

மன நலம் / பொருள் துஷ்பிரயோகச் சேவைகள்
(Mental Health/Substance Abuse Services)

பழக்கவழக்கம் சார்ந்த உடல்நலத்திற்கான அணுகல் (Access to Behavioral Health)

240-777-1770
முக்கிய மனநலம் சார்ந்த மற்றும்/அல்லது போதைப்பொருள் சார்ந்த பிரச்சினைகளுக்கான சேவைகள் தேவைப்படும் குடியிருப்பாளர்களுக்கு மதிப்பீட்டையும், தொடர்புகளையும் அளிக்கிறது. பிறத்திட்டங்களில் பின்வருபவை உள்ளடங்குகின்றன:

- வயதுவந்தோர் நடத்தை நல மேலாண்மை (Adult Behavioral Health Program)
- குழந்தை & வளரிளம் பருவத்தினர் மனநலத் திட்டம் (Child & Adolescent Mental Health Program)
- மனநல நிகழ்வு மேலாண்மை (Mental Health Case Management)
- முதியோர்க்கான மனநலச் சேவைகள் (Mental Health Services for Seniors)
- வெளிநோயாளிக்கான தீய பழக்கங்களுக்கு அடிமையாதல் மற்றும் மனநலம் தொடர்பான சேவைகள் (Outpatient Addiction and Mental Health Services)
- யூத சமூக சேவை முகமையின் காதுகேளாதவருக்கான அல்லது கேட்பதில் குறைபாடு கொண்டவருக்கான மனநலச் சேவைகள் (Jewish Social Service Agency Mental Health Services for People who are Deaf or Hearing Impaired)
- இணைக்கப்பட்ட சேண்டி குழுமத்தின் மூத்தோருக்கான மனநலச் சேவைகள் (Affiliated Santé Group Mental Health Services for Seniors)
- குடும்ப சேவைகள் நிறுவனத்தின் வெளிநோயாளிக்கான மனநல மையம் (Family Services, Inc. Outpatient Mental Health Center)

எவ்ரிமைன்ட் மோன்ட் கோமரி கவுண்டி ஹாட்லைன் (EveryMind Montgomery County Hotline) 301-738-2255

- இலவசமான மற்றும் கழுக்கமான சேவைகளை அளிக்கிறது
- தொலைபேசிச் சேவை: 24 மணி நேரமும் ஒரு வாரத்தில் 7 நாட்களுக்கும்
 - உரைச்செய்தி சேவை: ஞாயிறு-வியாழன் மதியம் 12:00 மணி - மாலை 9:00 மணி

உள்ளூர் மருத்துவமனைகள் (Local Hospitals)

- ஹோலி கிராஸ் மருத்துவமனை (Holy Cross Hospital) **301-754-7000**
- மெட்ஸ்டார் மான்ட் கோமரி மருத்துவம் (MedStar Montgomery Medical) **301-774-8882**
- புறநகர் மருத்துவமனை (Suburban Hospital) **301-896-3100**
- ஷேடி க்ரோவ் அட்வெண்டிஸ்ட் மருத்துவமனை (Shady Grove Adventist Hospital) **240-826-6000**
- வாஷிங்டன் அட்வெண்டிஸ்ட் மருத்துவமனை (Washington Adventist Hospital) **301-891-7600**

மாண்ட்கோமெரி கயார்ஸ் மருந்தகம்
(Montgomery Cares Clinics)

காப்பீடு செய்திராத, குறைவான வருவாயுள்ள, மாண்ட்கோமெரி கவுண்டி பகுதியில் வசிப்பவர்களுக்கு மருத்துவக் கவனிப்பை வழங்குகிறது (சட்ட ரீதியான அந்தஸ்து குறித்த ஆவணம் எதுவும் தேவையில்லை)

கம்யூனிட்டி கிளினிக்ஸ், ஐஎன்சி. (Community Clinics, Inc.)
(மெடிக்கெர் மற்றும் மெடிக்கெய்ட் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்)

Gaithersburg **240-720-0510**

Silver Spring **301-585-1250**

Takoma Park **301-431-2972**

ஹோலி கிராஸ் ஹாஸ்பிட்டல் ஹெல்த் சென்டர் (Holy Cross Hospital Health Center) (மருத்துவத்தை ஏற்றுக்கொள்கிறார்)

Silver Spring, Aspen Hill, Gaithersburg & Germantown **301-557-1940**

மேன்ஸ்டீபிட்டு கேஸ்மேன் ஹெல்த் கிளினிக் (Mansfield Kaseman Health Clinic) (மருத்துவத்தை ஏற்றுக்கொள்கிறார்)

Rockville **301-917-6800**

மேரிஸ் சென்டர் கிளினிக் (Mary's Center Clinic)
(மெடிக்கெர் மற்றும் மெடிக்கெய்ட் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்)

Silver Spring **240-485-3160**

மெர்சி ஹெல்த் கிளினிக் (Mercy Health Clinic)
(மருத்துவத்தை ஏற்றுக்கொள்கிறார்)

Gaithersburg **240-773-0322**

மொபைல் மெடிக்கல் கேர், ஐஎன்சி. (Mobile Medical Care, Inc.)

Germantown **301-634-9600**

அநேக இடங்கள் & நேரடியாக வந்து தரும் சேவைகள் **301-493-2400**

முஸ்லிம் கம்யூனிட்டி சென்டர் மெடிக்கல் கிளினிக் (Muslim Community Center Medical Clinic) (மெடிக்கேர் மற்றும் மெடிக்கெய்ட் ஏற்றுக்கொள்ளப்படும்)

Silver Spring **301-384-2166**

பேன் ஆசியன் வாலண்டீர் ஹெல்த் கிளினிக் (Pan Asian Volunteer Health Clinic)

Gaithersburg **240-393-5950**

புரோயெக்டோ சால்ட் (Proyecto Salud)
(மருத்துவத்தை ஏற்றுக்கொள்கிறார்)

Wheaton **301-962-6173**

Olney **301-260-1073**

ஸ்பானிஷ் கத்தோலிக்க மைய மருத்துவச் சேவை (Spanish Catholic Center Medical Clinic)

Silver Spring **301-434-8985**

Revised on: 03/06/19
REB.TAM.02

Tamil



Together To Build A Healthy Community

மாண்ட்கோமெரி கவுண்டி பகுதியில் வசிப்பவர்களுக்கான சுகாதார மற்றும் சமுதாயச் சேவை ஆதார வளங்கள்



Montgomery County
Department of Health and Human Services
Asian American Health Initiative
1401 Rockville Pike, 3rd Floor
Rockville, MD 20852
தொலை: 240-777-4517
தொலைநகல்: 240-777-4564
இணையதளம்: www.AAHIinfo.org
மின்னஞ்சல்: info@AAHIinfo.org

தேடு: Asian American Health Initiative
Twitter: @AAHI_info

240-777-4517 என்ற எண்ணில் அழைத்து வேண்டுகோள் விடுப்பதன் வாயிலாக, இந்த ஆவணத்தின் மாற்று வடிவங்கள் கிடைக்கப் பெறுகின்றன. TTY வசதியை உபயோகிப்பவர்கள் 711 (மாநிலத்திற்கு உள்ளிருந்து அழைக்கும் அழைப்புகள்) என்ற எண்ணில் மேரிலேண்ட் ரிலே சேவையை அழைக்கலாம் அல்லது 1-800-735-2258 என்ற எண்ணில் (மாநிலத்திற்கு வெளியே இருந்து அழைக்கும் அழைப்புகள்) அழைக்கலாம்.

பயணித்திடு [Ride on] / மெட்ரோ [Metro] நிறுத்தத்தில் ஒரு சவாரிக்கு 0.5 மைல்களுக்குள் அணுக முடியும்

முதுமக்கள் மற்றும் ஊனமுற்றோர் சேவைகள் (Senior & Disability Services)

ஏஜிங் & டிஸாபிலிட்டி ரிசோர்ஸ் யூனிட் (Aging & Disability Resource Unit) 240-777-3000
முதியோர் மற்றும் / அல்லது குறைபாடுடைய மக்கள் மற்றும் அவர்களைக் கவனிப்பவர்கள் / வீட்டு உதவிசெய்வோர் போன்ற கீழ்க்கண்டவர்களுக்கு தகவல் மற்றும் ஆதாரங்களை வழங்குகிறது:

- வயது வந்தோர் பாதுகாப்புச் சேவைகள் (Adult Protective Services)
- வீட்டுப் பராமரிப்பு
- குடும்பப் பராமரிப்பாளர்களுக்கான ஆதரவு
- நிதி உதவி
- சீனியர் கேர் உதவியை புரோக்ராம் (Senior Care Subsidy Program)
- போக்குவரத்து
- வீட்டுவசதி

சீனியர் நுட்ரிஷன் புரோக்ராம் (Senior Nutrition Program) 240-777-3810

குழு அமைவுகளில் சாப்பாடுகளை வழங்குகிறது
முதியோர் பல்மருத்துவத் திட்டம் (Senior Dental Program) 240-777-1875

60+ வயது வந்தோருக்கான பொது பல் பராமரிப்புச் சேவைகளை வழங்குகிறது

கனெக்ட்-ஏ-ரைடு (Connect-A-Ride) 301-738-3252
50+ வயதுடைய வயது நிரம்பியவர்கள் மற்றும் ஊனமுற்றவர்களுக்கான போக்குவரத்து வசதி வாய்ப்புகள் குறித்த தகவல்களை வழங்குகிறது

கால் 'அன்' ரைடு (Call 'N' Ride) 301-948-5409
முதுமக்கள் மற்றும் ஊனமுற்றவர்களுக்கான போக்குவரத்து வசதி

மெடிக்கெய்டு டிரான்ஸ்போர்ட்டேஷன் இன்ஃபர்மேஷன் லைன் (Medicaid Transportation Information Line) 240-777-5890

மெடிக்கெய்டு வசதியை வழங்குபவர்களிடம் மருத்துவம் பெற நேரம் குறிப்பதற்கு

மாநில சுகாதார காப்பீட்டு உதவித் திட்டம் (State Health Insurance Assistance Program, SHIP) 301-255-4250
முதியோர், ஊனமுற்றோர், குடும்பங்கள் மற்றும் அவர்களைக் கவனிப்பவர்கள் போன்றவர்களுக்கு இலவச மருத்துவ தகவல் மற்றும் ஆலோசனையை வழங்குகிறது

வயதானவர்களுக்கான தேசிய ஆசிய பசிபிக் மையம் (National Asian Pacific Center on Aging, NAPCA) 1-800-336-2722

மருத்துவம் மற்றும் மருத்துவ உதவி பற்றிய தகவல் மற்றும் உதவிக்கான தேசிய கட்டணமில்லா உதவி எண்கள்

சினர்களுக்கு: **1-800-582-4218**

கொரியர்களுக்கு: **1-800-582-4259**

வியட்நாமியர்களுக்கு: **1-800-582-4336**

கீழே பட்டியலிடப்பட்டுள்ள சேவைகள் தகுதித் தேவைகளைக் கொண்டிருக்கலாம். நீங்கள் தகுதி பெற்றிருக்கின்றீர்கள் என்பதைத் தெரிந்துகொள்ள, தயவுசெய்து திட்ட எண்களில் அழைக்கவும் அல்லது மோன்ட் கோமரி கவுண்டியின் வலைத்தளத்தைப் பார்க்கவும்: www.montgomerycountymd.gov/hhs

புற்றுநோய் சேவைகள் (Cancer Services)

பெண்கள் புற்றுநோய்க் கட்டுப்பாட்டுத் திட்டம் (Women's Cancer Control Program)
 மார்பக மற்றும் கர்ப்பப்பைவாய்ப் புற்றுநோய் பரிசோதனைகளை
 பெருங்குடல் மற்றும் மலக்குடல் புற்றுநோய் கண்டறியும் திட்டம் (Colorectal Cancer Screening Program) **240-777-1222**

ஹெப்பைட்டைட்டிஸ் B சேவைகள் (Hepatitis B Services)

STOP B திட்டம் (STOP B Project) **240-393-5950**
 இலவசக் கல்வி, இலவசப் பரிசோதனை, தடுப்பூசி மற்றும் சிகிச்சைப் பரிந்துரைகளை வழங்குகிறது
 பெரிநேட்டல் ஹெப் B திட்டம் (Perinatal Hep B Program) **240-777-1755**

பச்சிளங்குழந்தைகளில் ஹெப்பைட்டைட்டிஸ் B ஏற்படாமல் தடுத்தல்

ஓய்வு நகரம் கிழி விடுவது (Quit Smoking Services)

இலவச அழைப்பு, இலவச ஆதரவு, மற்றும் இலவச மருந்து
 மெரிலாண்ட் புகையிலை குவிட்டலைன் (Maryland Tobacco Quitline) **1-800-784-8669**
 ஆசிய ஸ்மோகர்ஸ் குவிட்டலைன் (Asian Smokers' Quitline) **1-800-838-8917**
 சீனர்களுக்கு: **1-800-778-8440**
 வியாட்நாமியர்களுக்கு: **1-800-556-5564**
 கொரியர்களுக்கு:

பல்மருத்துவச் சேவைகள் (Dental Services)

பல்மருத்துவச் சேவைகள் (Dental Services) **240-777-1875**
 பொதுவான பல்மருத்துவக் கவனிப்பை வழங்குகிறது
 HIV பல்மருத்துவச் சேவைகள் (HIV Dental Services) **240-777-1737**
 HIV உள்ள வாடிக்கையாளர்களுக்கான பொதுவான பல்மருத்துவக் கவனிப்பு

மருத்துவப் பாதுகாப்பு (Medical Coverage)

மெடிக்கெய்டு/ஹெல்த் சாய்ஸ் (Medicaid/Health Choice) **240-777-1635**
 கருவுற்ற பெண்கள், குழந்தைகள் மற்றும் ஊனமுற்றுள்ள வயது நிரம்பியோருக்கான கவனிப்பு ஒருங்கிணைப்பு வீட்டில்லாத வயது நிரம்பியவர்களுக்கான மருத்துவக் கவனிப்பு (Medical Care for Homeless Adults) **240-777-0311**

சமுதாயச் சுகாதாரச் சேவைகள் (Community Health Services)

நோய்க் கட்டுப்பாடு (Disease Control) **240-777-1755**
 பாலியல் நோய்கள், காசநோய் மற்றும் எச்.ஐ.வி நீங்கலாக தொற்று நோய்கள் ஏற்படும் நிகழ்வுகளை விசாரணை செய்கிறது.
 பொது எதிர்ப்புச் சக்தியூட்டல் திட்டம் (General Immunization Program) **240-777-1050**
 பருவகாலம் சார்ந்த சளிக்காய்ச்சல் மற்றும் டீபீப் தடுப்பூசிகளை வழங்குகிறது
 HIV நோயாளி மேலாண்மை (HIV Case Management) **240-777-1869**

விரிவான HIV சேவைகளை வழங்குகிறது
 STI/HIV பரிசோதனை செய்தல் (STI/HIV Testing) **240-777-1760**

நோய்கள் மற்றும் HIV ஆகியவற்றின் பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை
 TB பரிசோதனை மற்றும் சிகிச்சை (TB Testing and Treatment) **240-777-1800**
 சர்வதேச பயணத் தகவல் (International Travel Info) **240-777-0311**

உணவு விஷத்தன்மை (Food Poisoning) **240-777-3986**
 இத்தொலைபேசி எண், உணவு/உணவு மையங்களுக்கு உரிமம் வழங்குதலுக்கும், அவ்வுணவு மையங்கள் சம்பந்தமாக பொதுமக்கள் புகார் தெரிவிப்பதற்கும்

நிதியுதவி / வீட்டுவசதி (Financial Assistance/Housing Services)

ஆனதாகும்
 பொதுமக்கள் உதவித் திட்டங்கள் (Public Assistance Programs) வரும்பொழுது, உணவு மற்றும் மருத்துவ ஆதரவை வழங்குகிறது
 Germantown **240-777-3420**
 Rockville **240-777-4600**
 Silver Spring **240-777-3100**
 வாடகை உதவித் திட்டம் (Rental Assistance Program) **240-777-4400**

அவசர நிலை வெளியேற்றத் தடுப்பு (Emergency Eviction Prevention) **240-777-4448**
 நெருக்கடி குறுக்கீட்டு உதவியை வழங்குகிறது
 Germantown **240-777-4448**
 Rockville **240-777-4550**
 Silver Spring **240-777-3075**
 பயன்பாட்டு உதவித் திட்டம் (Utility Assistance Program) **240-777-4450**

அனலூட்டுதல் மற்றும் மின்சாரச் செலவுகளைச் செலுத்துவதற்கு உதவுகிறது

சுகாதார மற்றும் மனித சேவைகளின் மாண்ட் கோமெரி கவுண்டி துறை வழங்குகிற சேவைகள் எதுவும் தொடர்பான தகவல்களுக்கு, 240-777-0311 எண்ணில் MC 311 -ஐ அழையுங்கள்; எந்த மொழியிலிருந்து வரும் அழைப்புகளையும் ஏற்றுக் கொள்கிறோம். இணையதளம்: www.montgomerycountymd.gov/311

குழந்தைகளின் சேவைகள் (Children's Services)

சிறுபிள்ளைகளுக்கான கவனிப்பு (Care for Kids) **301-628-3450**
 முதன்மையானதும், பிரத்தியேகமானதுமான கவனிப்புச் சேவைகளை வழங்குகிறது
 சைல்டுலிங்க் (ChildLink) **240-777-4769**
 தகவல் மற்றும் பரிந்துரைச் சேவையை வழங்குகிறது
 மேரிலேண்ட் குழந்தைகளுக்கான உடல்நலத் திட்டம் (Maryland Children's Health Program, MCHP) **1-855-642-8572**

0-19 வயதுள்ள குழந்தைகளுக்கும், எந்த வயதையும் சேர்ந்த கருவுற்ற பெண்களுக்குமான சுகாதாரக் கவனிப்பை வழங்குகிறது
 பாடசாலை சுகாதாரச் சேவைகள் (School Health Services) **240-777-1550**
 பொதுப்பாடசாலைகளில் உள்ள மாணவர்களின் சுகாதாரம், பாதுகாப்பு மற்றும் நல-வாழ்வை உறுதியளித்து, மேம்படுத்துகிறது
 தடுப்பூசித் திட்டம் (Immunization Program) **240-777-1050**

19 வயதிற்குக் கீழுள்ள குழந்தைகளுக்கு நேரடியாகச் சென்று தடுப்பூசி போடும் வசதியை வழங்குகிறது

மகப்பேறு / இனப்பெருக்க சுகாதாரக் கவனிப்புச் சேவைகள் (Maternal/ Reproductive Health Care Services)

மெட்டேர்னிட்டி பார்ட்னர்ஷிப் (Maternity Partnership) **240-777-0311**

கர்ப்பகாலக் கவனிப்பை வழங்குகிறது
 ஹோலி கிராஸ் OB/GYN கிளினிக் (Holy Cross OB/GYN Clinic) **301-754-7630**
 கர்ப்பகால மற்றும் குழந்தை-பிறந்ததற்குப் பிந்தைய கவனிப்பை வழங்குகிறது
 குடும்பக் கட்டுப்பாடு / இனப்பெருக்கச் சுகாதாரம் (Family Planning/Reproductive Health) **240-485-3160**
 இனப்பெருக்கம் சார்ந்த சுகாதாரக் கவனிப்பு மற்றும் ஆலோசனைச் சேவைகளை வழங்குகிறது

கம்யூனிட்டி கிளினிக்ஸ், ஐஎன்.சி. (Community Clinics, Inc.)
 Silver Spring **301-585-1250**
 Takoma Park **301-431-2972**
 Gaithersburg குடும்ப சேவைகள் நிறுவனம் (Family Services, Inc.) **240-790-3334**
 மேரி'ஸ் செண்டர் கிளினிக் (Mary's Center Clinic) **240-485-3160**

வாஷிங்டனின் திட்டமிடப்பட்ட பெற்றோர் பருவத்திற்கான கெய்தர்ஸ்பர்க் மையம் (Gaithersburg Center Planned Parenthood) **301-208-1300**
 பதின்வயதினர் கர்ப்பம் (Teen Pregnancy) **240-777-1570**

இத்தொலைபேசி எண்ணில், தடுப்புக் கல்வி மாற்றும் பதின்வயதினர் பெற்றோர் ஆதரவுத் திட்டங்கள் அடங்குகின்றன

அவசரகால தயாரிப்புச் சேவைகள் (Emergency Preparedness Services)

பொது சுகாதார அவசரநிலை தயாராகுதல் மற்றும் பதிலளிப்புத் திட்டம் (Public Health Emergency Preparedness and Response Program) **240-777-3038**
 பொதுச் சுகாதார அவசரங்களை எவ்வாறு திட்டமிடுவது மற்றும் பதில்செயலாற்றுவது என்பதைப் பற்றிய தகவல்களை வழங்குகிறது

நோயாளி தகவல் தெரிந்து கொள்ளும் திட்டங்கள் (Patient Navigator Programs)

உடல்நல ஆதார வளங்கள் மற்றும் மொழிபெயர்ப்புச் சேவைகளுக்கான தகவல்கள் மற்றும் பரிந்துரைகளை வழங்குகிறது
 சீன், இந்தி, கொரிய மற்றும் வியாட்நாமிய மொழி பேசுபவர்களுக்கு: **301-760-7050**
 ஸ்பானிய மொழி பேசுபவர்களுக்கு: **301-270-8432**

தகுதிநிலை மற்றும் ஆதரவு தொடர்பான சேவைகளுக்கான அலுவலகம் (Office of Eligibility and Support Services, OESS)

மத்திய, மாநில மற்றும் கவுண்டி சுகாதாரத் திட்டங்களுக்கான விண்ணப்பம்
 Germantown **240-777-3591**
 Rockville **240-777-3120**
 Silver Spring **240-777-3066**

நெருக்கடிச் சேவைகள் (Crisis Services)

கேட்புத் திறன்றவர்களுக்கான மனநலச் சேவைகள் நெருக்கடி தீர்ப்பு மையம் / நடமாடும் நெருக்கடித் தீர்ப்புக் குழுவினர் (Crisis Center/Mobile Crisis Team) **240-777-4000**

24 மணி நேரமும் / வாரம் 7 நாட்களும்; தொலைபேசி வாயிலானதும், நேரடியாக வந்து தருகிறதுமான சேவைகளை வழங்குகிறது
 பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கான உதவி மற்றும் பால் ரீதியிலான தாக்குதல் நெருக்கடி தீர்ப்பு நேரடித் தொலைபேசி இணைப்பு (Victim Assistance & Sexual Assault Crisis Line) **240-777-4357**

24 மணி நேரம் / வாரம் 7 நாட்களும்
 தவறாகப் பயன்படுத்துதலால் பாதிக்கப்பட்ட நபர்களுக்கான நேரடித் தொலைபேசி இணைப்பு (Abused Persons Hotline) **240-777-4195**

வீட்டு வன்முறையினால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கும், அவர்தம் குடும்பத்தினருக்கும் விரிவான சேவைகளை வழங்குகிறது
 குழந்தையைத் தவறாக உபயோகித்தல் மற்றும் அலட்சியம் செய்தல் குறித்த நேரடித் தொலைபேசி இணைப்பு (Child Abuse & Neglect Hotline) **240-777-4417**
 தேசிய தற்கொலை தடுப்பு உயிர்நாடி மற்றும் முத்த சிப்பாய்கள் நெருக்கடி (National Suicide Prevention Lifeline & Veterans Crisis) **1-800-273-8255**

24 மணி நேரம் / வாரம் 7 நாட்களும்
 வயதுவந்தோருக்கான பாதுகாப்புச் சேவைகள் (Adult Protective Services) **240-777-3000**