

Informações e recursos para residentes de Arlington

RECURSOS GERAIS

Ligação a todos os recursos: ligue 2-1-1 ou 1-877-211-MASS (6277). 24 horas por dia, 7 dias por semana. United Way

O website da cidade de Arlington tem uma lista completa de recursos para o ajudar:
<https://www.arlingtonma.gov/departments/health-human-services/assistance-programs>

APOIO EMOCIONAL E FAMILIAR

Pais a ajudar pais: Linha de Stress Parental 24/7, 1-800-632-8188

Samaritanos (de Boston) Linha direta 1-877-870-HOPE (4673) -- Telefone ou envie mensagem de texto 24/7

Centro de Aconselhamento para Jovens de Arlington (AYCC): Serviços ambulatoriais de saúde mental para jovens de Arlington (de 3 a 21 anos) e seus responsáveis adultos. Para obter mais informações, ligue para 781-316-3255 ou visite www.arlingtonma.gov/aycc

Conselho de Envelhecimento de Arlington: se você tem mais de 60 anos e precisa saber sobre questões como SNAP, assistência para combustível, habitação, cuidados domiciliares, cuidados gerais, questões financeiras e outras preocupações, ligue para 781-316-3400.

Community Connections (Ligações Comunitárias): fornece grupos virtuais de aprendizagem e brincadeira de alfabetização precoce. <http://www.familyaccesscommunityconnections.com/>

SafeLink é a linha direta multilingue 24/7 do estado de Massachusetts e um recurso para qualquer pessoa afetado pela violência doméstica: 877-785-2020. Como sempre, ligue para o 911 em caso de emergência.

Cartwheel Care está disponível para todos os alunos e famílias das Escolas Públicas de Arlington. Os serviços são virtuais e incluem terapia individual e de grupo de curto prazo, consulta aos pais / responsáveis. Após uma sessão inicial, os serviços adicionais podem incluir avaliação e prescrição de medicamentos e suporte de longo prazo. <https://www.cartwheelcare.org/> As referências ao Cartwheel Care passam pela equipe de apoio da escola.

Serviço gratuito de encaminhamento de terapeutas ambulatoriais para residentes de Arlington com mais de 18 anos: **Rede de Referência da Interface William James:** 888-244-6843 (ligação gratuita) de segunda a sexta-feira, das 9:00 às 17:00 <https://interface.williamjames.edu/>

A Massachusetts Behavioral Health Help Line (Linha de Ajuda de Saúde Comportamental de Massachusetts) destina-se a qualquer pessoa que necessite de estar ligada a cuidados de saúde mental ou de consumo de substâncias. Ligue ou envie uma mensagem de texto para 833-773-2445

COMIDA

O **Arlington EATS** fornece produtos frescos, carne, laticínios e uma grande variedade de alimentos básicos para qualquer residente de Arlington que precise de comida. Para marcar uma consulta de

Informações e recursos para residentes de Arlington

compras, vá online <https://www.arlingtoneats.org/get-food/> ou ligue para nossa linha direta e alguém ligará de volta: 339-707-6761

Fresh Bucks SNAP combinam no Farmer's Market: Todas as semanas, os titulares do cartão SNAP podem ir ao estande do Arlington EATS no mercado dos fazendeiros e receber uma correspondência de até US \$ 15 em Fresh Bucks para qualquer compra SNAP feita no mercado dos fazendeiros. Os Fresh Bucks podem ser utilizados na maioria dos vendedores. 29 Mystic Street em Arlington, MA Quartas-feiras das 14:00 às 18:30 de junho a outubro.

Para crianças em idade escolar em Arlington: As Escolas Públicas de Arlington estão a oferecer pequeno-almoço e almoços GRATUITOS a todas as crianças que frequentam as escolas APS. As refeições estão disponíveis para TODAS as crianças, independentemente da renda.

Vizinhos comendo todos juntos (**NEAT**): Refeições comunitárias mensais gratuitas <https://www.neatarlington.org/>

Mystic Community Market (Mercado Comunitário Místico): 291 Mystic Ave, Medford, MA. Mercearias gratuitas - aberto a qualquer pessoa. 617-629-5120 Consulte o website para saber o horário de funcionamento: <https://mv-ymca.org/food-security/mystic-community-market>

SNAP Application assistance call Council on Aging (todas as idades): 781-316-3400

A linha direta FoodSource do Project Bread é gratuita e confidencial, através do número 1-800-645-8333.

RENDA E EMPREGO

Assistência na candidatura ao desemprego: <https://www.mass.gov/applying-for-unemployment-benefits>

Just a Start Formação gratuita para carreiras científicas e tecnológicas de qualidade. Preencha um formulário de consulta: <https://justastart.org/adult-career-training/> ou telefone/e-mail: workforcetraining@justastart.org ou 617-918-7520.

Centros de Carreira do Metro Norte **MassHire**. Apoio à procura de emprego e formação. Os clientes podem telefonar para 617-661-7867 e deixar uma mensagem ou através deste link <https://masshiremncareers.com/contact/>

HABITAÇÃO

A Ajuda Jurídica para Despejo do Massachusetts está disponível em todo o estado, tanto para inquilinos com baixos rendimentos como para ocupantes proprietários. Você pode encontrar ajuda jurídica em: <https://evictionlegalhelp.org/>

Corporação de Habitação de Arlington: Homelessness Prevention Program (Programa de prevenção para desabrigados) - assistência com a renda, despesas de mudança ou depósito de segurança para agregados familiares elegíveis. famílias elegíveis. <https://housingcorparlington.org/homelessness-prevention/>

Just a Start pode ajudar com mediação, apoio financeiro, Elizabeth Winston, Housing and Mediation Services Diretor, em ElizabethWinston@justastart.org ou 617-918-7518 para mais informações.

Informações e recursos para residentes de Arlington

A assistência de combustível LIHEAP para as famílias elegíveis de Arlington pode ser solicitada contactando o Conselho de Envelhecimento de Arlington, independentemente da idade. A candidatura abre a 1 de outubro. O Fundo de Assistência ao Aquecimento da Cidade de Arlington também oferece ajuda com os custos de aquecimento após o subsídio LIHEAP ser gasto. Contacte o Conselho de Envelhecimento 781-316-3400.

Programa de Assistência de Emergência do Exército de Salvação: É oferecida uma grande variedade de assistência a indivíduos e famílias necessitadas e está disponível consoante a necessidade. A assistência pode ser para serviços públicos, vestuário, alimentos, aluguer/hipoteca, aconselhamento e muito mais. Visite <https://massachusetts.salvationarmy.org/ma/camneedhelp> ou ligue para 617.547.3400 para marcar uma consulta.

RECURSOS DA CIDADE E DA COMUNIDADE

Bibliotecas Robbins e Fox: Obtenha um cartão eletrónico online instantaneamente (não é necessária identificação ou prova de morada) e acesse livros electrónicos gratuitos, audio livros, filmes e muito mais. Visite robbinslibrary.org Horário de atendimento do assistente social na segunda terça-feira de cada mês, das 11h às 1h, na sala de conferências do 4º andar.

Se você é um residente de Arlington com menos de 60 anos e precisa de suporte adicional para acessar recursos locais ou estaduais, entre em contato com o especialista em recursos comunitários da cidade, Libby Lazar: 781-316-3255 ext.13271, LLazar@town.arlington.ma.us. Contato em qualquer idioma, serviços de tradução disponíveis.

Se você é um residente de Arlington com 60 anos ou mais e precisa de apoio adicional para acessar recursos locais ou estaduais, entre em contato com o Assistente Social do Conselho de Envelhecimento, Marci Shapiro-Ide: 781-316-3419.

Aprendizes da língua inglesa

Alfabetização de Mulheres Lamplight: Aulas de inglês GRATUITAS para estudantes com baixos rendimentos. Aulas durante o dia e à noite. Todos os níveis. De setembro a junho. As aulas são divertidas e ensinam a falar, ouvir, ler e escrever em inglês. Registe-se online em: www.lamplightliteracy.org. Dúvidas: ligue para 781-859-7922 ou envie um e-mail para lisa@lamplightliteracy.org

Consulte a Biblioteca (ver acima) para obter informações sobre os próximos grupos de conversação e outras aulas de inglês na cidade.