

ALTA CONNECTIONS

خبرنامه فصلی به روزرسانی ویژه مراجعه کنندگان، ارائه دهندگان خدمات و کارکنان



برای آشنایی بیشتر با هنرمند منتخب ما، به صفحه 16 رجوع کنید

پیام مدیر اجرایی

Lori Banales (لوری بانالس)، مدیر اجرایی

مطالب این شماره نشریه:

- پیام مدیر اجرایی
- فعالیت های ارتباطی و آگاهی بخشی
- برنامه ریزی مشترک افراد
- سالگردهای خدمت کارکنان
- کارکنان نمونه ماه
- نمایشگاه منابع اضطراری
- آموزش
- روشن کردن درخت کریسمس
- ساختمان کنگره
- جلسات دریافت بازخورد
- نمایش مد خدمات روزانه
- امضای طرح برنامه های فردی (IPPs)
- برنامه BRIGHTLIFE KIDS
- با چه کسی تماس بگیریم
- روز سانتا
- جمعیت سالخورده
- بخش بالینی
- توسعه منابع
- هنرمند منتخب
- دوره های آموزشی ACRC در سال 2025

تعطیلات فرصتی برای جشن گرفتن است و ما در ACRC در طول سه ماهه گذشته دستاوردهای بسیاری برای قدرانی داشته ایم. ما محیط کار و کارکنان خود، جامعه مان، و رویدادهایی را که توانستیم در فضای جدید دفتر و مراکز اجتماعی خود برگزار کنیم، گرامی می داریم. با افزایش تعداد کارکنان، با افتخار از اعضای جدید تیم استقبال می کنیم و شمار کل کارکنان ما اکنون به حدود 900 نفر رسیده است. اخیراً دو واحد جدید توسعه مدیریت پرونده اضافه کرده ایم؛ یکی ویژه کودکان (6 تا 17 سال) در دفتر ساکرامنتو و دیگری ویژه بزرگسالان (18 سال و بالاتر)، که آن هم در دفتر ساکرامنتو مستقر است. با ورود به نیمه دوم سال مالی، سازمان ما متعهد است به رسیدگی به نسبت حجم پرونده ها ادامه دهد و با اجرای طرح راهبردی جذب نیرو، میان نیازهای سازمان و منابع مالی عملیاتی تخصیص یافته توازن برقرار کند. ACRC به تعهد بی نظیر و تأثیر مثبت تیم های خود افتخار می کند. در طول سال گذشته، چندین طرح ابتکاری و پیشرفت های فناوری اجرا شده است که یادگیری و تسلط بر آنها نیازمند صرف زمان و انرژی قابل توجه بوده است. روحیه و آمادگی آنها برای پذیرش این تغییرات چشمگیر بوده است، به ویژه با توجه به میزان حمایت هم تایان از یکدیگر که به طور طبیعی و خودجوش در سراسر سازمان شکل می گیرد.

اطلاعیه

ACRC میزبان جلسه مجازی سه‌ماهه بعدی جامعه ما در تاریخ 4 فوریه 2026 از ساعت 11 صبح تا 12 ظهر خواهد بود.

لطفاً توجه داشته باشید: جلسه سه‌ماهه جامعه ACRC با هدف ارائه به‌روزرسانی‌های سازمان و تعامل با اعضای جامعه برگزار می‌شود. مسائل مربوط به مراجعه‌کنندگان در این جلسه مطرح نمی‌شود. این مسائل در سطح «تیم برنامه‌ریزی» یا در جریان گفتگوهای رو-در-رو پیگیری می‌شود. از شما که ضرورت حفظ اسرار مراجعه‌کنندگان را درک می‌کنید سپاسگزاریم. برای کسب اطلاعات بیشتر و دریافت لینک جلسه، به <https://www.altaregional.org/calendar> رجوع کنید. ثبت‌نام لازم نیست.

پیام مدیر اجرایی - ادامه

در سپتامبر، اولین نمایشگاه سالانه منابع اضطراری خود را در دفتر جدیدمان برگزار کردیم. چند عکس از تأمین‌کنندگان خدمات که در نمایشگاه شرکت کرده‌اند موجود است. این رویداد با استقبال خوبی برگزار شد و بازخوردها بسیار مثبت بود. این برنامه به یک رویداد سالانه تبدیل خواهد شد. تشکر و قدردانی ویژه تقدیم به هماهنگ‌کننده خدمات اضطراری ما، هوبرت انریکز (Hubert Enriquez)، که این ایده را به واقعیت تبدیل کرد! علاوه بر نمایشگاه منابع اضطراری، ACRC یک نمایشگاه دیگر نیز برای «کسب‌وکارهای کوچک» در دفتر اصلی برگزار کرد که با استقبال خوبی مواجه شد. حدود 30 کسب‌وکار متعلق به مراجعه‌کنندگان در این رویداد حضور داشتند و با انگیزه، کالاها و خدمات خود را به جمعی از خریداران معرفی کردند که مشتاق حمایت از آن‌ها بودند. ACRC همچنان فرصت‌هایی فراهم می‌کند تا اعضای جامعه‌مان بتوانند استعدادها و توانمندی‌های خود را به نمایش بگذارند! اگرچه دفتر مرکزی جدید ما ظرفیت برگزاری رویدادهای بزرگ را دارد، اما فضای کافی ندارد تا به راحتی از جمعیتی که هر ساله در جشن «روز سانتا» شرکت می‌کنند پذیرایی کند. امسال این رویداد را در مرکز ماسونی اسکاتیش رایت (Scottish Rite Masonic Center) در ساکرامنتو برگزار کردیم. این فضا دقیقاً برای چنین رویدادی ساخته شده بود! شرکت‌کنندگان فضای کافی برای حرکت در میان غرفه‌ها داشتند؛ غرفه‌هایی که سنت‌های تعطیلات از سراسر جهان و همچنین منابع شرکای جامعه را معرفی می‌کردند. این روز زیبا با حضور پرشور مراجعه‌کنندگان، اعضای خانواده و تأمین‌کنندگان خدمات از سراسر محدوده تحت پوشش ما برگزار شد. از همه کارکنان ACRC و شرکای جامعه که این روز را ممکن ساختند، صمیمانه سپاسگزاریم. واقعاً روزی جادویی بود.

همچنان که مشتاقانه منتظر سال 2026 هستیم، ACRC روند تدوین بودجه ایالت کالیفرنیا را با دقت دنبال خواهد کرد و همزمان لایحه پیشنهادی بودجه ایالتی توسط فرماندار در تاریخ 10 ژانویه منتشر خواهد شد. ACRC با همکاری «انجمن سازمان‌های مراکز منطقه‌ای» (ARCA؛ انجمن صنفی ما) و در کنار شماری از شرکای جامعه، با پیامی هماهنگ، هدفمند و منسجم برای حمایت از نظام خدمات ناتوانی‌های رشدی متحد خواهد شد. هم‌صدا شدن تحت یک پیام منسجم، قدرت و اثرگذاری لازم را فراهم می‌کند تا اطمینان حاصل شود که نظام خدماتی ما یکپارچه باقی می‌ماند. ACRC به بیش از 35,000 نفر خدمت‌رسانی می‌کند که به ما متکی هستند تا از نیازهای آنان حمایت کنیم و نشان دهیم چگونه خدمات باکیفیت و یکپارچه با جامعه، تحقق وعده‌های مندرج در «قانون لانترمن» را پشتیبانی می‌کند. در ماه‌های آینده، فرصت‌های فراوانی برای اعضای جامعه فراهم خواهد شد تا دیدگاه‌های خود را بیان کنند و داستان‌هایشان را به اشتراک بگذارند. از شما دعوت خواهیم کرد تا در فعالیتهای حمایت‌گری مشارکت کنید. اثرگذارترین و معنادارترین کارزارها، آن‌هایی هستند که به رهبری خود افراد تحت حمایت ما شکل می‌گیرند.

آیا می‌دانستید؟

«اداره خدمات رشدی» یک تقویم رویدادها دارد. برای شرکت در فرصت‌های آتی مربوط به ذی‌نفعان، همین امروز به تقویم آن‌ها سر بزنید.

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



به روزرسانی‌های ارتباط و تعامل با جامعه ACRC



چهارمین همایش سالانه
سرخپوستان آمریکایی
درباره ناتوانی‌های
ذهنی و رشدی



نمایشگاه سلامت شرق و غرب
بنیاد فرهنگ چینی، ال کگروو



مدرسه ابتدایی Edgewater،
مری‌سویل

Alta California Regional Center



روز یادبود ترانجسیتی‌ها، ساکرامنتو –
Rainbow Commerce و PFLAG



روز جهانی سلامت روان
Advocate Sacramento، رزویل



روز جهانی سلامت روان
Advocate Sacramento، رزویل



دویدن برای پناهگاه امن – خانه خواهرم



دویدن برای پناهگاه امن – خانه خواهرم

سرفصل آموزشی «برنامه‌ریزی مشترک افراد» (PPT)

ما به قدرت تفکر شخص‌محور ایمان داریم. حامیان مراجعه‌کننده دارای گواهی PPT در ACRC با استفاده از این برنامه، آموزش‌هایی نوآورانه و متمرکز بر مراجعه‌کننده ارائه می‌دهند که افراد را به خود-حمایتی تشویق می‌کند. PPT تلاشی است برای تقویت خود-حمایتی، استقلال و پیوند با جامعه.

PPT که در ابتدا برای بزرگسالان طراحی شده بود، اکنون برای دانش‌آموزان در سنین انتقال از دبیرستان نیز مناسب‌سازی شده است. ACRC با همکاری مناطق آموزشی، «کارگاه مهارت‌آموزی جوانان در برنامه PPT» را ارائه می‌دهد و به دانش‌آموزان فرصتی می‌دهد تا به خودشناسی، تعیین اهداف و ایجاد سیستم‌های حمایتی سالم برای مدرسه و شغل بپردازند.

از سال 2024، ACRC برنامه PPT را از طریق برنامه آموزش فنی-حرفه‌ای (Career Technical Education) منطقه آموزشی یکپارچه شهر ساکرامنتو به 83 دانش‌آموز ارائه کرده است.

PPT برای بزرگسالان محیطی امن و حمایت‌کننده ایجاد می‌کند تا مهارت‌های خود-حمایتی را یاد بگیرند و آینده خود را برنامه‌ریزی کنند.

ACRC در بهار 2025 با دو برنامه روزانه ارائه‌شده توسط پیمانکاران همکاری کرد و 18 بزرگسال را تحت پوشش قرار داد.

ACRC متعهد به گسترش دامنه دسترسی برنامه PPT و تقویت مشارکت‌های جامعه است. در سال آینده، برنامه داریم PPT را به دانش‌آموزان بیشتری ارائه کنیم و با ارائه‌دهندگان بیشتری از برنامه‌های روزانه همکاری کنیم. دسترس‌پذیری و نوآوری همچنان در قلب مأموریت ما قرار دارند، چرا که مراجعه‌کنندگان در همه سنین را توانمند می‌سازیم تا قدرت بیان دیدگاه‌های خود را پیدا کنند و آینده‌شان را شکل دهند.

گرامی‌داشت کارکنان به مناسبت سالگرد خدمت

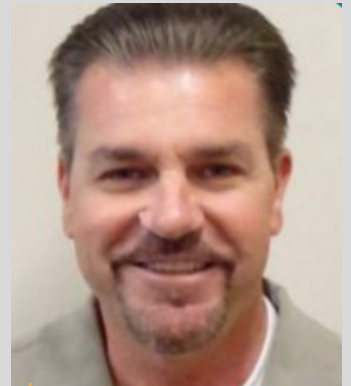
در جلسه هیئت‌مدیره ACRC در تاریخ 25 سپتامبر 2025، فرصتی داشتیم تا از کارکنانی که سالگرد خدمتشان را جشن می‌گرفتند، تقدیر کنیم. به همه کارکنان با سابقه‌ای که مورد تقدیر قرار گرفتند، تبریک می‌گوییم.



کارمند نمونه ماه اکتبر 2025: شان الیوت (SEAN ELLIOT)

این تقدیر بیانگر تعهد بالای «شان» نسبت به مراجعانی است که پرونده‌های آن‌ها را مدیریت می‌کند، خانواده‌ها و سیستم‌های حمایتی‌شان، ارائه‌دهندگان خدمات مسکونی خانه‌هایی که بر آن‌ها نظارت دارد، شرکای جامعه که با آن‌ها در ارتباط است، و کارکنان ACRC که با آن‌ها همکاری می‌کند.

شان از مه 2022 به‌عنوان SC در واحد خدمات مسکونی ACRC مشغول به کار است. او در مواجهه با چالش‌ها، تغییرات و رویدادهای غیرمنتظره در واحد خدمات مسکونی، که بسیاری از افراد در مدیریت آن‌ها مشکل دارند، انعطاف‌پذیری و تاب‌آوری بالایی نشان می‌دهد. شان فردی صادق و درستکار است. او یک حامی توانمند برای مراجعه‌کنندگان و ارائه‌دهندگانی است که با آن‌ها کار می‌کند. «شان» همچنین در تعامل با مراجعه‌کنندگان و شبکه‌(های) حمایتی آن‌ها صبور است و همین امر به شکل‌گیری روابطی قوی و مبتنی بر اعتماد کمک می‌کند. «شان» فردی انعطاف‌پذیر، قابل‌اعتماد، وقت‌شناس و حرفه‌ای است.



وقتی با «شان» آشنا شوید، متوجه می‌شوید که او فردی صادق و بی‌ریا است که به حرف‌های شما گوش می‌دهد. او بسیار مهربان، محترم و بخشنده است و همواره به فکر دیگران است.

دلسوزی و همدلی او، وی را به همکاری عالی و فردی تبدیل کرده است که دیگران او را به دیده احترام و تحسین می‌نگرند، از همکاری با او لذت می‌برند و بودن در کنارش برایشان خوشایند است. تبریک شان!

کارمند نمونه ماه نوامبر 2025: وندی مک‌کری (WENDI MCCRAY)

کلمات برای توصیف شور و اشتیاق الهام‌بخش و تعهد «وندی مک‌کری»، هماهنگ‌کننده ارشد خدمات ما، نسبت به کارش در خدمت به مراجعه‌کنندگان و سازمان کافی نیست. در بیش از 22 سال خدمت «وندی» در ACRC، او در زمینه‌های مختلفی به مراجعه‌کنندگان و خانواده‌ها خدمت کرده است، از جمله پذیرش مراجعه‌کنندگان، هماهنگی خدمات در دفاتر سوث لیک تاهو (South Lake Tahoe) و پل‌سرویل (Placerville)، و اکنون در نقش فعلی خود به‌عنوان هماهنگ‌کننده ارشد خدمات دفتر پل‌سرویل که از شهرستان ال دورادو (El Dorado County) پشتیبانی می‌کند، مشغول به کار است.

«وندی» برای مراجعه‌کنندگان خود فراتر از حد انتظار عمل می‌کند، در کمیته‌ها از آن‌ها حمایت می‌کند، با شرکای محلی روابط اجتماعی قوی ایجاد می‌کند، مستندات دقیق تهیه می‌کند و دیدگاهی آگاهانه و مطمئن درباره خدمات و توصیه‌های حمایتی فردی ارائه می‌دهد. اگر فرصت داشته‌اید که با «وندی» ملاقات کرده یا با او همکاری کنید—مثلاً در کمیته سرپرستی به عنوان هماهنگ‌کننده خدمات چرخشی، مدیریت پرونده یک مراجع در واحدهای تخصصی/حقوقی، حضور در دادگاه همراه با مراجع خود، یا همراهی او در جلسه IPP برای حمایت از آموزش یک هماهنگ‌کننده خدمات جدید—احتمالاً شاهد نمونه‌ای درخشان از بهترین ویژگی‌های نمایندگی سازمان ما بوده‌اید، که در تخصص و دلسوزی «وندی» تجلی می‌یابد. او همواره یکی از ستون‌های اصلی و قلب دفتر ACRC در پل‌سرویل بوده و هست. فراتر از ارائه خدمات برجسته به مراجعه‌کنندگان و خانواده‌ها، «وندی» به‌عنوان هماهنگ‌کننده ارشد خدمات، تلاش بیشتری می‌کند تا از هماهنگ‌کنندگان و مدیران خدمات خود در پل‌سرویل و سوث لیک تاهو به روش‌های بی‌شماری حمایت کند. او زمان می‌گذارد تا با هر عضو تیم ارتباط برقرار کند و به ایجاد فرهنگ همکاری و همبستگی در دفتر کمک می‌کند. علاوه بر این، «وندی» وضعیت روحیه تیم و نیازهای دفتر را زیر نظر دارد، ابزارها، بازخوردها و ایده‌های عملی ارائه می‌دهد و هر زمان که ممکن باشد، موفقیت‌ها و نقاط قوت اعضای تیمش را تقدیر می‌کند.

اغلب می‌توانید «وندی» را ببینید که در کنار یکی از هماهنگ‌کنندگان خدمات تیم ما می‌نشیند تا حمایت آموزشی و مشاوره یک‌به‌یک ارائه دهد و با توجه به سطح توانایی‌های آن‌ها، تیم را ارتقا دهد. در مجموع، «وندی» وقت می‌گذارد تا افراد تحت حمایت خود را فراتر از نقش حرفه‌ای‌شان بشناسد و آن‌ها را به خانواده پل‌سرویل وارد کند و به چیزی بزرگتر از خودشان—ماموریت سازمان ما و قدرت حمایت جمعی تیم—متصل سازد. «وندی» یک متخصص خدمات اجتماعی و عضو ارزشمند، برای تیم پل‌سرویل، مراجعان و خانواده‌های تحت حمایت و سازمان ما است. او همواره یک مدافع سرسخت برای افراد دارای ناتوانی بوده است و این حمایت از دوران کودکی‌اش که در مدرسه با کودکانی با توانایی‌های متفاوت حضور داشت، آغاز شده است.



«وندی» علاوه بر دانش و تخصص بی‌نظیر در مددکاری اجتماعی و رویه‌های سازمان، با تدبیر و انعطاف‌پذیری خود در هر جایی که نیاز باشد وارد عمل می‌شود و با نگرش مثبت و ابتکار عمل، به کسب نتایج مثبت کمک می‌کند. وندی نه‌تنها در نقش خود در ACRC، بلکه در جامعه نیز، چشم‌انداز سازمان ما را زندگی می‌کند.

وندی، تبریک به‌خاطر این تقدیر شایسته. از همه زحمات برای سازمان و افرادی که از آن‌ها حمایت می‌کنی، سپاسگزاریم!

کارمند نمونه ماه دسامبر 2025: بث آرگو (BETH ARGO)

بث آرگو هماهنگ‌کننده مراقبت‌های ویژه (Acute Care Coordinator) در ACRC است. او نمونه‌ای از حرفه‌ای‌گری، درستکاری و تعهد بی‌وقفه به مراقبت از مراجع‌کنندگان است. او به خاطر اخلاق کاری قوی و تمایلش به فراتر رفتن از انتظار، چه در کمک به همکاران و چه در ترک همه امور برای حمایت از مراجعان در بیمارستان، شناخته شده است. همدلی و توانایی پاسخ‌گویی سریع، او را به عضوی ارزشمند از تیم ما تبدیل کرده است.

«بث» بسیار کارآمد و قابل‌اعتماد است و هر وظیفه را با انرژی و اشتیاق انجام می‌دهد. او ابتکار عمل دارد، پروژه‌های خاص را مدیریت و پشتیبانی می‌کند و همواره نتایج برجسته‌ای به دست می‌آورد. مهارت او در ایجاد روابط مستحکم با بیمارستان‌ها و شرکای خارجی، سهم قابل توجهی در موفقیت ACRC داشته است.

همکاران «بث» اغلب او را به‌خاطر حمایت‌گر بودن و آمادگی‌اش برای کمک تحسین می‌کنند. نگرش مثبت و رویکرد کنش‌گرانه او، سطح بالایی از تعالی را برای دیگران الگوسازی می‌کند. به بیان ساده، تلاش‌های «بث» باعث ارتقای تیم ما و کیفیت خدمات مراقبتی ما می‌شود.



ACRC اولین نمایشگاه منابع اضطراری خود را برگزار کرد



نمایشگاه منابع اضطراری مرکز منطقه‌ای آلتا کالیفرنیا با موفقیت برگزار شد و مراجعه‌کنندگان، خانواده‌های آن‌ها و ارائه‌دهندگان خدمات را برای روزی متمرکز بر سلامت، ایمنی، توانمندسازی و آمادگی در مواقع اضطراری گرد هم آورد. این نمایشگاه که در «ماه ملی آمادگی» برگزار شد، حدود 300 شرکت‌کننده را با شرکای محلی جامعه متصل کرد که منابع عملی و آموزش‌های مختلف را در سراسر محدوده خدماتی دهستان ACRC ارائه می‌دهند. جمعیت صلیب سرخ آمریکا، مواد آموزشی مربوط به ایمنی در خانه را ارائه داد، در حالی که دفتر کلانتر شهرستان پلیس راهنمایی‌هایی درباره برنامه Blue Envelope ارائه کرد. اداره آتش‌نشانی شهرستان ساکرامنتو یک شبیه‌ساز تعاملی استفاده از کپسول آتش‌نشانی ارائه داد و شورای ایالتی ناتوانی‌های رشدی بیش از 100 کیت اضطراری رایگان توزیع کرد. سازمان Listos California بسته‌های آمادگی چندزبانه ارائه داد و ACRC نیز غرفه‌ای با منابع ویژه ناشنوایان و کم‌شنوایان به همراه ابزارهای برنامه‌ریزی اضطراری قابل دسترس و فرصت‌های آموزشی برگزار کرد. همچنین از بسیاری از تأمین‌کنندگان خدمات دیگر که با حضور خود در نمایشگاه به غنی‌تر شدن رویداد کمک کردند، قدرانی می‌کنیم. این نمایشگاه با ارائه مواد آموزشی فراگیر، نمایش‌ها و پشتیبانی‌های سازگار با حساسیت‌های حسی، همکاری‌های اجتماعی را تقویت کرد، برنامه‌ریزی اضطراری را با در نظر گرفتن افراد دارای ناتوانی ترویج داد و خانواده‌ها را با دانش و اعتمادبه‌نفس لازم برای آمادگی در شرایط اضطراری مجهز ساخت.

تمرکز بر آموزش



سال 2025، سالی پر بار و پرمشغله برای تیم آموزش بود. ما برای سومین دوره سالانه آموزش رهبران و مدیران نوظهور با دانشگاه کالیفرنیا، دیویس (UC Davis) قرارداد بستیم. همکاری با تأمین‌کننده خدمات CircleUp Education را برای ارائه آموزش شایستگی فرهنگی ادامه دادیم. با به‌روزرسانی‌های جدید انجام‌شده، آموزش شایستگی فرهنگی اکنون به‌صورت آنلاین و از طریق وبسایت LMS در دسترس است. وبسایت «سامانه مدیریت یادگیری (LMS) ویژه همه کارکنان ACRC» نیز با به‌روزرسانی‌ها و آموزش‌های جدید ارتقا یافت.

همه کارکنان اکنون قادرند آموزش یادداشت T19 را مرور کنند و بیشتر بیاموزند که چگونه قالب استاندارد جدید IPP، زبان تفکر متمرکز بر فرد را در بر می‌گیرد. علاوه بر این، دو بازدید عمومی به صورت مجازی با حضور تأمین‌کنندگان خدمات ACRC برگزار شد. این بازدید به کارکنان ACRC فرصت داد تا مستقیماً با تأمین‌کنندگان خدمات ارتباط برقرار کرده و خدمات آن‌ها را بهتر بشناسند. ACRC همچنان به برگزاری و ترویج جلسات آموزشی، کارگاه‌ها و وبینارهای مختلف با موضوعات گوناگون برای جامعه خود ادامه می‌دهد. موضوعات شامل تصمیم‌گیری حمایت‌شده، حمایت‌گری والدین و آموزش مرتبط با اختلال سوءمصرف مواد و ناتوانی‌های ذهنی/رشدی است.



برای مشاهده فهرست کامل موضوعات آموزشی کارکنان، به صفحه 17 مراجعه کنید.

روشن کردن درخت کریسمس ساختمان کنگره

از ارائه‌دهندگان خدمات خود بابت تزئینات زیبایی که امسال برای درخت ACRC در ساختمان کنگره آماده کردند، سپاسگزاریم. از مراجعان وفادارمان که با وجود سرمای هوا به مدیر اجرایی، لوری بانالز (Lori Banales)، در تزئین درخت مرکز منطقه‌ای کمک کردند، صمیمانه قدردانی می‌کنیم.



برگزاری جلسات دریافت بازخورد توسط ACRC — دریافت بازخورد، یادگیری و رشد در کنار یکدیگر



ما مفتخریم که وقت و توجه خود را صرف ارتباط مستقیم و معنادار با جامعه‌مان می‌کنیم. در فصل گذشته، تمرکز ما بر دریافت بازخوردهای ارزشمند از طریق مجموعه‌ای از جلسات دریافت بازخورد و نظرات بود تا اطمینان حاصل کنیم که صدای افرادی که خدمت‌رسانی می‌کنیم شنیده شده و در کار ما منعکس می‌شود.

چندین جلسه مهم برگزار کرده‌ایم، از جمله:

- خانواده‌های سیاه‌پوست/آفریقایی‌تبار (25/9/30) – گردهمایی حضوری که با همکاری شورای ایالتی ناتوانی‌های رشدی برگزار شد و به گفت‌وگوی آزاد و تقویت ارتباطات اجتماعی کمک کرد.
- افراد مبتلا به فلج مغزی (25/10/23) – یک جلسه مجازی که به‌طور ویژه دیدگاه‌ها و نیازهای خاص آن‌ها را بررسی کرد.
- مراقبان افراد سالخورده و عزیزانشان (25/11/18) – یک گفت‌وگوی مجازی که بر چالش‌ها و امیدهای افرادی متمرکز بود که از اعضای خانواده در نسل‌های مختلف مراقبت می‌کنند.
- جامعه سوئد لیک تاهو (25/12/12) – یک جلسه مجازی که افراد مختلف از سراسر منطقه را گرد هم آورد تا تجربیات و ایده‌های خود را به اشتراک بگذارند.

این جلسات روشی مؤثر برای دریافت بازخورد و پیشنهاد در زمینه‌های مختلف بوده‌اند. با شنیدن مستقیم نظرات جامعه خود، بینش‌هایی کسب می‌کنیم که ما را در بهبود خدمات و تقویت همکاری‌ها هدایت می‌کنند.

جلسات بیشتری برای سال آینده برنامه‌ریزی شده است. با همکاری یکدیگر، یک مرکز منطقه‌ای قوی‌تر و پاسخ‌گوتر را از طریق هر گفت‌وگو می‌سازیم.

برای اطلاع از فرصت‌های آتی برای شرکت در جلسات دریافت بازخورد، لطفاً به نشانی زیر مراجعه کنید:

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



برنامه «روز آفتابی» اولین نمایش مد سالانه خود را برگزار کرد

از پریسیلا هولمز (Priscilla Holmes) متشکریم که عکس‌های رویداد اخیر برنامه روزانه خود را به اشتراک گذاشت. اطلاعات بیشتر:

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



اطلاعیه: اهمیت طرح برنامه فردی (IPP) امضا شده

بر اساس قانون، ACRC موظف است قبل از اجرای خدمات و حمایت‌ها، یک طرح برنامه فردی (IPP) امضا شده داشته باشد. IPP یک سند مشارکتی است که اهداف، خدمات و حمایت‌هایی را که توسط شما و تیم برنامه‌ریزی شما تعیین شده‌اند، مشخص می‌کند.



مطابق با ماده (g) 4646 قانون رفاه و مؤسسات، تا زمانی که IPP امضا نشده باشد ACRC نمی‌تواند خدمات را مجاز یا ارائه کند. این مرحله تضمین می‌کند که شما در فرایند برنامه‌ریزی به‌طور کامل مشارکت دارید و خدمات مطابق با انتخاب‌ها و نیازهای شما ارائه می‌شوند. ما از همه مراجع‌کنندگان و خانواده‌ها درخواست می‌کنیم که IPP خود را فوراً مرور و امضا کنند تا خدمات بدون تأخیر آغاز شود.

پشتیبانی رایگان برای خانواده شما: معرفی برنامه BRIGHTLIFE KIDS

فصل تعطیلات اغلب پرهیجان است و می‌تواند برای کودکان و مراقبان با استرس و احساسات شدید همراه باشد. می‌خواهیم یک منبع ارزشمند و رایگان برای خانواده‌های شما به اشتراک بگذاریم: **BrightLife Kids**. این برنامه رایگان برای کودکان 0 تا 12 ساله‌ای است که در کالیفرنیا زندگی می‌کنند. همین امروز در brightlife.kids/ca ثبت‌نام کنید تا به جلسات ویدیویی زنده انفرادی با یک متخصص اختصاصی و منابع دیجیتال دسترسی پیدا کنید.

نوزادان/کودکان نوپا

مربی‌گری برای والدین/مراقبان تازه‌کار

با مراحل رشد کودک آشنا شوید، اضطراب جدایی را مدیریت کنید، صبر را تقویت کنید، کودکان را به امتحان کردن تجربه‌های جدید تشویق کنید، راهکارهایی برای خواب بهتر بیاموزید و نکات بسیار دیگری را کشف کنید.

کودکان

مربی‌گری برای کودکان و والدین/مراقبان آن‌ها

یاد بگیرید چگونه احساسات قوی مانند غم، نگرانی و خشم را به روش‌های سالم بیان کنید، یادگیری متناسب با سن را تشویق کنید، زمان تنهایی و تعامل اجتماعی را متعادل سازید و نکات بسیار دیگری را بیاموزید.

پیش‌نوجوانان

مربی‌گری برای پیش‌نوجوانان و والدین/مراقبان آن‌ها

بیاموزید چگونه مرزهایی در استفاده از شبکه‌های اجتماعی تعیین کنید، فشار همسالان را مدیریت کنید، حس رو به رشد استقلال فرزندان را پرورش دهید، اعتماد به نفس و عزت نفس بسازید، حس مشارکت و پذیرش دیگران را تقویت کنید و نکات بسیار دیگری را بیاموزید.



BrightLife Kids
A CalHOPE program by Brightline

در صورت نیاز به کمک، با چه کسی تماس بگیریم؟

مرکز منطقه‌ای آلتا کالیفرنیا (ACRC) متعهد به کمک به مراجعه‌کنندگان برای دسترسی به خدمات و حمایت‌های مورد نیاز شما است. در اینجا افرادی که در مواقع نیاز فوری می‌توانید با آن‌ها تماس بگیرید آورده شده است.

مرحله 1: با هماهنگ‌کننده خدمات خود (SC) تماس بگیرید.

مرحله 2: با مدیر SC خود (مدیر خدمات مراجعه‌کنندگان) تماس بگیرید. نام و شماره تلفن مدیر SC شما در پایین خط امضای ایمیل SC شما درج شده است.

مرحله 3: با یکی از مدیران خدمات مراجعه‌کنندگان ACRC تماس بگیرید: جنیفر بلوم (Jennifer Bloom) به شماره @ 978-6572 (916) یا میشل جانسون (Mechelle Johnson) به شماره @ 978-6653 (916)

*لطفاً توجه داشته باشید که میز پذیرش ما آماده است تا برای تماس با فرد مورد نیازتان به شما کمک کند. لطفاً تماس بگیرید: 978-6400 (916).

ACRC متعهد به ارائه خدمات ممتاز به مراجعه‌کنندگان است.

مراقب - نقشی که کمتر انتظار داشتیم

پگی آ. روسی (PEGGY A. ROSSI)، کارشناسی پرستاری/مدیریت عمومی (BSN/MPA) -
پرستار ثبت شده/پرستار سلامت عمومی (RN/PHN)

تعطیلات 2025 به پایان رسید، اما مراقبان خانواده با نزدیک شدن سال نو، از تعطیلات آینده نگران‌اند. حالا باید به تعطیلات 2026 فکر کنید و با خود بگویید: «تعطیلات را دوست دارم، اما همین الان هم حسای سرم شلوغ است.» و چرا هر بار با نزدیک شدن تعطیلات، مسئولیت‌های بیشتری بر عهده می‌گیرم؟ بله، شما می‌خواهید سنت‌ها را ادامه دهید، اما دیگر انرژی یا وقت کافی ندارید و دچار اضطراب می‌شوید! شما همین الان هم تحت فشار و استرس هستید و در اعماق وجودتان می‌دانید که توانایی اضافه کردن مسئولیت‌های بیشتر را ندارید.

همان‌طور که همه می‌دانیم، مراقبت از اعضای خانواده کار آسانی نیست و به دل قوی نیاز دارد. مراقبت از خانواده کاری دشوار است، نه تنها از نظر جسمی، بلکه در بسیاری از موارد، اگر مراقب نباشید، فشارهای عاطفی و ذهنی آن بسیار شدیدتر است. تعطیلات این فشارها را با احساس گناه، خستگی و غم بیشتر تشدید می‌کند. بنابراین، توصیه‌های من این است:

1. نقش خود را به‌تنهایی بر عهده نگیرید. بیاموزید که به درستی و در زمان مناسب «بله» و «نه» بگویید.
 2. یاد بگیرید که از خودتان مراقبت کنید. این به معنای اختصاص دادن چندین دقیقه 10 دقیقه‌ای در طول روز به عنوان «وقت خودم» است. مراقبت از خودتان خودخواهی نیست؛ بلکه ضروری است.
 3. یک تقویم و فهرستی از اعضای خانواده و دوستانی که مایل به کمک هستند تهیه کنید. سپس اجازه دهید آن‌ها کمک کنند و تا حد امکان مسئولیت‌ها را بر عهده بگیرند، حتی اگر این وظایف قبلاً بر عهده شما بوده است. هدف شما بازتنظیم مرزهای خود و کاهش هرگونه استرس غیرضروری است.
 4. به دنبال راه‌هایی برای استراحت و فرار از فشار باشید (در حوزه خدمات درمانی به آن «مراقبت فرجه‌ای» یا Respite گفته می‌شود). با بیمه سلامت عزیزتان همکاری کنید تا ارائه‌دهندگان مناسب را بیابید که می‌توانند نیازهای (پزشکی یا رفتاری) او را برآورده کنند و در عین حال به شما اجازه دهند چند روز استراحت داشته باشید.
 5. هرگونه گروه حمایتی برای مسائل ذهنی/رشدی (محلی یا آنلاین) را جستجو کنید؛ در عصر فناوری امروز، بسیاری از این گروه‌ها به صورت تلفنی نیز فعال هستند. هدف این است که از دیگران بیاموزید چه روش‌هایی مؤثر است و چه روش‌هایی نیست.
- به یاد داشته باشید، هدف اصلی شما داشتن زمانی برای کاهش استرس است، با تمرکز بر لذت بردن حداقلی و حذف هرگونه آشفتگی و فشار اضافی.



اطلاعات بیشتر درباره حمایت ACRC از مراقبان افراد سالخورده را اینجا ببینید:

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

روز سانتا 2025

تبریک به کارکنان داوطلب و فوق العاده ما که یک روز سانتای بهیادماندنی دیگر برای جامعه ما خلق کردند.



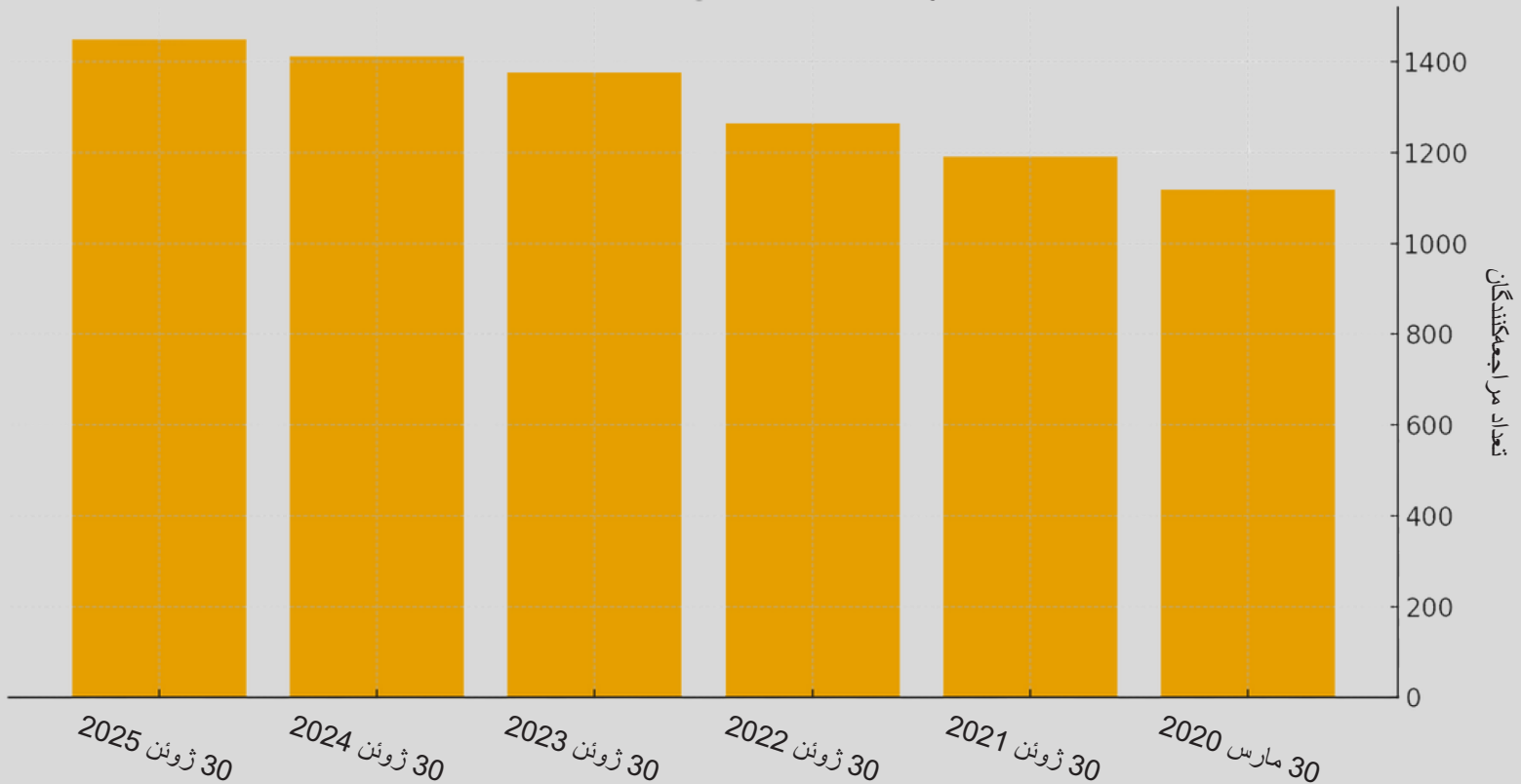
رشد پایدار جمعیت سالخورده

داده‌های ACRC نشان می‌دهد که تعداد مراجعان 60 سال به بالا به طور مداوم افزایش یافته است. بین مارس 2020 تا ژوئن 2025، جمعیت سالمندان تحت پوشش ACRC از 1,119 نفر به 1,449 نفر افزایش یافت—که نشان‌دهنده رشد 330 نفری یا 29/5 درصدی طی پنج سال است. این رشد پایدار نشان می‌دهد که افراد دارای ناتوانی‌های رشدی، طول عمر طولانی‌تری دارند.

ACRC با چندین ابتکار عمل، به رفع نیازهای مراجعه‌کنندگان سالخورده و مراقبان‌شان ادامه می‌دهد:

- تعامل در سطح ایالتی و ملی – ACRC به‌صورت ماهانه با مراجعه‌کنندگان، اعضای خانواده، حامیان و ذی‌نفعان جامعه دیدار می‌کند تا از نیازهای مراجعه‌کنندگان سالخورده و مراقبان آن‌ها حمایت کند.
 - برنامه AB3291/برنامه‌ریزی هماهنگ آینده – هماهنگ‌کنندگان خدمات آموزش دیده‌اند تا نیازهای مسکونی مراجعه‌کنندگان را شناسایی و مستندسازی کنند و به نیازهای حمایتی مراقبان نیز رسیدگی کنند.
 - توسعه مسکن – ACRC به‌طور فعال به دنبال فرصت‌هایی برای فراهم کردن انواع مختلف گزینه‌های مسکن برای مراجعه‌کنندگان مرکز منطقه‌ای است.
 - طرح آزمایشی فناوری کمکی – استفاده از فناوری برای حمایت از مراجعه‌کنندگان در محیط دلخواه‌شان
 - همکاری برای حمایت مستقیم و خدمات پیمانکاری – ACRC در همکاری با مرکز منطقه‌ای Valley Mountain، یک وب‌سایت و چند نمایشگاه شغلی راه‌اندازی کرده است تا نیازهای استخدامی ارائه‌دهندگان خدمات را حمایت کند.
- این ابتکارات نشان‌دهنده تعهد مستمر ACRC به حمایت از افراد سالخورده و مراقبان آن‌ها در مواجهه با تغییر نیازهایشان است.

مراجعه‌کنندگان 60 سال به بالای ACRC



به روز رسانی توسعه منابع

بخش عمده‌ای از فعالیت‌های امسال ما صرف همکاری با «واحد حسابداری» برای اجرای مطالعه نرخ‌های ایالتی شد. در حالی که بر این وظیفه تمرکز داشتیم، به پردازش قراردادهای جدید با تأمین‌کنندگان خدمات ادامه دادیم و خوشحالیم که گزارش دهیم سه نوع تأمین‌کنندگان خدمات که اغلب توسط ذی‌نفعان ما درخواست می‌شوند، همچنان رشد داشته‌اند.

تعداد ارائه‌دهندگان خدمات جدید به تفکیک سال

2024	2025	نوع تأمین‌کننده خدمات
57	76	اقامتگاه‌های مراقبتی
19	25	آژانس خدمات زندگی تحت حمایت
14	23	گفتاردرمانی

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

هنرمند منتخب: کریستینا سوارت (CHRISTINA SWART)



کریستینا سوارت از سال 2008 در Neighborhood Center of the Arts (مرکز محله‌ای هنرها) حضور داشته است. او از کار روی بوم‌های نقاشی، سفالگری و آثار هنری چندرسانه‌ای لذت می‌برد. الهام آثار کریستینا از طبیعت و به کارگیری رنگ‌های شاد و متنوع در هنر او سرچشمه می‌گیرد. او از چالش‌های خلاقانه استقبال می‌کند و از طریق هنر خود، ایده‌هایش را به واقعیت تبدیل می‌کند. اگر علاقه‌مند به خرید هر یک از آثار متنوع کریستینا، از جمله آثار هنری، سفال و آثار چندرسانه‌ای هستید، لطفاً از راه‌های زیر اقدام کنید:

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

ساعات کار: ساعات فعالیت استودیو: دوشنبه تا جمعه، ساعت 9 صبح تا 2 بعدازظهر

تلفن: (530) 7287-272

ایمیل: NCAADMIN@NCCN.NET

اینستاگرام: @ncagrassvalley

فیسبوک: Neighborhood Center of the Arts | Grass Valley CA | Facebook

Etsy: NCAGrassValley - Etsy

آموزش کارکنان 2025

نام	تسهیل‌گر	نام	تسهیل‌گر
آموزش رهبران/مدیران نوظهور	دانشگاه کالیفرنیا، دیویس	کارگاه آموزشی SDP	IFTA
آموزش درباره اختلال سوءمصرف مواد و ناتوانی‌های رشدی-ذهنی (IDD)	دکتر لوری الدریج (Dr. Lori Eldridge)	گروه آموزش و حمایت از مراقبان	برنامه‌های اجتماعی Turning Point
بازدید عمومی مجازی Maxim Healthcare	تأمین‌کننده خدمات	وبینار حقوق مسکن، مسائل مربوط به موجر/مستاجر	حقوق افراد دارای ناتوانی CA/ ACRC
بازدید عمومی مجازی Happy Ladders	تأمین‌کننده خدمات	کارگاه آموزشی تصمیم‌گیری حمایت‌شده	ACRC
شایستگی فرهنگی	برنامه CircleUp Education	رویداد اجتماعی ناشنوایان توانمند و سالم – کارگاه آموزشی	شهرستان ساکرامنتو
IPP استاندارد شده	سامانه مدیریت یادگیری (LMS) ویژه همه کارکنان ACRC	اطلاع‌رسانی درباره خطر: قرارگیری جنین در معرض فنتانیل پیش از تولد	SACCounty Healthy Beginnings (برنامه آغازهای سالم شهرستان ساکرامنتو)
آموزش یادداشت T19	سامانه مدیریت یادگیری (LMS) ویژه همه کارکنان ACRC	حمایت‌گری والدین: نکات حمایتی برای دفاع از حقوق فرزندان در آموزش ویژه	ACRC
حقوق والدین و حفاظت‌های رویه‌ای	SCDD	کارگاه آموزش ویژه: برنامه آموزش فردی (IEP)	مرکز منابع خانواده Warmline
جلسه عمومی LOIS	DDS	Medicaid و حمایت از افراد دارای ناتوانی‌های ذهنی/رشدی	ARCA
کارگاه آموزشی تصمیم‌گیری حمایت‌شده	ACRC	کارگاه آموزشی تصمیم‌گیری حمایت‌شده	ACRC
3 ساله شدن	ACRC	کارگاه آموزشی استخدام کارکنان	DDS, CalABLE, TkMomentum
کارگاه‌های آموزشی SacRT	SacRT	تعصب و انگ اجتماعی در سیستم خدمات درمانی	SACCounty Healthy Beginnings (برنامه آغازهای سالم شهرستان ساکرامنتو)
جلسه عمومی مجازی LOIS	DDS	وبینار پرسش‌های متداول در آموزش ویژه	ACRC
کارگاه آموزشی تصمیم‌گیری حمایت‌شده	ACRC	کاهش هزینه‌های Medicaid دیگر فقط یک پیشنهاد نیست	SCDD
آموزش درباره اختلال سوءمصرف مواد و ناتوانی‌های رشدی-ذهنی (IDD)	دکتر لوری الدریج (Dr. Lori Eldridge)	کارگاه آموزشی حقوق والدین و حفاظت‌های رویه‌ای	DDS
درک فرآیند آموزش ویژه و IEP	ACRC		
راهنمای گام‌به‌گام برنامه خودتعیین‌گری (SDP)	DDS		