



# 行为健康及 临床服务计划

Chinese American Service League  
華人諮詢服務處

# 10月简报

## 记下这个日期!



华咨处法律援助 & 行为健康诊所  
10月14日, 2023  
上午10:00-下午1:00

CASL  
2141 S. Tan Ct., Chicago

华咨处45周年慈善晚宴  
11月3日  
下午7:00-11:00  
地点: Bridgeport Art Center  
1200 W 35th St., Chicago  
[CASLservice.org/Events](https://CASLservice.org/Events)

请邮件至  
[BehavioralHealth@CASLservice.org](mailto:BehavioralHealth@CASLservice.org)

来联系我们; 请通过  
[CASLservice.org/Calendar](https://CASLservice.org/Calendar)  
浏览所有华咨处的活动

## 来自我们领 导的信

林善雯, 行为健康临床服务总监  
行为健康及临床服务计划



### 致亲爱的朋友们,

十月是全国欺凌预防月, 致力于提高人们对各种形式欺凌的认识, 包括口头欺凌、身体欺凌、网络欺凌和社会排斥欺凌。研究表明, 欺凌会对儿童和家庭的心理健康产生持久的负面影响, 例如丧失自尊、增加焦虑和抑郁。设立全国欺凌预防月旨在让儿童和青少年在学校遇到的潜在不良经历受到关注。

在 CASL, 我们的行为健康和临床服务 (BHCS) 团队为个人和家庭提供临床服务, 为社区提供可靠的资源。我们经验丰富的专业人员可以与个人和家庭密切合作, 帮助他们应对欺凌带来的创伤, 增强复原力, 并培养应对这些具有挑战性的经历所需的技能。



## 行为健康和临床服务聚部门聚焦



余嘉盛

**Jiasheng Yu** (余嘉盛) 是CASL认知和行为健康个案管理员,他最近加入了 CASL 的阿尔茨海默氏症项目团队。在Ruby Tan 的领导下,他提供询证行为和认知健康的临床干预,并根据个体的个性心理社会需求制定相应的心理健康服务。 Jiasheng Yu (余嘉盛) 拥有马凯特大学临床心理健康咨询硕士学位,目前是伊利诺伊州的 QMHP。 Jiasheng Yu (余嘉盛) 期待服务社区,为有需要的人士提供文化适配的服务。

**9月12日**, BHCS与Armor Square老年公寓合作举办了“大脑和身体健康”社区工作坊。40 多名老年人参加了此次社区工作坊,了解如何改善大脑健康以及如何预防失智症。



芝加哥公共图书馆 Brighton Park

**9月15日**,我们的电子健康档案系统专员Beth Satyr 和副总裁 Rachael Wright 应邀参观了 Riveredge 医院,参观了Riveredge医院的住院行为健康设施并了解他们提供的综合服务。

**9月25日**,受Blue Door Neighborhood Center (蓝门社区中心)邀请, BHCS 团队参加了该社区中心举办的健康老龄化活动,庆祝健康老龄化宣传月。我们的临床医生和实习生都参与了此次活动,为该社区提供了与大脑健康相关的临床咨询和服务资源,旨在提高社区成员对于健康老龄化的意识!

**9月28日**,受芝加哥公共图书馆布莱顿公园分馆邀请, BHCS团队与CASL法律服务团队参加了布莱顿公园分馆图书馆社区资源博览会,为社区成员提供可以利用的社区资源。



行为健康临床服务部在华咨处开放日

**9月30日**, BHCS团队参加了CASL中秋开放日,宣传了BHCS和我们的服务。今年中秋开放日的主题是自我照顾。BHCS 为提供了双语的自我照顾指南,帮助社区成员了解自我照顾以及如何最有效地把自我照顾应用到生活中。此次活动为公众了解到 CASL 的可用资源和服务都提供了绝佳的机会。作为一个致力于社区健康和福祉的团队,此次中秋开放日, BHCS 继续宣传关于自我照顾的重要性,为与会者提供提升个人和家庭福祉资源的各种途径。



## 行为健康和临床服务聚部门聚焦



Winnie 和 Lisa Gomez

此外, BHCS 团队副总监 Winnie Lam 与社区合作伙伴和主要利益相关者合作, 为建立更强大的社区搭建桥梁, 改善社区福祉。

- **9月13日**, Winnie Lam 与美国劳工部福利保障助理 Lisa Gomez 进行了会议。 这次会议的目的是就心理健康平等和心理健康服务可及性的关键主题, 特别是涉及少数群体的问题, 提供宝贵的见解和评论。
- 同日, Winnie Lam 还参加了 United Way (联合之路) 的开放日, 这是向 United Way (联合之路) 和其他社区合作伙伴介绍 CASL BHCS 的绝佳机会。
- **9月14日**, Winnie Lam 参加了芝加哥世界商业组织和芝加哥国际友好城市会议。 参与此类会议对于扩大 CASL BHCS 影响力并使更广泛的受众能够获得我们的服务的使命至关重要。
- **9月25日**, Winnie Lam 代表 BHCS 出席 IABH 公共政策委员会会议, 讨论重要的行为健康政策问题, 进一步倡导提升心理健康服务。



Winnie 和 Johnson 市长

BHCS 致力于提高行为健康服务质量, 并建立有意义的社区联系。请继续关注我们为促进福祉和服务社区需求做出的努力

### 正念练习

正念是意识到当下的练习。 通过各种活动进行正念, 您可以减轻可能萦绕在您脑海中的压力和焦虑。 涂色是练习正念的一项很好的活动。 通过专注投入到对线条和颜色的选择, 涂色可以让你的思绪远离那些纷繁的思绪, 回到当下。 十月标志着寒冷的秋季天气的开始, 现在是涂上秋季主题色彩的最佳时机! [附件 - 秋季涂色页]

十月标志着寒冷的秋季天气的开始, 现在是涂上秋季主题色彩的最佳时机!





# 行为健康及 临床服务计划

Chinese American Service League  
華人諮詢服務處

## 关于我们

教育和增能我们的客户

行为健康临床服务计划提供优质的、以人为本和文化兼容的服务,帮助所有年龄和背景的家庭和个人实现健康生活。行为健康临床服务计划与大概30个华咨处项目合作,为完善现有的社区行为健康项目而努力,以改善我们社区的整体健康和福祉。

我们提供多种服务来为您增能:

- 心理咨询与治疗
- 职业治疗
- 评估和疗程计划
- 危机干预
- 信息咨询和评价
- 社区支持
- 社区研讨会/讲座

## 与我们联系 (312) 791-0418

Alzheimers@CASLservice.org BehavioralHealth@CASLservice.org

[CASLservice.org/Behavioral-Health](https://CASLservice.org/Behavioral-Health)

如果您对本简报中提到的活动感兴趣,或者您希望在未来与我们合作,请致电 312-791-0418 x2232 或发送电子邮件至 Alzheimers@CASLservice.org 与我们联系。



“ 随着年龄的增长,你会发现自己有两只手,一只用来帮助自己,一只用来帮助别人。”

Maya Angelou, 美国回忆录作家, 诗人, 民权运动家



**HAPPY FALL Y'ALL**

*Homemade*  
GIFTS MADE EASY





# HAPPY FALL

