

# ALTA CONNECTIONS

النشرة ربع السنوية لآخر المستجدات حول مقدمي الخدمات والعملاء وطاقم العمل



تعرف على المزيد عن فنانا المميز في الصفحة 16

## رسالة المدير التنفيذي

المدير التنفيذي، لوري باناليس (Lori Banales)

تأتي الأعياد مُحَمَّلة بروح الاحتفال، ولقد حققنا الكثير من الإنجازات التي تستحق الاحتفاء بها خلال الربع الأخير في ACRC. نحتفي بمكان عملنا وموظفينا ومجتمعنا، والفعاليات التي تمكَّنّا من استضافتها في مكتبنا الجديد ومواقعنا المجتمعية. مع تزايد عدد موظفينا، يُسعدنا أن نرحب بأعضاء جدد بفرقنا، ليصل إجمالي عدد موظفينا إلى ما يقرب من 900 موظف. وقد أضفنا مؤخرًا وحدتين لتنمية إدارة الحالات؛ واحدة للأطفال (من سن 6 إلى 17 عامًا) في مكتبنا في سكرامنتو والأخرى للبالغين (من سن 18 عامًا فما فوق) في مكتبنا في سكرامنتو. ومع دخولنا النصف الأخير من السنة المالية، نلتزم وكالتنا بمواصلة معالجة نسب قوائم الحالات، وتنفيذ خططنا الاستراتيجية للتوظيف لموازنة احتياجات المنظمة مقابل التمويل التشغيلي المقدم. يحتفي مركز ACRC بالتفاني الرائع والتأثير الإيجابي لفرقنا. فقد كانت هناك العديد من المبادرات والتطورات التكنولوجية التي طُرحت على مدار العام الماضي والتي تطلبت التزامًا بالوقت والمجهود لإتقانها. وقد أثبت أعضاء الفرق حماسًا عاليًا واستعدادًا لافتًا لتبني هذه التغييرات، بما في ذلك حجم الدعم المتبادل بين الأقران الذي يحدث بصورة تلقائية في مختلف أقسام الوكالة.

### محتويات العدد:

- رسالة من المدير التنفيذي
- أنشطة التوعية
- التخطيط المشترك بين الأفراد
- الذكرى السنوية للموظفين
- موظفو الشهر
- معرض موارد الطوارئ
- التدريب
- إضاءة شجرة الكابيتول
- جلسات الاستماع
- عرض أزياء الخدمات النهارية
- التوقيع على خطط IPP
- برنامج BRIGHTLIFE KIDS
- جهات التواصل
- يوم سانتا
- السكان من كبار السن
- الزاوية السريرية
- تنمية الموارد
- الفنان المميز
- تدريبات ACRC لعام 2025

## إعلان

يستضيف مركز ACRC اجتماعاتنا المجتمعية الافتراضية ربع السنوية القادمة في 4 فبراير 2026 من الساعة 11 صباحًا إلى الساعة 12 ظهرًا

يرجى ملاحظة ما يلي: يهدف الاجتماع الربع سنوي لمجتمع مركز ACRC إلى مشاركة آخر المستجدات على مستوى المؤسسة والتفاعل مع مجتمعنا. ولا يُعد هذا الاجتماع مساحة لمناقشة المشكلات الخاصة بالعملاء، إذ يُرحَّب بهذه المناقشات على مستوى فريق التخطيط أو في محادثات فردية. نشكركم على تفهمكم لضرورة الحفاظ على سرية العمل. للمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة <https://www.altaregional.org/calendar> للحصول على الرابط. لا يُشترط التسجيل.

## رسالة المدير التنفيذي - تنمة

استضعنا في سبتمبر معرضنا السنوي الأول لموارد الطوارئ في مكتبنا الجديد. وتوجد أدناه العديد من الصور التي يظهر فيها مقدمو الخدمات الذين شاركوا. وقد حظي المعرض بحضور واسع وكانت ردود الفعل إيجابية للغاية. وسيكون حدثًا سنويًا. نتوجه بشكر وتقدير خاص إلى منسق الطوارئ لدينا، هوبرت إنريكي (Hubert Enriquez)، على تجسيده لهذه الفكرة على أرض الواقع! بالإضافة إلى معرض موارد الطوارئ، استضاف مركز ACRC أيضًا معرضًا آخر ناجحًا للمشروعات متناهية الصغر حظي بحضور واسع في مكتبنا الرئيسي. وحضر ما يقرب من 30 شركة من عملائنا جاءت مستعدة للترويج لسلعها وخدماتها لجمهور من المتسوقين الذين كانوا على استعداد لدعمها. سيواصل مركز ACRC خلق الفرص لمن هم في مجتمعنا لكي يتاح لهم مكان للتألق! على الرغم من أن مقرنا الرئيسي الجديد لديه القدرة على استضافة فعاليات كبيرة، فلا تتوفر فيه المساحة الكافية لاستيعاب الحشود التي تنجذب سنويًا إلى احتفالنا بيوم سانتا بشكل مريح. لذا استضعناه هذا العام في مركز Scottish Rite Masonic Center في سكرامنتو، لأن المكان مهيأ لمثل هذا الحدث. كان لدى الحاضرين مساحة واسعة للتجول حول الأكشاك التي عرضت تقاليد العيد من جميع أنحاء العالم بالإضافة إلى موارد الشركاء المجتمعيين. لقد كان يومًا جميلًا شهد حضورًا واسعًا من العملاء السعداء وأفراد أسرهم ومقدمي الخدمات من مختلف مناطق نطاق خدمتنا. شكرًا جزيلاً لجميع موظفي ACRC والشركاء المجتمعيين الذين جعلوا هذا اليوم ممكنًا. إنه يوم ساحر حقًا.

بينما نتطلع إلى عام 2026، سيراقب مركز ACRC عن كثب عملية إعداد ميزانية كاليفورنيا، إذ سيصدر الحاكم ميزانية الولاية المقترحة في 10 يناير. وسيعمل مركز ACRC مع رابطة وكالات المراكز الإقليمية (ARCA: رابطتنا التجارية)، إلى جانب العديد من الجهات المجتمعية التابعة للتكاتف تحت راية رسالة هادفة ومتوائمة بقوة لدعم نظام الإعاقات النمائية. إن التكاتف تحت راية رسالة متماسكة يوفر القوة والتأثير اللازمين لضمان بقاء نظامنا متكاملًا. يخدم مركز ACRC أكثر من 35,000 عميل يعتمدون علينا لتلبية احتياجاتهم ولإظهار كيف تدعم الخدمات المجتمعية المتكاملة عالية الجودة الوعود التي تم التعهد بها من خلال قانون لانترمان. على مدار الأشهر القليلة المقبلة، ستكون هناك العديد من الفرص لمجتمعنا للتعبير عن آرائهم ومشاركة قصصهم. وسندعوكم للانضمام إلى جهود المناصرة. لا توجد حملة أهم وأكثر فاعلية من تلك التي يقودها الأشخاص الذين ندعمهم.

## هل تعلم؟

لدى إدارة الخدمات النمائية تقويم خاص بالفعاليات. تفضل بزيارة التقويم اليوم للمشاركة في الفرص القادمة لأصحاب المصلحة.

<https://www.dds.ca.gov/dds-events/>





## المستجدات المتعلقة بالتوعية المجتمعية بمركز ACRC



الندوة السنوية الرابعة  
للأمريكيين الأصليين عن  
الإعاقات الذهنية والنمائية



المعرض الصحي للثقافة الشرقية  
والغربية من مؤسسة الثقافة  
الصينية، إل ك غروف



مدرسة Edgewater  
الابتدائية، ماريسفيل

Alta California Regional Center



يوم ذكرى العابرين جنسيًا في  
سكرامنتو برعاية منظمة PFLAG و  
Rainbow Commerce



مناسبة يوم الصحة النفسية العالمي  
في سكرامنتو، روزفيل



مناسبة يوم الصحة النفسية العالمي  
في سكرامنتو، روزفيل



فعالية "الركض من أجل ملاذ آمن" من  
منظمة My Sister's House



فعالية "الركض من أجل ملاذ آمن" من  
منظمة My Sister's House



## منهج تدريب التخطيط المشترك بين الأفراد (PPT)

نؤمن بقوة التفكير المتمحور حول الشخص. من خلال منهج PPT، يقدم مسؤولو دعم العملاء المعتمدون في تدريب PPT من ACRC إرشادات مبتكرة تركز على العميل وتعزز مفهوم المناصرة الذاتية. إن PPT هو حركة للترويج للمناصرة الذاتية والاستقلالية والتواصل المجتمعي.

صُمم تدريب PPT في الأصل للبالغين، وقد تم تكيفه لتلبية احتياجات الطلاب في سن الانتقال للمرحلة الثانوية. بالشراكة مع المناطق التعليمية، يقدم ACRC ورشة عمل تأسيس مهارات الشباب من PPT لمنح الطلاب فرصة لاستكشاف الذات وتحديد الأهداف وأنظمة الدعم الصحي من أجل الدراسة والعمل.

منذ عام 2024، قدم مركز ACRC تدريب PPT إلى 83 طالبًا وطالبة من خلال برنامج التعليم الفني المهني التابع للمنطقة التعليمية الموحدة في مدينة سكرامنتو.

بالنسبة للعمالء البالغين، يوفر PPT بيئة آمنة وداعمة لتعلم مهارات المناصرة الذاتية والتخطيط للمستقبل.

في ربيع عام 2025، دخل مركز ACRC في شراكة مع برنامجين نهاريين معتمدين، ووصل إلى 18 شخصًا بالغًا.

يلتزم مركز ACRC بتوسيع نطاق تدريب PPT وتعزيز الشراكات المجتمعية. وفي العام القادم، نخطط لتقديم تدريب PPT لعدد أكبر من الطلاب وإشراك المزيد من مقدمي البرامج النهارية. تظل الإتاحة والابتكار في صميم مهمتنا بينما نمكّن العمالء من جميع الأعمار من اكتشاف آرائهم وتشكيل مستقبلهم.



## تكريم الموظفين في ذكرى انضمامهم للعمل

خلال اجتماع مجلس الإدارة الذي عقدناه في 25 سبتمبر 2025، أتيحت لنا الفرصة لتكريم موظفي مركز ACRC الذين يحتفلون بذكرى انضمامهم للعمل. وتهانينا لكثير من موظفينا القدامى الذين تم تكريمهم.



## شون إليوت (SEAN ELLIOT)، الموظف المثالي لشهر أكتوبر 2025

يشهد هذا التكريم على التفاني الذي يبديه شون للعملاء في قائمة حالاته، ولأسرهم وأنظمة الدعم الخاصة بهم، ومقدمي الخدمات السكنية للمنازل التي يشرف عليها، وشركاء المجتمع الذين يتعامل معهم، وموظفي مركز ACRC الذين يعمل معهم.

يعمل شون كمنسق خدمات في مركز ACRC منذ مايو 2022 في وحدة الخدمات السكنية. ويتمتع بالمرونة عند مواجهة التحديات والتغييرات والأحداث غير المتوقعة المستمرة في وحدة الخدمات السكنية، وهو أمر يواجه الكثيرون صعوبة فيه. شون صادق ويتمتع بالنزاهة. وهو مناصر رائع للعملاء ومقدمي الخدمات الذين يعمل معهم. يتحلى شون أيضاً بالصبر مع العملاء وشبكة (شبكات) الدعم الخاصة بهم، مما يبني علاقات قوية قائمة على الثقة. شون شخص متكيف وموثوق ودقيق في مواعيده ومحترف.



عندما نتعرف إلى شون، ستجد أنه شخص صادق ينصت إلى ما نقوله. وهو حنون ومحترم ومعتاد للغاية، ويفكر في الآخرين باستمرار.

إن تعاطفه وتفهمه يجعلان منه زميلاً رائعاً في الفريق وشخصاً يقتدي به الآخرون ويحبون التعاون معه ويستمتعون بوجوده. تهانينا شون!

## ويندي ماكراي (WENDI MCCRAY)، الموظفة المثالية لشهر نوفمبر 2025

لا توجد كلمات كافية لوصف الشغف الملهم والتفاني الذي تضفيه رئيسة منسقي الخدمات لدينا، ويندي ماكراي، على عملها في خدمة عملائنا ووكالتنا. خلال فترة عمل ويندي التي تزيد على 22 عاماً مع ACRC، خدمت العملاء والعائلات في عدة مناصب بما في ذلك قسم الاستقبال، وتنسيق الخدمات في مكتبي ساوث ليك تاهو وبلاسيرفيل، والآن في منصبها الحالي كرئيسة منسقي الخدمات لمكتب بلاسيرفيل الذي يدعم مقاطعة إلدورادو.

تبذل ويندي قصارى جهدها من أجل عملائها، حيث تدافع عنهم في اللجان، وتؤسس علاقات مجتمعية مع الشركاء المحليين، وتعد وثائق مفصلة، وتقدم منظوراً سليماً ومبنياً على المعرفة لتوصيات الخدمات وأوجه الدعم المخصصة. إذا أتاحت لك فرصة مقابلة ويندي و/أو العمل معها، كما هو الحال في لجنة الوصاية في دورها كمنسقة خدمات بالتناوب، أو في أثناء العمل على ملف عميل في الوحدات المتخصصة/وحدات الطب الشرعي، أو حضور المحكمة مع عميلها، أو مرافقتها في اجتماع خطة برنامج فردي (IPP) لدعم إعداد منسق خدمات جديد، فمن المحتمل أنك شهدت مثلاً ساطعاً على أفضل ما تمثله وكرالتنا في الخبرة والتعاطف اللذين تجسدهما ويندي. كانت ويندي ولا تزال عنصراً أساسياً وقلب مكتب ACRC في بلاسيرفيل. بالإضافة إلى تنسيقها الاستثنائي للخدمات التي تقدمها للعملاء والأسر، تبذل ويندي قصارى جهدها بصفتها رئيسة منسقي الخدمات لدعم منسقي الخدمات والمديرين في بلاسيرفيل وساوث ليك تاهو بطرق لا حصر لها. فهي تخصص وقتاً كافياً لبناء علاقات مع كل فرد في الفريق وتساعد على تعزيز ثقافة الترابط في المكتب. بالإضافة إلى ذلك، تحافظ ويندي على "نبض" معنويات الفريق واحتياجات المكتب، وتوفر الأدوات العملية والملاحظات والأفكار، وتقدر "الانتصارات" ونقاط القوة لدى أعضاء فريقها كلما أمكن ذلك.

غالبًا ما تجد ويندي تجلس جنبًا إلى جنب مع أحد منسقي الخدمات في فريقنا لتقديم تدريب فردي ودعم تدريبي لتلبية احتياجاته مما يرتقي بالفريق. بشكل عام، تخصص ويندي وقتًا كافيًا للتعرف إلى الأشخاص الذين تدعمهم خارج نطاق دورهم المهني لضمهم إلى "عائلة" بلاسيرفيل وربطهم بشيء أكبر من أنفسهم، ألا وهو مهمة وكالتنا وقوة الدعم الجماعي لفريقنا. ويندي هي متخصصة خدمات اجتماعية وعضو لا يقدر بثمن لفريقنا في بلاسيرفيل، وللعلماء/العائلات الذين ندعمهم، وللوكالة. لطالما كانت وما تزال مناصرة حازمة للأشخاص ذوي الإعاقة طوال حياتها، ويعود ذلك إلى طفولتها عندما كانت تذهب إلى المدرسة مع أطفال من ذوي القدرات المختلفة.



إلى جانب معرفتها وخبرتها المذهلة في الخدمة الاجتماعية وإجراءات الوكالة، تمتلك ويندي اللباقة والقدرة على التكيف للتدخل وتقديم الدعم حيثما دعت الحاجة بإيجابية وبراعة للمساعدة في تحقيق نتائج إيجابية. تجسد ويندي رؤية وكالتنا في دورها في ACRC، وكذلك في مجتمعها.

تهانينا ويندي على هذا التقدير المستحق. وشكرًا لك على كل ما تقدمينه لوكالتنا وللأشخاص الذين تدعمينهم.

## بيث آرغو (BETH ARGO)، الموظفة المثالية لشهر ديسمبر 2025

بيث آرغو هي منسقة الرعاية الحرجة في ACRC. وهي تجسد الاحترافية والنزاهة والالتزام الراسخ برعاية العملاء. وهي معروفة بأخلاقيات العمل القوية واستعدادها لبذل أقصى جهد، سواء كان ذلك يعني مساعدة الزملاء أو ترك كل شيء لدعم العملاء في المستشفى. تعاطفها وسرعة استجابتها يجعلانها عضوًا لا يقدر بثمن في فريقنا.

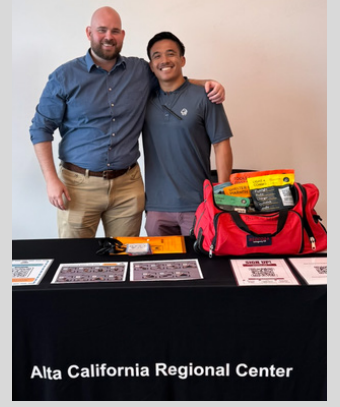
تتمتع بيث بكفاءة وموثوقية عاليتين، وتتعامل مع كل مهمة بطاقة وحماس. إنها تبادر وتقود وتدعم المشاريع الخاصة، وتقدم باستمرار نتائج استثنائية. ولقد ساهمت قدرتها على تعزيز العلاقات القوية مع المستشفيات والشركاء الخارجيين بشكل كبير في نجاح ACRC.

كثيرًا ما يثني زملاء بيث عليها لدعمها واستعدادها للمساعدة. وموقفها الإيجابي ونهجها الاستباقي يضعان معيارًا عاليًا للتميز. ببساطة، ترتقي إسهامات بيث بفريقنا وبجودة الرعاية التي نقدمها.





## يستضيف مركز ACRC معرضنا الأول لموارد الطوارئ



لقد نجح معرض موارد الطوارئ الخاص بمركز ألثا كاليفورنيا الإقليمي نجاحاً باهراً، إذ جمع مجتمعات العملاء وعائلاتهم ومقدمي الخدمات في يوم ركز على الصحة والسلامة والتمكين والتأهب لحالات الطوارئ. أقيم المعرض خلال شهر التأهب الوطني، وربط ما يزيد على 300 من الحاضرين بشركاء مجتمعيين محليين يقدمون موارد عملية وتنقيفاً في جميع أنحاء منطقة خدمة ACRC التي تضم عشر مقاطعات. شارك الصليب الأحمر الأمريكي مواد عن السلامة داخل المنزل، بينما قدم مكتب مأمور مقاطعة بليسر إرشادات عن برنامج Blue Envelope. قدمت إدارة الإطفاء في مقاطعة سكرامنتو محاكاة تفاعلية لطفايات الحريق، ووزع مجلس الولاية المعني بذوي الإعاقات النمائية أكثر من 100 مجموعة أدوات مجانية للطوارئ. وقّرت مبادرة Listos California حزمًا متعددة اللغات للتأهب، واستضاف مركز ACRC جناحه الخاص الذي يعرض موارد للسمع وضعاف السمع إلى جانب أدوات مجهزة لذوي الإعاقة للتخطيط للطوارئ وفرص تعليمية. كما نتقدم بالشكر للعديد من مقدمي الخدمات الآخرين الذين ساهمت مشاركتهم في المعرض في إثراء هذا الحدث. من خلال المواد الشاملة والعروض التوضيحية وأوجه الدعم الملائمة للحواس، عزز المعرض الشراكات المجتمعية، وشجع على التخطيط للطوارئ الشامل لذوي الإعاقة، وزود العائلات بالمعرفة والثقة للتأهب لحالات الطوارئ.



## تسليط الضوء على التدريب



كان عام 2025 عامًا حافلاً آخر لفريق التدريب. تعاقبنا مع جامعة كاليفورنيا في ديفيس (UC Davis) لتقديم تدريبنا السنوي الثالث للقادة/المديرين الناشئين. واصلنا العمل مع شركة CircleUp Education لتقديم تدريب الكفاءة الثقافية. بفضل بعض التحديثات الجديدة، أصبح تدريب الكفاءة الثقافية متاحًا الآن عبر الإنترنت باستخدام موقع إلكتروني لنظام إدارة التعلم (LMS). كما استمر موقعنا الإلكتروني الخاص بنظام إدارة التعلم لجميع موظفي مركز ACRC في التحسن من خلال التحديثات والتدريبات الجديدة.

أصبح لدى جميع الموظفين الآن القدرة على الاطلاع على التدريب على ملاحظات الباب التاسع عشر (T19) ومعرفة المزيد عن كيفية دمج تنسيق IPP الموحد الجديد للغة التفكير المتمحورة حول الشخص. لقد استضفنا أيضًا فعاليات دعوة عامة افتراضيتين مع مقدمي خدمات مركز ACRC. أتاحت هذه التجربة لموظفي مركز ACRC التفاعل مباشرة مع مقدمي الخدمات لمعرفة المزيد عن الخدمات التي يقدمونها. يواصل مركز ACRC الترويج للدورات التدريبية وورش العمل والندوات عبر الإنترنت بشأن موضوعات متعددة لمجتمعنا واستضافتها. تشمل الموضوعات التدريب على اتخاذ القرارات المدعوم، ومناصرة الأهالي، واضطراب تعاطي المخدرات والإعاقات الذهنية/النمائية.



راجع صفحة 17 للحصول على قائمة كاملة بموضوعات تدريب الموظفين.

## إضاءة شجرة الكابيتول

نتقدم بتقديرنا لمقدمي الخدمات لدينا على الزينة الرائعة لشجرة مركز ACRC في مبنى الكابيتول هذا العام. نشكر عملاءنا المخلصين الذين تحدوا البرد لمساعدة المديرية التنفيذية، لوري باناليز، في تزيين شجرة مركزنا الإقليمي.





## يستضيف مركز ACRC جلسات استماع - نستمع ونتعلم وننمو معًا



نحن فخورون بتكريس وقتنا واهتمامنا للتواصل مباشرة مع مجتمعنا. في الربع الأخير، ركزنا على تلقي مدخلات قيمة من خلال سلسلة من جلسات الاستماع وتلقي الملاحظات، مما يضمن معرفة آراء من نخدمهم وانعكاسها في عملنا.

لقد استضفنا عدة جلسات هادفة:

- الأسر السوداء/الأمريكية من أصل أفريقي (30 سبتمبر 2025) – تجمع بالحضور الشخصي، تمت استضافته بالاشتراك مع مجلس الولاية المعني بذوي الإعاقات النمائية، والذي عزز الحوار المفتوح وقوى الروابط المجتمعية.
- الأفراد المصابون بالشلل الدماغي (23 أكتوبر 2025) – جلسة افتراضية سلطت الضوء على وجهات نظر واحتياجات فريدة.
- مقدمو الرعاية للمسنين وأحبائهم (18 نوفمبر 2025) – حوار افتراضي يتمحور حول تحديات وآمال من يعتنون بأفراد أسرهم عبر الأجيال.
- مجتمع ساوث ليك تاهو (12 ديسمبر 2025) – جلسة افتراضية جمعت آراء من جميع أنحاء المنطقة لمشاركة الخبرات والأفكار.

أثبتت هذه الجلسات أنها وسيلة فعالة لجمع الآراء والاقتراحات بشأن مجموعة متنوعة من الموضوعات. من خلال الاستماع مباشرة إلى مجتمعنا، نكتسب رؤى ترشدنا في تحسين الخدمات وتعزيز الشراكات.

نخطط لعقد مزيد من الجلسات في العام المقبل. ومعًا، نشكّل مركزًا إقليميًا أقوى وأسرع في الاستجابة، من خلال إجراء حوار تلو الآخر.

لمعرفة المزيد عن الفرص المقبلة للمشاركة في جلسات الاستماع، يرجى زيارة:

<https://www.altaregional.org/calendar>



## برنامج SUNSHINE DAY يقيم عرض الأزياء السنوي الأول

نحن ممتنون لمشاركة بريسيللا هولمز (Priscilla Holmes) صورًا للحدث الأخير الذي أقامه برنامجها النهاري. لمعرفة المزيد:

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



### تنويه: أهمية خطة البرنامج الفردي الموقعة

يُطلب من مركز ACRC بموجب القانون الحصول على خطة برنامج فردي (IPP) موقعة قبل أن تتمكن من تنفيذ الخدمات والدعم. خطة IPP هي وثيقة تعاونية توضح الأهداف والخدمات والدعم الذي حددته أنت وفريق التخطيط الخاص بك.

وفقًا للفقرة 4646(g) من قانون الرعاية والمؤسسات، لا يمكن لمركز ACRC ترخيص أو تقديم الخدمات حتى يتم التوقيع على خطة IPP. وتضمن هذه الخطوة مشاركتك الكاملة في عملية التخطيط وتقديم الخدمات وفقًا لاختيارك واحتياجاتك. نحن نشجع جميع العملاء والأسر على مراجعة خطة IPP الخاصة بهم والتوقيع عليها بشكل عاجل حتى تتمكن الخدمات من البدء دون تأخير.





## دعم مجاني لأسرتك: نقدم لكم BRIGHTLIFE KIDS

غالبًا ما تكون فترة الأعياد بمثابة زوبعة، تجلب معها التوتر والمشاعر الجياشة للأطفال ومقدمي الرعاية على حد سواء. نريد أن نشارك موردًا قيمًا ومجانيًا لعائلاتكم: **BrightLife Kids**. هذا البرنامج المجاني مخصص للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 0 و12 عامًا ممن يعيشون في كاليفورنيا. سجّل الاشتراك اليوم من خلال [brightlife.kids/ca](http://brightlife.kids/ca) للوصول إلى جلسات تدريب مباشرة وفردية عبر الفيديو مع خبير متخصص وللوصول إلى موارد رقمية عند الطلب.

### الرضع/الأطفال الصغار

#### تدريب إرشادي للأهالي/مقدمي الرعاية الجدد (أو الجدد نوعًا ما)

لتعرّف على مراحل النمو الرئيسية، والتعامل مع قلق الانفصال، وتعلم الصبر، وتشجيع الأطفال على تجربة أشياء جديدة، واكتشاف استراتيجيات لنوم أفضل، وغير ذلك الكثير.

### الأطفال

#### تدريب إرشادي للأطفال وأهاليهم/مقدمي الرعاية لهم

تعليم كيفية التعبير عن المشاعر الكبيرة مثل الحزن والقلق والغضب بطرق صحية، وتشجيع التعلم المناسب للعمر، والموازنة بين وقت العزلة والوقت الاجتماعي، وغير ذلك الكثير.

### المراهقون الصغار

#### تدريب إرشادي للمراهقين الصغار وأهاليهم/مقدمي الرعاية لهم

تعليم وضع الحدود على وسائل التواصل الاجتماعي، وإدارة ضغط الأقران، وتعزيز الشعور المتنامي بالاستقلالية لدى المراهقين الصغار، وبناء تقدير الذات والثقة والشمولية، وغير ذلك الكثير.



**BrightLife Kids**  
A CalHOPE program by Brightline

## من يجب عليك الاتصال به عندما تحتاج إلى المساعدة؟

يكرس مركز ألتا كاليفورنيا الإقليمي (ACRC) جهوده لمساعدة العملاء في الحصول على الخدمات والدعم الذي تحتاج إليه. إليك من يمكنك الاتصال به عندما تحتاج إلى الدعم الفوري.

الخطوة 1: اتصل بمنسق الخدمة الخاص بك (SC).

الخطوة 2: اتصل بمدير منسق الخدمة الخاص بك (مدير خدمات العملاء). يوجد اسم ورقم هاتف مدير منسق الخدمات الخاص بك في أسفل سطر توقيع البريد الإلكتروني الخاص بمنسق الخدمات.

الخطوة 3: اتصل بأحد مديري خدمات العملاء في ACRC: جينييفر بلوم على الرقم 978-6572 (916) أو ميشيل جونسون على الرقم 978-6653 (916)

\*يرجى ملاحظة أن مكتب الاستقبال لدينا جاهز لمساعدتك في التواصل مع الشخص الذي تحتاج إلى التواصل معه. يرجى الاتصال على: 978-6400 (916).\*

تلتزم ACRC بتلبية احتياجاتك من خلال خدمة العملاء الممتازة.

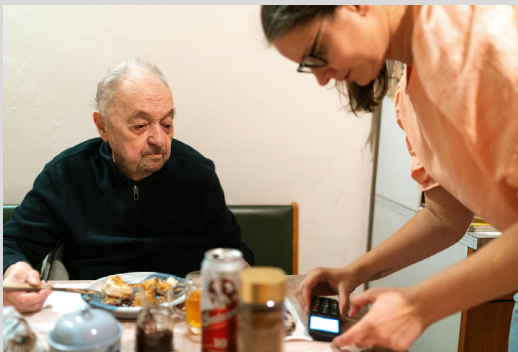
## مقدم الرعاية - دور لم نتوقعه على الإطلاق

بيغي أ. روسي (PEGGY A. ROSSI)، بكالوريوس العلوم في التمريض/ماجستير في الإدارة العامة -  
مرمضة مسجلة/مرمضة صحة عامة

أخيرًا انتهت أعياد عام 2025، ولكن بصفتك مقدم رعاية عائلي لأحد أحبائك، فإنك تخشى مجرد التفكير في الأعياد المقبلة مع اقتراب العام الجديد. تدرك أن عليك الآن التفكير في تلك الأعياد التي ستأتي في عام 2026 وتقول لنفسك، "أنا أحب الأعياد، ولكن لدي بالفعل ما يكفي من مهام. ولماذا أتحمّل مزيدًا من الأعباء مع اقتراب كل عيد؟" نعم، تريد أن تستمر في إحياء التقاليد، لكن لم يعد لديك الطاقة أو الوقت، فتصاب بالذعر. أنت مرهق ومضغوط بالفعل، وتعلم في قرارة نفسك أنك لا تستطيع إضافة المزيد.

كما يعلم أي منا، فإن تقديم الرعاية العائلية ليست لأصحاب القلوب الضعيفة. إنه عمل شاق، ليس فقط على الصعيد الجسدي، ولكن في كثير من الحالات، إن لم يتم توخي الحذر، يكون الثمن أشد وطأة على الصعيدين العاطفي والعقلي. أضف إلى ذلك الأعياد، وهذا لا يؤدي إلا إلى تضخيم الشعور بالذنب، والمزيد من الإرهاق، والحزن إلى جانب مشاعرك الفائضة بالفعل. إذًا، نصائح هي:

1. لا تضطلع بدورك بمفردك. تعلّم أن تقول نعم ولا بشكل مناسب وفي الوقت المناسب.
  2. تعلّم أن تعتني بنفسك. وهذا يعني تخصيص وقت لاستراحات مدتها 10 دقائق عدة مرات في اليوم من أجل قضاء وقت خاص بك. العناية بالذات ليست أنانية؛ بل هي ضرورة.
  3. احتفظ بتقويم وقائمة بأسماء أفراد العائلة والأصدقاء المستعدين للمساعدة. ودعمهم يساعدون ويتولون أكبر عدد ممكن من المهام، حتى لو كانت مهام اعتدت على توليها. هدفك هو إعادة ضبط حدودك وتخفيف أي ضغط غير ضروري.
  4. ابحث عن طرق للابتعاد وأخذ قسط من الراحة (في مجال الرعاية الصحية، نسمي ذلك "الرعاية المؤقتة"). وهذا يعني العمل مع البرنامج الصحي الخاص بالشخص العزيز عليك لتحديد مقدمي الخدمات الذين يمكنهم تلبية احتياجاته (طبيبًا أو سلوكيًا) مع السماح لك بالابتعاد لبضعة أيام.
  5. ابحث عن أي مجموعات دعم فكري/تنموي (محلية أو عبر الإنترنت؛ وفي عصر التكنولوجيا الذي نعيشه، يتوفر الكثير منها عبر الهاتف). الهدف هو أن نتعلم من الآخرين ما ينجح وما لا ينجح.
- تذكر أن هدفك هو أن يكون لديك وقت لتقليل التوتر، مع الهدف الأساسي المتمثل في الحصول على القليل من المرح على الأقل والقضاء على الفوضى والتوتر الناتجين عن تقديم الرعاية.



يمكنك معرفة المزيد عن جهود ACRC لدعم مقدمي الرعاية للمسنين هنا:

<https://www.altaregional.org/coordinated-future-planning>



## يوم سانتا 2025

تحية تقدير لمتطوعينا الرائعين من الموظفين الذين قدموا يوم سانتا آخر لا يُنسى لمجتمعنا.



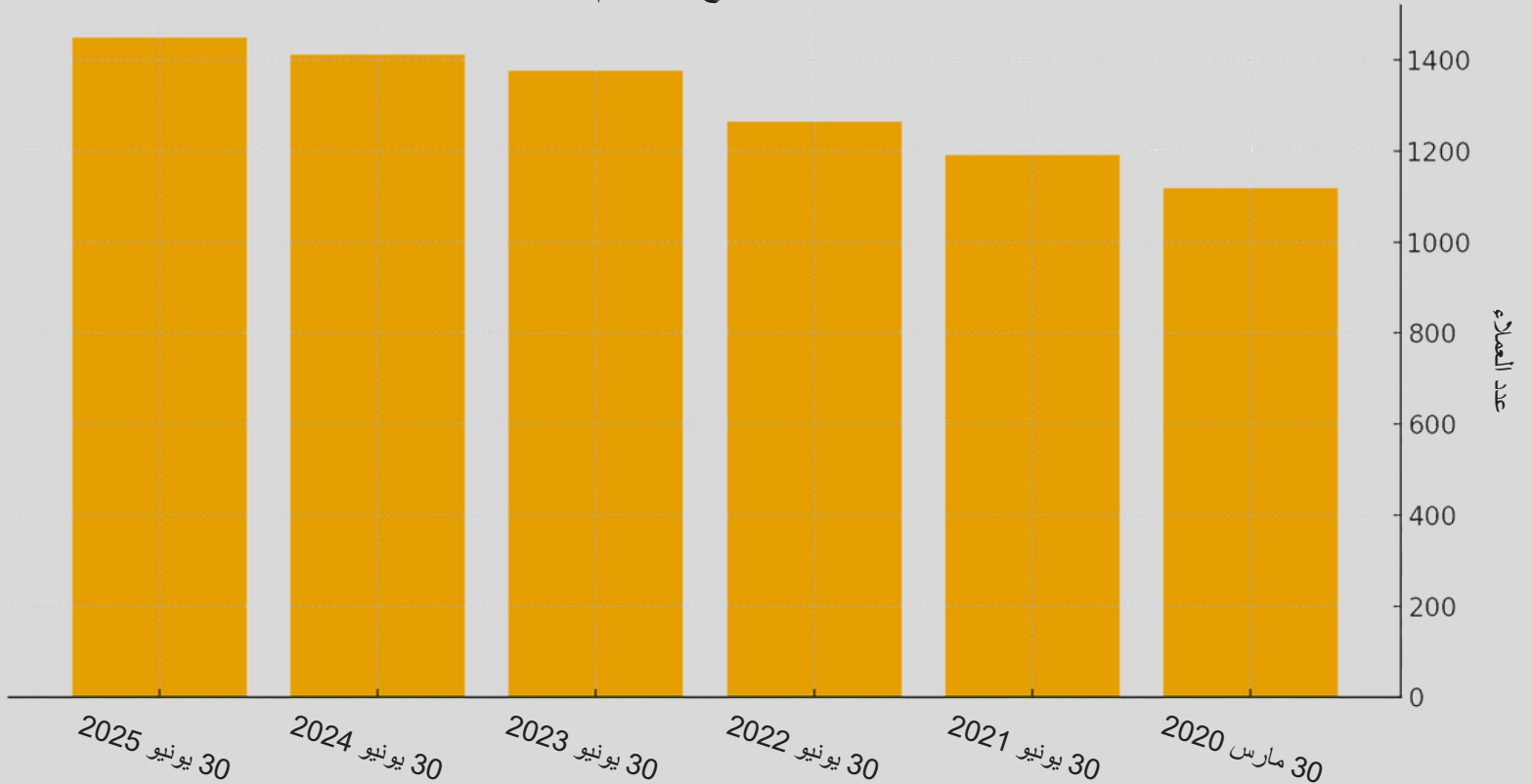
## نمو مطرد في عدد السكان من كبار السن

تُظهر بيانات ACRC زيادة مستمرة في عدد العملاء الذين تبلغ أعمارهم 60 عامًا فأكثر. بين مارس 2020 ويونيو 2025، ارتفع عدد كبار السن الذين يخدمهم مركز ACRC من 1,119 إلى 1,449 فردًا، بزيادة قدرها 330 شخصًا، أو 29.5 بالمائة على مدى خمس سنوات. يُظهر هذا النمو المطرد أن الأشخاص ذوي الإعاقات النمائية يعيشون حياة أطول.

يواصل مركز ACRC التركيز على تلبية احتياجات العملاء من كبار السن ومقدمي الرعاية لهم، من خلال عدة مبادرات:

- المشاركة على مستوى الولاية والمستوى الوطني - يجتمع مركز ACRC شهريًا مع العملاء وأفراد الأسرة والمناصرين وأصحاب المصلحة في المجتمع لدعم احتياجات العملاء المسنين ومقدمي الرعاية لهم.
  - AB3291/التخطيط المستقبلي المنسق - يتم تدريب منسقي الخدمات على تحديد وتوثيق احتياجات السكن للعملاء ودعم احتياجات مقدمي الرعاية.
  - تطوير الإسكان - يسعى ACRC بنشاط إلى إيجاد فرص لدعم مجموعة من خيارات الإسكان المختلفة لعملاء المركز الإقليمي.
  - البرنامج التجريبي للتكنولوجيا المساعدة - دعم العملاء في بيئتهم المفضلة باستخدام التكنولوجيا.
  - خدمات الدعم المباشر التعاونية وذات المقابل - بالتعاون مع مركز فالي ماونتن الإقليمي (Valley Mountain Regional Center)، أطلق مركز ACRC موقعًا إلكترونيًا ومعارض توظيف لدعم احتياجات التوظيف لمقدمي الخدمات.
- تعكس هذه المبادرات التزام مركز ACRC المستمر بدعم كبار السن ومقدمي الرعاية لهم مع تغير احتياجاتهم.

عملاء ACRC الذين تبلغ أعمارهم 60 عامًا فأكثر





## تحديث تنمية الموارد

تمحور جزء كبير من عامنا حول التعاون مع قسم المحاسبة لدينا لتنفيذ دراسة الأسعار الخاصة بالولاية. بينما ركزنا على هذه المهمة، واصلنا معالجة طلبات اعتماد مقدمي خدمات جدد ويسرنا أن نعلن عن استمرار النمو في ثلاثة أنواع من مقدمي الخدمات التي يطلبها أصحاب المصلحة لدينا بشكل متكرر.

2024	2025	نوع البائع
57	76	دور الرعاية السكنية
19	25	وكالة المعيشة المدعومة
14	23	علاج النطق

### مقدمو الخدمات الجدد حسب السنة

190 - 2017  
185 - 2018  
184 - 2019  
165 - 2020  
149 - 2021  
188 - 2022  
252 - 2023  
333 - 2024  
325 - 2025

## الفنانة المميزة كريستينا سوارت



تدرس كريستينا سوارت في مركز الحي للفنون منذ عام 2008. تستمتع كريستينا بالعمل على رسم لوحات القماشية والفخار والأعمال الفنية المتعددة الوسائط. يأتي إلهام كريستينا من الطبيعة ودمج الألوان الزاهية في أعمالها الفنية. إنها تحب التحدي الإبداعي وتجسيد أفكارها من خلال أعمالها الفنية. إذا كنت مهتمًا بشراء أي من الأعمال الفنية المتنوعة والفخار والوسائط المتعددة لكريستينا، فلا تتردد في الاطلاع على:

Neighborhood Center of the Arts  
200 Litton Drive Ste #212  
Grass Valley, CA 95945

ساعات العمل: ساعات العمل في الاستوديو من الساعة 9 صباحًا حتى 2 ظهرًا  
الهاتف: (530) 272-7287

البريد الإلكتروني: NCAADMIN@NCCN.NET

انستغرام: @ncagrassvalley

فيسبوك: مركز الحي للفنون | غراس فالي، كاليفورنيا | فيسبوك

إيتسي: NCAGrassValley - Etsy

## تدريبات الموظفين لعام 2025

الاسم	الميسر	الاسم	الميسر
تدريب القادة/المديرين الناشئين	جامعة كاليفورنيا في ديفيس	ورشة عمل برنامج SDP	أكاديمية IFTA
تدريب اضطراب تعاطي المخدرات والإعاقات الذهنية والنمائية	د. لوري إلدريدج (Lori Eldridge)	مجموعة تثقيف ودعم مقدمي الرعاية	مؤسسة Turning Point Community Programs
فعالية دعوة عامة افتراضية من شركة Maxim Healthcare	مقدم خدمة	ندوة عبر الإنترنت عن حقوق السكن ومشكلات المالك/المستأجر	منظمة Disability Rights CA / مركز ACRC
فعالية دعوة عامة افتراضية من مؤسسة Happy Ladders	مقدم خدمة	ورشة عمل اتخاذ القرارات المدعوم	مركز ACRC
الكفاءة الثقافية	شركة CircleUp Education	فعالية مجتمع قوي وصحي للصم - ورشة عمل	مقاطعة سكرامنتو
خطة IPP الموحدة	نظام إدارة التعلم لجميع موظفي ACRC	مشروع SACCounty Healthy Beginnings	الإبلاغ بالخطر: التعرض للفتناتيل قبل الولادة
تدريب على ملاحظات الباب التاسع عشر (T19)	نظام إدارة التعلم لجميع موظفي ACRC	مركز ACRC	مناصرة الأهالي: نصائح لمناصرة طفلك في التعليم المتخصص
الضمانات الإجرائية وحقوق الأهالي	SCDD	مؤسسة Warmline Family Resource Center	ورشة عمل التعليم المتخصص لبرنامج التعليم الفردي (IEP)
اللقاء المفتوح لمشروع LOIS	DDS	ARCA	Medicaid ودعم الأشخاص ذوي الإعاقات الفكرية والنمائية (I/DD)
ورشة عمل اتخاذ القرارات المدعوم	مركز ACRC	مركز ACRC	ورشة عمل اتخاذ القرارات المدعوم
إتمام العام الثالث من العمر	مركز ACRC	إدارة الخدمات النمائية (DDS) وبرنامج CalABLE ومؤسسة TkMomentum	ورشة عمل للتوظيف
ورش عمل SacRT	SacRT	مشروع SACCounty Healthy Beginnings	الوصمة والتحيز في نظام الرعاية الصحية
اللقاء المفتوح الافتراضي لمشروع LOIS	DDS	مركز ACRC	الأسئلة الشائعة في ندوة عبر الإنترنت عن التعليم المتخصص
ورشة عمل اتخاذ القرارات المدعوم	مركز ACRC	SCDD	لم تعد تخفيضات برنامج Medicaid مجرد اقتراح
تدريب اضطراب تعاطي المخدرات والإعاقات الذهنية والنمائية	د. لوري إلدريدج (Lori Eldridge)	DDS	ورشة عمل عن الضمانات الإجرائية وحقوق الأهالي
فهم عملية التعليم المتخصص وبرنامج التعليم الفردي (IEP)	مركز ACRC		
عرض تفصيلي لبرنامج Self-Determination	DDS		