

Chân Dung Đáng Biết

Donald Davis và Cindy Novesky

Vào ngày 30 tháng Chín, 2017, với hơn 100 bạn hữu và gia đình tham dự, Cindy Novesky và Donald Davis đã vui hưởng một đám cưới thần tiên. Đó là một sự kiện vui vẻ và hạnh phúc, đầy đủ với nhạc sống và khiêu vũ. Trong tấm mạng che mặt, Cindy trông như và cảm thấy mình là nàng công chúa Disney Cinderella mà mình yêu thích. Don, Hoàng Tử Quyển Rũ của bà, rất đẹp trai trong bộ quần áo vét đi kèm với một chiếc nơ màu hồng. Nhờ có em gái của Don là Susan Davis và chồng David Schmidt, cặp đôi hạnh phúc này thậm chí còn được hưởng tuần trăng mật tại khách sạn Disneyland!

Ngày đó là đỉnh điểm của một tình bạn đáng yêu và một cuộc tình lãng mạn kéo dài gần ba thập niên.

Ngày đó là đỉnh điểm của một tình bạn đáng yêu và một cuộc tình lãng mạn kéo dài gần ba thập niên.

Don, 70 tuổi và Cindy, 65 tuổi, cả hai đều có khuyết tật trí tuệ và được Trung Tâm Vùng Quận Orange phục vụ. Họ gặp nhau vào năm 1990 thông qua các sự kiện xã hội và các chuyến đi chơi được



Em gái Don là Susan (ngoài cùng, bên trái) đã thực hiện nghi lễ gắn bó, cam kết, và em gái Kathy của Cindy (ngoài cùng, bên phải) là phù dâu.

nhân viên tại các nhà nội trú nơi họ sống vào thời điểm đó tổ chức. Cindy cho biết Don là một quý ông tuyệt vời. Còn Don thì nói là Cindy rất xinh đẹp và ông “chỉ biết bà là người được số phận sắp xếp cho ông.” Theo thời gian, tình bạn của họ thăng hoa và được cả hai bên gia đình giúp đỡ; những người trong gia đình đều rất vui khi thấy mối quan hệ của họ phát triển tốt đẹp trong yêu thương.

Với nơi sống nội trú của họ chỉ cách nhau nửa dặm, cặp đôi đã dành mọi khoảnh khắc rảnh rỗi bên nhau.

Cindy có thể đọc và viết, vì vậy họ thường đi xe buýt đến Disneyland và đến các trung tâm mua sắm gần đó. Họ cũng thân thiết với gia đình của nhau, thậm chí còn đi nghỉ hè với Susan và David tại những nơi như Disney World và Cabo San Lucas ở Mexico.

“Trong một thời gian ngắn, Cindy đã trở thành chị của tôi,” Susan, người đã luôn ủng hộ Don mạnh mẽ kể từ khi thân mẫu của họ qua đời, cho biết.

Xem tiếp **Donald Davis và Cindy Novesky**, trang 7

ĐỐI THOẠI

Đối Thoại phát hành bốn lần mỗi năm do Trung Tâm Vùng Quận Orange thực hiện cho những người có khuyết tật phát triển, gia đình họ và những nhà cung cấp dịch vụ. Bạn cũng có thể đọc *Đối Thoại* trên mạng toàn cầu của RCOC: www.rcocdd.com.

Copyright © 2019  

Ban Giám Đốc

Alan Martin, *Chủ tịch*
Cliff Amsden, *Phó Chủ tịch*
Sylvia Delgado, *Thư ký*
John “Chip” Wright, *Thủ quỹ*
Cristina Alba
Marcell Bassett
Tiffany Bauer
Meena Chockalingam Bedekar
Mine Hagen
Amy Jessee
Liza Krassner
Peter Kuo
Hilda Mendez
Fernando Peña

Những Buổi Họp Sắp Tới của Ban Giám Đốc Năm 2018-2019

7 tháng Ba • 2 tháng Năm • 6 tháng Sáu

Công chúng được mời đến tham dự. Những buổi họp bắt đầu vào 6:00 giờ chiều và được tổ chức nơi Phòng Khách Tiệc của Trung Tâm Vùng tại văn phòng trung ương trong khu Tustin Centre Tower, nằm tại 1525 North Tustin Avenue ở Santa Ana. Nếu bạn cần người thông dịch, xin gọi trước ít nhất 10 ngày và để lại lời nhắn tại số (714) 796-5100, ext. 5907.

Ban Quản Trị của RCOC

Larry Landauer, *Tổng Giám Đốc*
Bette Baber, *Giám Đốc Tài Chính*
Christina Petteruto, *Tổng Tư Vấn*
Patrick Ruppe, *Phó Giám Đốc Điều Hành*
Jerrod Bonner, *Giám Đốc Kỹ Thuật Thông Tin*
Peter Himber, M.D., *Giám Đốc Y Tế*
Bonnie Ivers, Psy.D., *Giám Đốc Lâm Sàng*
Stacy Wong, *Giám Đốc Phòng Nhân Lực*
Patricia Glancy, *Quản Đốc Nhóm Nhận Người Bệnh Mới*
Jennifer Montañez, *Quản Đốc vùng Trung Tâm*
Keli Radford, *Quản Đốc vùng Tây*
Arturo Cazares, *Phó Giám Đốc về Việc Làm*
Jack Stanton, *Phó Giám Đốc về Chỗ Ở*
Marta Vasquez, *Phó Giám Đốc về Tài Chính*

Huấn Luyện Tập Trung Vào Người Nhận Dịch Vụ Hiện Đã Sẵn Sàng cho Các Gia Đình

Tư duy tập trung vào con người của RCOC đã giúp chúng tôi trong nỗ lực giúp cho những người nhận dịch vụ có một cuộc sống tốt đẹp hơn. Định dạng IPP (Hoạch Định Cá Nhân Tập Trung vào Người Nhận Dịch Vụ) mới của chúng tôi đã được tung ra vào tháng Chín vừa qua và hơn 1.250 người hiện có các bản IPP bao gồm một bức hình và một trang mô tả những gì là quan trọng với họ và cho họ, và cho biết họ muốn được giúp đỡ như thế nào. Những bản IPP mới này cũng sử dụng ngôn ngữ tập trung vào người nhận dịch vụ, những hy vọng và ước mơ của họ, trong khi vẫn nêu bật được những lĩnh vực mà họ có thể còn gặp khó khăn và cần hỗ trợ trong cuộc sống.

Một số nhà cung cấp dịch vụ của chúng tôi đã gửi nhân viên của họ đến tham dự khóa huấn luyện lấy người nhận dịch vụ làm trung tâm do RCOC tổ chức, và nhiều người

khác đã ghi danh các khóa học chuyên sâu ba ngày vào năm 2019.

RCOC hiện cung cấp một buổi hội học về tư duy lấy người nhận dịch vụ làm trung tâm kéo dài ba tiếng cho các thành viên gia đình.

Hiện tại, chúng tôi rất vui mừng thông báo rằng RCOC hiện cung cấp một buổi hội học về tư duy lấy người nhận dịch vụ làm trung tâm kéo dài ba tiếng cho các thành viên gia đình và những người khác trong vòng-hỗ-trợ của người nhận dịch vụ. Các buổi hội học riêng biệt tập trung vào trẻ em từ 3 đến 15 tuổi, và cho trẻ lớn hơn cũng như cho người trưởng thành (16 tuổi trở lên). Hãy hỏi Phối Hợp Viên Dịch Vụ tại RCOC của bạn để biết chi tiết, hoặc kiểm tra Lịch Hàng Tháng trên trang mạng của RCOC để biết thêm thông tin và ghi danh.

DDS Ban Hành Hướng Dẫn Chương Trình cho Chương Trình Tự-Quyết

Sau khi chọn 2.500 người đầu tiên tham gia Chương Trình Tự-Quyết của California vào tháng Mười, Bộ Dịch Vụ Phát Triển (DDS) tiếp tục đưa ra vào tháng Mười Hai nhiều hướng dẫn đặc biệt về cách thể mà chương trình được triển khai.

Điều này bao gồm, chẳng hạn, những nhà cung cấp dịch vụ nào của Chương Trình Tự-Quyết phải trải qua sự kiểm tra lý lịch hình sự, mức giá cho các nhà cung cấp Dịch Vụ Quản Lý Tài Chính.

Để tìm hiểu thêm, xin liên lạc với Cathy Furukawa tại cfurukawa@rcocdd.com hoặc (714) 796-5181. Để biết thông tin về chương trình mới nhất, hãy truy cập trang mạng của DDS tại www.dds.ca.gov/SDP.



Tường Trình của Tổng Giám Đốc

Fairview Nên Tiếp Tục Đem Lại Lợi Ích cho Người Khuyết Tật

Của Larry Landauer, Tổng Giám Đốc

Thường thì một đề xuất về chính sách công không thể được xem một cách thành thực như một chiến thắng đối với tất cả mọi người thuộc những khuynh hướng chính trị khác nhau. Tuy nhiên, đề xuất RCOC hỗ trợ cho hơn 100 mẫu đất tạo nên Trung Tâm Phát Triển Fairview ở Costa Mesa là một điều mà mọi người trong cộng đồng chúng ta đều có thể hỗ trợ.

Trong nhiều năm, RCOC đã hợp tác với các nhân viên của Fairview, Bộ Dịch Vụ Phát Triển, và các bên liên quan khác để chuyển những người sống tại Fairview đến những ngôi nhà có chất lượng tốt và phù hợp trong cộng đồng. Chúng tôi tự hào về tiến bộ mà sự hợp tác của chúng tôi mang lại, và chúng tôi vui mừng thông báo rằng chúng tôi đang kỳ vọng là những cư dân cuối cùng sẽ được chuyển đến các căn nhà như đã nói trong năm nay.

Mặc dù Trung Tâm Phát Triển sẽ không chính thức đóng cửa cho đến năm 2021, đã có rất nhiều thảo luận về những gì nên làm với đất đai và cơ sở thuộc sở hữu của tiểu bang này. Một số đã đề nghị tái sử dụng Fairview cho một mục đích khác. Tuy nhiên, các tòa nhà Fairview đã khá cũ. Trong những năm qua, chúng đã là một cái gì đó như một cái “hố ngọam tiền” đối với Tiểu

bang California. Trên thực tế, chúng hiện đang hoạt động theo kiểu được các miễn trừ liên bang, và việc tu bổ chúng thành một tòa nhà hiện đại với các tiêu chuẩn an toàn sẽ không được phép vì rất tốn phí.



Trong khi đó, giá trị của vùng đất đã tăng theo cấp số nhân kể từ khi Trung Tâm Phát Triển

mở cửa vào năm 1959. Từ chỗ là một khu vực nông thôn, địa điểm chính của Fairview hiện nay khiến các nhà phát triển lẫn các người ủng hộ đại diện cho nhiều khu vực bầu cử thềm muốn. Đáng buồn thay, điều đó đã đưa đến một sự bất hòa không cần thiết.

Đề xuất mà Trung Tâm Vùng Quận Orange và Hội Đồng Quản Trị ủng hộ là phá bỏ cơ sở đã lỗi thời và không còn sử dụng được nữa của Fairview và sử dụng vùng đất ấy để tái dựng một khu Harbor Village đã được chứng minh là có lợi.

Nằm trên 39 mẫu Anh trước đây là một phần của Trung Tâm Phát Triển Fairview, Harbor Village bao gồm 564 căn chung cư và nhà ở một-gia-đình được cho thuê. Được xây dựng vào giữa những năm 1980 như một nỗ lực hợp tác giữa Tiểu bang California và các nhà phát triển tư nhân, nhiều đơn vị có thể sử dụng tốt đẹp và dễ dàng điều chỉnh để đáp ứng những nhu cầu đặc biệt.

Harbor Village bao gồm cả các căn nhà theo giá thị trường và các căn theo giá phải chăng cho những người có và không có khuyết tật. Khu nhà ở có các khu vực giải trí

được duy trì tốt và dễ tiếp cận. Với tỷ lệ phần trăm các căn giá phải chăng dành cho những người lớn khuyết tật có thu nhập thấp, chúng cung cấp một môi trường sống với hàng xóm thân thiện và chấp nhận các khuyết tật, và những cư dân phát triển một tình thân hữu mang tính tự nhiên và giúp đỡ lẫn nhau. Điều quan trọng là các thỏa thuận tài chính hỗ trợ Harbor Village thể hiện một chính sách tài khóa nhạy cảm mà mọi người đều có thể hỗ trợ.

Các nhà phát triển tư nhân—không phải là những người thợ thuê—chịu trách nhiệm tài chính cho dự án, chia sẻ doanh thu với tiểu bang California, vốn vẫn giữ quyền sở hữu đất thông qua hợp đồng thuê dài hạn. Trong khi đó, tiền cho thuê muốn theo giá thị trường cung cấp một nguồn để tài trợ cho các căn hộ giá phải chăng và trả cho các sự sửa sang để thích hợp với người có khuyết tật, mà không phải động đến tiền của người trả thuê.

Nói tóm lại, Harbor Village là một cách sử dụng thận trọng các nguồn tài nguyên của chính phủ để đưa đến một tình trạng mọi người đều thắng lợi. Bằng cách áp dụng mô hình được chứng minh là thành công này cho vùng đất Fairview còn lại, người dân California sẽ có được doanh thu liên tục trong khi vẫn giữ quyền sở hữu một tài sản có giá trị cao. Quận Orange sẽ tăng số lượng nhà có chất lượng cao cho tất cả cư dân thuộc đủ mọi thành phần. Và, những người có khuyết tật phát triển—hầu hết là những người sống dưới mức nghèo khó—sẽ hạnh phúc sống trong những căn nhà giá thuê phải chăng, cho phép họ tiếp tục hưởng lợi ích từ sự đầu tư vào Fairview mà California đã thực hiện thay mặt họ vào những thập niên trước đây.

Nói Với Nhau

Những Mối Quan Hệ: Riêng Biệt nhưng Bình Đẳng ... Chúng Ta Đã Từng Đạt Được Chuyện Đây Chưa?

Của Sylvia Delgado, Chủ tịch PAC & Jess Corey, Hỗ Trợ Viên Bằng Hữu của RCOC

Hai chúng tôi nhận thức rằng xã hội đã thay đổi và trở nên mở rộng và chấp nhận những người có khuyết tật phát triển hơn nhiều so với khoảng 50 hay 100 năm trước. Nhưng có một điều không thực sự thay đổi gì lắm, và đó là trong lĩnh vực của những người trưởng thành có mối quan hệ yêu đương lâu dài.

Chúng tôi không nghĩ rằng việc những người có khuyết tật phát triển sống như những người khác phải trở nên khó khăn như thế.

Bạn có biết rằng hầu hết các cặp vợ chồng tìm cách sống chung (và có nhiều lắm!) không thể kết hôn một cách hợp pháp, mà không phải hy sinh một số phúc lợi công mà một hay cả hai đang được nhận lãnh?

Hãy tưởng tượng, kết hôn với một người mà bạn yêu thương và bị trừng phạt vì điều đó!



Sylvia Delgado



Jess Corey

Câu chuyện ở trang bìa của chúng ta nói về một cặp đôi đã ở bên nhau nhiều năm. Thật tuyệt khi thấy họ có được sự ủng hộ của gia đình mình, và thấy những người khác trong cộng đồng cũng vượt qua những rào cản để được ở bên nhau. Tuy nhiên, chúng tôi không nghĩ rằng việc những người có khuyết tật phát triển

sống như những người khác và có cơ hội được liên kết giống như những người khác phải trở nên khó khăn như thế. Chúng tôi không nên bị từ chối điều ấy đơn giản vì chúng tôi nhận được một vài hình thức hỗ trợ.

Jyusse biết vấn đề này đè nặng lên trái tim của nhiều người trưởng thành được RCOC phục vụ, và Sylvia đã có kinh nghiệm cá nhân của riêng mình về chuyện ấy.

Nhiều năm trước, Sylvia và bạn trai muốn kết hôn, nhưng người ta cứ nói với họ rằng họ không nên làm điều đó—rằng họ chỉ nên ở bên nhau như bạn trai/bạn gái để tránh việc họ sẽ bị mất đi các phúc lợi của mình. Tóm lại, cuối cùng họ đã không kết hôn và họ đã không còn bên nhau nữa, nhưng cô

biết nhiều cặp đã cố gắng sống bên nhau trong nhiều năm trời.

Mong muốn có mối quan hệ yêu đương trong cuộc sống của chúng ta là một phần của TẤT CẢ những gì chúng ta hướng đến, như những con người.

Một số cặp vợ chồng sống trong cùng một khu chung cư—nhưng sống riêng. Chúng tôi biết rằng việc ấy là ổn thoả cho một số cặp vợ chồng, kể cả những cặp không có khuyết tật, nhưng chúng tôi nghĩ rằng việc yêu thương và lấy một người nào đó mà bạn yêu không nên là một vấn đề khó khăn để vượt qua.

Bảo những người trưởng thành có khuyết tật phát triển là “các bạn KHÔNG THỂ” là việc không còn được chấp nhận nữa.

Mong muốn có mối quan hệ yêu đương trong cuộc sống của chúng ta là một phần của TẤT CẢ những gì chúng ta hướng đến, như những con người. Việc chúng ta có mối quan hệ và liệu chúng ta có kết hôn hay không phải là những lựa chọn của riêng chúng ta. Bảo những người trưởng thành có khuyết tật phát triển là “các bạn KHÔNG THỂ” là việc không còn được chấp nhận nữa.

Những Buổi Hội Học về Kiểm Soát Hành Vi cho Phụ Huynh

Những buổi hội học miễn phí này được dành cho phụ huynh, và trình bày những nguyên tắc căn bản trong việc kiểm soát hành vi theo hướng tích cực, với một mục tiêu thực tế là giúp đỡ cho phụ huynh của những trẻ có khuyết tật phát triển thay đổi những hành vi của chính họ cũng như hành vi của con em mình. Phụ huynh tham dự một cách tích cực và được mời gọi để thảo luận về những khó khăn cụ thể về mặt hành vi mà họ đang phải đương đầu. Để đạt được kết quả tối đa, phụ huynh được khuyến khích tham dự tất cả các buổi trình bày trong loạt hội học, dù huấn luyện tiêu tiểu sẽ là trọng tâm của buổi hội học cuối. Phải giữ chỗ trước, và mỗi nhóm thường được giới hạn từ 8 cho đến 15 gia đình. Xin liên lạc với phối hợp viên dịch vụ của bạn hoặc với Tracy Vaughan tại (714) 796-5223 để biết thêm chi tiết và để ghi danh.

GHI CHÚ: Không có dịch vụ giữ trẻ, vậy xin vui lòng đừng mang trẻ đến những buổi hội học.

Trình bày bằng tiếng Việt Nam do Footprints

Khi nào: Các tối thứ Ba – 19 tháng Ba, 26 tháng Ba, mồng 2 tháng Tư, mồng 9 tháng Tư, và 16 tháng Tư

Thời gian: 6:30 – 9 giờ tối

Địa điểm: Văn phòng của Trung Tâm Vùng tại Cypress
RCOC Cypress Office
10803 Hope Street, Suite A

Trình bày bằng tiếng Tây-ban-nha do Footprints

Khi nào: Các tối thứ Năm – mồng 9 tháng Năm, 16 tháng Năm, 23 tháng Năm, 30 tháng Năm và mồng 6 tháng Sáu

Thời gian: 6:30 – 9 giờ tối

Địa điểm: Văn phòng của Trung Tâm Vùng tại Santa Ana
1525 N. Tustin Avenue
Có chỗ đậu xe miễn phí trong khu đậu xe bên kia đường.

Trình bày bằng tiếng Anh do Advanced Behavioral Health

Khi nào: Các tối thứ Năm – mồng 8 tháng Tám, 15 tháng Tám, 22 tháng Tám, 29 tháng Tám và mồng 5 tháng Chín

Thời gian: 6:30 – 9 giờ tối

Địa điểm: Văn phòng của Trung Tâm Vùng tại Cypress
10803 Hope Street, phòng A

Trợ Giúp Coi Sóc Trẻ cho Các Phụ Huynh Đang Làm Việc

Đối với những bậc cha mẹ làm việc bên ngoài nhà, việc tìm kiếm một người mà họ tin tưởng để trông coi con cái của họ trong giờ làm việc là một thách thức lớn. Khi một hoặc nhiều hơn các em này có nhu cầu đặc biệt, thử thách ấy có thể còn lớn hơn, nhưng RCOC có thể giúp đỡ.

Trong khi cha mẹ phải chuẩn bị là sẽ chịu chi phí căn bản cho việc coi trẻ (như họ phải làm đối với các con em bình thường của họ), RCOC có thể giúp đối với phần chi phí vượt quá số tiền đó và liên quan trực tiếp đến tình trạng khuyết tật của trẻ. Chẳng hạn, nếu một trung tâm coi trẻ cần một người trợ giúp cá nhân đối với một đứa trẻ để đáp ứng nhu cầu thể chất gia tăng của một đứa trẻ bị chứng não liệt, RCOC thường có thể trả chi phí cho người trợ giúp đó.

Một yêu cầu quan trọng là đối với các gia đình có cả cha lẫn mẹ, cả cha lẫn mẹ đều phải đi làm việc ở bên ngoài nhà hoặc đi học toàn thời gian. Ngoài ra, trợ giúp coi trẻ thường chỉ được cung cấp trong giờ làm việc của cả cha lẫn mẹ, và đứa trẻ không đi học. Điều này có thể bao gồm những giờ ban đêm và cuối tuần.

Sự hỗ trợ này hiện có cho các phụ huynh của RCOC khi họ chọn các trung tâm giữ trẻ và các nhà giữ trẻ có tính gia đình, cũng như các phụ huynh chọn sự chăm sóc tại nhà. Trên thực tế, RCOC thậm chí có thể giúp các gia đình liên lạc với các nhà cung cấp dịch vụ có các nhân viên nói nhiều thứ tiếng và chuyên chăm sóc cho các trẻ có nhu cầu đặc biệt. Các gia đình cũng có thể liên lạc trực tiếp với Hiệp Hội Nhà Trẻ (Children's Home Society) tại địa phương (www.chs-ca.org) theo số (714) 456-9800—các chuyên gia đa ngôn ngữ của họ cung cấp sự giới thiệu miễn phí cho các gia đình tìm kiếm dịch vụ giữ trẻ thích hợp ở gần nhà hoặc gần nơi làm việc.

Một điều quan trọng khác mà tất cả phụ huynh nên biết là luật pháp Hoa Kỳ xem là bất hợp pháp bất kỳ nhà cung cấp dịch vụ coi trẻ nào phân biệt đối xử với trẻ khuyết tật, hoặc tính lệ phí cao hơn vì con em của gia đình đó có nhu cầu đặc biệt. Thay vào đó, họ phải xem xét các nhu cầu cá nhân của mỗi em và xem mình có thể cung cấp sự chăm sóc hợp lý để nhận đứa trẻ vào chương trình của họ hay không. Sự chăm sóc hợp lý đó có thể bao gồm một người trợ giúp cá nhân, như đã nói ở trên, nhưng cũng có thể đơn giản liên quan đến việc thay đổi một số sinh hoạt hoặc tạo những thay đổi nhỏ về mặt khung cảnh vật lý hoặc thời khoá biểu.

Điều quan trọng là ngay cả khi một gia đình không hội đủ điều kiện để nhận hỗ trợ trông nom trẻ từ RCOC, hầu hết các gia đình đều có thể nhận các dịch vụ chăm-sóc-đỡ-tay (respite) vô giá để giúp cha mẹ có được sự nghỉ ngơi rất cần thiết từ những căng thẳng trong việc nuôi dạy một em nhỏ có khuyết tật phát triển.

Nếu bạn muốn tìm hiểu thêm về trợ giúp trông nom trẻ từ RCOC, hoặc các dịch vụ chăm-sóc-đỡ-tay (chăm sóc thay thế), hãy nhớ liên lạc với Phối Hợp Viên Dịch Vụ tại RCOC của bạn.

Góc Khuyên Nhủ về An Toàn

Thấy Một Điều Gì Đó (Không Có Về Đúng), Hãy Nói (Lại) Điều Đó!

Xin chào các bạn! Trong số báo này, chúng ta nói về việc tự-ủng hộ.

Như nhiều người trong số các bạn có thể đã biết, tự-ủng hộ có nghĩa là lên tiếng cho lợi ích của riêng mình, có thể bao gồm những việc có thể giúp bạn sống an toàn tại nhà, tại nơi làm việc, trong cộng đồng, và trong các mối quan hệ của bạn.

Bạn có biết rằng bạn có thể giúp ủng hộ người khác?

Chẳng hạn, nếu một người bạn trong chương trình ban ngày của bạn cho bạn



Stuart Haskin

biết là nhân viên trong một nhà tập thể của họ không cho phép bạn ấy gọi điện thoại cho bố hay mẹ của họ? Bạn có thể giúp cho bạn mình nói lại điều đó với một người mà bạn tin tưởng, thí dụ như một người giám thị hay Phối Hợp

Viên Dịch Vụ của bạn về điều đã xảy ra không? Câu trả lời là **CÓ!** Người tin cậy ấy có thể nói chuyện với bạn của bạn để hiểu chuyện gì đã xảy ra tại nhà tập thể của họ và có thể hành động để khắc phục tình trạng đó.

Như thế, điều ấy có phải là bạn là một người hay đi tố cáo hay một người hay mách lẻo? **KHÔNG!** Báo cáo sự lạm dụng hoặc bỏ bê để giúp cho chính mình hoặc cho người khác là một phần **LỚN** của việc tự-ủng hộ, và bạn nên tự hào về bản thân vì đã lên tiếng. Khi bạn nói với một

người đáng tin cậy về một tình huống kỳ lạ, anh ấy hoặc cô ấy có thể giúp xác định xem những gì đang xảy ra chỉ là một sự hiểu lầm đơn giản, hoặc một điều gì đó nghiêm trọng hơn.

Nếu bạn sợ rằng một người nào đó có thể tức giận bạn vì bạn đã lên tiếng, bạn luôn có thể thực hiện theo kiểu Ninja! Điều đó có nghĩa là, giống như một ninja, bạn có thể báo cáo cho người giám sát hoặc Phối Hợp Viên Dịch Vụ mà không kéo sự chú ý về phía mình. Bạn có thể làm điều đó bằng cách nói chuyện riêng với họ, gọi điện khi không có ai xung quanh, hoặc viết thư cho họ.

Cho dù bạn lên tiếng công khai hay bí mật, việc tự bảo vệ bản thân và bạn hữu luôn là điều nên làm. Nói một cách đơn giản: nếu bạn **thấy một điều gì đó (không có về đúng), hãy nói (lại) điều đó!**

Chúc bạn một NGÀY AN TOÀN!

Những Dịp Lễ Hội cho Các Gia Đình thuộc RCOC

Hàng trăm trẻ em và người lớn thuộc các gia đình có thu nhập thấp được RCOC phục vụ đã tận hưởng những ngày lễ tươi đẹp nhờ sự hảo tâm của nhiều người chung tay đóng góp cho chương trình Cây Ước Nguyên của RCOC cùng với sự vận động trợ giúp của Trung Tâm Tài Nguyên Gia Đình thuộc Kết Nối Năng Đỡ.

Những người ủng hộ chương trình Cây Ước Nguyên bao gồm: SchoolsFirst Federal Credit Union, Brandman University, CASTO Chapter 2, Girls Scouts Unit, Oso Valley Service Unit, Troutman Sanders, AE COM, New Life Mission Church, Exceptional Home Care, Premier HomeHealth Services, và Fox Dealer Interactive, cùng với 19 cá nhân, bao gồm các thành viên của hội Đồng Quản Trị và nhân viên của RCOC.

Cuộc vận động đi xin đồ chơi đã được thực hiện bởi: 24Hour HomeCare (vốn cũng gửi những người thiện nguyện đến gói quà), nhóm Giovanniello Law Group, gia đình Steele, Accredited Home Care, Cortica Care, Premier Healthcare Services, Fox Dealer Interactive, Ủy ban Tư Vấn Bằng Hữu của RCOC, và nhiều thành viên của cộng đồng người Việt tại Quận Orange, bao gồm Tam Nguyen, Jayce Dung Yenson và Linda Nguyen.

Ngoài ra, ngôi sao nhạc jazz Latin được đề cử giải Grammy và Giáo sư Tiến sĩ Bobby Rodriguez của UCI và Chương trình ArtsReach của Nhà hát Barclay cũng tham dự cùng với các gia đình RCOC trong buổi hòa nhạc vào dịp này để chào mừng mùa lễ.



(Trái sang Phải) Tổng Giám Đốc của RCOC Larry Landauer, Margarita Swift và con trai Bradley Swift, Dr. Bobby Rodriguez và Thành viên Ban Quản Trị RCOC Lisa Krassner.



Don và Cindy trong giai đoạn họ gặp gỡ nhau đầu tiên.

Nhiều năm trước, Cindy và Don đã quyết định kết hôn, để họ có thể gắn bó mãi bên nhau; bởi thế Susan đã hỏi người điều hành nhà nội trú của hai người xem họ có thể sống cùng nhau và chia sẻ một phòng với nhau hay không.

Cặp đôi đã dành mọi khoảnh khắc rảnh rỗi bên nhau.

“Tôi đã được trả lời là không, và cũng được cho biết là họ sẽ không còn nhận được phúc lợi nếu họ sống cùng nhau”, Susan nói. Mặc dù thất vọng, cặp đôi không bao giờ từ bỏ ước mơ, và cả gia đình họ cũng vậy. Thực sự, sự gắn bó, cam kết của họ với nhau chỉ ngày càng thêm sâu sắc. Hai mươi năm trước, Don đã bị một chiếc xe tải đâm vào khi băng qua đường. Đó là một tai nạn nghiêm trọng và đầu tiên anh phải nhập viện rồi sau đó mất sáu tháng để hồi phục trong một cơ sở phục hồi chức năng. Cindy đã ở bên cạnh anh mỗi cuối tuần.

“Chị ấy tìm mọi cách để đi xe buýt để gặp anh ấy,” Susan nói. “Chị ấy

là động lực để anh ấy thành công với liệu pháp thể lý chữa trị của mình—để được về nhà với Cindy. Chính tình yêu của chị ấy đã đưa anh ấy trở về nhà.”

Susan nói rằng lúc ấy bà biết họ sẽ ở bên nhau mãi mãi, và hai năm trước—theo yêu cầu của Cindy và Don, và với sự hỗ trợ của em gái Cindy, Kathy Aranda—bà lại hỏi xem cặp đôi này có thể sống cùng nhau tại một nhà nội trú hay không. Tuy nhiên, lần này, bà đã nói chuyện ấy với Phối Hợp Viên Dịch Vụ của RCOC, người đã khẳng định rằng, thật sự, mọi sự có thể được sắp xếp để những người trong những mối quan hệ nồng thắm như thế có thể được sống chung với nhau tại cùng một nhà.

Thật may mắn, vào năm 2017, cặp đôi này đã chuyển đến nhà tập thể mới. Họ hạnh phúc sống cùng nhau, và họ nói với hai em Susan và Kathy rằng họ muốn có một đám cưới; vì thế, kế hoạch sau đó đã được tiến hành. Cả hai cũng đã được chuyển hồ sơ sang cùng một Phối Hợp Viên Dịch Vụ tại RCOC là Kandyse Tran, để đảm bảo rằng nhu cầu cá nhân của họ được đáp ứng, trong đó có tính đến mối quan hệ đặc biệt của họ.

“Khi một điều gì đó xảy ra cho một trong hai người, nó ảnh hưởng đến người kia,” Kandyse, người đã hoan nghênh tinh thần đồng đội của hai gia đình, hỗ trợ và tạo điều kiện thành hình cho những giấc mơ của người thân họ, cho biết.

“Họ không cần giấy chứng nhận kết hôn”, Susan, người nhận xét rằng sự gắn bó, cam kết của Cindy và Don với nhau là thật sự và mạnh mẽ như bất cứ một cặp đôi bình thường nào. Và, giống như bất kỳ cặp



David Schmidt, Don, Cindy và Susan Davis thường đi chơi vui vẻ với nhau.



Cindy và Don cùng nhau khiêu vũ tại đám cưới của họ vào năm 2017.

vợ chồng nào khác, họ đối mặt với những thách thức hàng ngày trong mối quan hệ của họ, và họ cho biết rằng họ vượt được tất cả thông qua sự kết hợp của tình yêu, lòng trung thành và sự tôn trọng lẫn nhau.

“Chúng tôi giúp đỡ lẫn nhau,” Don nói.

“Khi một người trong chúng tôi có một ngày tồi tệ, chúng tôi cố gắng trấn tĩnh và đem lại bình yên cho nhau”, Cindy nói thêm.



Regional Center of Orange County
P.O. Box 22010
Santa Ana, CA 92702-2010

NON-PROFIT
ORGANIZATION
U.S. POSTAGE
PAID
SANTA ANA, CA
PERMIT NO. 1285

Bản tin Đối Thoại

BÀI VỞ BÊN TRONG

Chân Dung Đáng Biết: Donald Davis và Cindy Novesky.....	1
Huấn Luyện Tập Trung Vào Người Nhận Dịch Vụ Hiện Đã Sẵn Sàng cho Các Gia Đình.....	2
DDS Ban Hành Hướng Dẫn Chương Trình cho Chương Trình Tự-Quyết.....	2
Tường Trình của Tổng Giám Đốc	3
Nói Với Nhau	4
Những Buổi Hội Học về Kiểm Soát Hành Vi cho Phụ Huynh.....	5
Trợ Giúp Coi Súc Trẻ cho Các Phụ Huynh Đang Làm Việc	5
Góc Khuyến Nhủ về An Toàn	6
Những Dịp Lễ Hội cho Các Gia Đình thuộc RCOC	6

Các địa điểm của Trung Tâm Vùng Quận Orange

Santa Ana Office

1525 N. Tustin Avenue
24-hr Phone: (714) 796-5100

Cypress Office

10803 Hope Street, Suite A
24-hr Phone: (714) 796-2900

Lời Khuyên về Sức Khỏe Hằng Ngày: Cần Ngủ Đủ

Giấc ngủ ngon là điều thiết yếu cho sức khỏe, bởi vì khi bạn ngủ, cơ thể bạn có rất nhiều công việc để “sửa chữa” cho các tế bào, cơ bắp và các cơ quan khác. Hầu hết người lớn cần 7-8 tiếng ngủ để sống trong trạng thái tốt nhất, nhưng nhiều người không thực hiện được như vậy. Sau đây là những lời khuyên nhanh để giúp bạn nuôi dưỡng thói quen ngủ tốt.

• **Sắp xếp lịch ngủ đều đặn.** Đi ngủ và thức dậy vào buổi sáng vào cùng một giờ được ấn định—ngay cả vào cuối tuần—và tránh ngủ trưa trong ngày.

• **Tránh xem truyền hình trước khi đi ngủ.** Ánh sáng xanh phát ra từ TV, điện thoại và màn hình máy tính kích thích não của bạn vào thời điểm bạn cần thư giãn.

• **Tập thể dục thường xuyên vào ban ngày.** Tập thể dục giúp giảm căng thẳng và thúc đẩy sự thư giãn, nhưng tập thể dục mạnh mẽ ngay trước khi đi ngủ có thể làm cho bạn tỉnh và không ngủ được.

• **Tránh xa cà-phê, rượu và chất nicotine.** Những thứ này đều có thể gây khó ngủ. Ngay cả rượu, tuy ban đầu có thể làm bạn buồn ngủ, cũng gây



khó khăn cho giấc ngủ tốt của bạn.

• **Đừng ăn nhẹ sau bữa tối.** Đi ngủ với một cái bụng đầy có thể gây ra chứng ợ nóng, dẫn đến một giấc ngủ không ngon.



Những Sự Kiện và Sinh Hoạt trong Cộng Đồng Việt Nam

Trung Tâm Vùng Quận Orange đã chuẩn bị phần thêm vào này đặc biệt cho các cá nhân và gia đình mà chúng tôi phục vụ vốn thoải mái trong việc giao tiếp bằng tiếng Việt. Các sự kiện, chương trình và sinh hoạt này được trình bày bằng tiếng Việt và/hoặc dành riêng cho những người trong cộng đồng Việt Nam tại vùng Nam California. Tuy nhiên, một số thông tin không được tài trợ hoặc xác nhận bởi RCOC, và các thông tin được cung cấp để thuận tiện cho người đọc tiếng Việt. Nếu bạn biết các cơ hội khác mà bạn muốn chia sẻ với cộng đồng người Việt Nam, xin vui lòng liên lạc với Chuyên viên Văn hoá của RCOC là Kaitlynn Trương tại số (714) 558-5405 hoặc ktruong@rcocdd.com.

Người dân châu Á và dân Các Đảo Thái Bình Dương với Hội Nghị Toàn Tiểu Bang California về Khuyết Tật

Chủ đề của hội nghị này, “Những Sự Chuyển Tiếp”, nhấn mạnh sự chuyển tiếp từ trung học sang đại học, từ đại học sang việc làm, từ thời thơ ấu sang cuộc sống độc lập, từ việc làm này đến việc làm khác, và từ việc làm sang sự nghỉ hưu. Các buổi họp bao gồm thông tin về các lợi ích công cộng, vấn đề chăm sóc sức khỏe, việc viết bản tiểu sử để xin việc và tìm kiếm công ăn việc làm, các luật về việc làm, hướng dẫn về giáo dục đặc biệt, những giúp đỡ về mặt giáo dục và việc làm, công nghệ hỗ trợ, sức khỏe tâm thần và bệnh tự kỷ, và lập kế hoạch tài chính. Dịch thuật/người phiên dịch tiếng Việt được cung cấp theo yêu cầu. Có thể có học bổng cho các cá nhân/thành viên gia đình được RCOC phục vụ. Để biết thêm thông tin và để hỏi về học bổng, hãy liên lạc với Kaitlynn Truong tại (714) 558-5405 hoặc ktruong@rcocdd.com.

Thứ Sáu, mồng 8 tháng Ba và Thứ Bảy, mồng 9 tháng Ba

Disney's Grand Californian Hotel & Spa
1600 S. Disneyland Drive ở Anaheim

Con Đường Đưa Đến Thành Công Hội Chợ Tài Nguyên Chương Trình Đặc Biệt

Được tổ chức bởi Khu Học Chính Thống Nhất Garden Grove, sự kiện này cho các học sinh và phụ huynh liên quan đến giáo dục đặc biệt cơ hội tìm hiểu về các chương trình và dịch vụ có sẵn sau khi tốt nghiệp trung học. Muốn biết thêm thông tin, liên lạc Department of Parent and Community Outreach tại (714) 663-6084 hoặc email cho lbui@ggusd.us

Thứ Hai, ngày 11 tháng Ba

5:00 - 7:00 tối

Rancho Alamitos High School

11351 Dale Street ở Garden Grove

Lễ Hội Mardi Gras cho Người Tự Kỷ

Hiệp hội Fullerton Care Autism sẽ tổ chức các điểm tham quan thân thiện, đánh động giác quan và một hội chợ tài nguyên cho các gia đình có trẻ em bị bệnh tự kỷ. Sự kiện này mở cửa cho công chúng và không yêu cầu phải ghi danh trước.

Thứ Bảy, mồng 6 tháng Tư

11 giờ sáng - 4 giờ chiều.

Fullerton Train Depot Center

110 E. Commonwealth

ở Fullerton



(tiếp trang sau)



Lễ Hội Mùa Xuân

Hãy cùng với thành phố Westminster chào mừng mùa lễ hội tại Lễ Hội Mùa Xuân thường niên. Diễn ra hàng năm vào thứ Bảy của cuối tuần trước Lễ Phục Sinh, sự kiện này có giải trí sống động, thức ăn ngon, các nhà cung cấp vật dụng thủ công, một hội chợ tài nguyên lớn, các hoạt động vui chơi cho trẻ em và có Thổ Phục Sinh mang quà đến cho các em! Để biết thêm thông tin, hãy ghé qua Community Services & Recreation Department tại 8200 Westminster Blvd., gọi (714) 895-2860 hoặc gửi email cho CSROnline@westminster-ca.gov.

Thứ Bảy, ngày 13 tháng Tư
9 giờ sáng – 3 giờ chiều
Westminster Civic Center
8200 Westminster Blvd. ở Westminster

Các Dịch Vụ về Việc Làm cho Người Trưởng Thành

Đối với những người lớn không bị khuyết tật, một công việc được trả lương trong cộng đồng có thể mang đến lòng tự trọng cùng với một cảm giác toàn mãn và có mục tiêu cho một người bị khuyết tật phát triển. Đây là một trong những lý do khiến Tiểu bang California và RCOC đều áp dụng các chính sách về Việc Làm Trên Hết, điều bắt buộc chúng tôi phải tìm hiểu về công ăn việc làm mang tính cạnh tranh và hội nhập như lựa chọn đầu tiên cho những người trưởng thành mà chúng tôi phục vụ đang trong độ tuổi lao động.

Tiểu bang California và RCOC đều áp dụng các chính sách về Việc Làm Trên Hết.

Mặc dù các trung tâm vùng trên toàn tiểu bang được thử thách để tìm kiếm việc làm mang tính cạnh tranh, hội nhập cho tất cả những người trưởng thành có khuyết tật phát triển muốn có công ăn việc làm, RCOC và các nhà cung cấp dịch vụ việc làm trong cộng đồng của chúng tôi đã được vinh danh vì

những nỗ lực của mình trong việc giúp những người trưởng thành chúng tôi phục vụ đạt được các mục tiêu về nghề nghiệp của họ.

Điều này bao gồm việc tạo mối quan hệ đối tác với các nhà tuyển dụng tiềm năng để tìm kiếm các công việc có thể được thực hiện bởi những người có khuyết tật phát triển, và hợp tác với các nhà tuyển dụng trong các chương trình thực tập, như Project SEARCH và Chương Trình Thực Tập Có Trả Lương, cho phép người khuyết tật có được các kỹ năng quan trọng về việc làm cũng như kinh nghiệm. Nó cũng bao gồm việc tìm đúng việc làm phù hợp với các kỹ năng, tài năng, khả năng và sở thích của cá nhân với công việc và nơi làm phù hợp.

Khi một người khuyết tật tìm được một công việc phù hợp, các nhà cung cấp dịch vụ việc làm của RCOC thường cung cấp sự trợ giúp huấn luyện việc làm tại chỗ. Mục tiêu của việc huấn luyện việc làm là để giúp tạo điều kiện cho người làm việc thành công trong công việc của mình. Giống như tất cả các dịch vụ do RCOC tài trợ, mức

độ hỗ trợ việc làm được cung cấp tùy thuộc hoàn toàn vào cá nhân và nhu cầu của người làm việc. Nó có thể bao gồm từ việc giám sát liên tục và trực tiếp tại nơi làm việc do một huấn luyện viên việc làm đến giám sát hàng ngày, hàng tuần hoặc hàng tháng, qua đó người huấn luyện việc làm kiểm tra định kỳ với người làm việc và chủ nhân để giúp đỡ trong việc giao tiếp và giải quyết mọi vấn đề tại nơi làm việc.

Nếu bạn muốn tìm hiểu thêm về các dịch vụ việc làm từ RCOC, hãy nhớ liên lạc với Phối Hợp Viên Dịch Vụ tại RCOC của bạn.

