मानसिक स्वास्थ्य (Mental Health)

व्यवहारिक स्वास्थ्यमा पहुँच **240-777-1770**

प्रमुख मानसिक स्वास्थ्य र/वा लागु पदार्थ दुरुपयोग समस्याहरूका लागि सेवाहरूको आवश्यकता परेका बासिन्दाहरूका लागि मूल्याङ्कन र सम्बन्धहरू प्रदान गर्दछ। निम्न कार्यक्रमहरू समावेश छन्:

- वयस्क व्यवहारिक स्वास्थ्य कार्यक्रम (Adult Behavioral Health Program)
- बाल तथा किशोर मानसिक स्वास्थ्य कार्यक्रम (Child & Adolescent Mental Health Program)
- मानसिक स्वास्थ्य मामला व्यवस्थापन (Mental Health Case Management)
- अग्रजहरूका लागि मानसिक स्वास्थ्य सेवाहरू (Mental Health Services for Seniors)
- बहिरङ्गी रोगीका लत र मानसिक स्वास्थ्य (Outpatient Addiction and Mental Health) सेवाहरू (Services)

बाल तथा किशोरका व्यवहारिक स्वास्थ्य सेवाहरू(Child and Adolescent Behavioral Health Services) **240-777-1450**

एभ्री माइन्ड (EveryMind) **301-738-2255**

हरेक हप्तामा 24 घण्टा/7 दिन ; टेक्स्ट सेवा: आइतबार-बिहीबार बेलुका12:00-बेलुका9:00

सङ्कट सेवाहरू (Crisis Services)

यी सेवाहरू हप्ताको 7 दिन,24 सै घण्टा उपलब्ध छन्। TTY का लागि, 711 डायल गर्नुहोस्।

24 सै घण्टा सङ्कट केन्द्र (Hour Crisis Center) **240-777-4000**

सङ्कट सेवा र मोबाइल सङ्कट टोली (Crisis Services & Mobile Crisis Team), MCT)

पीडित सहायता र यौन दुर्व्यवहारका कार्यक्रम (Victim Assistance and Sexual Assault Program) (VASAP) हप्ताका कार्य दिनहरू **240-777-1355**

24सै घण्टाको सङ्कट सेवाको लाइन **240-777-4357**

दुर्व्यवहार गरिएका व्यक्तिहरूका कार्यक्रम (Abused Persons Program) (APP) **240-777-4673**

बाल दुर्व्यवहार र उपेक्षा हटलाइन (Child Abuse & Neglect Hotline) **240-777-4417**

988 आत्महत्या र सङ्कटको लाइफलाइन (Suicide & Crisis Lifeline) **988**

वयस्क सुरक्षा सेवाहरू (Adult Protective Services) **240-777-3000**

बालबालिकाहरूका सेवाहरू (Children's Services)

बीमा नगरिएका बालबालिकाक लागि चिकित्सा हेरचाह (Medical Care for) (Uninsured Children) (बच्चाहरूका लागि हेरचाह) (Care for Kids)) **301-628-3450**

प्राथमिक र विशेष हेरचाह सेवाहरू

चाइल्डलिङ्क (प्रारम्भिक बाल्यकाल सेवाहरू) (ChildLink (Early Childhood Services)) **240-773-1190**

जन्मिएदेखि 5 वर्षसम्मका बालबालिका भएका परिवारहरूका लागि जानकारी र सिफारिस सेवा

मेरील्याण्ड बाल स्वास्थ्य कार्यक्रम (Maryland Children's Health Program) (MCHP) **1-855-642-8572**

0-19 वर्ष उमेरका बालबालिका र कुनै पनि उमेरका गर्भवती महिलाहरूका लागि स्वास्थ्य सेवा

काउन्टी मेडिकेड/स्वास्थ्य छनोट (प्रशासनिक हेरचाह समन्वय एकाइ) (County Medicaid/Health Choice (Administrative Care Coordination Unit)) **240-777-1635**

विद्यालय स्वास्थ्य सेवाहरू (School Health Services) **240-777-1550**

सार्वजनिक विद्यालयका विद्यार्थीहरूको स्वास्थ्य, सुरक्षा, र कल्याणको गरज र प्रवर्द्धन गर्छ।

रोग प्रतिरोधात्मक कार्यक्रम (Immunization Program)

19 वर्ष मुनिका बालबालिकाहरूलाई वाक-इन रोग प्रतिरोधात्मक निम्न स्थानहरू समावेश छन् :

डेनिस एभिन्यू (Dennis Avenue) स्वास्थ्य केन्द्र	**240-777-1050**
सिल्भर स्प्रिङ (Silver Spring) स्वास्थ्य केन्द्र	**240-777-3160**
विद्यालय स्वास्थ्य सेवा केन्द्र	**240-740-4430**
जर्मनटाउन स्वास्थ्य केन्द्र	**240-777-3380**

मोन्टगोमेरी काउन्टी स्वास्थ्य तथा मानव सेवा विभाग (Montgomery County Department of Health & Human Services) ले प्रदान गर्ने कुनै पनि सेवाहरूको बारेमा जानकारीका लागि, MC 311 लाई 240-777-0311 मा फोन गर्नुहोस्; फोन कलहरू कुनै पनि भाषामा प्राप्त हुन्छन्।

*वेबसाइट: **www.montgomerycountymd.gov/311***

Revised on: 06/6/25 ***Nepali***
REB.NEP.09

Asian American Health Initiative

Together To Build A Healthy Community

Montgomery काउन्टीका बासिन्दाहरूका लागि स्वास्थ्य र सामाजिक सेवाका स्रोतहरू

Montgomery County Department of Health and Human Services
Asian American Health Initiative 1401 Rockville Pike, 3rd Floor, Rockville, MD 20852
टेलिफोन: 240-777-4517; TTY डायल गर्नुहोस् 711
फ्याक्स: 240-777-4564
वेबसाइट www.AAHIinfo.org
इमेल: AAHI@montgomerycountymd.gov

खोज्नुहोस्: Asian American Health Initiative
ट्विटर @AAHI info

यस कागजातको वैकल्पिक ढाँचाहरू 240-777-4517 मा फोन गरेर वा www.AAHIinfo.org मा गएर अनुरोध गरेपछि उपलब्ध हुन्छन्।

राइड अन (Ride On)/Metro stop (मेट्रो स्टप) बाट 0.5 माइल भित्र पहुँचयोग्य

सेवा आवेदन र योग्यता (Service Application and Eligibility)

योग्यताको कार्यालय (Office of Eligibility) र सहायता सेवाहरू (OESS) **240-777-1003**

सङ्घीय, राज्य र काउन्टी कार्यक्रमहरूका लागि प्रवेश र आवेदन केन्द्र। निम्न स्थानहरू समावेश छन्: गेथर्सबर्ग (Gaithersburg), जर्मनटाउन (Germantown), रकभिल (Rockville), डाउनटाउन सिल्भर स्प्रिङ (Downtown Silver Spring), ग्लेनमोन्ट/सिल्भर स्प्रिङ (Glenmont/Silver Spring), र टाकोमा/इस्ट सिल्भर स्प्रिङ (Takoma/East Silver Spring)।

अग्रज तथा अपाङ्गता सेवाहरू (Senior & Disability Services)

बुढ्यौली र अशक्तता (Aging & Disability) स्रोत एकाइ (Resource Unit) **240-777-3000**

ज्येष्ठ नागरिक र/वा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू र उनीहरूका हेरचाहकर्ता/घरेलु सहयोगीहरूका लागि जानकारी र स्रोतहरू प्रदान गर्दछ, जसमा निम्न समावेश छन्:

- वयस्क सुरक्षा सेवाहरू (Adult Protective Services)
- घरभित्रका हेरचाह
- परिवार हेरचाहकर्ताहरूका लागि सहयोग
- आर्थिक सहयोग
- अग्रज हेरचाह अनुदान कार्यक्रम (Senior Care Subsidy Program)
- यातायात
- आवास
- अग्रज पोषण कार्यक्रम (Senior Nutrition Program)
- अग्रज दन्त कार्यक्रम (Senior Dental Program)

कनेक्ट-ए-राइड (Connect-A-Ride) **301-738-3252**

50+ उमेरका वयस्कहरू र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि यातायात विकल्पहरूको बारेमा जानकारी प्रदान गर्दछ, साथै ज्येष्ठ नागरिकहरू (65+) का लागि नि:शुल्क ट्याक्सी सवारी, COVID (कोभिड) खोप, परीक्षण र मास्क पिक-अप साइटहरूको बारेमा जानकारी प्रदान गर्दछ।

कल-एन-राइड (Call-n-Ride) **301-948-5409**

ज्येष्ठ नागरिक र अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूका लागि यातायात

चिकित्सा सहायता यातायात कार्यक्रम (Medical Assistance Transportation Program) **240-777-5890**

त्रा तालिका **240-777-5899**

काउन्टीको राज्य स्वास्थ्य बीमा सहायता(County's State Health Insurance Assistance) कार्यक्रम (Program) (SHIP) **301-255-4250**

वृद्धवृद्धा, अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू, परिवारहरू, र हेरचाहकर्ताका लागि नि:शुल्क मेडिकेयर (Medicare) जानकारी र परामर्श प्रदान गर्दछ।

तल सूचीबद्ध सेवाहरूमा योग्यता आवश्यकताहरू हुन सक्छन्। तपाईं योग्य हुनुहुन्छ कि हुनुहुन्न भनेर पता लगाउन, कृपया सोधपुछ गर्न कार्यक्रम नम्बरहरूमा कल गर्नुहोस् वा मोन्टगोमेरी काउन्टीको (Montgomery County's) वेबसाइटमा जानुहोस्: www.montgomerycountymd.gov/hhs

क्यान्सर सेवाहरू (Cancer Services)

कोलोरेक्टल क्यान्सर स्क्रिनिङ (Colorectal Cancer Screening) कार्यक्रम (Program) 240-777-1750

हेपाटाइटिस बी सेवाहरू (Hepatitis B Services)

प्यान एशियाली स्वयंसेवी स्वास्थ्य क्लिनिक STOP B परियोजना (Pan Asian Volunteer Health Clinic STOP B Project) 240-393-5950
नि:शुल्क शिक्षा, नि:शुल्क जाँच, खोप, र उपचार सिफारिस

धूम्रपान छोड्न लगाउने सेवाहरू (Quit Smoking Services)

धूम्रपान छोड्न लगाउने (Stopping Smoking) 240-777-1222

मेरील्याण्ड सुर्ती छोड्न लगाउने लाइन (Maryland Tobacco Quitline) 1-800-784-8669

एसियन स्मोकरर्स क्वाइटलाइन (Asian Smokers' Quitline)

चिनियाका लागि: 1-800-838-8917

भियतनामीका लागि: 1-800-778-8440

कोरियालीका लागि: 1-800-556-5564

चिकित्सा कभरेज (Medical Coverage)

मोन्टगोमेरी काउन्टी (Montgomery County) स्वास्थ्य जडान (HealthConnection) 240-777-1815
तपाईंको स्वास्थ्य बीमामा सहयोगका लागि, MarylandHealthConnection.gov मा अनलाइन वा फोन मार्फत आवेदन दिनुहोस्।

घरबारविहीन वयस्कहरूका लागि चिकित्सा हेरचाह (Medical Care for Homeless Adults) 240-777-0311

दन्त सेवाहरू (Dental Services)

दन्त सेवाहरू (Dental Services) 240-777-1875

HIV दन्त सेवाहरू (HIV Dental Services) 240-777-1737

सामुदायिक स्वास्थ्य सेवाहरू (Community Health Services)

रोग कन्ट्रोल (Disease Control) 240-777-1755
सरुवा रोगका घटनाहरूको अनुसन्धान गर्छ STD, TB, र HIV बाहेक

HIV परीक्षण र मामला व्यवस्थापन (HIV Testing and Case Management) 240-777-1869

TB परीक्षण र उपचार (TB Testing and Treatment) 240-777-1800

अन्तर्राष्ट्रिय यात्रा जानकारी (International Travel Info) 240-777-0311

इजाजतपत्र तथा नियामक सेवा विभाग (Department of Licensure & Regulatory Services) 240-777-3986

आर्थिक सहायता/आवास सेवाहरू (Financial Assistance/Housing Services)

सार्वजनिक सहायता कार्यक्रमहरू (Public Assistance Programs) 311 वा 240-777-0311
आय र खाद्य सहयोग

नि:शुल्क आयकर तयारी (VITA कार्यक्रम)(Free Income Tax Preparation (VITA Program)) 240-777-1123
प्रमाणित कर तयारीकर्ताहरूले तपाईंको कर नि:शुल्क पूरा गर्छन् र फाइल गर्छन्।

आपतकालीन निष्कासन रोकथाम (Emergency Eviction Prevention) 240-777-0311
सङ्कट हस्तक्षेप सहायता। निम्न स्थानहरू समावेश छन्: जर्मनटाउन (Germantown)
रकभिल सिल्भर (Rockville)
स्प्रिङ (Silver Spring)

उपयोगिता सहायता कार्यक्रम (Utility Assistance Program) 240-777-4450

घरबारविहीनहरूको जानकारी (Homeless Information) लाइन (Line) 240-907-2688

आवास अवसर आयोग (Housing Opportunities Commission) 240-627-9400
आवास जानकारी, परामर्श, र समर्थन प्रदान गर्दछ सेवाहरू

बेरोजगारी बीमा विभाग (Division of Unemployment Insurance) 667-207-6520
नयाँ दाबी दर्ता गर्नुहोस् वा अवस्थित दाबीको बारेमा सोधपुछ गर्नुहोस्

आपतकालीन तयारी सेवाहरू (Emergency Preparedness Services)

आपतकालीन कार्यालय(Office of Emergency) 240-777-0311

व्यवस्थापन र गृहभूमि सुरक्षा (Management and Homeland Security)
आपतकालीन योजना सम्बन्धी जानकारी र अलर्ट मोन्टगोमेरी (Alert Montgomery) का लागि साइन अप गर्नुहोस्

बिरामी नेभिगेटर कार्यक्रम (Patient Navigator Program)

स्वास्थ्य स्रोतहरू र सामाजिक सेवाहरूका लागि दोभाषे र नेभिगेसन सेवाहरू प्रदान गर्दछ।

चिनियाका लागि: 301-760-4991

हिन्दीका लागि: 301-760-4571

कोरियालीका लागि: 301-760-7058

भियतनामीका लागि: 301-760-4992

दारीका लागि: 240-396-2191

अन्य भाषाहरूका लागि: 301-760-7050

मातृ/प्रजनन स्वास्थ्य सेवाहरू (Maternal/Reproductive Health Care Services)

मोन्टगोमेरी पेरिनेटल (Montgomery Perinatal) कार्यक्रम (Program) 240-777-0311

परिवार नियोजन/प्रजनन स्वास्थ्य (Family Planning/Reproductive Health)
प्रजनन स्वास्थ्य सेवा र सम्बन्धित निवारक स्वास्थ्य सेवाहरू प्रदान गर्दछ

CCI-परिवार सेवा कम्पनी लिमिटेड (CCI-Family Services Inc) (FSI) 240-790-3334

CCI-गेथर्सबर्ग (CCI-Gaithersburg) 301-216-0880

CCI-सिल्भर स्प्रिङ (CCI-Silver Spring) 301-585-1250

CCI- टाकोमा पार्क (CCI-Takoma) 301-431-2972

मेरिज सेन्टर क्लिनिक (Mary's Center Clinic) 240-485-3160

गेथर्सबर्ग केन्द्र योजनाबद्ध अभिभावकत्व (Gaithersburg Center Planned Parenthood) 301-208-1300

मोन्टगोमेरी केयर्स क्लिनिकहरू (Montgomery Cares Clinics)

18+ उमेरका कम आय भएका, बीमा नगरिएका काउन्टी बासिन्दाहरूलाई प्राथमिक र निवारक हेरचाह प्रदान गर्दछ। प्रदान गरिने सेवाहरूमा चिकित्सा जाँच, औषधि, प्रयोगशाला परीक्षण, क्यान्सर स्क्रिनिङ, र विशेषज्ञहरूको पहुँच (कानुनी स्थितिको कुनै कागजात आवश्यक पर्दैन) समावेश छन्। **240-777-0311** मा OESSमार्फत आवेदन दिनुहोस्।

थप जानकारीका लागि मोन्टगोमेरी केयर्स क्लिनिकहरू (Montgomery Cares Clinics) मा, कृपया माथिको QR कोड