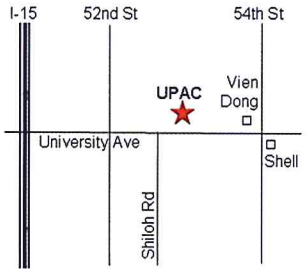
Mga Lugar ng Opisina at Oras

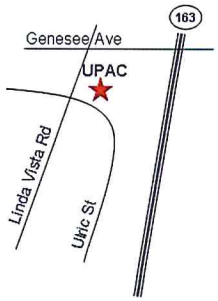
Sa pook ng *Mid-City*
5348 University Avenue, Suite 101
San Diego, CA 92105
(619) 229-2999

Lunes, Miyerkoles, Huwebes, at Biyernes:
Ika-8:30 n.u. hanggang ika-5:00 n.h.
Martes: Ika-8:30 n.u. hanggang ika-6:00 n.h.
Sumakay sa bus #955, 5, 7, o sa10



Sa pook ng Linda Vista*(EastWind Center)*
2359 Ulric Street
San Diego, CA 92111
(858) 268-4933

Lunes hanggang Biyernes
Ika-8:30 n.u. hanggang ika-5:00 n.h.
Sumakay sa bus #25 o sa 44



Ang UPAC ay handang magbigay ng mga serbisyong pangkaisipang-kalusugan at mga serbisyo para sa pag-abuso ng sustansiya at pagpapagaling ng mga kliyenteng Asyano, Katutubong Hawayano at taga-Islang Pasipiko, gayundin ng marami pang ibang mga etnikong kliyente sa lahat ng dako ng *San Diego County*.

Website:
www.upacsd.com

(Tagalog)

U P A C

Union of Pan Asian Communities (UPAC)

Sentro Para sa Pagpapayo at Pagpapagamot

Ang pakay ng UPAC ay mapabuti ang pangkalahatang kapakanan ng mga Asyano, mga taga-Islang Pasipiko, at iba pang mga panliping komunidad sa *San Diego County*.

Sino Kami?

Ang *UPAC Counseling and Treatment Center* ay nagbibigay ng mga serbisyong ukol sa pangkaisipang-kalusugan unang-una para sa mga Asyano, Katutubong Hawayano, at taga-Islang Pasipiko na may edad na 18 taong gulang at maging sa mga nakatatanda na mayroong *depression*, *anxiety*, *co-occuring substance abuse,* at iba pang mga kaugnay na paghihirap.

Ang mga serbisyong ito ay ayon sa kultura at pananalita upang matugunan ang mga bukod-tanging pangangailangan na kaugnay sa tradisyon at kultura ng mga tao.

Itinataguyod ng programa ang prinsipyo ng *psychosocial rehabilitation* upang matulungan ang mga taong nagpapagaling sa kapansangang-pangkaisipan at sa *co-occurring substance abuse disorders.*

Ang programang ito ay pinopondohan ng *County of San Diego, Department of Behavioral Health, Adult and Older Adult Mental Health Services.*

Ang Aming Mga Layunin

Pagpapatibay ng mga Pamilya

- Sama-samang pagbubuklod ng mga pamilya
- Pagtataguyod ng mas magaling na komunikasyon at malusog na relasyon
- Paghadlang sa paglayo at pag-iisa ng mga Asyano at taga-Islang Pasipiko
- Pagbibigay ng suporta at edukasyon sa mga miyembro ng pamilya

Kakayahang Pangkabuhayan

- Pagpapalawak ng kaalaman ukol sa mga karamdaman at gamot
- Pagtataguyod ng mga positibong panlipunang-asal at pagpapagaling
- Pag-uugnay sa mga mapagkukunan ng mga *resources* sa komunidad
- Pagpapabuti ng kauring sumusuporta o *peer support*
- Pagpapalawak ng mga pagkakataong pang-hanapbuhay at pang-edukasyon.

Ang Aming Mga Kawani

Ang *UPAC Counseling and Treatment Center ay* binubuo ng mga kawaning propesyonal sa pang-kaisipang-kalusugan na may kakayahang magsalita ng dalawang wika at may kaalaman ng dalawang kultura na kinabibilangan ng mga espesyalista sa sakit sa isip at mga *therapists.* Ang mga kawani ay nagsasalita ng *Cambodian, Hmong,* Hapones, Tagalog, *Thai,* Intsik, *Vietnamese,* Koreyano, at Ingles.

Mga *Referrals*

Ang interesado na makatanggap ng mga serbisyo para sa sarili o para sa isang mahal sa buhay ay maaaring kumontak ng diretso sa opisina.

Kung kayo ay nakatira sa Sentral, Timog, o Silangang Purok ng *San Diego*, maaari kayong kumontak sa *Mid-City site* sa (619) 229-2999.

Kung kayo ay nakatira sa Purok ng *San Diego* sa bandang Hilagang-Sentral, kumontak kayo sa *EastWind Center* sa *Linda Vista* sa (858) 268-4933.

Bayad

Tumatanggap kami ng *Medi-Cal*. Para sa mga walang *Medi-Cal*, mayroon kaming *sliding scale fee* na ayon sa kakayahang ibayad ng kliyente.

"Ang pag-asa ay napakahalaga sa paggaling, sapagkat ang kawalan ng pag-asa ay higit pang nakapipinsala kaysa sa karamdaman."
~Esso Leete, Consumer Leader