

# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា



ជនអន្តោប្រវេសន៍ចាស់ៗជាអ្នកទន់ខ្សោយណាស់ ពេលមានបញ្ហាណាមួយ។ មជ្ឈមណ្ឌលដែលមានអ្នកធ្វើការចេះភាសាពីរ ឬច្រើននោះ សមស្របបំផុតក្នុងការជួយ ជនអន្តោប្រវេសន៍ចាស់ៗ។



## តើមានកិច្ចបម្រើណាខ្លះ ដែលមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់នោះ?

កន្លែងមនុស្សចាស់មានកិច្ចបម្រើច្រើនយ៉ាង ដែលអាចឲ្យការចូលចិត្តចំពោះជនអន្តោប្រវេសន៍ចាស់ ពីព្រោះគេអាចទទួលបានកិច្ចបម្រើទាំងអស់នៅក្នុងកន្លែងតែមួយ។ នេះមានដូចតទៅ :

- សកម្មភាពសំរាប់កែកំសាន្ត
- កម្មវិធីសំរាប់រស់ជាតិអាហារ និងម្ហូបអាហារ
- កិច្ចបម្រើសំរាប់សុខភាព និងឲ្យយោបល់

## ឱពុកម្តាយចាស់ខ្ញុំត្រូវការម្ហូប តើមានកម្មវិធីអ្វីខ្លះ?

សឹងតែគ្រប់កន្លែងមនុស្សចាស់ទាំងអស់ គេមានផ្តល់រស់ជាតិ និងម្ហូបអាហារធ្វើតាមរបៀបប្រទេសផ្សេងៗ ប៉ុន្តែភាគច្រើនការដឹកនាំជូនទៅកន្លែងនោះមិនមានគ្រប់គ្រាន់។ សូមជួយទាក់ទងនិងក្រុមរៀប ចំខាងក្រោមដើម្បីរក តើមានអ្វីខ្លះក្នុង សហគមន៍កុំ?

ដូចនេះដែរ the Santa Clara County Food Bank មានកម្មវិធីពិសេស សំរាប់មនុស្សចាស់។ មើល Food Section លើទំព័រ 38 សំរាប់ព័ត៌មាន បន្ថែមលើ Food & Nutrition for Seniors.

## តើកន្លែងមនុស្សចាស់ មានផ្តល់ឲ្យកិច្ចបម្រើសំរាប់សុខភាពឬទេ?

កន្លែងមនុស្សចាស់ខ្លះ មានផ្តល់ឲ្យកិច្ចបម្រើសុខភាព ក៏ប៉ុន្តែជនអន្តោប្រវេសន៍ចាស់ដែលត្រូវការកិច្ចបម្រើសុខភាពនោះ ត្រូវតែផ្តល់ដំណឹងត្រឹមត្រូវ ពីការមានសិទ្ធិប្រើកិច្ចបម្រើឬទេ ក្នុងកន្លែងមនុស្សចាស់នោះ។ សូមទាក់ទងនិងកន្លែងមនុស្សចាស់ ដើម្បីឲ្យដឹងពីតើគេមានអ្វីខ្លះ។ សូមមើល Health Care Section នៅទំព័រទី 28 ដើម្បីឲ្យបានដំណឹងបន្ថែម ពីការថែរក្សាសុខភាពរបស់មនុស្សចាស់។

## តើមានកិច្ចបម្រើណាខ្លះ ដែលមានកម្មវិធី សំរាប់មនុស្សចាស់ដែលមិនអាចចេញពីផ្ទះបាន?

ជនអន្តោប្រវេសន៍ចាស់ ដែលនៅផ្ទះជាប់នោះ អាចទទួលបាន In-Home Supportive Services (IHSS) ដើម្បីរកឲ្យដឹងពីកិច្ចបម្រើគេផ្តល់ឲ្យ។ សូមមើល Health Care Section នៅទំព័រទី 28 ដើម្បីឲ្យបានដំណឹងបន្ថែម ពីការថែរក្សាសុខភាព។

## តើមានកិច្ចបម្រើណាខ្លះ សំរាប់មនុស្សចាស់ ដែលគាត់ចង់ធ្វើការងារ?

អ្នកអន្តោប្រវេសន៍ចាស់ដែលចង់រកការងារធ្វើនោះអាចទទួលបានទៅ the National Council on Aging at their San Jose office at (408) 280-7791.

## តើកិច្ចបម្រើ អ្វីខ្លះដែល the Council on Aging អាចផ្តល់ឲ្យ ?

The Council on Aging ផ្តល់ឲ្យកិច្ចបម្រើជាច្រើនចំពោះ សហគមន៍មនុស្សចាស់។ កិច្ចបម្រើនោះមាន :

- កិច្ចបម្រើសុខភាពនិងជួយឲ្យយោបល់ក្នុងផ្នែក អាវុធសុយវរដ្ឋសំរាប់សុខភាពមនុស្សចាស់។
- ការជួយភាពអាសន្ននៅផ្ទះ
- ការជួយរកការងារ
- ទៅជួបមេធាវី
- ការជួយផ្តល់ព័ត៌មាន និងជួយផ្សេងទៀត
- ម្ហូបអាហារដឹកតាមទ្វារ និង
- កិច្ចបម្រើពីការកាន់សំណុំរឿង។



# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

## ខ្ញុំមានការមិនយល់ពីការបង់ថ្លៃពេទ្យ តើអ្នកណាអាចជួយខ្ញុំបាន?

មនុស្សចាស់អាចត្រូវការជួយឱ្យយល់ តើត្រូវបង់ថ្លៃពេទ្យយ៉ាងណា។ The Council on Aging ជួយផ្តល់កម្មវិធីឈ្មោះ Health Insurance and Counseling Advocacy Program (HICAP) សំរាប់ជួយអ្នកចាស់ នូវការបង់ថ្លៃពេទ្យទៅតាមក្នុងសំបុត្រទាសលុយ។ សូមទូរស័ព្ទ លេខ (408) 296-8290 សំរាប់ដំណឹងថែមទៀត។

## ខ្ញុំថែរក្សាម្តាយខ្ញុំ ហើយខ្ញុំមានការលំបាកខ្លាំងណាស់។ តើអ្នកណាអាចជួយខ្ញុំបាន?

អ្នកដែលថែរក្សាមនុស្សចាស់ (មានប្តីឬប្រពន្ធ កូនឆែវរបស់មនុស្សចាស់ ឬមិត្តភក្តិ ) ជាញឹកញាប់ត្រូវការជួយគាំទ្រ ក្នុងការបន្តការថែរក្សាអ្នកដែលខ្លួនស្រឡាញ់។ មានកម្មវិធីសំរាប់ ជួយអ្នកដែលថែរក្សាមនុស្សចាស់ នូវការគាំទ្រដែលគេត្រូវការ។ សូមមើលបញ្ជីខាងក្រោមសំរាប់ដំណឹងបន្ថែម។



### Services Immigrant Rights & Education Network

778 N. First St., #202, San Jose 95112  
Tel: (408) 286-5680

#### Immigrant Assistance & Information Lines:

អេស៉្បាញ៉ូល (408) 286-1698

វៀតណាម (408) 286-1448

Farsi (408) 286-5680 x 108

ចិន (408) 286-5680 x 109

Website: [www.siren-bayarea.org](http://www.siren-bayarea.org)

**ការបំរើ:** លេខទូរស័ព្ទ សំរាប់ផ្តល់ព័ត៌មាននិងការបញ្ជូនបន្ត រឿងដែលទាក់ទងនឹងប្រយោជន៍សាធារណៈ ការសិក្សាពីសហគមន៍ និងការយោសាសនាទាមទារឱ្យប្តូរច្បាប់។ ការជួយផ្តល់ការបង្រៀន និងរៀនអំពីរបៀបអន្តេប្រវេសន៍ និងរឿងទាំងឡាយណា ដែលទាក់ទងជាមួយនោះ។

### Eastern European Services Agency

2400 Moorpark Ave. #201, San Jose 95128  
Tel: (408) 297-7348

**ភាសា:** Bosnian, Croatian, Serbian, Albanian, Russian

**ការបំរើ:** កម្មវិធីអ្នករស់ចាស់ និងថ្នាក់សំរាប់មនុស្សចាស់។

### Senior Information Assistance Line

Tel:(408) 296-8290  
Toll Free: 1(800) 510-2020

### Council on Aging Offices

2115 The Alameda, San Jose CA 95126  
Tel: (408) 296-8290

In County only: 1(800) 510-2020

Website: [www.scccoa.org](http://www.scccoa.org)

**ភាសា:** អេស៉្បាញ៉ូល វៀតណាម និង អង់គ្លេស

**ការបំរើ:** ជួយមនុស្សចាស់ក្នុងការទទួលបានការជួយបំរើ។ ការបំរើជាច្រើនមានសំរាប់ ដូចជា ការមើលអ្នកចាស់ពេលថ្ងៃ និងកន្លែងរក្សាសុខភាព កន្លែងជ្រកកោនពេលមានអាក្រក់ ម្តាយកូនដែលកន្លែង ការធានាសុខភាព ការជួយឱ្យយោបល់និងគាំទ្រហេតុការណ៍អ្វីមួយ ការដឹកជញ្ជូននិងការបំរើថែរក្សាម្តាយរបស់។

### John XXIII Neighborhood Center

194 E. San Fernando St., San Jose, CA 95112  
Tel: (408) 282-8608

**ការបំរើ:** ការជួយអ្នកថែមនុស្សឈឺឱ្យបានសំរាក កម្មវិធីសំរាប់ចាស់ៗនិងម្តាយរបស់។

### Day Break – St. Francis of Assisi Pastoral Care Center

5111 San Felipe Rd., San Jose, CA 95135  
Tel: (408) 270-4900



# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់ចាស់ៗនិងម្តាយសាបា ការជួយអ្នកថែមនុស្ស ឈឺធ្ងន់បានសំរាក ការបំរើជម្ងឺផ្លូវចិត្តនិងសុខភាពសំរាប់មនុស្សចាស់។

**Foster Grandparent Program – Catholic Charities**  
2625 Zanker Rd., Ste. 200, San Jose, Ca 95134  
Tel: (408) 944-0665

**ការបំរើ:** ផ្តល់សកម្មភាពសំរាប់មនុស្សចាស់ ឲ្យបានក្លាយខ្លួនទៅជា អ្នកជួយចិញ្ចឹមក្មេងឲ្យជ្រកកោននៅផ្ទះមួយរយៈ។

**Health Insurance Counseling and Advocacy Program (HICAP)**  
Tel: (408) 296-8290

**ភាសា:** ចិន(Cantonese, Mandarin) ជប៉ុន និង វៀតណាម  
**ការបំរើ:** ឲ្យយោបល់ទៅមនុស្សចាស់អំពីមេឌីសែ ជំនួយបន្ថែម ការ ព្យាបាលកំឡុងពេលយូរ និងការថែរក្សាដោយមានការពិនិត្យពិចម័យ។

**Catholic Charities of Santa Clara County**  
2625 Zanker Road, San Jose, CA 95134-2107  
Tel: (408) 468-0100

**ភាសា:** ចិន និង វៀតណាម ។ អាចសុំភាសាផ្សេងទៀត។  
**ការបំរើ:** ជម្ងឺផ្លូវចិត្ត ការថែរក្សាមនុស្សរយៈចាស់ មានដូចជាម្តាយជំងឺ ជាតិ ជំងឺជំងឺតាសំរាប់ឲ្យក្មេងជ្រកនៅ កម្មវិធីជួយអ្នកដែលបាត់ភ្នែក និង កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់ឲ្យអាចរស់នៅខ្លួនឯងបាន។

**Department of Aging and Adult Services**  
**Adult Protective Services**  
591 North King Road, San Jose, CA 95113  
Tel: (408) 928-3860  
Hotline: 1-800-414-2002

**ការបំរើ:** ការបំរើក្នុងសង្គមទាំងអស់ សំរាប់មនុស្សចាស់ និងអ្នក ពេញវ័យដែលនៅជាមួយ នៅក្នុងសហគមន៍។

**In Home Supportive Services**  
591 North King Road, San Jose, CA 95133

Tel: (408) 928-3737  
**ការបំរើ:** ការបំរើពីកិច្ចការផ្ទះ មានច្រើនមុខ មិនគ្រាន់តែការសំរាក និងម្តាយសាបាទេ។ ការជួយកិច្ចការរស់នៅរាល់ថ្ងៃដូចជា បញ្ជាក់ម្ហូប មុជទឹកសំអាតខ្លួន និងការសំអាតមាត់ ទៅតាមការត្រូវការ។

**Senior Nutrition Program**  
591 North King Road. San Jose, CA 95113  
Tel: (408) 928-3800

**ការបំរើ:** កន្លែងច្រើន និងតាមផ្ទះ មានបំរើម្ហូបតាមជាតិសាសន៍ ជាច្រើនមុខ។

**Independent Aging Program**  
195 East San Fernando Street, San Jose, CA 95112  
Tel: (408) 282-8606

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល  
**ការបំរើ:** ការជួយឲ្យបានឆ្លុះស្រាលមួយគ្រា សំរាប់អ្នកដែលថែរក្សា បំរើជនពិការចាស់ជរាពេញម៉ោងរាល់ថ្ងៃ។ ជួយឲ្យយោបល់ក្នុងការ ចូលរួមរស់នៅផ្ទះជាមួយគ្នា។

**Multipurpose Senior Services Program**  
**Council on Aging of Santa Clara County**  
2115 The Alameda, San Jose, CA 95126  
Tel: (408) 296-8290

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល ចិន និង វៀតណាម  
**ការបំរើ:** ជួយផ្តល់ការប៉ាន់ពីផ្ទះនៅ និងកាន់សំណុំរឿង សំរាប់ មនុស្សដែលមានភាពចាស់ជរា។ ត្រូវតែមាន មេឌីកាល់និងអាយុ លើសពី៦៥ឆ្នាំ។

**National Council on Aging**  
691 S. Second Street, Ste. 10, San Jose, CA 95112  
Tel: (408) 280-7791

**ការបំរើ:** ការបំរើអ្នកពេញវ័យនៅពេលថ្ងៃ និងកម្មវិធីសំរាប់រកការងារ ក្នុងការបំរើសហគមន៍។ NCOA's workforce development division ជួយអ្នកធ្វើការដែលមានអាយុ ៥៥ឆ្នាំ និងចាស់ជាង ឲ្យ



# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

រកបានការងារ ឲ្យបានឡើងប្រាក់ខែ និងឲ្យបានវិជ្ជាជីវៈទៀត។  
The Senior Community Service Employment Program (SCSEP) អនុញ្ញាតិ ក្រោម Title V of the Older Americans Act enables NCOA សំរាប់ការងារនេះ វិជ្ជា និងផ្លូវទៅកាន់ ភាពទីពឹងខ្លួន សំរាប់មនុស្សចាស់ជាស្រ្តីបុរស។

## Second Harvest Food Bank – Operation Brown Bag

750 Curtner Ave., San Jose, CA 95125-2118  
Tel: (408) 266-8866  
Hotline: 1-800-984-3663  
Web Site: <http://www.2ndharvest.net>

**ភាសា:** អេស៉្បាញ៉ូល និង វៀតណាម

**ការបំរើ:** កន្លែងថែកម្មបុរាណ ការជួយរាល់អាទិភាព ផ្តល់ឲ្យជាប់ន្តែម និង កញ្ចប់ម្ហូបគ្រឿងគ្រៅ សំរាប់មនុស្សចាស់អាយុ៦០ឆ្នាំឡើងលើ និង អ្នកពិការដែលមានអាយុ៥៥ឆ្នាំឡើងលើ ដែលមានលក្ខណៈទទួលបានតាមច្បាប់។ ម៉ោង: ចន្ទ-សុក្រ ៨:០០ព្រឹក - ៥:០០ ល្ងាច ។

## VNA Meals on Wheels, The Health Trust

2025 Gateway Place, Suite #200, San Jose, CA 95110  
Tel: (408) 452-1134

**ភាសា:** បារាំង អាលឺម៉ង់ ចិន អេស៉្បាញ៉ូល និង វៀតណាម។

**ការបំរើ:** យកទៅឲ្យ ម្ហូបអាហារក្តៅថ្ងៃត្រង់ ពីថ្ងៃចន្ទ ទៅ ថ្ងៃសុក្រ និង ម្ហូបអាហារត្រជាក់ថ្ងៃត្រង់ នៅថ្ងៃសៅរ៍និងអាទិភាព សំរាប់អ្នកពិការដែលពុំអាចចេញពីផ្ទះបាន។

## Via Rehabilitation Services

2851 Park Avenue, Santa Clara, CA 95050  
Tel: (408) 243-7861

**ភាសា:** អេស៉្បាញ៉ូល

**ការបំរើ:** ការឲ្យខ្លួនភាពអាសន្ន នូវប្រដាប់ប្រដារ បើមានការអនុញ្ញាតិ មានដូចជាការអនុញ្ញាតិការ គ្រឿងសំរាប់ជួយដើរ និងលើកច្រត់។

## Gardner Family Care Corporation

160 E. Virginia St., Ste. 280, San Jose, CA 95112  
Tel: (408) 287-6200

**ភាសា:** អេស៉្បាញ៉ូល និង វៀតណាម.

**ការបំរើ:** ការបំរើខាងជម្ងឺផ្លូវចិត្តចំពោះមនុស្សចាស់។

## Outreach and Escort

97 East Brokaw Rd. #140, San Jose, CA 95112  
Tel: (408) 436-2865

**ភាសា:** វៀតណាម អេស៉្បាញ៉ូល អង់គ្លេស និង ចិន។

**ការបំរើ:** ការបំរើក្នុងការដឹកជញ្ជូនក្នុងស្រុកទាំងមូល សំរាប់ពេលទៅពេទ្យ ទៅទិញឥវ៉ាន់ និងជួយមើលមនុស្សចាស់ពិការក្នុងពេលថ្ងៃ។

## Long-term Care Ombudsman

### Catholic Charities

2625 Zanker Rd., San Jose, CA 95134  
Tel: (408) 944-0567

**ភាសា:** Access to Language Bank.

**ការបំរើ:** ផ្តល់ប្រជាជននូវការថែរក្សា និង រកកន្លែងនៅ ពីអ្នកផ្តល់ព័ត៌មានគ្មានការទាក់ទាញ ក្នុងការដោះស្រាយបញ្ហានៅក្នុងកន្លែងនោះ និងការបន្តរកអ្នកជួយច្បាប់ និងព័ត៌មាន។ ការបំរើមានសំរាប់សមាជិកគ្រួសារ មិត្តភ័ក្ត្រ និងអ្នកដែលជាដំណាងក្រុមសហគមន៍។

## Adult Health Care Services

### AIDS Legal Services

111 E. Saint John Street, Ste. 315, San Jose 95113  
Tel: (408) 293-3135

**ភាសា:** អេស៉្បាញ៉ូល អង់គ្លេស AT & T Language Line

**ការបំរើ:** សូមមើលខាងក្រោម។



ត្រូវការព័ត៌មានថែមទៀត? សូមទាក់ទងតាមខ្សែទូរស័ព្ទ SIREN's Immigrant Assistance & Information Line សំរាប់កម្មវិធីប្តូរថ្មី និងសំនួរជាទូទៅ។ ទូរស័ព្ទទាំងអស់មានលើក ពីថ្ងៃ ចន្ទ-សុក្រ ម៉ោង ១០ព្រឹក-៤ល្ងាច ហើយជាពីរភាសា អង់គ្លេសនិងភាសាដូចតទៅ :  
អេស៉្បាញ៉ូល- (408) 286-1698 វៀតណាម- (408) 286-1448 Farsi- (408) 286-5680 x108 នង់ចិន- (408) 286-5680 x109

# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

**AIDS legal services and advocacy** – ការជួយបំរើផ្លូវច្បាប់ សំរាប់អ្នកដែលមានជម្ងឺ AIDS និងរោគ HIV។

**Fair Housing Law Project:** សិទ្ធិក្នុងការរកផ្ទះនៅ។

**LACY:** ការយោសាសពីច្បាប់ ការពារក្នុងក្រុងនិងក្រុងជុំវិញ រៀនពី ច្បាប់ ឲ្យស្របទៅនឹងអ្នកអន់ខ្សោយ ជួយជាអ្នករក្សាក្រុង អ្នកឥត មានទីលំនៅ និងក្មេងជំងឺដែលរត់ចោលទីលំនៅ និងអ្នកមានផ្ទៃ ពោះ និងក្មេងជំងឺដែលមានកូន។ ការបំរើខាងផ្លូវច្បាប់ និងផ្លូវ សង្គម ដល់អ្នកភាគតិចដោយឥតគិតថ្លៃ។

**Mental Health Advocacy Project:** ជួយយោសាស ក្នុងការ ចូលរួមការបំរើខាងសុខភាពផ្លូវចិត្ត។

**ARIS of Santa Clara County (AIDS Resources and Information Services)**

380 N. 1<sup>st</sup>. St., San José 95112  
Tel: (408)293-2747

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល អង់គ្លេស Hindi, Tagalog.

**ការបំរើ:** រកផ្ទះនៅ បំរើខាងម្ហូប Food Bank ការជួយប្រើប្រាស់ប្រើប្រាស់ ខាងផ្លូវចិត្តនិងផ្លូវកាយ Life Skills ការជួយដឹកជូនទៅកន្លែងពិនិត្យ សុខភាព សំបុត្របំណុលជិះរថយន្តក្រុង (VTA Bus passes) ធ្វើការ រួមជាមួយ Health Connections for case management។

**Avenidas**

450 Bryant Street, Palo Alto, Ca 94301  
Tel: (650) 326-5362

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល ចិន អង់គ្លេស និង រៀនណាម។

**ការបំរើ:** ជួយមនុស្សចាស់ ក្នុងការរកការបំរើ ម្ហូបអាហារថ្ងៃត្រង់រាល់ ថ្ងៃ ការកំសាន្ត។ កន្លែងជួយមាន: Palo Alto.

**Mexican American Community Services Agency (MASCA)**

130 N. Jackson Avenue, San Jose, CA 95116  
Tel: (408) 928-1155

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល ចិន(Mandarin, Cantonese) រៀនណាម និង Tagalog.

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសុខភាពសំរាប់មនុស្សចាស់ និងកន្លែងម្ហូប។

**Alzheimer’s Activity Center**

63



ត្រូវការព័ត៌មានថែមទៀត? សូមទាក់ទងតាមខ្សែទូរស័ព្ទ SIREN's Immigrant Assistance & Information Line សំរាប់កម្មវិធីប្តូរថ្មី និងសំនួរជាទូទៅ។ ទូរស័ព្ទទាំងអស់មានលើក ពីថ្ងៃ ចន្ទ-សុក្រ ម៉ោង ១០ព្រឹក-៤ល្ងាច ហើយជាពីរភាសា អង់គ្លេសនិងភាសាស្និចតទៅ : អេស្ប៉ាញ៉ូល- (408) 286-1698 រៀនណាម- (408) 286-1448 Farsi- (408) 286-5680 x108 និងចិន- (408) 286-5680 x109

2380 Enborg Lane, San Jose, CA 95128  
Tel: (408) 279-7515

**ការបំរើ:** ផ្តល់ឲ្យការហាត់ប្រាណសំរាប់ជួយជម្ងឺធុរិញ ម្ហូប និងការថែរក្សាមនុស្សចាស់ ដែលមានបញ្ហាខ្លួនប្រាណ ចិត្ត និង សង្គម រស់នៅ។ ជួយមនុស្សចាស់ឲ្យថែរក្សាឯករាជភាព។ ការជួយ ឲ្យបានធុរស្រាលមួយគ្រា សំរាប់គ្រួសារ ដែលថែរក្សាបំរើជនចាស់ ជរា និងការផ្តល់យោបល់ផ្សេងៗ ក៏មាននៅទីនេះដែរ។

**Billy De Frank Lesbian & Gay Community Center**

938 The Alameda, San Jose 95126  
Tel: (408) 293-3040

Website: [www.defrank.org](http://www.defrank.org)

**ការបំរើ:** ការបំរើអ្នកពេញវ័យ ការពារជម្ងឺ Aids HIV, ការ បង្រៀនពីមហារីកដោះ ពន្យល់ឲ្យយោបល់ កម្មវិធីសំរាប់ក្មេងជំងឺ ការបំរើអ្នករស់ចាស់ ការពារក្នុងការជក់ថ្នាំបារី។

**Cupertino Senior Day Services**

20920 McClellan Rd., Cupertino, CA 95015  
Tel: (408) 973-0905

**ការបំរើ:** ផ្តល់ឲ្យការហាត់ប្រាណសំរាប់ជួយជម្ងឺធុរិញ ម្ហូប និងការថែរក្សាមនុស្សចាស់ ដែលមានបញ្ហាខ្លួនប្រាណ ចិត្ត និង សង្គម រស់នៅ។ ជួយមនុស្សចាស់ឲ្យថែរក្សាឯករាជភាព។ ការជួយ ឲ្យបានធុរស្រាលមួយគ្រា សំរាប់គ្រួសារ ដែលថែរក្សាបំរើជនចាស់ ជរា និងការផ្តល់យោបល់ផ្សេងៗ ក៏មាននៅទីនេះដែរ។

**Eastern European Services Agency (EESA)**

2400 Moorpark Ave. #201, San Jose 95128  
Tel: (408) 297-7348

**ភាសា:** Bosnian, Croatian, Serbian, Russian and Albanian.

**ការបំរើ:** ព្យាបាលសុខភាពផ្លូវចិត្តនៅក្រៅពេទ្យ ការមើលខុសត្រូវនិង សំណុំរឿងនៃអ្នកចាស់ជរា ថ្នាក់បង្រៀន ESL។

**Live Oak Adult Day Services**

Willow Glen - Administrative Office and Center  
1147 Minnesota Avenue, San Jose, CA 95125  
Tel: (408) 971-9363

# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

**ការបំរើ:** ផ្តល់ឲ្យការហាត់ប្រាណសំរាប់ជួយជម្ងឺឲ្យជាឡើងវិញ ម្ហូប និងការថែរក្សាមនុស្សចាស់ ដែលមានបញ្ហាខ្លួនប្រាណ ចិត្ត និងសង្គម រស់នៅ។ ជួយមនុស្សចាស់ឲ្យថែរក្សាឯករាជភាព។ ការជួយឲ្យបានធូរស្រាលមួយគ្រា សំរាប់គ្រួសារ ដែលថែរក្សាបំរើជនចាស់ជរា និងការផ្តល់យោបល់ផ្សេងៗ ក៏មាននៅទីនេះដែរ។

**Live Oak Adult Services- Los Gatos**  
111 Church Street, Los Gatos, CA 95030  
Tel: (408) 354-0707

**ការបំរើ:** ផ្តល់ឲ្យការហាត់ប្រាណសំរាប់ជួយជម្ងឺឲ្យជាឡើងវិញ ម្ហូប និងការថែរក្សាមនុស្សចាស់ ដែលមានបញ្ហាខ្លួនប្រាណ ចិត្ត និងសង្គម រស់នៅ។ ជួយមនុស្សចាស់ឲ្យថែរក្សាឯករាជភាព។ ការជួយឲ្យបានធូរស្រាលមួយគ្រា សំរាប់គ្រួសារ ដែលថែរក្សាបំរើជនចាស់ជរា និងការផ្តល់យោបល់ផ្សេងៗ ក៏មាននៅទីនេះដែរ។

**Live Oak Adult Services- Downtown San Jose**  
49 N. Fourth St., San Jose, CA 95112  
Tel:(408) 292-1392

**ការបំរើ:** ផ្តល់ឲ្យការហាត់ប្រាណសំរាប់ជួយជម្ងឺឲ្យជាឡើងវិញ ម្ហូប និងការថែរក្សាមនុស្សចាស់ ដែលមានបញ្ហាខ្លួនប្រាណ ចិត្ត និងសង្គម រស់នៅ។ ជួយមនុស្សចាស់ឲ្យថែរក្សាឯករាជភាព។ ការជួយឲ្យបានធូរស្រាលមួយគ្រា សំរាប់គ្រួសារ ដែលថែរក្សាបំរើជនចាស់ជរា និងការផ្តល់យោបល់ផ្សេងៗ ក៏មាននៅទីនេះដែរ។

**Live Oak Adult Services- Gilroy**  
651 West 6<sup>th</sup> Street, Gilroy, CA 95020  
Tel: (408) 847-5491

**ការបំរើ:** ផ្តល់ឲ្យការហាត់ប្រាណសំរាប់ជួយជម្ងឺឲ្យជាឡើងវិញ ម្ហូប និងការថែរក្សាមនុស្សចាស់ ដែលមានបញ្ហាខ្លួនប្រាណ ចិត្ត និងសង្គម រស់នៅ។ ជួយមនុស្សចាស់ឲ្យថែរក្សាឯករាជភាព។ ការជួយឲ្យបានធូរស្រាលមួយគ្រា សំរាប់គ្រួសារ ដែលថែរក្សាបំរើជនចាស់ជរា និងការផ្តល់យោបល់ផ្សេងៗ ក៏មាននៅទីនេះដែរ។

**Saratoga Adult Care Center**  
19655 Allendale Ave., Saratoga, CA 95070  
Tel: (408) 868-1262

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល និង អង់គ្លេស  
**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្ហូបអាហារ។

**Sunnyvale Senior Day Services**  
1025 The Dallas Ave., Sunnyvale, CA 94087  
Tel: (408) 246-8790

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល និង ចិន។  
**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្ហូបអាហារ។

## Community Centers & Nutrition Sites

**Alma Community Center**  
136 Alma Avenue, San Jose, CA 95125  
Tel: (408) 288-8758

(continued...)  
Languages: អេស្ប៉ាញ៉ូល

**ការបំរើ:** ម្ហូបអាហារ និង សកម្មភាពផ្សេងៗ។

**Asian Americans for Community Involvement**  
2400 Moorpark Ave. #300, San Jose, CA 95128  
Phone: (408) 975-2730

**ភាសា:** ចិន (Cantonese, Mandarin, Chui-Chow) លាវ ខ្មែរ វៀតណាម ថៃឡង់ កូរ៉េ Tagalog, Ilocano, Lao-Mein, Farsi និង ជប៉ុន។

**ការបំរើ:** ការបំរើជួយជាទូទៅ កន្លែង កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្ហូបអាហារ។

**Afro-American Community Services Agency**  
304 N. Sixth St. (Julian), San Jose, CA 95112



# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

Tel: (408) 292-3157

**ភាសា:** អេស៉្បាញ៉ូល និង Ethiopian.

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារពី Brown Bag food program.

## Berryessa Community Center

3050 Berryessa Rd., San Jose, CA 95132

Tel: (408) 251-6392

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

## Billy De Frank Lesbian & Gay Community Center

938 The Alameda, San Jose 95126

Tel: (408) 293-3040

Website: [www.defrank.org](http://www.defrank.org)

**ការបំរើ:** ការបំរើផ្នែកពេញវ័យ ការពារជំងឺ Aids HIV, ការបង្រៀនពីមហារីកដោះ ពន្យល់ឲ្យយោបល់ កម្មវិធីសំរាប់ក្មេងជំងឺ ការបំរើផ្នែករយៈចាស់ ការពារក្នុងការជក់ថ្នាំបារី។

## Campbell Nutrition Site

1 West Campbell Ave., Campbell, CA 95008

Tel: (408) 866-2764

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

## Casa del Pueblo

200 S. Market St., San Jose, CA 95113

Tel: (408) 294-5308

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

## Chinese American Mutual Assistance Association

1669 Flanigan Dr., San Jose 95121

Tel: (408) 274-9282

**ភាសា:** ចិន (Mandarin Cantonese) វៀតណាម និង Taiwanese

**ការបំរើ:** ESL អន្តោប្រវេសន៍ បង្រៀនពីការបោះឆ្នោត កម្មវិធីផ្គត់ផ្គង់ រយៈចាស់ ការបង្រៀនឲ្យល្អតម្លៃនៃរបៀបជីកសាំ។

## Community Services Agency of Mountain View and Los Altos

204 Stierlin Road, Mountain View, CA 94043

Tel: (650)968-0836

**ភាសា:** អេស៉្បាញ៉ូល និង អង់គ្លេស។

**ការបំរើ:** ជួយមនុស្សចាស់ ក្នុងការរកការបំរើ ម្តាយអាហារថ្ងៃត្រង់រាល់ថ្ងៃ និងកម្មវិធីផ្សេងៗទៀតជាច្រើន។ កន្លែងជួយមាន: Mt. View, Los Altos and Los Altos Hills.

## Cupertino Senior Center

21251 Stevens Creek Blvd, Cupertino, CA 95014

Tel: (408) 777-3150

**ភាសា:** អេស៉្បាញ៉ូល និង អង់គ្លេស

**ការបំរើ:** ជួយមនុស្សចាស់ ក្នុងការរកការបំរើ ថ្នាក់ហាត់ប្រាណ ការកំសាន្ត ថ្ងៃពុធមាន ម្តាយអាហារថ្ងៃត្រង់។

## Cubberley Nutrition Site

4000 Middlefield Rd., Palo Alto, CA 94303

Tel: (650) 329-2418

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

## Cypress Senior Center

403 S. Cypress Ave., San Jose, CA 95117

Tel: (408) 244-1353

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

## Eastside Neighborhood Center

2150 Alum Rock Avenue, San Jose, CA 95116

Tel: (408) 251-0215



# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល និង Tagalog

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

Eastern European Services Agency  
2400 Moorpark Ave. #200, San Jose, CA 95128  
Tel: (408) 297-7348

**ភាសា:** Bosnian, Croatian, Serbian, Albanian.

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់ ថ្នាក់រៀន ESL .

**Evergreen Community Program**

4860 Felipe Rd., San Jose, CA 95135  
Tel: (408) 270-2220

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Gilroy Senior Center**

7371 Hanna Street, Gilroy, CA 95020  
Tel: (408) 848-0465  
Nutrition Site: (408) 842-4200

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល, Tagalog and Chinese

**ការបំរើ:** កន្លែងសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Hank Lopez Senior Program**

1694 Adrian Way, San Jose, CA 95122  
Tel: (408) 926-3895

**ភាសា:** អេស្ប៉ាញ៉ូល

**ការបំរើ:** សកម្មភាពកំសាន្តសំរាប់មនុស្សចាស់ ម្តាយអាហារ ព័ត៌មានពីការបំរើក្នុងសង្គម។

**Hope Rehabilitation Services**

1555 Parkmoor Ave., San Jose, CA 95128  
Tel: 282-0449

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Iola Williams Community Center**

2072 Lucretia Ave., San Jose, CA 95122  
Tel: (408) 292-6592

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Immigrant Resettlement Cultural Center, Inc. (IRCC)**

420 Park Ave., San Jose 95110  
Tel: (408) 971-7878

**ភាសា:** វៀតណាម

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់ ពីខ្មែរ លាវ និង វៀតណាម។

**Indo-American Community Service Center**

3065 Democracy Way, Santa Clara, CA 95054  
Tel: (408) 748-1771  
Website: [www.indo-american-org](http://www.indo-american-org)

**ភាសា:** Hindi, Punjabi, Marath, Gujarati, Urdu, Telusu, Tamil, Kannapa.

**ការបំរើ:** កន្លែងដែលផ្តល់ឲ្យវប្បធម៌ និង ភាសាសំរាប់អ្នកត្រូវការ ដោយការឲ្យបញ្ជូនបន្តទៅកន្លែងសុខភាព និងការជួយពន្យល់ បង្រៀនពី សង្គម ការងារ វប្បធម៌ និងការកំសាន្តសំរាប់មនុស្សចាស់ ក្មេងជំងឺនិង អ្នកពេញវ័យ។ កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយ អាហារ។

**Japanese American Senior Center (YU-AI-KAI)**

588 N. 4<sup>th</sup> St., San Jose, CA 95112  
Tel: (408)294-2505

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Jewish Family Services**

14855 Oka Rd., Los Gatos, CA 95020  
Tel: (408) 358-3636



# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**Korean-American Community Services**  
1800 B Fruitdale Ave., San Jose, CA 95128  
Tel: (408) 920-9733

**ភាសា:** កូរ៉េ ។

**ការបំរើ:** កន្លែងមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**La Comida of Palo Alto**  
450 Bryant St., Palo Alto, CA 94303  
Tel: (650) 327-2811

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**Milpitas Senior Center**  
160 N. Main St., Milpitas, CA 95035  
Tel: (408) 942-2476  
Nutrition Program: (408) 942-2477

**ភាសា:** ចិន ជប៉ុន វៀតណាម និង អេស្ប៉ាញ៉ូល។

**ការបំរើ:** កន្លែងមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**Mountain View Nutrition Site**  
266 Escuela Ave., Mountain View, CA 94040  
Tel: (650) 903-6330

**ការបំរើ:** កន្លែងមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**Mt Madonna YMCA Senior Citizen Center**  
17666 Crest Avenue, Morgan Hill, CA 95037  
Tel: (408) 776-0111  
Nutrition Program: (408) 779-1413

**ភាសា:** ចិន Filipino, Italian, ជប៉ុន និង អេស្ប៉ាញ៉ូល។

**ការបំរើ:** កន្លែងមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**North Side Community Center**  
488 N. Sixth Street, San Jose, CA 95122  
Tel: (408) 271-7315

**ភាសា:** Tagalog

**ការបំរើ:** កន្លែងមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**Older Women's League of Santa Clara County Inc.**  
**National Office**  
666 11th Street, NW, Suite 700, Washington, DC 20001  
Tel: 1-800-825-3695  
Santa Clara  
Tel: (408) 270-4525

**ការបំរើ:** ផ្តល់ការគាំទ្រចំពោះ ស្ត្រីពាក់កណ្តាលអាហ្សូ និងចាស់ជាង ក្នុងការធ្វើការស្រាវជ្រាវនិងប្រាក់កាសប្រសើរគ្រប់គ្រាន់ទៅក្នុង អនាគត ឲ្យបានការថែរក្សាសុខភាព បញ្ចប់ការមើលងាយពូជ សាសន៍ និង ការប្រពាទនិងធ្វើឲ្យគេមើលមកជា មនុស្សប្រសើរ ឡើង។ ការជជែក គ្នាតាមក្រុម រួមប្រជុំ ធ្វើលំហាត់ និងសកម្មភាព ក្នុងសង្គម។

**Portuguese Community Center (POSSO)**  
1115 East Santa Clara Street Suite #A, San Jose, CA 95116  
Tel: (408) 923-0877  
Website: [www.service.com/posso](http://www.service.com/posso)

**ភាសា:** Portuguese

**ការបំរើ:** កន្លែងមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**Santa Clara Senior Center**  
1303 Fremont St., Santa Clara, CA 95050  
Tel: (408) 615-3170

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយម្តាយ

**Saint James Senior Center**



# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

199 3<sup>rd</sup> St., San Jose, CA 95112

Tel: (408) 297-3338

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Salvation Army**

359 N. 4<sup>th</sup> St., San Jose, CA 95112

Tel: (408) 282-1165

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Santa Clara Senior Center**

1303 Fremont Street, Santa Clara, CA 95050

Tel: (408) 615-3170

**ភាសា:** អង់គ្លេស

**ការបំរើ:** ជួយមនុស្សចាស់ក្នុងការ រកការបំរើនិងម្តាយអាហារ ពីថ្ងៃ ចន្ទ ទៅ ថ្ងៃសុក្រ។ ជំនួយចំពោះអ្នកថែរក្សាតាមផ្ទះ ថ្នាក់សំរាប់ បង្រៀន មនុស្សជំនិះសកម្មភាពកំសាន្តផ្សេងៗ និងអ្នកត្រូវពិនិត្យ នៅនិងកន្លែង។

**Self-Help for the Elderly**

1818 Scott Boulevard, Santa Clara, CA 95050

Tel: (408) 246-8790

**ភាសា:** ចិន (Mandarin and Cantonese)

**ការបំរើ:** កន្លែងមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Self-help for the Elderly- Campbell**

940 South Valley Rd., Cupertino, CA 95014

Tel: (408) 873-4200

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Southside Community Center**

5585 Cottle Rd., San Jose, CA 95123

Tel: (408) 629-9606

**ការបំរើ:** កន្លែងមានកម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Sunnyvale Community Services**

810 W. McKinley Ave., Sunnyvale, CA 94086

Tel: (408) 738-4321

**ភាសា:** Language bank available.

**ការបំរើ:** ជួយមនុស្សចាស់ក្នុងការ រកការបំរើ កម្មវិធីម្តាយអាហារខ្មែរ ម្តាយអាហារសំរាប់អ្នកអត់ផ្លែសំបែង ជួយមើលការជួលផ្ទះ ទឹកភ្លើង ការមិនយកថ្លៃពីការកំសាន្តនៅ City of Sunnyvale ព័ត៌មាន និង ការបញ្ជូនបន្ត និងអ្នកត្រូវពិនិត្យ នៅនិងកន្លែង។ កន្លែងបំរើមាន: County-wide, Sunnyvale.

**Sunnyvale Nutrition Site**

535 Old San Francisco Rd., Sunnyvale, CA 94086

Tel: (408) 739-0833

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Vietnamese American Cultural and Social Council**

611 North 13th Street, San Jose, CA 95112

Tel: (408) 971-8280 Fax: (408) 971-8285

Website: [www.vietnam.org](http://www.vietnam.org)

**ភាសា:** វៀតណាម

**ការបំរើ:** ESL ថ្នាក់រៀនសំរាប់មនុស្សចាស់ពីការចូលសញ្ជាតិ។

**Vietnamese Voluntary Foundation (VIVO)**

2260 Quimby Rd., San Jose, CA 95122

Tel: (408) 532-7755



# ការថែរក្សាមនុស្សចាស់និងចាស់ជរា

**ភាសា:** វៀតណាម

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់ ESL និងថ្នាក់រៀនពីការចូលសញ្ជាតិសំរាប់មនុស្សចាស់។

**West Valley Japanese-American Senior Center**

1545 Teresita Dr., San Jose, CA 95129

Tel: (408) 253-0458

**ភាសា:** ជប៉ុន

**ការបំរើ:** សំរាប់តែមនុស្សចាស់ជប៉ុនទេ។

**West Valley Nutrition Site**

6191 Bollinger Rd., Cupertino CA 95014

Tel: (408) 996-7210

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

**Willow Senior Center**

2175 Lincoln Ave., San Jose, CA 95125

Tel: (408) 978-8029

**ការបំរើ:** កម្មវិធីសំរាប់មនុស្សចាស់និងម្តាយអាហារ។

