



家庭支援中心 通訊

2009年冬季號

本期要目

確保重視我的聲音／1

這可能是你從郵件收到最後的一期通訊／1

令人驚異的義工／2

不尋常的互助組／2

認識Karen Cancino／2

我可以從哪裡找到孩子特殊教育服務的幫助／4

挑戰者棒球／4

家長導師計劃／4

活動資料插頁／5-8

個人應變準備指南／9

睡衣籌款活動／10

兒童青少年心理衛生指南／10

謝謝您／11

家庭支援中心董事會和職員表／12

特殊兒童家庭支援中心是一個非牟利的，支援性，資源和網絡機構，服務特殊需要兒童的家庭與和他們合作的專業者。我們的目的，是支持面對挑戰的家庭。我們所有的服務都是免費的，包括資源、電話諮詢、隨訪中心、互助組、講座、和家庭聚會

確保重視我的聲音

身為特殊健康需要孩子的母親，我對如何改善服務系統有很多主意。這是我奇異地迅速進入國家政治場合的故事。

我開始參與的是加州家庭之聲（FVCA, www.familyvoicesofca.org）徵求有特殊健康需要兒童或青少年而使用私人保險家庭的故事。因為日常有幫助其他家庭爭取權益，我相信應該大膽發言。所以我就以隱名方式發出了四篇有關我們經驗的故事。

兩個星期之後，我收到家庭之聲疾風似的電郵，希望和提供故事的家庭接觸。我第一個反應是恐懼，因為“Joe水壩匠”的新聞記憶猶新。和陌生人交談有關我們債務如山、低信用評級、和來自收債公司電話的事，並不吸引。首先，我擔心我的孩子會如何反應；我會不吝花費，確保他們快樂、健康、在家如常。我同時感到衝突的是，因為我購有私人保險，而很多家庭是完全無保險的。

但我開始想到系統中的所有問題——我的保險公司用盡方法避免支付我孩子所需的服務。有很多其他家庭像我們一樣，被迫在購買新的（昂貴的）的呼吸藥物或舊版本（效力較低）的藥物之間做選擇。我想像我們一樣的所有家庭，生活在醫療危機中，隨時破產。我同時開始想當我的兒子滿十八歲時承保福利會有什麼變化——而那不過是六個月後的事。所以，在家人的支持下，我說“好”。

我和來自美國兒科學會的一名男士有一個簡短的交談，他安排了第二天和一些能源和商業委員會的美國國會議員之職員通電話，談談我的醫療債務經驗。談談使人恐懼的經驗。我很感激家庭之聲的經理Tara Robinson花時間和我一起幫助我組織我的看法。第二天，我收到議員職員的電話，和我談了二十分鐘關於我們的體驗。他們沒有問問題，大部份

下續第4頁

這可能是你收到郵寄通訊的最後一期 行政主任特別照會

親愛的家庭和朋友：

因為環保和經濟的考慮，這可能是你從郵政收到的最後一期通訊。如你給我們你的電郵地址，我們可以很容易地用電郵方式傳上通訊。如要繼續用郵件方式收到印刷本，或確實你的電郵地址，請來電(415) 920-5040，或電郵info@supportforfamilies.org。我們保證保密；家庭支援中心不會讓其他實體使用我們的郵寄名單。

收西班牙文版或中文版的家庭，或住在三藩市某區域內的人士將會繼續收到印刷本通訊，因為我們有特別的資助可用於此郵寄項目。為確保免費收到通訊沒有中斷，請儘快聯絡我們確認你的電郵地址或郵寄地址。謝謝你的理解。

祝好，

我們令人驚異的義工

家庭支援中心很幸運有一組獻身投入幫助推動我們的宗旨和充份發揮我們資源的義工。義工在我們的辦公室提供多種支援、幫助行政工作和推行活動。他們加入我們的行列主要目的只有一個：幫助我們達到協助傷殘人士家庭獲取幫助他們子女茁長所需的資料和資源的目標。我們的義工十分多元化，包括不同的年齡、才華、和興趣。我們十分感謝他們為我們做的工作。在感謝所有的義工的同時，有兩個團體特別突出。

The Junior League San Francisco：今年

是第二年，這些令人驚異的、投入的婦女，抽出時間和精力，支持家庭支援中心，貢獻他們的才能和精力。他們在機構的每個層面投入工作，幫助計劃和組織活動、為我們帶來各種免費服務聯絡，例如設計和搬運服務、以及為我們的資訊和資源展及Access to Adventure尋找報效服務，每年為機構節省數千元。

Immaculate Conception Academy Students and the Cristo Rey Program：家庭支援中心很高興歡迎來自ICA的四名高中生義工。此學校是Cristo Rey Network的部份，所有的學生均須參與一個在公司或非牟利機構工作的工讀生計劃，以

獲取實際的工作經驗。此四名女生分擔中心一個全職的職位之工作，幫助我們的職員在Open Gate資源中心提供文員支援服務。我們很高興成為社區此令人興奮新計劃的一部份。

由於我們的資源有限，我們歡迎所有的義工，而他們同時也是我們社區服務不可或缺的部份。感謝他們為我們所做的重要工作。

Kathleen Schlier是我們的照護、特別活動、和義工經理。聯絡她可用電郵：kschlier@supportforfamilies.org。她歡迎任何和所有有意在家庭支援中心義務工作的人士。

不尋常的互助組：AASCEND滿十歲

十年前一群自閉症患者、自閉症患者的朋友和家人、以及服務自閉症患者的專業人士組織一個新類型的互助組：他們會坐下來，以同輩身份看看有什麼可以互相幫助。AASCEND-Autism Asperger's Syndrome Coalition for Education, Networking and Development——於焉誕生。

身為一名當年十八歲有高度自閉症孩子的母親，我對他未來的生活有很多問題，但我不認識任何有自閉症的成年人，更不要說有任何自閉症的朋友。現在我有很多。

我們一直和市部門包括三藩市警務署合作。我們的一些成員曾被警察截

查，因為他們互動的方式與人不同，或者與他人沒有眼神接觸而看來可疑或者“做些什麼”。我們獲得如何和警方合作的提示，而三藩市警務處亦擴大他們的訓練，包括高度自閉症和亞斯柏格症在內。

在2005年，我們的一名成員，Paul Nussbaum，在Sierra Nevada滑過Tioga Pass，證明有此情況的傷殘人士的能力，同時為AASCEND籌款。Paul的下一個目標是一個國際自閉症跋涉項目——這次是橫越格陵蘭！

每年我們主辦出席踴躍的社交活動，一反人們認為自閉症者不喜歡社交之錯覺。

這個開始時是互助組的組織現在已發展成一個緊密的群體。我的兒子現在有角色模範可做榜樣，同時有一個團體可以幫助其認識有自閉症之生活挑戰。他有一個自己的地方。

我們請你參加我們每月的會議和活動。成為群體的一員！詳情請瀏覽網頁www.ascend.net。

Camilla Bixler是今年AASCEND的主席，是三藩市市立大學的導師，We Gotta Dance一名愉快的義工，和一名自閉症青年的母親。



認識家庭支援中心董事Karen Cancino

當我任社工時（先是在社區機構工作，其後在三藩市聯合校區），我已知家庭支援中心但從來沒有直接和他們合作過。在我在2004年退休後，我的大兒子是Duenas家庭的朋友，告訴我應考慮加入家庭支援中心的董事會。

第一步是往訪此機構，認識它為傷殘是生活一部份的兒童與家庭提供的眾多服務。我記得對家庭支援中心提供如此廣泛的服務肅然起敬，這些服務包括：資源圖書館、電話／偶訪顧問、互助組、師友計劃、講習會、和以兒童為中心的活動，全部多元化。

我被說服，我想加入董事會作為回饋社區的一個方法。在我多年任社工期間，我的一個重要工作是與其他人設定關係和教育其他人。家庭支援中心給我機會繼續此角色，同時讓我和我的家人與朋友分享我所學習的一切。我很自豪，找到一個有特殊教育經驗的朋友／同事同時加入董事會，並為董事會的需要，識別另一名有專長的可能候選人。

我的一些最好的能力和強項，是寫作，和組織材料。我加入董事會的發展委員會，在招募和教育新董事的過程中，作出有意義的貢獻。委員會目

前正在編製一本輔導新董事的說明書，確保董事會會議之效率。

我十分欣賞董事會在此機構之積極性。我曾參加多個董事會，有時董事其實不過是名義而已。我很自豪能和其他如此有承擔的董事合作，並展望和他們並肩向前，繼續服務。

Karen Cancino是一名退休的社工，和先生Rodolfo一起。她也是在服務2008-09陪審團後，成為Civil Grand Jury Association of San Francisco一名積極的成員。聯絡她可發電郵至kcancino@sbcglobal.net或致電415-922-5300。

我可以從哪裡找到孩子特殊教育服務的幫助？

此文所述僅屬社區顧問委員會意見並不代表家庭支援中心觀點。如有任何關注或問題請電郵聯絡他們：cac_special@hotmai.com，或瀏覽他們的網頁About US, www.sfcacsped.org查看委員會幹事聯絡資料。

現在學年正在進行中，重要的是家長如他們認為孩子的特殊教育服務有問題時，應往那裡找幫助。以下資料經許可摘錄自三藩市聯合校區網頁特殊教育部份的“解決問題準則”部份，全文可瀏覽網頁http://portal.sfusd.edu/template/default.cfm?page=chief_academic_special_ed.parent_problem

特殊教育法為家長和學校設定合作關係，使服務學生之教育設計和提供更為有效。與任何合作關係一樣，溝通可能出現障礙。為你孩子的最佳利益起見，應在最早出現溝通障礙跡象時即試圖解決問題，同時任何時候如可能應尋求在學校解決問題。雖然新法設定解決糾紛之正式方法，三藩市聯合校區已設定一個內部的較為非正式的方法，並鼓勵你在任何時候相信有問題時使用。

1. 和你孩子課室的教師及／或知道你孩子需要的其他學校教職員討論問題。這可包括孩子的資源教師、顧問、聽覺或語言專家、或其他幫助你孩子的專家。你亦可以和指派服務孩子學校的特殊教育計劃內容專家討論。
2. 參詳你孩子的IEP，決定計劃是否有實施。是否需要改變計劃以符合你孩子任何改變之需要？你可以在任何時間要求評審IEP。在你提出要求後的三十天內必須舉行會議。
3. 如果沒有解決，和校長討論問題。你的校長可能請專負責特殊教育的副校長幫助。

4. 如果沒有解決，請致電三藩市聯合校區特殊教育服務部，379-7612。你可以找適當的助理副學監：兒童發展部，750-8500，小學部，241-6310，初中部，241-6607，高中部，241-6478，縣／社區學校部，241-6232，特許學校部和幼稚園至八年級學校部，355-7323。
5. 如果仍未解決，請致電特殊教育調查員，Carol Kocivar, 379-7642。調查員可以幫助你解決問題，和安排一個稱為“方案小組”的非正式調停會議。在方案小組會議（有時亦稱為ADR或另類解決糾紛）中，一名受過訓練中立的第三者可以協助你恢復溝通、促進討論、和幫助談判，俾公平和平等地解決糾紛。調停的重點，是讓大家直接對話講出不同的看法。調停人的角色是創造鼓勵、保持、和保護溝通的氣氛與支援。
6. 州訂法律提供多個與本地校區解決問題的機制。加州教育部統籌程序保障和轉介服務部，為家長、校區、爭取權益者、機構、和其他人士提供有關3-21歲傷殘學生及其教育權利程序保障之技術援助，資料和資源。聯絡資料是：程序保障和轉介服務（Procedural Safeguards & Referral Services），電話(800) 926-0648，傳真(916) 327-3704。最新（2009年一月）的家長和兒童特殊教育權利程序保障通知可以從加州教育部網頁下載，此通知備有多種文字版本，www.cde.ca.gov/sp/se/gal。

其他網上資源

CDE遵守規則投訴過程
www.cde.ca.gov/sp/se/qa/documents/cmpintproc.pdf

要求投訴調查表格：www.cde.ca.gov/se/qa/documents/cmpintinvs-rqst.doc

特殊教育糾紛解決：www.cde.ca.gov/ls/cs/k3/dispute.asp

Linda Tung是社區顧問委員會前任主席，她也是一名有傷殘情況的孩子的母親。

特殊教育社區顧問委員會是一個向教育委員會提供顧問的委員會，由家長和專工作者組成，其目的在爭取高質素的特殊教育。社區顧問委員會歡迎任何人出席會議和分享資訊；委員會於每個月第四個星期四下午七時在家庭支援中心開會。聯絡社區顧問委員會，可電郵cac_special@hotmai.com或瀏覽他們的網頁www.sfcacsped.org。



傷殘兒童Challenger棒球隊

請來玩棒球！Little League的Challenger部在灣區各地舉辦春季棒球聯賽，以有體格或心智傷殘六歲以上的男女童為對象。

Challenger挑戰者棒球賽讓我們的孩子在一個支援性和非競爭性的環境下，既無出局亦無計分的環境下做一些運動、認識新朋友、和學習棒球的基本。球員每局均有機會擊球，經常在壘，和經常“得分”。球戲於星期日下午舉行，維時約一至兩小時，並讓家長和教練就每名孩子的希望和需要，提供更多（或更少）的協助與支援，使他們能充份享受球戲和參與。

三藩市挑戰者球隊，在三月底至六

月初約比賽十場。Little League少棒聯提供巨人隊的制服以及所有所需的設備，棒球手套除外。在本地的球賽將於少棒聯於金銀島的優質球場，或在三藩市巨人隊在近AT&T Park的China Basin Park興建的小球場內舉行，那就在McCovey Cove以南的地方。出外的球賽，則於半島球隊的本身球場內舉行。

棒球季開始時先在馬連拿區舉行一個汽車隊遊行，包括一百隊少棒聯的球隊；節目最後是在Jamboree聚合，同時舉行一個由巨人隊球員主持的棒球講座。此項活動由三藩市巨人隊社區基金資助。

少棒聯是一個全義務的、非牟利的組

織，支援由東岸至西岸25,000多名挑戰者球員。雖然加入要付登記費，但為確保不會拒絕任何人加入，可以申請登記費豁免。

登記目前已開始，大家可在三藩市少棒聯的網頁登記，www.SFLL.org。查詢詳情、有意義務工作、或聯絡其他灣區的挑戰者球隊，請聯絡Peter Straus, 415-864-2939，或pstraussf@prodigy.net。

關於作者

Peter Straus是一名傑出棒球員的父親，和三藩市少棒聯挑戰者計劃的統籌。

家庭之聲，上接第1頁

時間都十分沉默（半途中我甚至問他們是否仍然在聽！）在我講完我的經驗之後，他們感謝我的時間，問我如果他們能安排在能源和商業委員會舉行聽證，我是否願意到華府講述我們的故事。

雖然我未有聽到有關聽證的消息，此二十分鐘和國會議員職員的交談對我來說是大事！它令人有難以置信的權力加強感，因為知道至少在華府的決策者…願意傾聽。

Libby Hoy是家庭之聲網絡成員，在長灘市以家長健康聯絡人身份為家庭提供服務，同時是三名有傷殘情況兒子的母親。

加州家庭之聲（FVCA）是一個全州性本地家長經營的中心協作計劃，致力確保特殊健康護理需要兒童和青少年有這質素的健康護理。加州家庭之聲每月主辦免費的網上論壇，側重健康和爭取權益專題。詳情可加

入我們的電子通訊名單，subscribe@lists.familyvoicesofca.org，或瀏覽我們的網頁www.familyvoicesofca.org，或聯絡Tara Robinson, trobins@familyvoicesofca.org。

家長導師計劃—家長對家長訓練

請參加學習成為一名導師！你在特殊需要兒童支援、健康護理、和教育方面的個人知識與經驗，可以做出改變。此訓練的參與者將收到有關傾聽和溝通技能的資料和練習機會。

家長對家長訓練（英語）

2009年十二月五日星期六
上午八時卅分至下午四時卅分

家長對家長訓練（西班牙語）

第一部份：2009年十二月一日星期二
下午四時卅分至八時卅分
第二部份：2009年十二月八日星期二
下午四時卅分至八時卅分

必須預先登記

餐膳和有限的托兒只供預先登記者。登記請電家長導師統籌Joan Selby或Christina Reina，(415) 920-5040。訓練將於家庭支援中心（2601 Mission Street, #606, SF, CA）。



SUPPORT FOR FAMILIES OF CHILDREN WITH DISABILITIES

A support and resource organization providing services for families of children with disabilities

我們的服務

如何使用我們的服務：

來電：
(415) 920-5040

電郵：
info@supportfamilies.org

親訪：
2601 Mission Street
Suite 300
San Francisco, CA 94110

電話／隨到中心：我們在Open Gate家庭資源中心的職員（都是家長）可以提供個別化的資料，轉介，和協助。職員通曉華語，英語，西班牙語。星期二和星期四下午四時卅分至八時卅分會議舉行時間內提供托兒服務。

資源圖書館：我們收藏三千多本書籍，錄映帶，DVD，和玩具，供家庭和專業者借用。

互助組：互助組幫助家庭找出解決問題的方案，學習爭取權益技巧，探索資源，和與同輩分享經驗加強力量。

義工家長導師：受過訓練的義工家長導師，為有共同的文化，語言，或傷殘情況的家長提供輔導。

教育講座和會議：每個月舉行家長／專業者講座和每個星期舉行小組會議，幫助家長和專業者認識資源，權利，和責任。

為家庭聯繫心理衛生服務：同輩家長和心理衛生顧問，提供同輩支援，專業顧問，和幫助家長和專業者使用心理衛生和其他兒童服務。

家庭聚會：每季舉行的活動，例如周年溜冰聯歡會和萬聖節聯歡會，讓家庭有機會在開心和輕鬆的氣氛下交誼。

通訊：季刊通訊，分別用英文，西班牙文，和中文編印，供家長和專業者參考。

宗旨聲明

我們致力確保有任何傷殘情況或特殊健康護理需要的兒童的家庭有所需的知識和協助，為支援他們子女的健康，教育和發展需要，做出知情的決定。我們為家庭提供同輩互助支援，和為家庭與專業者提供資訊與教育。我們大部份的職員，義工，和董事均是傷殘兒童的家人。

董事會

Richard Adams
Karen Cancino
Judy Chen
Christian Dauer
Todd Gemmer, 財政
Jeff Harrell, 秘書
Christina Holderness
Laura Lanzone
Antje Shadoan, 副主席
Sally Spencer, 主席
Nancy Statler
Laurie Strawn

行政主任

Juno Duenas

你如何可以幫助

為鼓勵所有的家庭均能參加，我們所有的服務和活動，甚至是托兒，都是免費的。由於需求不斷增加，你的捐助可以使我們能提供此類服務。

給家庭支援中心捐助意指可為特殊需要家庭的兒童更能幫助他們的孩子——而更多傷殘兒童可生活得有尊嚴和有機會。請將捐款寄往下址

或上網捐助supportforfamilies.org/help.html。每個捐助均可以為特殊需要兒童的生活做出改變。

本期內容

持續舉行的講座	6
互助組	6
資訊和資源會議	7
家長專業者講座	7
活動日曆	8
未來特別活動	8



持續舉行講座簡介

個人教育計劃 (IEP) 講座

下午四時至六時

家庭支援中心主辦

認識特殊教育法律，IEP過程，當行動無效時應做什麼，和如何成爲一名更活躍和有效的小組成員。

SSI福利講座

主持：Katy Lusson,

Ph. D., J. D., Protection & Advocacy

簡介社會安全金集中於SSI福

利。出席者有機會單獨與主持人面談，提出個人的問題。

過渡至成人服務講座

家庭支援中心主辦

認識16歲或以上兒童之特殊教育過渡服務，和如何有效參與制定你孩子的過渡計劃。

我們所有的講座均免費，如預先登記我們可提供托兒，另有訂明除外。詳情請電415-920-5040。

有關講座日期和時間請參看下一頁資料。詳情請電Open Gate家庭支援中心，415-920-5040。



我們的互助組

所有互助組均免費，如預先登記我們可提供托兒，另有訂明除外。如你有興趣參加任何這些互助組，詳情請電Open Gate家庭支援中心，415-920-5040。

自閉症小組。每兩個月開會一次，支持自閉性兒童的家庭。此活動不提供托兒服務。主持：Jackie Fox。

Asperger's小組。爲有Asperger's Syndrome綜合症兒童家庭而設。主持：Karen Haney-Owens。

華埠兒童發展中心：爲所有年齡特殊需要兒童華語家庭而設。主持：Lisa Yee。

晚間自閉症互助組。以自閉症兒童的家長和照護者爲對象。主持：Priya Mathur。

Family Links/Vinculos Familiares小組：爲有心理，情緒或行爲困難兒童的家長而設的互助組。會議用英語和西班牙語進行。主持：Christina Reina和Sue Kuyper。

寄養家長小組：爲特殊需要寄養兒童的家長而設，交換資源，互助，和資料。主持：Sue Kuyper和Dennis Locket。

痛失互助組。由醫療虛弱兒童和面對生命威脅兒童的家長和照護者組成。主持：Nancy Iverson, MD。

傷殘或特殊健康需要過渡年齡青少年家長小組。有關我們和青少年進入成年人階段面對議題的有關資料，資源，和支援。主持：Linda Tung。

Mission Head Start小組：爲出生至五歲有特殊需要兒童的西班牙語家庭而設。主持：Christine

Reina。

Prader-Willi小組。爲有Prader-Willi Syndrome兒童家庭而設。提供兄弟姊妹支援組。主持：Mary Holbrook和Christina Lewis。

SFCD組。以有特殊需要兒童的華語家庭爲對象。主持：Tammy Kong。

西班牙語組。以有特殊需要兒童的西班牙語家庭爲對象。詳情請電Sue Kuyper。

星期二晚小組：爲出生至五歲最近被診斷有傷殘的兒童之家庭而設。主持：Nina Boyle。

查詢詳情或其他我們提供的互助組詳情，或你有興趣參加任何特殊議題的小組，請致電社工Sue Kuyper，920-5040內線33。Sue講英語和西班牙語。





星期六家長專業工作者講座

融和教育

2009年十二月十二日星期六

在有支援下於一般教育融和傷殘學生應是你孩子IEP小組第一個安排考慮，並應提供給所有傷殘兒童和青少年。

請出席認識有關融和教育詳情、它的意義、法律規定、以及指出其成效的研究年份

主講：

ANN HALVORSEN教授 (CSU EAST BAY) 和三藩市聯合校區特殊教育社區顧問委員會 (CAC) 委員KATY FRANKLIN (家長)

權利和責任： 停課、開除和行為 2010年一月九日星期六

此講座將討論加州和聯邦有關停課、開除、行為評估、和行為計劃法律有關之家庭和專業者權利與責任重要資料。

主講：

Evan Goldsen和Carlyn Christopher，
特殊教育合作計劃

兒童聽覺和言語小組討論 2010年二月十三日星期六

認識有關所有年齡兒童的聽覺與言語情況，包括言語和語言發展、評估過程、提供服務、以及在什麼地方找此類服務。

主講：

Shannon Simonson,
Hearing and Speech Center of Northern California，
其他主講者稍後公佈。

記下日期！

家庭支援中心 2010年資訊和資源會議 2010年三月二十日星期六

上午八時卅分至下午三時卅分

John O'Connell High School
2355 Folsom Street, San Francisco, CA

一個以傷殘兒童家庭、服務傷殘兒童專業者、和社區人士為對象的會議。
請留意你的電郵和信箱有關詳情。

上述講座重要資料

請注意講座將於上午九時準時開始

- 地點：** 所有講座均於JOHN O'CONNELL HIGH SCHOOL高中舉行
2355 FOLSOM STREET (在二十街)，三藩市，加州94110
學校操場提供有限停車位；進入會場和停車場，請從HARRISON街入
- 時間：** 上午八時卅分—登記
上午九時至十二時卅分—講座
- 登記：** 必須登記。請及早登記—座位有限，迅速滿額。參加講座，登記托兒，及／或要求翻譯，請在會議之前至少兩個星期致電415/920-5040。



活動日曆和未來特別活動

2009年十二月

- 十二月一日 下午四時卅分至八時卅分
家長導師訓練系列（西班牙語）
- 十二月三日 下午四時至六時·IEP講座（粵語）
- 十二月五日 下午四時卅分至八時卅分
家長導師訓練系列（英語）
- 十二月八日 下午四時卅分至八時卅分
家長導師訓練系列（西班牙語）
- 十二月十日 下午四時至六時·IEP講座（英語）
- 十二月十二日 上午八時卅分至下午十二時卅分
融和教育（家長和專業者講座）
- 十二月十七日 下午四時至六時·IEP講座（西班牙語）
- 十二月十七日 下午四時至六時·過渡至成人服務（英語）

2010年一月

- 一月七日 下午四時至六時·IEP講座（粵語）
- 一月九日 上午八時卅分至下午十二時卅分
權利和責任（家長和專業者講座）
- 一月十四日 下午四時至六時·IEP講座（英語）
- 一月廿一日 下午四時至六時·IEP講座（西班牙語）
- 一月廿三日 下午七時至十時·交誼晚會*
- 一月廿八日 下午四時至六時·過渡至成人服務（英語）
- 一月廿八日 下午四時至六時·SSI福利講座（英語）

2010年二月

- 二月四日 下午四時至六時·IEP講座（粵語）
- 二月七日 上午八時至中午
金門公園凱薩醫療機構半馬拉松賽
- 二月十一日 下午四時至六時·IEP講座（英語）
- 二月十三日 上午八時卅分至下午十二時卅分
聽覺和言語講座（家長和專業者講座）
- 二月十八日 下午四時至六時·IEP講座（西班牙語）
- 二月廿五日 下午四時至六時·過渡至成人服務（英語）

2010年三月

- 三月四日 下午四時至六時·IEP講座（粵語）
- 三月十一日 下午四時至六時·IEP講座（英語）
- 三月十八日 下午四時至六時·IEP講座（西班牙語）
- 三月二十日 上午八時卅分至下午三時卅分
資訊和資源會議
- 三月廿五日 下午四時至六時·過渡至成人服務（英語）
- 三月廿五日 下午四時至六時·SSI福利講座（英語）

*請參看此通訊第10頁有關此活動之地點和詳情。

家庭支援中心主辦

2009年佳節溜冰聯歡會

新日期：2009年十二月十九日星期六
下午六時至八時

Yerba Buena Ice Skating Center
750 Folsom Street, San Francisco
在三街和四街之間

建議捐助：\$10（每人）
包括入場費、溜冰鞋、甜品
和給每名孩子的佳節禮物

此極受歡迎的活動必須預早來電為你的孩子登記，
最多可登記四名成年人

登記請電415-920-5040

家庭支援中心和

康樂與公園局Project Insight聯合主辦

ACCESS TO ADVENTURE

記下日期：

2010年五月一日星期六

中午至下午三時

金門公園露天音樂場

資訊展覽，遊戲，音樂，幸運抽獎，樂趣

查詢詳情請瀏覽我們的網頁：

www.supportforfamilies.org

教育專欄：SF CARD的個人和家居準備習作簿：個人應變準備

個人和家居準備習作簿（05/2007）是一個家庭可以使用開始計劃緊急應變之調查。此為第三部份，其餘部份將繼續在此通訊刊出。此材料由位於屋崙服務東灣的CARD (Collaborating Agencies Responding to Disaster)編製。此材料經Bay Area PrepareNow Partners (www.preparenow.org) 成員之一的San Francisco Community Agencies Responding to Disaster修改發佈。SF CARD, 1675 California Street, San Francisco, CA 94109, 415.955.8946, info@sfcad.org, http://www.sfcad.org。他們的網頁包括其他供家庭和機構參考的資源。

須記得的要點

地震：

在你感覺到地震時——俯身，覆蓋，抓緊，雙眼閉上，面向下。在震動完畢之後，搖晃身子確保身上沒有玻璃或其他危險物件。在未走出你有保護的空間之前，先小心看看周圍。將傢俱栓緊箍緊和安裝櫥櫃鎖均可以救回你的性命，和重大減少損害和財務損失。

火災：

如家中著火——停止，趴下，滾身。你需要在多個地方設置充料的滅火筒。安裝防火測煙警鐘，每六個月檢查電池一次。如你必須走出充滿煙霧的房間，在地下爬行，用布蓋住你的口和鼻。

水災：

發生水災時——向上游方向走，離開水。沖激的水是很強力的：不要低估沖激的水的速度和力量。水災可以導致山泥傾瀉，停電，和很多其他危險的情況。不足六吋沖激的水足以提起車輛，而一個人可以被不足兩吋的水浸溺。

釋放危險材料：

停留在山上，逆風，上游的地方或離開危險的地方。學習如何“恰當庇護”，使你即使在無法或不宜疏散時能保持安全。安全的丟掉舊的漆油，化學物品，溶解劑和清潔劑——它們帶來一觸即發的中毒事件。將阿摩尼亞產品分開和遠離漂白產品——因為二者混合可以致命的。

停電：

在你沒有電的時候——不要因此失去你出入房子或辦公室的能力。你應知

道如何用人力來開門，門閘，和升降機等。不要被困在你想在的地方內或外。切勿用蠟燭或點火——用電筒，自然的光線，和熒光棒。

恐怖襲擊：

所有類型的恐怖襲擊（包括生物恐怖襲擊）並非新事物。史有紀錄，數百年前已有生物恐怖襲擊的事件。我們注意到本身可能成為目標以及有此威脅的公開交談已是新事物。恐怖襲擊的目的是令人感到恐懼——使人心充滿恐懼，用恐懼來戰勝，用恐嚇，用威脅或害怕的手段進行強迫。生活在恐懼中是有代價的。在恐懼的氣候下，我們的身心 and 情緒健康，生活質素，和經濟都蒙受傷害。在日常生活中小心注意，使自己感覺安全 and 有所準備。

“應急包”

應急包是你事前已收拾好的應急材料，以備出現緊急情況時，你隨時抓起即可逃生！

以下是你或者想放入應急包內的一些項目

- 水（多瓶小瓶裝而不是一大瓶）
- 食物（選你喜歡而又不用煮的食物）
- 小型急救包
- 額外的藥物
- AM/FM收音機（有曲柄操作或額外電池）
- Mylar密拉毯（太空毯）
- 電筒（有曲柄操作或額外電池）
- 熒光棒
- 哨子
- 舒適和結實的鞋

• 衣物（多層薄衣比笨重衣物較好）

- 垃圾袋／膠袋
- 膠帶
- 紙巾／廁紙
- 派克牌，書本或幫助你消磨時間的東西
- 面罩／防塵面罩／頭巾或蓋住你的臉的布
- 小刀／瑞士軍刀／剪刀
- 重要文件副本（身份證，信用卡，保險單等）
- 現金和銀幣
- 筆和紙
- 個人物品：額外眼鏡，有電池的助聽器等
- 不熟諳英語人士：雙語字典，緊急聯絡人資料。特殊需要人士請聯絡SF CARD查詢服務詳情。

記得在你的車內，手袋，或腰包置備一個小型的應急包

記緊！寵物...

不要忘記為你的寵物做一個“應急包”和疏散計劃！

在寵物頸上附上芯片或身份說明包括你的電話號碼...以及在牠們的應急包內有牠們的照片。

實踐SF CARD的宗旨：

不要只準備應急，生活在一切做好準備的文化中，是成功的準備。

留在家中可穿睡衣參與的籌款活動

今年，為確保每一元的收入均用於直接服務，家庭支援中心不再像以往一樣舉行籌款會。反而是，在無須安排食物、租賃禮堂、和裝飾支出下，籌得的款項，全部可用於家庭的計劃和服務。

感謝所有幫助使此次“活動”得以成功的捐助者和贊助者。特別感謝那些即使在此困難的經濟時期，仍決定增加甚至比去年捐助加倍的捐助者。正如贊助者Bill Bivins說，“今年我增加捐款因為雖然經濟衰退而捐助因而亦步亦趨，但家庭支援中心服務的重要性並無減少，在這個時候甚至比其他時間更重要。”



California King-Size Sponsor

John and Lee Boerger

King-Size Sponsor

Phil Pollock and Sally Spencer

Queen Size Sponsors

Bank of America Business Services

Bill Bivins and Lynne Fuller

Emily Chen and Christopher Carrera

Bruce Deming and Jeff Byrne

Robert and Juno Duenas

Lou and Suzanne Giraud

Jeff Harrell

Judy Janec, in memory of her parents

Irving and Gloria Schlossberg

Pacific Pediatrics Medical Group

Physicians Reimbursement Fund

John and Lisa Pritzker

Ralph and Irma Thaler

Full-Size Sponsors

David Becker

BioMarin Pharmaceuticals

Hilary and Hermanus Bothma

Audrey Carlson

Judy C. Chen and Michael V. Gamboa,

DDS

Desi and Laura Co

Liane Collins, in honor of Max McDonell

Drs. Lucy and William Crain

Brock and Alison Fuller

Todd Gemmer

Karen Kerner and Joshua Seth Goodman

Lindsay Joost

Katherine and George Lee, M.D.

San Francisco Millwork

Richard and Antje Shadoan

Mark Simon, in honor of Marjorie Duenas

Jim and Jan Watson

未來活動...

為家庭支援中心跑步或漫步
現在就登記三藩市凱薩醫療機構
主辦的半馬拉松和5K Fun Run，支
持家庭支援中心。日期：2010年
二月七日星期日上午八時，金門
公園。

網上登記：<http://xnet.kp.org/san-francisco/>

請你的朋友、親人、和同事贊助
你跑步或漫步。有人贊助，特別
起勁！



然後，請記下以下日期...

交誼晚會

一杯在手，與朋友聯誼，同時幫
助為家庭支援中心籌款。日期：
2010年一月二十三日星期六下午七
時至十時。地點：55 Second Street
Solarium San Francisco。費用：預購
\$25，臨場購票\$30。包括你第一杯
飲品。音樂、小吃、酒吧、和用筆
競競拍賣品。詳情請留意我們的網
頁和信件。

兒童，少年和十多歲的青年（五至十八歲）

轉載自三藩市兒童和青少年心理衛生服務指南

兒童在小學，初中，和高中時需要經過很多階段。父母有時不肯定他們的行為是否正常，是否符合發展的階段，以及那些行為是屬於需要治療的較深入問題的信號。以下的問題可能幫助你找出你關注的問題：

我的孩子有沒有...

- 很多時候看來悲傷，疲倦，坐立不安或沒精打采？
- 很多時候獨自一人渡過？
- 自信低？
- 與家人，朋友或同輩相處有

困難？

- 經常大叫大喊，不滿，或哭泣？
- 在學校表現或行為有問題？
- 飲食習慣突然改變？
- 睡得太多或不足？
- 留心或集中於工作例如家課有困難？
- 看來對一些嗜好例如音樂或體育失去興趣？
- 有吸毒及／或飲酒的跡象？
- 談到死亡和自殺的問題？

心理衛生服務中心 建議如你對

上述一或多個問題的答案答是的話，以及這些行為維時超過兩個星期的話，你應請教你的兒科醫生或聯絡一名心理衛生專業者。

如你需要知道更多關於我們顧問、個案管理、和互助組詳情，請聯絡Sue Kuyper, LCSW, 415-920-5040內線33。她講英語和西班牙語。

謝謝您！

2009年七月十日至2009年十月十二日收到的捐贈

我們十分感謝以下人士、團體、和商業的捐助。如有任何遺漏或誤寫之處，我們謹致歉意。如有錯請聯絡我們

籌款捐助者

Axis Dance Company
Kaaren Alvarado
Dario and Katherine Baciocco
Camilla Bixler
Ann Blackwell
Lauren Bloom
Kevin Boden
Susan Bronstein
Pat Camarena
Gerard Caraccioli, in honor of Julia Strawn
Daren Carollo
Yvonne Chan Cheng
Demetria and Conant Chi
E.T. Clagett
Lanier Coles
Rowmeeka Collier
Virginia Cortez
Joan Crowell, in honor of Marjorie Duenas
Meagan Cunningham, in honor of Veronica Giudice
Edith de Chadenedes
Larry Dahm
Andrea and Chris Dehner
Kevin and Michelle Donaldson
Lamisse Droubi
Annbritt duChateau, in honor of the Strawn Family
Cecilia Dyba
Cecilia Enright
Mark Eriksson
Kristine and Ryan Erving
Farallone Pacific Insurance Services
Peter Finch
Jackie and Alan Fox
Nancy Freeman
Holly Galbrecht
Amy Gavin
Emma Goldin, in honor of the Strawn Family
Carla Greenwald
Jennifer Gross
Eva Guralnick, in honor of Julia Strawn
Jeaane Hahne
Louis and Sandra Handler
Richard Hobbs, in honor of Julia Strawn
Amy Hosa
Paula and Arnold Hider
Eileen Hripto
Courtney Iventosch
David Iverson
Ardis Jerome, in honor of Chloe Pollock and Sally Spencer
John Dauer Leather Co.
Daniel Joraanstad

Deborah Kahn
Corinne Kason
Tim and Marla Kelly
Sheila Kiernan
Susan Krist
Michael Learned
Anne Lee
Maryon Davies Lewis
Megan Brooks Lichter, in honor of Julia Strawn
Roz Lifshitz
Lions Roar, LLC
Julie Look, in honor of Julia Strawn
Elinore and Lawrence Lurie
Elizabeth March
Lucy Martin
Jane Matthews, in honor of Chloe Pollock
Patti, Duncan and Tom McRae
Sarah Mebassar, in honor of the Strawn family
Linda Mickelson
Albert and Norma Moiso
Richard Downing and Kris Moser
Diane Noguchi
Mayuri and Venkata Paruchuru
Patricia Penrod
Marianne Poon
Rick Poulton
Merry Powers, in honor of Julia Strawn
Audrey Pratt
Kathryn Rato
Paul Rauschelbach
Matthew Relampagos
Paul Rinauro
Susan Rosen
Helen Rossini
Gitta Salomon
Amanda Sargisson
Linda Scott
Robert Hines and John Seemann
Layla Shawasheh
Joseph Simiele
Rachel Simon
Rocio and Carl Smith
Bob and Audrey Sockolov
Laurie Soman
Michael and Linda Spilberg, in honor of the Bothma family
Miye Takagi, in honor of Jim Riley and Isaiah Riley-Chinn
Penny Tam
Vera and Chahe Tanielian
Naomi Taylor
Alexander and Natalie Teshin
Ruby Tsang, in honor of Kevin Cheung
Janneth Waterbury
Jane Wheeler-Dubin
Tammie Winter

Edwin and Lisa Yee
Ju Chen Yen
Jeannine Yeomans
Jennifer Young, in memory of Daniel Jeremiah
Xu Wang
Lin Fay Wong and Tiffany Yu

拍賣品報效

2223 Restaurant and Bar
American Bach Soloists
American Conservatory Theatre
Amoeba Music
Art of Possibility Studios
Asian Art Museum
Bay Area Discovery Museum
Beau Wine Tours
Berkeley Repertory Theatre
Beronio Lumber
Bert Crews
Brian Recktenwald
Byington Winery
California Academy of Sciences
California Canoe & Kayak
California Shakespeare Theater
Cartlidge and Browne Winery
Cheryl Burke Dance
ChrDAUER Architects
City Arts and Lectures
Cole Hardware
Dror Schneider
Farm Fresh to You
Firefly Restaurant
Flour + Water
Foreign Cinema
Forever Young Foundation
Harry Z. Coren, M.D.
Hearst Castle and National Geographic Theater
Hotel Tomo
House of Qi Acupuncture
Il Fornaio
It's Yoga Kids
JC Cellars
Karen Cancino
Korbel Champagne Cellars
Ledson Winery and Vineyards
Lovejoy's Tea Room
Mayor Gavin Newsom
Meadowood Napa Valley
Minal Hajratwala
Mission Cliffs
Navarra Design, Inc.
Navarra Vineyards
Nitro PDF
Noe Valley Cyclery
Oakland Museum of California
Paul Moser
Pearl Paradise
Peet's Coffee & Tea

Pump It Up
Punchline Comedy
Ravenswood Winery
Richard Shadoan, M.D.
Rocio Smith
San Francisco Ballet
San Francisco Bay Club
San Francisco Giants
San Francisco Museum of Modern Art
San Francisco Opera
San Francisco Yoga School
Scott Richter
Sean Radan, L.Ac.
Semifreddi's Bakery
Senator Dianne Feinstein
SF Jazz
Shawl-Anderson Dance
Sheriff Michael Hennessey
Slim's/Great American Music Hall
SMW & Associates
Tante Marie's Cooking School
The Jungle
Upscale Construction
Valley of the Moon Winery

其他捐助

個人

Eileen Boussina and Michael Nersi
Tracy Burt
Lili Byers
Margaret Kendrick and Angela Contreras
Richard Downing
Maureen Dunne
Judith Flynn
Ronald and Follin Key
Mary-Ellen Kreher
Gale and Carol Larks
Esther Lerman
Patrick Mahoney
Mirna Martinez
Virginia Meade
Rachel Norton
Deborah Salae
Amanda Sargisson
Renee Simon
Kathleen Speulda-Schlier
Solodad Sullon
Christopher Tam
Russell and Audrey Vernick
Clair Wildman

商業和團體

Applied Materials
The Design Partnership
Presidio Bank
Safeway
The Sports Basement

表揚或紀念

In honor of Adele Yu
Diana Horner
Dede Kramer
In honor of Karen Kerner Goodman
Sally Spencer
In honor of Will McRory Lanier Coles
In honor of Valerie deChadenedes Rosamond Cobert
In memory of David Murphy
Janet Adelman
Naomi Baran
Norman and Susan Finkelstein
Carol Jo Tichenor

報效

Bi Rite Creamery
Patty McRae
Mitchell's Ice Cream
Nob Hill Capital Management
Keith Rockhold
Tangle Creations
Trader Joe's
Connie Wong
Xanath Ice Cream
工作地點禮物和認捐
Applied Materials
Helen Jespersen
Vijayashree Subramanyam
Morgan Stanley
Todd Gemmer
Truist Distribution - Costco
Employees
Danny Manalang

United Airlines
Jeffrey Garrison
United Way
Glen Moering
Ernst & Young LLP
Michael Kapulica
San Francisco City & County
Theresa Courtney

捐贈汽車

Lester Bailey
Audrey deChadenedes
Yuli Jacobson
Peter Mansfield
Linda Mickelson
Rondel Semple



SUPPORT FOR FAMILIES
OF CHILDREN WITH DISABILITIES
2601 Mission Street, #606
San Francisco, CA 94110

NONPROFIT ORG.
US POSTAGE
PAID
SAN FRANCISCO, CA
PERMIT NO. 1887

家庭支援中心

所有服務均免費：

- 電話和隨訪中心顧問
- 資訊與資源
- 資源圖書館
- 互助組
- 家長導師計劃
- 教育講座
- 家庭集會
- 短期顧問
- 社區外展
- 輔助科技小型實驗室
- 網頁：

www.supportforfamilies.org

此通訊每季印有英文版，西班牙文版，和中文版。如有問題或評論，請發電郵至：info@supportforfamilies.org

米慎街辦事處

2601 Mission Street, #606
San Francisco, CA 94110
T: 415.282.7494
F: 415.282.1226

Open Gate家庭資源中心

2601 Mission Street, 3rd Flr
San Francisco, CA 94110
T: 415.920.5040
F: 415.920.5099

董事會

Richard Adams
Karen Cancino
Judy Chen
Christian Dauer
Todd Gemmer, 財政
Jeff Harrell, 秘書
Christina Holderness
Laura Lanzone
Antje Shadoan, 副主席
Sally Spencer, 主席
Nancy Statler
Laurie Strawn

職員

Nina Boyle, 家庭資源中心經理
Hilary Bothma, 發展和溝通經理
Elaine Butler, 圖書館員
Juno Duenas, 行政主任
Mike Durkin, 辦公室經理
Karen Haney-Owens, 社區資源家長
Deidre Hayden, 特殊需要融和計劃主任
June Hew, 社區資源家長
Chris Ide-Don, 教育經理
Nathaniel Jenkins, 資訊和資源經理
Tammy Kong, 教育統籌
Sue Kuyper, 社工／心理衛生統籌
Bill Lewandowski, 營運主任
Dennis Lockett, 社區資源家長
Christine Reina, 社區資源家長
Paula Reina, 社區資源家長
Tara Robinson, 家庭之聲統籌

Keith Rockhold, 資訊系統經理
Debbie Sarmiento, 家庭資源中心網絡統籌
Kathleen Schlier, 照護服務，家庭活動和義工經理
Joan Selby, 家長導師統籌
Alison Stewart, 特殊需要融和計劃統籌
Linda Tung, 辦公室經理
Sonia Valenzuela, 家長導師統籌
Lisa Yee, 社區資源家長

高風險嬰孩機構委員會

Zulema Rubalcava Barron, 特殊需要計劃經理
Ann Carr, HRIIC主任
Judy Higuchi, 助理HRIIC主任
Carola Hastrup, 圓桌會議個案統籌
Shanta Jambotkar, 圓桌會議統籌
Frances Qiu, 數據評估專員

改善過渡成果計劃委員會將繼續
每個月第二個星期三開會。
！如你有興趣知道有關改善過渡
計劃委員會資料，請電郵聯絡
info@supportforfamilies.org