư



### CÔNG TY BẢO HIỂM

- Các công ty bảo hiểm tàn tật
- Các chương trình chăm sóc sức khỏe, bao gồm các chương trình chăm sóc có quản lý (MCPs)

## CÁC TỔ CHỨC

- Các tổ chức cộng đồng phục vụ các nhóm dân cư đa văn hóa và ngôn ngữ về các lĩnh vực rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD)/bệnh tâm lý nghiêm trọng (SMI)/rối loạn cảm xúc nghiêm trọng (SED).
- Các tổ chức y tế công cộng địa phương
- Các tổ chức chăm sóc sức khỏe, bao gồm cả bệnh viện.
- Các tổ chức dành cho trẻ mầm non
- Các tổ chức thanh thiếu niên
- Các cơ quan quản lý dịch vụ xã hội và phúc lợi trẻ em cấp quận
- Các tổ chức cựu chiến binh
- Các tổ chức lao động
- Trung tâm vùng
- Các cơ quan giáo dục địa phương
- Các đối tác giáo dục đại học
- Các đối tác an toàn cộng đồng, bao gồm các cơ quan tư pháp dành cho vị thành niên cấp quận

## CÁC NHÀ CUNG CẤP DỊCH VỤ KHÁC

- Các tổ chức cung cấp dịch vụ sức khỏe tâm lý và dịch vụ điều trị rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD)
- Dịch vụ y tế khẩn cấp
- Chuỗi dịch vụ chăm sóc
- Đại diện từ các tổ chức cung cấp dịch vụ cho người vô gia cư
- Trung tâm hỗ trợ sống tự lập
- Các chương trình Y tế cho Bộ lạc và người Mỹ bản địa
- Các cơ quan chăm sóc người cao tuổi

# Tại sao việc Tham gia Quy trình lập Kế hoạch là Quan trọng?

Nhiều người cảm thấy thất vọng vì các hệ thống phức tạp, hạn chế về kinh phí hoặc khó tiếp cận. Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi (BHSA) đang thay đổi điều đó bằng cách biến tiếng nói của quý vị trở thành một phần thiết yếu của quy trình. Bằng cách chia sẻ kinh nghiệm của mình, quý vị đang giúp các nhà lãnh đạo quận hiểu được những gì cần thiết, những gì còn thiếu sót và cách xây dựng một hệ thống thực sự hỗ trợ tất cả mọi người.

## 6 Lý do Vì sao sự Tham gia của quý vị lại Quan trọng

**1**

### **Đó là luật — và đó là quyền lợi của quý vị.**

Theo BHSA, các quận bắt buộc phải đưa thành viên cộng đồng vào quá trình lập kế hoạch. Điều đó có nghĩa là quý vị, gia đình, và những người có trải nghiệm thực tế phải là một phần của cuộc thảo luận. Quý vị không được mời chỉ như một ân huệ — quý vị được mời tham gia vì đó là quyền lợi của mình.

**2**

### **Câu chuyện của quý vị có sức mạnh**

Những người thành lập các chương trình sức khỏe hành vi cần hiểu rõ cuộc sống của quý vị ra sao — điều gì có hiệu quả, điều gì không, và điều gì có thể giúp cải thiện nó. Dữ liệu cho thấy các con số, nhưng chỉ quý vị mới có thể cho thấy những con số đó có ý nghĩa gì.

Mỗi câu chuyện đều bổ sung thêm một mảnh vào bức tranh về sự phục hồi và sức mạnh cộng đồng thực sự trông như thế nào.

**3**

### **Những gì quý vị chia sẻ sẽ góp phần hình thành các quyết định thực tế.**

Những ý tưởng và quan tâm được nêu ra trong Quy trình Lập kế hoạch Cộng đồng giúp định hướng việc chi tiêu ngân sách của các quận, ví dụ như:

- Mở rộng dịch vụ sức khỏe tâm lý và/hoặc rối loạn do sử dụng chất gây nghiện
- Hỗ trợ tài chính cho nhà ở và chương trình tiếp cận cộng đồng
- Hỗ trợ can thiệp sớm, bao gồm các chương trình dành cho thanh thiếu niên

Những thay đổi có thể không diễn ra ngay lập tức, nhưng ý kiến đóng góp của quý vị có thể ảnh hưởng đến những thay đổi trong tương lai.

## **4** Hệ thống đang thay đổi — và quý vị là một phần của sự thay đổi đó.

Hệ thống chăm sóc sức khỏe hành vi của California không phải lúc nào cũng có hiệu quả với tất cả mọi người. Nhiều người cảm thấy không được quan tâm hoặc bị bỏ rơi, nhưng văn hóa đang thay đổi. Các quận được yêu cầu phải lắng nghe trước tiên và cùng tìm ra giải pháp với những người bị ảnh hưởng nhiều nhất bởi các vấn đề sức khỏe hành vi. Khi quý vị tham gia, quý vị đã góp phần đảm bảo sự thay đổi này tiếp tục diễn ra — từ một hệ thống chỉ nói về con người sang một hệ thống thật sự lắng nghe họ.

## **5** Việc vận động cần thời gian - nhưng mỗi tiếng nói đều giúp chúng ta tiến về phía trước.

Quý vị có thể chưa thấy ngay tác động từ sự tham gia của mình. Điều đó không có nghĩa là quý vị đang bị quên lãng. Vận động chính sách không phải là sự kiện diễn ra một lần. Đó là một nỗ lực lâu dài, ngày càng mạnh mẽ hơn với mỗi tiếng nói. Mỗi cuộc họp, mỗi ý kiến đóng góp, mỗi câu chuyện đều góp phần tạo nên sự thay đổi.

## **6** Quý vị là một phần quan trọng của cộng đồng

Mọi tiếng nói đều có giá trị - nhưng khi nhiều tiếng nói họp lại sẽ tạo nên thay đổi thực sự. Khi tham gia, quý vị gia nhập vào một cộng đồng đang lớn mạnh gồm các gia đình, bạn bè, người vận động và các tổ chức cùng chia sẻ mục tiêu chung: một hệ thống sức khỏe hành vi tốt hơn và công bằng hơn. Khi chúng ta cùng lên tiếng, tiếng nói của quý vị sẽ càng khó bị quên lãng.

# Khi nào

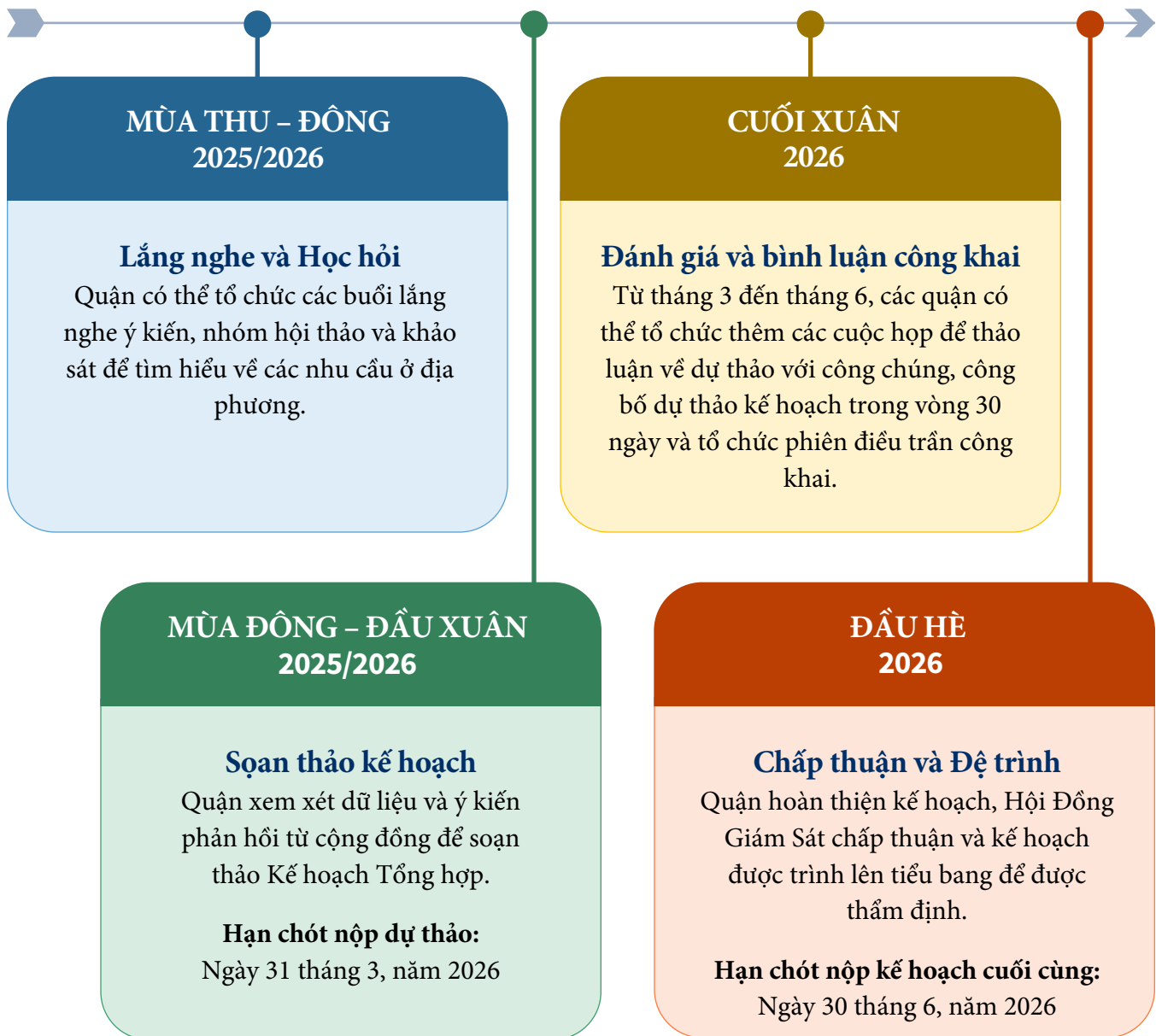
## Quy trình

## Lập Kế hoạch Cộng đồng Diễn ra?

Mỗi ba năm, các quận sẽ cập nhật Kế Hoạch Tổng hợp BHSA của họ. Mỗi quận tự quyết định lịch trình riêng. Hầu hết tuân theo năm tài chính của tiểu bang (từ ngày 1 tháng 7 đến ngày 30 tháng 6) thay vì năm dương lịch (từ ngày 1 tháng 1 đến ngày 31 tháng 12). Năm tài chính mới bắt đầu vào mùa hè, và các hoạt động lập kế hoạch công cộng — như các cuộc họp và các buổi lắng nghe ý kiến — thường bắt đầu vào mùa thu.

## Lịch Trình thực hiện Kế hoạch Tổng hợp

Mặc dù các quận có thời gian biểu khác nhau, nhưng tất cả đều tuân theo cùng một quy trình và lịch trình tương tự nó bao gồm sự tham gia của cộng đồng.



**Lưu ý:** Theo quy định của pháp luật, các quận phải công bố kế hoạch và dành 30 ngày để lấy ý kiến từ cộng đồng.

## Sau khi Kế hoạch được Chấp thuận

Tiểu bang sẽ xem xét Kế hoạch Tổng hợp vào mùa hè và có thể chấp thuận kế hoạch này hoặc làm việc với các quận để giải quyết các vấn đề đã được xác định. Khi được chấp thuận, các quận phải:



**Đưa kế hoạch vào thực hiện**



**Thu thập dữ liệu và báo cáo kết quả**



**Đăng tải các thay đổi trên trang web của họ trong 30 ngày trước khi các thay đổi được thực hiện**



**Cho phép các thành viên cộng đồng bình luận về những thay đổi trong thời gian lấy ý kiến 30 ngày**

## Tìm thông tin về lịch trình sinh hoạt của quận quý vị

Mỗi quận ở California thực hiện chương trình CPP (Community Planning Process) theo cách khác nhau. Hiểu rõ lịch trình CPP của quận mình là bước khởi đầu để tham gia.

Dưới đây là cách để bắt đầu:

### Lên mạng

Tìm “[Tên Quận của quý vị] Sức Khỏe Hành Vi (Behavioral Health)” để tìm trang web chính thức của quận quý vị. Tìm các trang có tiêu đề Quy hoạch Cộng đồng (Community Planning), Hội đồng Sức khỏe Hành Vi (Behavioral Health Board, ) hoặc Các Cuộc họp Công cộng (Public Meetings).

### Liên lạc với Sở Y tế Hành Vi của quận quý vị

Nhân viên có thể cho quý vị biết khi nào các cuộc họp diễn ra, cách thức đóng góp ý kiến hoặc cách tiếp cận các kế hoạch và báo cáo trước đây.

- [County Mental Health Plan Information](#): (thông tin về kế hoạch sức khỏe tâm lý của quận) Số điện thoại theo quận
- [Substance Use Disorder County Program Administrators](#): (Ban Quản Lý Chương Trình của Quận về Rối Loạn do Sử dụng chất Gây nghiện): thông tin liên lạc theo quận

### Liên lạc với Hội đồng Giám sát của quý vị.

Họ chấp thuận các kế hoạch của quận và có thể kết nối quý vị với các nhóm lập kế hoạch hoặc nhóm cố vấn địa phương.

### Liên lạc với Ban Sức khỏe Hành vi của quý vị.

Yêu cầu được đưa vào danh sách gửi thư để được nhận thông tin về các cuộc họp, phiên điều trần và các bản dự thảo kế hoạch.

Quý vị có thể tìm thấy các đường Link đến Sở Y tế Hành Vi của mỗi quận và các nguồn đáng tin cậy khác trong phần Nguồn Tài nguyên của bộ công cụ này, bắt đầu từ trang 62 [page 62](#).

# Cách nào để tôi tham gia?

Có nhiều cách để tham gia vào Quy trình lập Kế Hoạch Cộng Đồng ở quận của quý vị, từ việc lắng nghe và học hỏi cho tới việc chia sẻ câu chuyện của quý vị hoặc hỗ trợ việc tạo ra nhiều chương trình mới. Một số người tham dự các cuộc họp để được cập nhật thông tin. Một số khác chia sẻ những kinh nghiệm để giúp cho các lãnh đạo cấp quận hiểu thêm về những nhu cầu thực tế. Và một số người thì gắn bó một cách sâu sắc, tham gia vào những nhóm cộng đồng hoặc hội đồng giám sát và thường xuyên phát biểu tại các cuộc họp.

## Quý vị Có thể Tham Gia ở Mọi Cấp độ

Cho dù quý vị muốn được cập nhật thông tin, chia sẻ câu chuyện cá nhân, hay đảm nhận vai trò lãnh đạo, mỗi cấp độ của việc tham gia đều tạo nên sự khác biệt. Quý vị không cần phải là chuyên gia – sự quan tâm và kinh nghiệm sống của quý vị mới là điều quan trọng nhất. Cùng nhau, mỗi tiếng nói giúp định hình một hệ thống sức khỏe hành vi vững chắc hơn trong cộng đồng của quý vị.

Dưới đây là một số cách để bắt đầu:

### Luôn cập nhật thông tin.

Theo dõi trang mạng của Sở Y tế Hành vi của quận quý vị hoặc ghi danh để nhận thông tin cập nhật về các buổi hội thảo và tiến độ lập kế hoạch. Quý vị cũng có thể kiểm tra trang mạng DHCS để xem Báo cáo Kết quả, Trách nhiệm và Minh bạch về Sức khỏe Tinh thần của quận quý vị (BHOATR). BHOATR là một báo cáo hằng năm cho thấy Kế hoạch Tổng hợp đang hoạt động tốt như thế nào.

### Tham dự các cuộc hội thảo hoặc các buổi lắng nghe ý kiến.

Những sự kiện này dành cho tất cả mọi người. Quý vị có thể lắng nghe hoặc đưa ý kiến về những điều cần thiết.

### Kết nối với các nhà vận động.

Các tổ chức cộng đồng và các nhóm đồng đẳng có thể giúp quý vị chuẩn bị, chia sẻ câu chuyện cá nhân, hoặc viết ý kiến đóng góp công khai. Để tìm các nhóm tại địa phương, hãy tìm trên trang mạng của Sở Y Tế Hành vi của quận quý vị (thường nằm trong mục “Get involved” hoặc “Community meetings”) hoặc tìm kiếm các tổ chức hỗ trợ sức khỏe tinh thần và lạm dụng chất gây nghiện hoặc tổ chức hỗ trợ đồng đẳng tại khu vực của quý vị.

### Chia sẻ câu chuyện của quý vị và/hoặc nêu ý kiến cá nhân trong thời gian góp ý của công chúng.

Các quận phải dành ít nhất 30 ngày để công chúng xem xét khi dự thảo Kế hoạch Tổng hợp BHSA được công bố.

### Ghi danh để tham gia phục vụ

Hãy ghi danh để tham gia vào Hội đồng Cố vấn Sức Khỏe Hành vi (BHAB) hoặc các Nhóm Hoạch định Cộng đồng (CPT). Hầu hết các quận đều hoan nghênh các tình nguyện viên cộng đồng.

# Quý vị Có thể Tham gia ở Mọi Giai đoạn

Các quận thu thập ý kiến đóng góp của cộng đồng trong suốt cả năm. Dưới đây là các cách quý vị có thể tham gia trong từng giai đoạn:

## 1. Lắng nghe và Học hỏi

Các quận tổ chức các buổi hội thảo cộng đồng, nhóm thảo luận, hoặc khảo sát để tìm hiểu những nhu cầu cần thiết.

### Cách quý vị có thể tham gia:

Tham dự các buổi họp hoặc diễn đàn cộng đồng. Chia sẻ câu chuyện, kinh nghiệm và ý tưởng của quý vị.

## 2. Soạn thảo Kế hoạch Tổng hợp BHSÁ

Các quận soạn thảo Kế hoạch Tổng hợp BHSÁ để mô tả cách thức sử dụng kinh phí.

### Cách quý vị có thể tham gia:

Kiểm tra bản dự thảo, nếu có. Hãy hỏi xem liệu những nhu cầu mà quý vị nêu ra có được đưa vào hay không. Đưa ra phản hồi tới Ban Sức khỏe Tâm lý hoặc hội đồng cố vấn tại quận của quý vị.

### 3. Đánh giá và Bình luận Công khai

Các quận có thời gian 30 ngày cho công chúng góp ý kiến và tổ chức một buổi điều trần của hội đồng sức khỏe hành vi tại địa phương trước khi đệ trình dự thảo Kế hoạch Tổng hợp BHSA lên tiểu bang.

#### Cách quý vị có thể tham gia:

Đọc bản dự thảo Kế hoạch Tổng hợp BHSA trực tuyến hoặc yêu cầu một bản sao. Gửi ý kiến bằng văn bản hoặc tham dự phiên điều trần của hội đồng sức khỏe hành vi tại địa phương để phát biểu trực tiếp. Quý vị có thể tìm kiếm thông tin chi tiết về cách tham gia (bao gồm ngày, giờ, địa điểm/đường link trực tuyến) trên trang mạng của hội đồng sức khỏe hành vi tại quận quý vị.

### 4. Phê duyệt và Báo cáo

Các quận hoàn tất và nộp Kế hoạch Tổng hợp BHSA lên cho tiểu bang.

#### Cách quý vị có thể tham gia:

Tham dự các buổi họp của Hội đồng Giám sát của quận quý vị. Khuyến khích người khác tham gia và thể hiện sự ủng hộ của cộng đồng.

### 5. Đánh giá thường niên

Các quận có thể thay đổi Kế hoạch Tổng hợp BHSA. Họ được yêu cầu phải đăng tải những thay đổi đó lên trang mạng của họ trong 30 ngày.

#### Cách quý vị có thể tham gia:

Hãy tìm hiểu về những thay đổi mà quận muốn thực hiện. Nếu quý vị có ý kiến muốn chia sẻ, hãy tham dự cuộc họp của Hội đồng Giám sát hoặc ủy ban. Họ tiếp nhận ý kiến từ công chúng ngay cả khi việc xem xét thường niên không nằm trong chương trình nghị sự.

## Những gì có thể diễn ra trong các buổi họp

Hầu hết các buổi hội thảo hoạch định cộng đồng tại quận đều công khai. Nhân viên quận, các nhà cung cấp dịch vụ, người vận động và thành viên cộng đồng đều cùng nhau thảo luận về nhu cầu và chương trình sức khỏe hành vi tại địa phương. Một số cuộc họp thì nhỏ và không chính thức, trong khi những cuộc họp khác mang tính chặt chẽ hơn và tuân theo một chương trình nghị sự nhất định.

Quý vị luôn có thể đặt câu hỏi trước về:



**Lịch trình và chương trình nghị sự của cuộc hội thảo**



**Dù là trực tiếp, trực tuyến, hay cả hai**



**Thời gian quý vị được phép phát biểu trong phần ý kiến công chúng**



**Ai sẽ tham dự - nhân viên quận, thành viên hội đồng, hay đối tác cộng đồng**

# Chương trình nghị sự

Hầu hết các cuộc hội thảo hoạch định cấp quận đều tuân theo một chương trình nghị sự tương tự:

## 1. Chào mừng và phần giới thiệu

Nhân viên quận hoặc thành viên hội đồng sẽ khai mạc cuộc họp, giải thích mục đích và đánh giá chương trình nghị sự.

## 2. Cập nhật chương trình hoặc báo cáo

Nhân viên chia sẻ thông tin về các chương trình hiện tại, chi tiêu, hoặc tiến độ hướng tới mục tiêu.

## 3. Bài thuyết trình hoặc chủ đề thảo luận.

Quận có thể trình bày về kế hoạch, dữ liệu, hoặc đề xuất mới để nhận phản hồi.

## 4. Ý kiến đóng góp từ công chúng.

Đây là lúc các thành viên cộng đồng có thể phát biểu – thường là từ hai tới ba phút cho mỗi người

## 5. Các bước tiếp theo và phân kết.

Cuộc họp kết thúc với lời nhắc nhở về các buổi họp trong tương lai hoặc cách gửi ý kiến đóng góp bằng văn bản

Nếu quý vị dự định phát biểu, quý vị có thể cần phải ghi tên hoặc điền vào một mẫu đơn ngắn trước khi thời gian nhận đóng góp ý kiến từ công chúng bắt đầu. Quận sẽ ghi chép thông tin trong mỗi cuộc họp, và ý kiến đóng góp của quý vị sẽ được lưu trong hồ sơ công khai.

Việc cảm thấy không chắc chắn lúc đầu là hết sức bình thường. Quý vị có thể tham dự cuộc hội thảo để lắng nghe trước khi quyết định phát biểu. Nhiều người đã làm như vậy để hiểu hơn về quy trình hoạt động.



Xem xét chi tiết

### Đó là luật

Các quận được yêu cầu phải cung cấp hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí để quý vị có thể tiếp nhận thông tin và tham gia bằng ngôn ngữ mà quý vị cảm thấy thoải mái nhất.

**Và hãy nhớ:** Các quận cũng có thể sử dụng quỹ BHSA để hỗ trợ người dân tham gia, chẳng hạn như hỗ trợ chi phí đi lại hoặc chăm sóc trẻ em..

## Buổi họp Đầu tiên của Quý vị: 5 Điều cần Biết

### 1 Hãy biết rằng quý vị được chào đón ở đó

Hầu hết các buổi hội thảo đều giành cho công chúng và bao gồm thời gian để nhận đóng góp ý kiến từ cộng đồng.

### 2 Hãy bắt đầu bằng việc lắng nghe. Quý vị không cần phải tham gia.

Quý vị có thể tham dự chỉ để hiểu thêm về cách cuộc họp vận hành

### 3 Lên kế hoạch trước

Kiểm tra chương trình nghị sự, hình thức (trực tiếp, trực tuyến, hoặc kết hợp cả hai), và thời gian thuyết trình

### 4 Yêu cầu được giúp đỡ khi cần.

Các quận được yêu cầu bởi luật là phải cung cấp dịch vụ phiên dịch hoặc thông dịch viên nếu quý vị yêu cầu. Họ cũng có thể cung cấp sự hỗ trợ, chẳng hạn như phương tiện đi lại hoặc dịch vụ chăm sóc trẻ em, để giúp cho mọi người có thể tham gia.

### 5 Hãy đặt câu hỏi

Nhân viên của quận luôn sẵn sàng hỗ trợ. Công việc của họ là làm cho quy trình trở nên rõ ràng và dễ tiếp cận. Hãy nhớ rằng, những câu hỏi của quý vị làm cho quy trình trở nên rõ ràng hơn cho mọi người

## Khi Quý vị Sẵn sàng để Phát biểu

Việc lựa chọn phát biểu trong một cuộc hội thảo cộng đồng không phải giành cho tất cả mọi người. Nhưng việc lắng nghe từ những người có kinh nghiệm sống rất có sức ảnh hưởng và thường tác động đến các quyết định của các quan chức quận.

Nếu quý vị đang cân nhắc việc phát biểu trong cuộc hội thảo, đây là một số chủ đề mà quý vị có thể cân nhắc:

- Các dịch vụ nào hoặc hỗ trợ đã giúp ích cho quý vị hoặc gia đình quý vị
- Các chương trình nào còn thiếu hoặc khó tiếp cận
- Những trở ngại khiến mọi người khó tiếp cận dịch vụ chăm sóc
- Ý tưởng để cải thiện việc tiếp cận cộng đồng, nhà ở, hoặc các chương trình
- Cách thức để làm cho dịch vụ trở nên thân thiện hơn, hòa nhập, hoặc phù hợp về mặt văn hóa hơn.
- Lý do tại sao một chương trình hoặc dịch vụ nên được tài trợ
- Hỗ trợ quý vị và những ai đang tham gia vào quy trình hoạch định.
- Nguồn tài trợ cho các chương trình CDEP hỗ trợ nhóm mà quý vị tham gia hoặc các nhóm khác trong cộng đồng của quý vị.

Quý vị cũng có thể đặt câu hỏi, chia sẻ những câu chuyện tại địa phương, hoặc gợi ý cải thiện cho các chương trình và quy trình.

### 🔍 Xem xét chi tiết

#### Nếu Quý vị Không muốn Phát biểu

Quý vị không cần phải phát biểu tại các cuộc hội thảo để tham gia. Quận phải chấp nhận ý kiến đóng góp bằng văn bản từ cộng đồng để xem xét trong vòng 30 ngày. Quý vị có thể gửi email cho quận của quý vị, điền vào mẫu đơn trực tuyến, hoặc gửi thư (xem trang 53 của tài liệu này để tham khảo bản mẫu). Các ý kiến bằng văn bản là một phần của hồ sơ công khai và được xem xét giống như các ý kiến phát biểu trực tiếp.

## Các mẹo để Tham gia một cách Hiệu quả

Quý vị không cần phải là chuyên gia về chính sách để tạo ra sự khác biệt. Kinh nghiệm sống của quý vị sẽ giúp quý vị trở thành chuyên gia tại cuộc hội thảo. Có thể quý vị sẽ cần thời gian để cảm thấy thoải mái khi phát biểu, và điều đó hoàn toàn bình thường. Mỗi cuộc hội thảo là một cơ hội để xây dựng sự tự tin.



### Chuẩn bị cho buổi hội thảo

#### Trước hết hãy quan sát cuộc hội thảo

Lắng nghe một lần trước khi phát biểu sẽ giúp quý vị hiểu về cách vận hành.

#### Hãy viết ra những gì quý vị muốn nói.

Một vài ghi chú hoặc một bản thảo ngắn có thể giúp quý vị tập trung khi cảm thấy lo lắng

#### Luyện tập bằng cách nói to

Tự nói với bản thân hoặc với bạn bè sẽ giúp quý vị cảm thấy tự tin hơn về kỹ năng kiểm soát thời gian và giọng điệu

#### Biết giới hạn.

Nhiều cuộc hội thảo cộng đồng giới hạn thời gian phát biểu là 2 phút cho mỗi người. Việc lắng nghe ý kiến từ người khác và tự mình thực hành có thể giúp quý vị hiểu được bản thân có thể nói bao nhiêu trong khoản thời gian đó.

#### Thu thập dữ liệu.

Vận động chính sách hiệu quả bắt đầu từ nguồn thông tin hữu ích. Dữ liệu giúp cho thấy vấn đề lớn đến mức nào, những thiếu sót nằm ở đâu, và cộng đồng nào bị ảnh hưởng nhiều nhất. Các thành viên cộng đồng có thể giúp các quận huyện nhìn thấy toàn cảnh bằng cách thu thập số liệu (chẳng hạn như dữ liệu từ các bảng điều khiển công khai hoặc khảo sát) và các câu chuyện. [Xem trang 65 của bộ dữ liệu này để biết các mẹo về nơi thu thập dữ liệu.]



## Xây dựng đội ngũ hỗ trợ

### Mời ai đó đi cùng quý vị..

Một người bạn, đồng nghiệp, hoặc thành viên gia đình có thể đồng hành và giúp quý vị ghi chép

### Hãy nhờ giúp đỡ nếu quý vị thấy lo lắng.

Quý vị có thể nhờ người quý vị tin tưởng chia sẻ câu chuyện của quý vị hoặc đọc giúp phần bình luận của quý vị.

### Mời một thành viên hoặc người lãnh đạo cộng đồng đáng tin cậy

Họ có thể giúp đại diện cho những ai không thấy thoải mái với việc tham dự hoặc tự mình phát biểu.



## Chia sẻ từ kinh nghiệm

### Hãy chia sẻ câu chuyện của quý vị và kết nối nó với người khác

Hãy thử dùng những cụm từ như “Nhiều người trong hoàn cảnh của tôi đang phải đối mặt với...” hoặc “Điều này không chỉ ảnh hưởng đến riêng tôi, mà còn ảnh hưởng đến những người khác trong cộng đồng của tôi.”

### Tập trung vào giải pháp

Giải thích những thay đổi nào có thể giúp ích và sẽ mang lại lợi ích như thế nào cho cộng đồng nói chung.

### Sử dụng ngôn ngữ lịch sự, rõ ràng.

Thông điệp của quý vị trở nên thuyết phục nhất khi nó dễ hiểu. Hãy nói rõ ràng, bình tĩnh, và tránh dùng tiếng lóng.



## Hãy tiếp tục tham gia

### **Xây dựng mối quan hệ..**

Niềm tin sẽ được xây dựng theo thời gian. Vì vậy, hãy làm quen với các nhân viên của quận, các thành viên hội đồng và những nhà vận động khác.

### **Hãy nhớ lý do quý vị có mặt ở đó**

Lãnh đạo quận cần lắng nghe trực tiếp từ những người đang sử dụng hoặc cần các dịch vụ sức khỏe hành vi.

### **Hãy tiếp tục tham gia.**

Mỗi lần tham dự, quý vị sẽ học hỏi được nhiều hơn, cảm thấy tự tin hơn và tiếng nói của quý vị sẽ mạnh mẽ hơn.

## Tìm hiểu Cách mà Ý kiến đóng góp của Quý vị Đã tạo nên Sự khác biệt

Các quận phải chứng minh cách họ đã sử dụng phản hồi từ cộng đồng trong kế hoạch của họ. Họ sẽ viết một bản tóm tắt tất cả các ý kiến từ cộng đồng và giải thích những gì được thay đổi dựa trên phản hồi đó. Quý vị có thể đọc bản tóm tắt đó để xem tiếng nói của quý vị đã giúp định hình kế hoạch cuối cùng ra sao. Bản tóm tắt này thường được đăng tải cùng với Kế hoạch Tổng hợp BHSa chính thức trên trang mạng của Sở Y tế Hành vi quận.



Đừng bao giờ nghi ngờ rằng một nhóm nhỏ những công dân tận tâm và có suy nghĩ sâu sắc có thể thay đổi thế giới; thực tế, đó là điều duy nhất từng làm được điều đó.”

- Nhà nhân chủng học văn hóa, Margaret Mead.

# Tầm quan trọng của việc Duy trì sự Tham gia theo Thời gian

Công cuộc vận động không diễn ra ngay lập tức – nó cần thời gian. Quý vị có thể không thấy sự thay đổi ngay lập tức, nhưng điều đó có thể truyền cảm hứng cho những thay đổi trong tương lai. Mỗi câu chuyện quý vị chia sẻ, mỗi câu hỏi quý vị đặt ra và mỗi cuộc họp quý vị tham dự đều góp phần tạo nên các chương trình sức khỏe hành vi lớn mạnh hơn và các dịch vụ chăm sóc tốt hơn theo thời gian.

Việc tham gia không có nghĩa là quý vị phải làm mọi thứ. Đó là sự lựa chọn những gì phù hợp nhất cho quý vị và tiếp tục chia sẻ tiếng nói của quý vị.

Dưới đây là một số cách để giữ liên lạc:



## Theo dõi sau các cuộc họp.

Hãy hỏi quận của quý vị xem phản hồi của quý vị đã được sử dụng như thế nào hoặc khi nào bước tiếp theo trong quy trình sẽ diễn ra.



## Tham dự các cuộc họp của Hội đồng Sức khỏe Hành vi.

Hầu hết các cuộc họp diễn ra hàng tháng và họ hoan nghênh ý kiến đóng góp từ công chúng.



## Theo dõi các báo cáo của quận.

Hàng năm, bắt đầu từ năm 2028, các quận sẽ công bố Báo cáo về Kết quả, Trách nhiệm và Minh bạch về Sức khỏe Hành vi (BHOATR). Báo cáo này cho thấy những gì đang hoạt động tốt và những lĩnh vực nào cần được cải thiện. Quý vị có thể sử dụng thông tin này để xem liệu quận quý vị có đang tiến gần tới mục tiêu hay không và lên tiếng về những vấn đề cần được chú trọng hơn trong kế hoạch tiếp theo.



## Tham gia hoặc hỗ trợ các nhóm vận động địa phương

Các tổ chức cộng đồng và nhóm hỗ trợ có thể giúp quý vị cập nhật thông tin và làm cho tiếng nói của quý vị mạnh mẽ hơn.



## Hướng dẫn người khác

Nếu quý vị đã từng tham gia một lần, thì lần sau hãy giúp người khác tham gia. Việc truyền đạt những gì quý vị học được sẽ củng cố tiếng nói của cộng đồng quý vị.

**Sự thay đổi thường diễn ra chậm rãi – nhưng nó chắc chắn sẽ xảy ra. Khi quý vị tiếp tục tham gia, kết nối với người khác và chia sẻ kinh nghiệm, quý vị sẽ trở thành một phần của tiến trình định hình những điều sắp tới.**

# Công cụ tham gia

Trong phần này, quý vị sẽ tìm thấy các bảng tình giúp quý vị chuẩn bị để tham gia vào Quy trình lập Kế hoạch Cộng đồng BHSA.

---

## Lên Ý tưởng về những Điều muốn nói

Chia sẻ câu chuyện của quý vị tại cuộc họp quy hoạch cộng đồng là một phương thức ý nghĩa để được lắng nghe. Việc băn khoăn về điều nên chia sẻ hoặc nên đưa vào bao nhiêu chi tiết là điều tự nhiên. Bảng hướng dẫn này có thể giúp quý vị sắp xếp suy nghĩ và cảm thấy tự tin khi phát biểu.

### VẤN ĐỀ HOẶC SỰ VIỆC

Điều gì khiến quý vị muốn phát biểu? Quý vị muốn đưa một dịch vụ, hỗ trợ hoặc nguồn lực nào đó vào kế hoạch không? Có điều gì còn thiếu? Có sự thay đổi nào có thể giúp mọi người dễ dàng nhận được sự giúp đỡ hơn không?

---

---

---

---

---

### TRẢI NGHIỆM CỦA QUÝ VỊ

Trải nghiệm của quý vị phản ánh như thế nào những điều quý vị thấy trong cộng đồng của mình?

---

---

---

---

---

### GIẢI PHÁP

Quý vị muốn thấy điều gì xảy ra? Quý vị muốn quận hạt làm gì?

---

---

---

---

---

**Lời khuyên:** Để tạo ra ảnh hưởng, quý vị không cần phải chia sẻ về mọi thứ. Chỉ cần một câu chuyện ngắn hoặc một quan sát đơn giản cũng giúp định hình các chương trình và dịch vụ tốt hơn.

# Nội dung Tham gia cuộc họp

Sau khi quý vị đã xác định nội dung mình muốn trình bày, quý vị có thể sử dụng biểu mẫu này để tạo ra kịch bản của riêng mình. Xin lưu ý rằng đây chỉ là gợi ý để giúp quý vị bắt đầu. Quý vị nên sắp xếp các ý chính theo cách dễ hiểu nhất.

**Lưu ý:** Hãy cố gắng trình bày trong vòng hai phút hoặc ít hơn.

## 1. GIỚI THIỆU BẢN THÂN

(Ví dụ: “Tôi là \_\_\_\_\_ hiện sống ở \_\_\_\_\_ quận. Tôi đến đây hôm nay vì [tôi/gia đình/cộng đồng của tôi] đã bị ảnh hưởng bởi [các vấn đề về sức khỏe tinh thần, lạm dụng chất gây nghiện, tình trạng nhà ở không ổn định, v.v.]”)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2. MÔ TẢ VẤN ĐỀ HOẶC SỰ VIỆC

(Ví dụ: \_\_\_\_\_ chương trình nên được đưa vào nguồn tài trợ. Điều đó cần thiết vì \_\_\_\_\_ hiện tại mọi người phải \_\_\_\_\_ hoặc không thể \_\_\_\_\_ .”)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 3. TRÌNH BÀY VỀ KINH NGHIỆM CÁ NHÂN (30 GIÂY)

(Ví dụ: “Tôi biết rõ tác động của chương trình đối với mọi người bởi vì \_\_\_\_\_. Tôi đã có thể sử dụng khi tôi \_\_\_\_\_.”)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 4. ĐỀ XUẤT GIẢI PHÁP

(Ví dụ: “Quận có thể giúp \_\_\_\_\_ . Tôi hy vọng quý vị sẽ \_\_\_\_\_ đưa vào kế hoạch tiếp theo.”)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 5. LỜI KẾT

(Ví dụ: “Cảm ơn quý vị đã lắng nghe và ghi nhận tiếng nói của cộng đồng.”)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# BẢNG GHI Ý KIẾN CÔNG KHAI BẰNG VĂN BẢN

Sử dụng bảng này để chuẩn bị cho những điều quý vị muốn chia sẻ bằng văn bản trong thời gian 30 ngày lấy ý kiến công chúng cho Kế hoạch tích hợp BHSA của quận quý vị.

## 1. NHỮNG ĐIỀU TÔI MUỐN GÓP Ý

*Quận nên biết về dịch vụ, hỗ trợ, hay vấn đề nào?*

---

---

---

---

---

---

---

---

## 2. TẠI SAO ĐIỀU NÀY LẠI QUAN TRỌNG

*Điều này ảnh hưởng đến bản thân, gia đình hoặc cộng đồng của quý vị như thế nào?*

---

---

---

---

---

---

---

---

## 3. NHỮNG ĐIỀU TÔI HY VỌNG QUẬN SẼ THỰC HIỆN

*Quý vị đang yêu cầu thay đổi, hành động hoặc lựa chọn tài trợ nào?*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## TỔNG HỢP LẠI

Sử dụng biểu mẫu này để gửi ý kiến đóng góp công khai bằng văn bản qua email, mẫu trực tuyến, hoặc thư.

**Chủ đề:** Ý kiến đóng góp công khai về Dự thảo Kế hoạch Tổng hợp

Xin chào, tôi tên là \_\_\_\_\_ . Tôi sống tại quận \_\_\_\_\_.

Tôi viết thư này là vì \_\_\_\_\_

---

---

---

Điều này quan trọng bởi vì \_\_\_\_\_

---

---

---

Tôi mong là quận sẽ xem xét việc \_\_\_\_\_

---

---

---

Cảm ơn vì đã lắng nghe ý kiến từ cộng đồng

Tên: \_\_\_\_\_

Thành phố hoặc mã bưu chính (Không bắt buộc): \_\_\_\_\_

Địa chỉ email hoặc số điện thoại (nếu quý vị muốn nhận phản hồi).

---

# Sử dụng Ngôn ngữ Tôn trọng tất cả mọi người

Những từ ngữ chúng ta sử dụng có thể gây ảnh hưởng tới những người xung quanh. Chúng có thể khiến người khác cảm thấy được chào đón, được tôn trọng và an toàn. Chúng cũng có thể khiến người khác cảm thấy khó chịu hoặc bị phớt lờ. Sử dụng ngôn ngữ phù hợp giúp tôn trọng những trải nghiệm thực tế của mọi người và khuyến khích nhiều người hơn tham gia vào Quy trình Lập Kế hoạch Cộng đồng BHSA.

Quý vị không cần dùng từ một cách hoàn hảo. Mục tiêu là giao tiếp với sự quan tâm và đồng cảm. Dưới đây là một số ví dụ để hướng dẫn quý vị.

## 1. NHÌN NHẬN CON NGƯỜI, KHÔNG PHẢI HOÀN CẢNH

Tránh dùng những từ định nghĩa một người dựa trên tình trạng – chuẩn đoán không bao giờ là một tính từ.

### Cố gắng dùng

- ✓ người đang sống chung với các vấn đề sức khỏe tâm lý
- ✓ người với chứng rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD)
- ✓ hành vi của họ bất thường hoặc không ổn định

### Tránh dùng

- ✗ người bị bệnh tâm thần
- ✗ nghiện ngập, nghiện rượu
- ✗ anh ta bị tâm thần phân liệt

## 2. HÃY DÙNG NHỮNG CỤM TỪ NHƯ “SỐNG CHUNG VỚI” HOẶC “TRẢI QUA”, KHÔNG DÙNG “CHỊU ĐỤNG”

Không phải ai cũng chịu đựng. Có nhiều người vẫn quản lý sức khỏe của mình thông qua sự hỗ trợ, dịch vụ, và cộng đồng.

### Cố gắng dùng

- ✓ đang trải qua trầm cảm
- ✓ sống chung với rối loạn lưỡng cực

### Tránh dùng

- ✗ mắc chứng trầm cảm
- ✗ người bị rối loạn lưỡng cực

### 3. HÃY CHỌN CÁC THUẬT NGỮ TÔN TRỌNG KHI NÓI VỀ ĐỊA ĐIỂM VÀ CÁC DỊCH VỤ CHĂM SÓC

Dùng cách mô tả trung lập, chính xác về nơi cung cấp dịch vụ điều trị

#### Cố gắng dùng

- ✓ bệnh viện tâm lý
- ✓ cơ sở điều trị hoặc phòng khám

#### Tránh dùng

- ✗ trại tâm thần

### 4. SỬ DỤNG NGÔN NGỮ TÍCH CỰC, KHÔNG PHÁN XÉT LIÊN QUAN ĐẾN VẤN ĐỀ TỰ TỬ

Những cụm từ này giúp tránh việc đổ lỗi hoặc kỳ thị

#### Cố gắng dùng

- ✓ tử vong do tự tử
- ✓ người có nguy cơ tự tử
- ✓ người sống sót sau nỗ lực tự tử

#### Tránh dùng

- ✗ tự sát
- ✗ người có ý định tự sát

### 5. HÃY LÀM THEO CÁCH MÀ MỖI NGƯỜI CẢM THẤY PHÙ HỢP - ĐẶC BIỆT LÀ KHI HỌ TỰ MÔ TẢ VỀ BẢN THÂN

Một số người thích cách sử dụng ngôn ngữ đặt con người lên trước (“người đang sống với trầm cảm”), trong khi những người khác lại thích cách dùng ngôn ngữ đặt danh tính lên trước (“Tôi bị rối loạn lưỡng cực” hoặc “Tôi là người tự kỷ”). Cách tôn trọng nhất là sử dụng những từ mà chính họ chọn cho bản thân, và tránh gán nhãn hoặc chẩn đoán mà họ chưa từng chia sẻ.

# Tham khảo Nhanh: Tùy chọn Ngôn ngữ

## Cố gắng dùng ngôn ngữ dưới đây

- ✓ Tử vong do tự tử
- ✓ Các trở ngại về sức khỏe tâm lý
- ✓ Người đang sống chung với các vấn đề về sức khỏe tâm lý
- ✓ Người với chứng rối loạn do sử dụng chất gây nghiện
- ✓ Rối loạn do sử dụng chất gây nghiện
- ✓ Hành vi bất thường hoặc khó đoán
- ✓ Bệnh viện/cơ sở điều trị tâm lý

## Tránh dùng ngôn ngữ sau đây

- ✗ Tự sát/tự tử
- ✗ Vấn đề tâm thần/bệnh tâm thần (như một nhãn mác)
- ✗ Người mắc bệnh tâm thần
- ✗ nghiện ngập, nghiện rượu
- ✗ Lạm dụng chất gây nghiện
- ✗ Điên rồ, tâm thần
- ✗ Nhà thương điên/Trại tâm thần

Những từ ngữ chúng ta lựa chọn có thể giúp người khác cảm thấy được tôn trọng và an toàn. Nếu quý vị không chắc nên nói gì, hãy chọn ngôn ngữ tập trung vào cá nhân đó hoặc trải nghiệm của họ..

# Biên Bản Cuộc họp

Ghi chép trong các cuộc họp là một cách tuyệt vời để nhớ những gì quý vị đã học được, những ai quý vị đã gặp, và những điều quý vị muốn tiếp tục theo dõi. Dưới đây là một biểu mẫu mà quý vị có thể dùng để ghi lại các ghi chú của mình.

Ngày/giờ

Địa điểm cuộc họp

---

**Chủ đề thảo luận**

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

**Ai đã tham dự**

Tên: _____	Vai trò: _____
Tên: _____	Vai trò: _____
Tên: _____	Vai trò: _____
Tên: _____	Vai trò: _____

**Những gì đã được quyết định:**

---



---



---

**Những gì tôi muốn tiếp tục theo dõi**

**Ghi chú cho cuộc họp tiếp theo**

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

# Những lầm tưởng & Sự thật về Quy trình lập Kế hoạch Cộng đồng (CPP) của BHSA

## ? LẦM TƯỞNG 1

**“Quý vị phải làm việc cho một tổ chức nào đó thì mới được tham gia”**

**SỰ THẬT:** Bất cứ ai cũng có thể tham gia.

Nếu quý vị có trải nghiệm trong vấn đề sức khỏe tâm lý và/hoặc rối loạn do sử dụng chất gây nghiện, hoặc quý vị quan tâm đến người nào đó đang gặp phải những vấn đề này, ý kiến của quý vị rất quan trọng.

Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi (BHSA) yêu cầu các quận phải bao gồm các thành viên cộng đồng – không chỉ các chuyên gia – trong quá trình lập kế hoạch.

## ? LẦM TƯỞNG 2

**“Quan điểm của tôi không tạo ra sự khác biệt”**

**SỰ THẬT:** Nó thực sự có thể.

Các quận phải ghi nhận và xem xét phản hồi từ công chúng trước khi Kế hoạch Tổng hợp BHSA của quận được phê duyệt. Những ý kiến đóng góp và câu chuyện từ các thành viên trong cộng đồng thường dẫn đến sự thay đổi.

## ? LẦM TƯỞNG 3

**“Quận đã biết người dân cần gì rồi”**

**SỰ THẬT:** Quận cần kinh nghiệm thực tế của quý vị để hiểu những gì đang thực sự xảy ra trong cộng đồng.

Dữ liệu có thể cho thấy các con số, nhưng những câu chuyện cá nhân cho thấy lý do đằng sau những con số đó. Ý kiến đóng góp của quý vị giúp định hình các chương trình sức khỏe tinh thần đáp ứng nhu cầu thực tế.

**? LÂM TƯỞNG 4****“Quý vị phải phát biểu trước công chúng để được tham gia.”**

**SỰ THẬT:** Có nhiều cách để tham gia.

Quý vị có thể tham dự các buổi lắng nghe ý kiến, gửi ý kiến bằng văn bản, trả lời khảo sát, hoặc chia sẻ suy nghĩ của bản thân với một nhóm cộng đồng chuyên báo cáo cho quận.

Mọi phản hồi đều được ghi nhận trong hồ sơ công khai.

**? LÂM TƯỞNG 5****“Tôi cần phải nói tiếng Anh mới được tham gia.”**

**SỰ THẬT:** Quý vị có thể tham gia với *bất kỳ* ngôn ngữ nào.

Các quận phải đảm bảo rằng các cuộc hội thảo được mở cho tất cả mọi người bằng cách cung cấp dịch vụ phiên dịch hoặc người thông dịch. Đó là luật.

Ý kiến của quý vị luôn được hoan nghênh – và cần thiết – bằng ngôn ngữ mà quý vị cảm thấy thoải mái nhất khi sử dụng.

**? LÂM TƯỞNG 6****“Quý vị phải là chuyên gia hoặc quan chức mới được tham gia.”**

**SỰ THẬT:** Tiếng nói của quý vị rất quan trọng.

Quý vị không cần phải biết các thuật ngữ chuyên ngành hoặc có nền tảng chuyên môn. Những cuộc hội thảo này nhằm mục đích lắng nghe từ những người có kinh nghiệm thực tế - và tiếng nói của quý vị giúp định hình diện mạo về các dịch vụ sức khỏe tinh thần trong cộng đồng của quý vị.

**? LÂM TƯỞNG 7**

**“Quá trình lập kế hoạch chỉ diễn ra một lần, và vai trò của cộng đồng kết thúc sau khi kế hoạch được phê duyệt.”**

**SỰ THẬT:** Quá trình lập kế hoạch và hoạt động cộng đồng diễn ra liên tục *suốt cả năm, hằng năm.*

Các quận phải đệ trình một Kế hoạch Tổng hợp mới cứ ba năm một lần, và họ được yêu cầu phải xem xét, cập nhật, và điều chỉnh kế hoạch mỗi năm. Trong suốt năm đó, các quận theo dõi tiến độ, chia sẻ kết quả, và điều chỉnh dựa trên những gì đang hiệu quả. Ý kiến đóng góp từ cộng đồng là cần thiết trong toàn bộ chu trình – chứ không chỉ ở giai đoạn đầu.

**? LÂM TƯỞNG 8**

**“Chỉ các thành phố lớn mới có tiếng nói.”**

**SỰ THẬT:** Mọi quận huyện đều phải tuân theo cùng một quy tắc cho việc lấy ý kiến từ cộng đồng, ngay cả những quận nhỏ nhất.

Dù quý vị sống ở vùng nông thôn hay thành phố, quận của quý vị đều phải tạo cơ hội cho người dân địa phương tham gia.

# Nguồn tham khảo

Phần này tổng hợp các nguồn tài liệu tham khảo hữu ích và các liên kết (Links) đáng tin cậy nhằm hỗ trợ quý vị tham gia vào quy trình lập kế hoạch sức khỏe hành vi trong cộng đồng.

## xác định Quận của Quý vị

**Bắt đầu từ địa phương.** Mỗi quận ở California đều có cơ sở sức khỏe hành vi riêng và Quy trình Lập kế hoạch Cộng đồng. Nhấp vào liên kết (Links) của quận quý vị bên dưới để tìm thông tin về cuộc họp, chi tiết liên lạc, hoặc cách tham gia các cuộc thảo luận gần nơi quý vị cư ngụ.

<a href="#">Alameda</a>	<a href="#">Alpine</a>	<a href="#">Amador</a>	<a href="#">Butte</a>	<a href="#">Calaveras</a>	<a href="#">Colusa</a>
<a href="#">Contra Costa</a>	<a href="#">Del Norte</a>	<a href="#">El Dorado</a>	<a href="#">Fresno</a>	<a href="#">Glenn</a>	<a href="#">Humboldt</a>
<a href="#">Imperial</a>	<a href="#">Inyo</a>	<a href="#">Kern</a>	<a href="#">Kings</a>	<a href="#">Lake</a>	<a href="#">Lassen</a>
<a href="#">Los Angeles</a>	<a href="#">Madera</a>	<a href="#">Marin</a>	<a href="#">Mariposa</a>	<a href="#">Mendocino</a>	<a href="#">Merced</a>
<a href="#">Modoc</a>	<a href="#">Mono</a>	<a href="#">Monterey</a>	<a href="#">Napa</a>	<a href="#">Nevada</a>	<a href="#">Orange</a>
<a href="#">Placer</a>	<a href="#">Plumas</a>	<a href="#">Riverside</a>	<a href="#">Sacramento</a>	<a href="#">San Benito</a>	<a href="#">San Bernardino</a>
<a href="#">San Diego</a>	<a href="#">San Francisco</a>	<a href="#">San Joaquin</a>	<a href="#">San Luis Obispo</a>	<a href="#">San Mateo</a>	<a href="#">Santa Barbara</a>
<a href="#">Santa Clara</a>	<a href="#">Santa Cruz</a>	<a href="#">Shasta</a>	<a href="#">Sierra</a>	<a href="#">Siskiyou</a>	<a href="#">Solano</a>
<a href="#">Sonoma</a>	<a href="#">Stanislaus</a>	<a href="#">Sutter</a>	<a href="#">Tehama</a>	<a href="#">Trinity</a>	<a href="#">Tulare</a>
<a href="#">Tuolumne</a>	<a href="#">Ventura</a>	<a href="#">Yolo</a>	<a href="#">Yuba</a>		

Quý vị cũng có thể tìm thấy danh sách đầy đủ của các Hội đồng & Ủy ban Sức khỏe Hành vi địa phương của bang California tại đây [here](#).

**Mẹo:** Quý vị không cần phải đọc tất cả thông tin cùng một lúc – hãy bắt đầu với quận của quý vị, sau đó khám phá các phần phù hợp với nhu cầu của quý vị.

## Tìm Hiểu Thêm

**Hiểu quy trình đưa ra quyết định.** Những nguồn tài liệu này giải thích cách các quận lập kế hoạch và tài trợ cho các dịch vụ sức khỏe hành vi – và cách công chúng có thể tham gia

→ **Sở Dịch vụ Chăm sóc Sức khỏe California:** [Community Planning Process and Local Stakeholder Engagement Handout](#)

Tổng quan về cách các quận thu thập ý kiến đóng góp từ cộng đồng, bao gồm các yêu cầu quan trọng và mốc thời gian.

→ **Sở Dịch vụ Chăm Sóc Sức khỏe California:** [“Engaging in the BHSA Community Planning Process” Webinar Slide Deck](#)

Trình bày BHSA là gì, cách Quy trình Hoạch định Cộng đồng hoạt động, cách các quận tham gia với các bên liên quan, và cách các thành viên hội đồng có thể tiếp tục tham gia.

→ **Liên minh Sức khỏe Hành vi California:** [BHSA Community Planning Resources and Toolkits](#)

Hướng dẫn và biểu mẫu để hỗ trợ sự tham gia của cộng đồng địa phương theo Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi.

**Tìm hiểu cách các quận theo dõi và báo cáo tiến độ về sức khỏe hành vi.** Các trang mạng của tiểu bang này cho thấy cách Đạo luật Dịch vụ Sức khỏe Hành vi (BHSA) hoạt động và cách quận của quý vị báo cáo kết quả.

→ **Sở Sức khỏe Cộng đồng bang California (CDPH)**

Theo dõi các nỗ lực Phòng ngừa dựa trên Dân số và cung cấp dữ liệu về xu hướng sức khỏe tinh thần trên toàn tiểu bang. Truy cập [cdph.ca.gov](http://cdph.ca.gov).

→ **Cơ quan Dịch vụ Y tế và Nhân sinh California, Sở Tiếp cận và Thông tin Chăm sóc Sức khỏe (HCAI)**

Theo dõi Sáng kiến Phát triển Nhân lực Sức khỏe Hành vi của California, bao gồm dữ liệu phát triển nhân lực và các khoản đầu tư chương trình. Truy cập [hcai.ca.gov](http://hcai.ca.gov).

→ Ủy ban Sức khỏe Hành vi (trước đây là MHSOAC)

Đánh giá kết quả và thúc đẩy đổi mới trên toàn tiểu bang California. Truy cập [bhsoac.ca.gov](http://bhsoac.ca.gov).

→ Sở Dịch vụ Chăm sóc Sức khỏe (DHCS)

Giám sát nguồn tài trợ cho sức khỏe hành vi và các Kế hoạch Tổng hợp của quận. Truy cập [dhcs.ca.gov](http://dhcs.ca.gov).

Hiểu rõ về dữ liệu sức khỏe hành vi tại địa phương. Các bảng thông tin này có thể giúp quý vị tìm hiểu về xu hướng, nhu cầu và dịch vụ của quận quý vị.

→ Cơ quan Dịch vụ Sức khỏe Tinh thần bang California CalMHS: [Data Dashboards](#)

Các chỉ số về sức khỏe hành vi cấp tiểu bang và cấp quận.

→ CalMHS: [Know Your County Indicators Dashboard \(CalMHS\)](#) Thông tin tổng quan về nhân khẩu học và sức khỏe hành vi của từng quận.

→ Sở Dịch vụ Chăm sóc Sức khỏe bang California: [Behavioral Health Continuum Infrastructure Program Dashboard](#)

Các khoản đầu tư của tiểu bang vào cơ sở vật chất, nhà ở và cơ sở hạ tầng.

**Hãy tìm cách lên tiếng và chia sẻ câu chuyện của quý vị.** Những hướng dẫn sau đây cung cấp các mẹo và công cụ cho các hành viên cộng đồng, gia đình, và những người ủng hộ muốn tham gia vào việc định hình các chương trình sức khỏe hành vi.

→ Hiệp hội các Hội đồng và Ủy ban Sức khỏe Hành vi Địa phương bang California:

[Basic Guide to Advocacy](#)

Các bước đơn giản để tham gia với các hội đồng cấp quận và các cuộc họp cộng đồng.

→ Sở Cao Niên bang California: [County Toolkits](#)

Những bộ công cụ này được thiết kế để hỗ trợ việc hợp tác với các cơ sở y tế hành vi địa phương, điều hướng các quy trình hoạch định, và vận động cho các dịch vụ giành cho người cao tuổi.

→ NAMI California: [Advocacy Toolkit](#)

Hướng dẫn thực tiễn về kỹ năng kể chuyện, tham gia chính sách và lãnh đạo cộng đồng.

## Giữ Kết nối và Tìm Sự hỗ trợ

**Tìm các nguồn hỗ trợ và thông tin đáng tin cậy.** Các tổ chức và chương trình trên toàn tiểu bang sau đây cung cấp thông tin, giáo dục và trợ giúp đáng tin cậy liên quan đến sức khỏe hành vi cho các cá nhân, gia đình và những người ủng hộ.

### 211 California

Đường dây nóng và trang web miễn phí, hoạt động 24/24, kết nối quý vị với các dịch vụ địa phương đã được xác minh, bao gồm nhà ở, thực phẩm và hỗ trợ sức khỏe tâm lý. Hãy gọi 211 hoặc truy cập [211ca.org](https://211ca.org).

### CalHOPE

Một chương trình do tiểu bang hỗ trợ, cung cấp miễn phí hỗ trợ tinh thần, tư vấn khủng hoảng, và các nguồn lực cho những người đang đối phó với căng thẳng, chấn thương hoặc các vấn đề về sức khỏe hành vi. Truy cập [calhope.org](https://calhope.org).

### Ủy ban về Sức khỏe Hành vi

Cung cấp công cụ và hướng dẫn để giúp các cá nhân, gia đình và cộng đồng định hướng hệ thống chăm sóc sức khỏe hành vi. Tìm kiếm các nguồn thông tin về hỗ trợ khủng hoảng, dịch vụ dành cho thanh thiếu niên, phòng ngừa và công cuộc vận động. Hãy truy cập <https://bhsoac.ca.gov/finding-help/>.

### NAMI California (Liên minh Quốc gia về Bệnh Tâm lý)

Kết nối các cá nhân và gia đình bị ảnh hưởng bởi các vấn đề sức khỏe tâm lý với các chương trình giáo dục, nhóm hỗ trợ đồng đẳng và cơ hội tham gia vận động. Hãy tìm chi nhánh địa phương của quý vị tại [namica.org](https://namica.org).

### **Sức khỏe Tâm lý cho Tất cả mọi người của Tiểu bang California**

Một trung tâm toàn tiểu bang cung cấp thông tin thiết thực về việc giữ gìn sức khỏe tâm lý, tìm kiếm sự giúp đỡ và hỗ trợ người khác. Hãy khám phá các mẹo tự chăm sóc bản thân, nguồn lực cộng đồng và các phương án hỗ trợ khủng hoảng. Hãy truy cập <https://www.mentalhealth.ca.gov/>.

### **Hành động vì Sức khỏe Tinh thần (Chiến dịch của Sở Dịch vụ Chăm sóc Sức khỏe California)**

Phong trào toàn tiểu bang California nhằm giảm sự kỳ thị và nâng cao nhận thức về sức khỏe tâm lý. Giúp cung cấp các chiến dịch, giáo dục và nguồn lực. Truy cập [takeaction4mh.com](http://takeaction4mh.com).

### **Hiệp hội Phụ huynh Đoàn kết**

Giúp hỗ trợ cha mẹ và người chăm sóc trong việc nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên gặp khó khăn về mặt cảm xúc, hành vi, và sức khỏe tinh thần. Cung cấp hỗ trợ đồng đẳng, giáo dục và cơ hội lãnh đạo cho các gia đình.

Tìm hiểu thêm tại [unitedparents.org](http://unitedparents.org).

## Lời Tri ân

Bộ Công cụ Hoạch định Cộng đồng BHSA này được phát triển với sự giúp đỡ từ các tổ chức và các cá nhân trên khắp tiểu bang California. Nhiều tổ chức và nhà vận động đã cung cấp phản hồi quý giá trong các buổi phỏng vấn và lắng nghe cộng đồng. Ý kiến đóng góp từ họ đã giúp đảm bảo bộ công cụ này phản ánh nhu cầu và tiếng nói của cộng đồng nơi họ phục vụ.

Chúng tôi xin gửi lời cảm ơn sâu sắc tới các nhóm và cá nhân sau đây vì đã chia sẻ thời gian, kiến thức và kinh nghiệm thực tế của họ trong các buổi phỏng vấn được tổ chức vào tháng 10 và tháng 11 năm 2025:

**Behavioral Health Advisory Board Reform Initiative** (Sáng kiến Cải cách Hội đồng Tư vấn về Sức khỏe Hành vi, **BHABrehab**) BHABrehab ủng hộ việc tăng cường vai trò và hiệu quả của các Hội đồng Sức khỏe Hành vi cấp quận

**California Association of Alcohol and Drug Program Executives** (Hiệp hội các Nhà điều hành cai nghiện Rượu và Ma túy California, **CAADPE**)

Các cơ quan thành viên của CAADPE cung cấp các dịch vụ điều trị và phục hồi rối loạn do sử dụng chất gây nghiện (SUD) trên toàn tiểu bang.

**California Department of Corrections and Rehabilitation** (Sở Cải huấn và Phục hồi chức năng California, **CDCR**) CDCR giám sát hệ thống nhà tù và quản chế của California, tập trung vào an toàn công cộng, phục hồi chức năng và tái hòa nhập cộng đồng thành công.

**California Pan-Ethnic Health Network** (Mạng lưới Y tế Đa sắc tộc California, **CPEHN**)

CPEHN thúc đẩy bình đẳng trong chăm sóc sức khỏe cho các cộng đồng người da màu, người nhập cư và cộng đồng LGBTQ+ (Người đồng tính, song tính, chuyển giới và các giới tính khác) ở California.

**Cal Voices**

Cal Voices cung cấp các hoạt động vận động do những người đồng cảnh ngộ vận hành, giáo dục, và các dịch vụ sức khỏe hành vi phù hợp với văn hóa trên khắp California.

**County Behavioral Health Directors Association of California** (Hiệp hội Giám đốc Sức khỏe Hành vi cấp quận California, **CBHDA**) CBHDA đại diện cho các giám đốc phụ trách sức khỏe hành vi từ cả 58 quận.

---

**National Alliance on Mental Illness** (Liên minh Quốc gia về Bệnh Tâm lý, **NAMI**)

**California**

NAMI California đại diện cho các gia đình, những người cùng cảnh ngộ và các nhà vận động trên toàn tiểu bang, cùng làm việc để nâng cao nhận thức, khả năng tiếp cận và thúc đẩy công bằng trong lĩnh vực sức khỏe tinh thần.

**St. John's Program for Real Change** (Chương trình Thay đổi Đích thực của St. John's)

St. John's cung cấp nhà ở, đào tạo nghề và các dịch vụ hỗ trợ cho phụ nữ và trẻ em vượt qua tình trạng vô gia cư, chấn thương và nghiện ngập.

**United Parents** (Hiệp hội Phụ huynh Đoàn kết)

Hiệp hội Phụ huynh Đoàn kết hỗ trợ cha mẹ và người chăm sóc trẻ em và thanh thiếu niên gặp khó khăn về cảm xúc, hành vi và sức khỏe tinh thần.

