













Gabay sa Mapagkukunan ng Chinatown International District

Nagbibigay ang gabay na ito ng mga pagkukunan ng impormasyon para sa mga taong walang tinutuluyan at mga taong mababa at nakapirme ang kita sa Chinatown International District (CID). Lahat ng nakalistang adres ay nasa Seattle. Bisitahin ang gabay na ito online sa <https://bit.ly/CID-resource-guide> o i-scan itong QR code gamit ang kamera ng smart phone:



Talaan ng mga Nilalaman

	Mga Numero ng Telepono upang Makatulong sa Nabigasyon ng mga Mapagkukunan at mga Serbisyo	2
	Mga Hindi Pang-Panganib na Tatawagan sa Larangan ng Kaligtasan sa Kapitbahayan	4
	Mga Linya ng Telepono para sa Krisis sa Kalusugan ng Pag-iisip	6
	Mga Silungan sa Gabi	8
	Mga Sentrong Pang-araw (Day Center)	10
	Mga Organisasyong Serbisyo na Panlipunan	12
	Tulong sa Pagkain at mga Suplay	15
	Mga Pansuportang Serbisyo para sa Karahasan sa Tahanan/Nakaligtas sa Panganib	18
	Mga Mapagkukunang Tulong Pangkalusugan at Tulong Medikal	20
	Mga Banyo at Paliguan.....	26
	Pag-alaga ng hayop	28
	Pagtatabi	28
	Pag-aalalay sa Transportasyon.....	29
	Iba pang Mapagkukunan ng Kapitbahayan.....	32

Kasagutan:



Mayroong libreng pagsasalin*



Ang mga Mapagkukunan ay nasa Kapitbahayan ng CID



Organisasyong nakabatay sa Pananampalataya

*Kakailanganin ninyong sabihin ang wikang inyong kailangan sa wikang Ingles kapag nakipag-ugnayan kayo sa isang organisasyon na may icon na libreng interpretasyon sa tabi nito.



City of Seattle

Huling nabago noong Disyembre 2024

Mga Numero ng Telepono upang Makatulong sa Nabigasyon ng mga Mapagkukunan at mga Serbisyo

Mga Tauhan ng REACH

- Bilang isang pag-aabot at organisasyon sa pamamahala ng kaso, ang REACH ay bumubuo ng mga ugnayan sa mga taong nakakaranas ng kawalan ng tirahan at ikinokonekta sila sa tulong na kanilang kinakailangan.



Tagapag-ugnay sa Pag-abot na Pangangalaga:

Ashley Shepherd

- Numero ng Telepono: 206-715-3795
- Adres ng Email: Ashleys@etsreach.org
- Tinutulungan ka ni Ashley na magparehistro para sa mga benepisyo, kumuha ng mga ID, telepono, at Social Security card, at humanap ng masisilungan kung mayroon.

211

- Numero ng Telepono: 211
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 9 ng umaga - 5 ng hapon
- Nagbibigay ang 211 ng mga impormasyon tungkol sa lahat ng serbisyong pangkalusugan at pantao sa King County, gaya ng pagkain, tulong sa tirahan, pangangailangang pinansiyal kabilang ang mga gastos pambahay, at tulong sa larangan na legal.
- Mayroong pagsasalin sa Tagalog. Para sa pagsasalin sa ibang mga wika, pindutin ang 7. Tatanungin kayo ng sistema na ipasok ang inyong zip code o pindutin ang # key upang makonekta sa isang operator.
- Ang tagal ng paghihintay ay maaaring mas matagal pa sa 20 minuto. Maaaring mas mahaba ang mga oras ng paghihintay sa unang linggo ng bawat buwan.



Customer Service Bureau sa Lungsod ng Seattle

- Numero ng Telepono: 206-684-2489
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 5 ng hapon
- Tawagan ang Customer Service Bureau o i-download ang **Find It, Fix It Mobile App** upang makahiling ng serbisyo gaya ng pagtanggag ng graffiti, paglilinis sa ilegal na pagbabasura, o magbigay ng mungkahi, papuri, reklamo, o komento.



Sentro ng Mapagkukunan ng Komunidad sa Korte Munisipyo ng Seatte



- Telepono: 206-684-9291
- Adres: 600 5th Avenue, 2nd Floor, Silid 235
- Mga Oras: Lun, Miy, 8:30am - 4:30pm (sarado 12pm - 1pm)
- Malugod na tinatanggap ang mga walk-in, bukas sa publiko
- Maaari kayong makatanggap ng mga supply at mga mapagkukunan sa Sentro ng Mapagkukunan ng Komunidad (Community Resource Center) pati na:
 - Pang-nanganganib na pagkain at damit
 - Mga pagsangguni sa pabahay/silungan
 - Kalusugan at kalinisan
- Ang kawani ng Pampublikong Kalusugan ay maaaring-harapin Mon at Wed, 9am - 12pm
 - Mga benepisyo sa pagkain at iba pang mapagkukunan ng Department of Social and Health Services (DSHS)
- Ang DSHS ay maaari nang kaharapin ngayong Martes – Biy, 8:30am - 3:30pm
 - Mga pagsangguni sa pagtrabaho at higit pa
 - **Hindi na kami nagbibigay ng libreng mga cellphone**



Mga Hindi Pang-Panganib na Tatawagan sa Larangan ng Kaligtasan sa Kapitbahayan

Para sa mga panganib o banta sa buhay, tumawag sa 911.

Tagapamahala ng Kaligtasan ng Komunidad ng CID: Natalie Hutson

- Numero ng Telepono: 206-491-7327
- Adres ng Email: Natalie@seattlechinatownid.com
- Tinutulungan ng CID Community Safety Manager ang mga miyembro ng komunidad na kumonekta sa mga departamento ng Lungsod, mga organisasyong nakabatay sa komunidad, at mga ahensya ng serbisyo upang matugunan ang mga alalahanin sa kaligtasan ng publiko, at magbigay ng mga panibagong balita tungkol sa mga pangyayaring nauugnay sa krimen. Nagsusulong din sila sa Lungsod ng Seattle para sa karagdagang mga pamumuhunan sa kaligtasan sa CID.



Linya sa Pag-uulat ng Insidenteng Pagkapoot o Pagkikiling – Chinese Information and Service Center

- Upang di kayo makilalang mag-ulat ng mga insidenteng pagkapoot at pagkikiling, tawagan ang mga kawani ng Chinese Information and Service Center (CISC) sa:
 - Instik o Ingles: 206-886-2667
 - Ruso o Ingles: 425-326-9479
 - Ukranian o Ingles: 425-326-9479
 - Vietnamese o Ingles: 206-294-9053
 - Koreano o Ingles: 425-381-2553
 - Samoan o Ingles: 206-653-1936
 - Fijian o Ingles: 206-653-1936
 - Tagalog o Ingles: 206-722-9372
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8:30 ng umaga - 5:30 ng hapon. Mag-iwan ng mensahe sa mga oras na walang serbisyo. Maaaring umabot ng isang araw ng negosyo upang makatugon sa inyo.



Hindi serbisyonang pang-panganib ang CISC at ang Coalition Against Hate and Bias. Kung kayo'y nasa panganib, tumawag sa 911.

Law Enforcement Assisted Diversion (LEAD)

- Nakikipagtulungan ang LEAD sa mga indibidwal na ang labag sa batas at maproblemang pagkikilos ay nagmumula sa mga hindi natugunan na isyu hinggil sa pangkaasalan na kalusugan at/o

talamak na kadukhaan. Ginagamit ng LEAD ang mga pangmatagalang masinsinang pamamahala sa kaso upang matulungan ang mga kliyente. Kasalukuyang may kakayahan ang LEAD na tumanggap ng mga pagsangguni ng komunidad kung may kapasidad pagkatapos ng mga pagsangguni na ipinapatupad ng batas.

- Mangyaring mag-email sa LEADReferrals@wearepda.org para sa karagdagang impormasyon kung papaano ang pagsangguni ng mga tao para sa programang ito.

MGA HINDI PANG-PANGANIB NA TATAWAGAN SA DEPARTAMENTO NG PULISYA NG SEATTLE (SEATTLE POLICE DEPARTMENT)

CID Public Safety Liaison: Monica Ly

- Numero ng Telepono: 206-369-0489
- Adres ng Email: monica.ly@seattle.gov
- Tumutulong si Monica sa pagpapatupad ng CID Public Safety Action Plan at pinapadali ang komunikasyon sa pagitan ng Departamento ng Pulisya ng Seattle at ng komunidad. Makipag-ugnayan kay Monica kung gusto ninyong mag-iskedyul ng pagsasanay sa kaligtasan sa wika, kailangan ng tulong sa pag-uulat sa online 911, o sa mga pangkalahatang alalahanin sa kaligtasan.

Tagapag-ugnay sa Pag-iiwas ng Krimen: Barb Biondo

- Numero ng Telepono: 206-233-0015
- Adres ng Email: barbara.biondo@seattle.gov
- Nagbibigay si Barb ng libreng mga serbisyo sa pag-iiwas ng krimen para sa mga residente ng komunidad, negosyo, at mga may-ari ng ari-arian. Makipag-ugnayan kay Barb para sa impormasyon kabilang ang Building Security Assessment, Pagsasanay sa Personal na Kaligtasan, pagtawag sa 911, at pagsisimula ng Neighborhood Watch.

Tagapag-ugnay ng may Kinikilingang mga Krimen (Bias Crimes Coordinator)

- Numero ng Telepono: 206-684-5621
- Adres ng Email: SPD_Hatecrimes@seattle.gov
- Tumawag sa 911 upang mag-ulat ng may kinikilingang krimen sa Seattle Police Department. Kapag nakatanggap kayo ng numero ng ulat pagkatapos tumawag sa 911, mag-email sa SPD_Hatecrimes@seattle.gov para sa mga panibagong balita tungkol sa imbestigasyon ng inyong kaso.



- Ang Pangkat sa Kinikilingang Krimen (Bias Crime Unit) ay nagbibigay ng edukasyon tungkol sa mga kung ano ang aasahan kung tatawag sa 911, mga pagkukunan na magagamit sa pamamagitan ng departamento ng pulisya, kaligtasan sa sarili, at impormasyon tungkol sa krimen sa pagkagalit at insidente.



Mga Linya ng Telepono para sa Krisis sa Kalusugan ng Pag-iisip

988 Linya ng Tulong sa Tangkang Pagpapakamatay at Krisis



- Numero ng Telepono: 988
- Mga Oras: 24 oras kada araw
- Mayroon sa pamamagitan ng tawag, text, o chat, para alagaan at suportahan ang sinumang nakakaranas ng mga pakikibaka na may kaugnayan sa kalusugan ng isip, emosyonal na pagkabalisa, mga alalahanin sa paggamit ng alak o droga, o kailangan lang ng may makausap.
- Para sa mga serbisyong para may makausap pumunta sa: **988lifeline.org**. Ang mga serbisyo sa text at chat ay magagamit na ngayon sa Tagalog.

Linya ng mga Koneksyon sa Krisis



- Numero ng Telepono: 866-427-4747
- Mga Oras: 24 oras kada araw
- Ang mga Koneksyon sa Krisis ay nag-uugnay sa mga taong nasa pisikal, emosyonal, at pinansyal na krisis sa mga serbisyong makakatulong.

Linya ng Pang-Krisis na Text



- Numero ng Telepono: I-text ang HOME sa 741741
- Ang Linya ng Pang-Krisis na Text ay nagsisilbi sa sinumang nasa anumang uri ng krisis at nagbibigay ng pag-akseso sa libreng 24/7 na suporta sa pamamagitan ng pag-text.
- Suportado sa wikang Ingles at Tagalog.

Huwag Gagamitin ng Nag-iisa (Never Use Alone) - Linya ng Tulong Para sa Pag-iwas sa Overdose

- Numero ng Telepono: 877-696-1996

- Mga Oras: 24 Oras
- Ang Never Use Alone ay isang libreng tawag na numero na nagbibigay ng pag-iwas sa overdose, pag-aalam, pagtugon sa krisis sa pagsaklolo ng buhay at mga serbisyong nagdudulot ng pagpapagamot para sa mga taong gumagamit ng mga droga kapag nag-iisa.

Linya ng Tulong sa Trevor Project

- Numero ng Telepono: 1-866-488-7386
- Mga Oras: 24 oras kada araw
- Kinokonekta ng Trevor Project ang mga tao sa mga sanay na tagapayo na nakakaunawa sa mga hamon na hinaharap ng mga kabataang LGBTQ. Lahat ng pag-uusap ay lihim, at maaari ninyong ibahagi ang gaano mang kadami o iilan lamang na inyong ninanais.



Mga Silungan sa Gabi

Silungang ng Bread of Life Mission

- Adres: 97 S Main St
- Numero ng Telepono: 206-682-3579 ext. 100
- Mga Oras: Humiling ng kama sa pamamagitan ng pagdating sa pagitan ng 9:30am-11am, Martes-Biy
 - Mayroong silungan pang-isanggabi para sa mga lalaki. Kasama sa paggamit ang isang pagtatasa. Walang kinakailangan na ID.
 - Maaaring ma-akseso ng mga residente sa silungan ang mga pagkain, serbisyo sa koreo, at mga pagtataguan ng gamit.



Linya ng Pagtanggap sa King County Family Emergency Shelter Community

- Numero ng Telepono: 206-245-1026
- Mga Oras: Araw-araw, 8 ng umaga - 11:30 ng gabi
- Ang mga lokasyon ng silungan ay iba-iba
- Ang linyang ito ay nag-aalok ng mga pagtatanggap para sa pang-mapanganib na silungan para sa mga buntis o may mga anak na wala pang 18 taong gulang na naninirahan sa labas o sa isang sasakyan.
- Maaari ninyong tawagan ang linya sa pagtanggap upang maidagdag kayo sa pang-araw-araw na listahan ng nag-aantay ng tawag mula sa isang Pagsisilungan sa King County. Ang mga kakailanganin na ID at dokumento ay magkakaiba depende sa lokasyon ng pagsisilungan.
- Ang pagpapareserba ng kama para sa parehong araw ng paghiling ay hindi garantisado.



Operation Nightwatch

- Adres: 302 14th Ave S
- Mga Numero ng Telepono:
 - Impormasyon ng tirahan: 206-329-2099
 - Pangkalahatang impormasyon ng mga programa: 206-323-4359
- Mga Oras:
 - Hapunan: 8pm - 9:30pm tuwing gabi



- Mga pagsangguni ng tirahan: 7pm - 9pm nang personal bawat gabi para sa mga lalaki at Mon - Biy para sa mga babae
- Nag-aalok ang Operation Nightwatch ng limitadong bilang ng mga pagsangguni sa tirahan gabi-gabi. Hindi kinakailangan ang valid ID ngunit pinahahalagahan.
- Nag-aalok din sila ng gabi-gabi na pagkain para sa hanggang 150 tao at permanenteng pabahay para sa mga nakatatanda na may edad 62 o mas matanda sa lahat ng kasarian.
- Libre ang mga serbisyong pagsisilong at pakain. Ang permanenteng pabahay para sa matatanda ay may mababang buwanang renta.

Union Gospel Mission ng Seattle



- Numero ng Telepono ng Intake: 206-501-4357, pagkatapos ay pindutin ang 1
 - Tawagan ang linyang ito para sa screening at potensyal na pagsangguni sa silungan. Mga Silungan na matatagpuan sa Downtown, Capitol Hill, at iba pang mga lugar.
 - Pindutin ang 2 para sa tulong sa Espanyol.
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 5 ng hapon

MGA SENTRO PARA SA PAGPAPAKATINO

Tagapanguna sa Serbisyong Pantao - King County Diversion Center

- Adres: 400 Yesler Way
- Numero ng Telepono: 206-349-0165
- Mga Oras: Araw-araw, 5 ng hapon - 7 ng umaga; ang mga sariling pagsangguni at pagsangguni ng ospital ay hihinto ng 1:30 ng umaga
- Ang sentro na ito ay nagbibigay ng lugar para sa mga taong madalas na walang tirahan at lasing upang maging matino at makatulog. Walang proseso para sa pag-aaplay. Kasama sa mga serbisyo ang sentro sa dibersyon na nasusubaybayan ng paggagamot, lugar ng pagtutulugan, pagkain, mga pagsangguni sa pagtatasa ng sakit sa paggamit ng substansya at ng kalusugang pag-iisip, mga pagsangguni sa pagpapayo sa labas, pamamahala ng matinding kaso, at pabahay.



Mga Sentrong Pang-araw (Day Center)

Nagbibigay ang mga Sentrong Pang-araw ng lugar para sa mga taong walang tirahan upang makapagpahinga sa araw. Ang mga oras at serbisyo (kasama ang pagkain, paliguan, pagsangguni sa pabahay) ay nag-iiba batay sa lokasyon. Tumawag sa mga numero ng telepono na nakalista para sa higit pang impormasyon.

Compass Sentrong Pang-araw (Day Center)

- Adres: 210 Alaskan Way (hanapin ang kahel na arko)
- Para sa Adres ng Pagkoreo: 77 S Washington St
- Mga Numero ng Telepono:
 - Sentrong Pang-araw: 206-474-1630
 - Sentro ng Kalinisan: 206-474-1680
- Mga Oras:
 - Mga Serbisyo sa Sentrong Pang-araw at Koreo: Lun - Biy, 9am - 4pm
 - Sentro ng Kalinisan: Lun - Biy, 8:30am - 4pm at Sab, 8am - 12pm
 - Sarado sa mga araw ng pagdiriwang
- Nag-aalok ang sentro na ito ng mga serbisyo sa koreo, pamamahala ng kaso, pagsangguni ng tirahan at pabahay, pagligo at paglalaba, pag-akseso sa mga medikal na propesyonal, libreng tanghalian at hapunan mula Lunes hanggang Biy (tanghalian lamang tuwing Sabado), at higit pa para sa mga taong nakakaranas ng kawalan ng tirahan o kawalang-tatag sa pabahay. Mga Walang Asawang Nasa Sapat na Gulang (Single Adult) 18+.



Lew Middleton Drop-In Center ng Downtown Emergency Service Center (DESC) (klinika sa 216 James)

- Adres: 216 James St
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 9 ng umaga - 2 ng hapon
- Nag-aalok ang Drop-In Center ng mainit na pagkain, akses sa labahan, panligo, at mga serbisyo sa kalinisan para sa mga indibidwal na nakakaranas ng kawalan ng tirahan na nakatala, o naghahangad na magpatala, sa isa sa mga programa ng DESC sa kalusugan sa pag-iisip o sakit sa paggamit ng substansya.
- Maaari kayong mag-enrol sa programang kalusugan sa pag-iisip o sa Kaugnayan Para sa Paggamot ng Opiod dito sa Support, Advocacy, Growth and Employment (SAGE) ng DESC.



Mga Silungan sa Malalang Panahon

- Numero ng Telepono: Tawagan ang 211 para sa impormasyon tungkol sa pagpapalano sa matinding panahon at mga pangkasalukuyang pagsisilungan.
- Iba-iba ang Adres at Oras.



Branch ng Silid-Aklatan sa International District / Chinatown

- Adres: 713 8th Ave S
- Numero ng Telepono: 206-386-1300
- Oras: Sabado - Huwebes: 10am-6pm; sarado Biyernes
- Mga Kaginhawahan: mga libreng pampublikong computer, Wi-Fi, copier na may kulay, scanner, at pag-imprensa, at mga pang-isahang banyo para sa lahat na kasarian



Sentrong Pang-araw (Day Center) sa Jefferson Salvation Army

- Adres: 420 4th Ave
- Numero ng Telepono: 206-338-5707
- Mga Oras: Araw-araw, 7am - 5pm (kabilang ang mga Pista Opisyal)
- Bumisita nang personal para sa mga unang dumating, unang paglilingkuran na pagsangguni sa iba't ibang pinahusay na silungan ng Salvation Army. Ang mga pinahusay na silungan ay nagbibigay ng pamamahala ng kaso, nabigasyon ng pabahay, at mga serbisyo sa pagkain (na hindi ibinibigay ng mga sentrong pang-araw).
- Mayroong paliguan, labahan, at mga serbisyo sa nabigasyon ng masisilungan sa mga oras ng sentrong pang-araw. Makakakuha ng tagapagsalin sa pag-harap-harapan lamang.



YWCA - Angeline Sentrong Pang-araw

- Adres: 2030 3rd Ave
- Numero ng Telepono: Front Desk: 206-436-8650
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 10 ng umaga - 4 ng hapon; sarado ng Sabado at Linggo
- Nagbibigay ang Angeline Sentrong Pang-araw ng paliguan, labahan, at tanghalian. Malugod na tinatanggap ang mga walk-in base sa unang dumating, unang paglilingkuran na batayan.
- Maaari ninyong ma-akseso ang magdamag na tirahan nang personal (na may mga pagkain na ibinigay) depende sa kung mayroon.





Mga Organisasyong Serbisyo na Panlipunan

Ang mga organisasyong ito ay nagbibigay ng iba't ibang mga naaangkop na makakulturang serbisyo na maaaring kasama ang pagkain, pangkaasalan na kalusugan at kabutihan ng katawan, pangangalaga sa kalusugan, pamamahala ng kaso, tulong sa pabahay, pagpapayo, at marami pang iba. Makipag-ugnayan sa organisasyon para sa karagdagan pang impormasyon tungkol sa partikular na mga programa at mga serbisyonang kanilang inaalok. Libre ang mga serbisyo maliban na lamang kung hindi ito nabanggit.

Asian Counseling and Referral Service (ACRS)

- Adres: 3639 Martin Luther King Jr Way S
- Numero ng Telepono: 206-695-7600
- Oras: 9am - 4pm, Lun - Biy sa pamamagitan ng pag-appointment lamang
- Nagsisilbing punong-abala ang ACRS para sa mga serbisyo at mga programa para sa pangkalahatang komunidad ng Asian American at Pacific Islander na nagbibigay ng serbisyonang pagsasanay sa trabaho, at ng mga serbisyo sa kalusugan sa pag-iisip at sa kabataan.
- **Bangko ng Pagkain sa Asian Counseling and Referral Service**
 - Adres: 800 S Weller St
 - Mga Oras: Miyerkules at Biyernes, 10 ng umaga - 1 ng hapon



Chief Seattle Club

- Adres: 410 2nd Ave Extension S
- Numero ng Telepono: 206-715-7536
- Mga Oras:
 - Mga serbisyo sa Drop-in: Araw-araw, 7 ng umaga - 2 ng hapon
 - Agahan: Araw-araw, 8 - 9 ng umaga
 - Tanghalian: Araw-araw, 12pm - 12:45pm
 - Mga serbisyo sa kalinisan: Araw-araw: 7am - 12:45pm
- Ang Chief Seattle Club ay isang pinamumunuhan ng Katutubo na ahensiyang sumusuporta sa mga American Indian at mga Katutubo ng Alaska.



Chinese Information and Service Center (CISC)

- Adres: 611 S Lane St
- Numero ng Telepono: 206-624-5633
- Mga Oras:
 - Tanggapan: Lunes - Biyernes, 8:30 ng umaga - 5 ng hapon
 - Legal na klinika: Martes, 5:30 - 7:30pm sa pamamagitan ng telepono sa 425-289-8608
- Nag-aalok ang CISC ng Programang Suporta sa Pamilya, suporta sa migrante at edukasyon, mga programa para sa kabataan pagkatapos ng paaralan, at higit pa.



Community Health Access Program (CHAP) - King County

- Adres: Pampublikong Kalusugan (Public Health) — Seattle at King County;
401 5th Ave, Suite 1000
- Numero ng Telepono: 1-800-756-5437
- Mga Oras: Lun - Biy, 8am - 5pm (sarado 1 - 2pm)
- Ang CHAP ay isang programang tulong sa telepono na nagsisilbi sa mga residente ng King County. Ang CHAP ay nagpapatala ng mga tao sa segurong pangkalusugan, diskwento sa transportasyon, pagkain, at iba pang mga programa.



Interlm Community Development Authority Pag-iwas sa Pagpapalayas

- Numero ng Telepono: 206-623-5132
- Mga Oras: Miyerkules at Huwebes, 9:30am-4:00pm (sarado 12:30-1:30pm)
- Adres: 301 Maynard Ave S (Pag-aappointment Lamang)
- Para sa mga nangungupahan na hinaharap ang pagpapalis, mangyaring tawagan kami upang makita kung kayo ay karapat-dapat para sa tulong sa pag-upa.



International Drop-In Center (IDIC) Mga Matatandang Filipino at Mga Serbisyong Pampamilya

- Adres: 7301 Beacon Ave S
- Numero ng Telepono: 206-587-3735
- Mga Oras:
 - Tanggapan: Lunes - Biyernes, 9 ng umaga - 5 ng hapon
 - Food Bank: Biy, 12:45 - 2pm
 - Maiinit na Pagkain: Miyerkules, Biyernes, 11 ng umaga - 1 ng hapon



- Ang IDIC ay isang organisasyong Pilipino na nagbibigay ng adbokasya sa pangangalagang pangkalusugan at mga serbisyong panlipunan sa mga taong mahigit sa 55 anyos at mga pamilyang imigrante. Nagsisilbi din sa mga may-edad na mayroong kapansanan.

Indian Center ng Seattle

- Adres: 624 S Dearborn St
- Numero ng Telepono: 206-329-8700
- Mga Oras:
 - Tanggapan: Lunes - Biyernes, 9:30 ng umaga - 5:30 ng hapon
 - Bangko ng Pagkain: Martes at Huwebes, 1- 3 ng hapon
 - Nag-aalok ng maiinit na pagkain Lunes hanggang Biyernes
 - Agahan: 9:30 - 10:30 ng umaga
 - Tanghalian 12 - 1 ng hapon
 - Meryenda: Lun - Biy, 3 - 3:30 ng hapon
- Nag-aalok ang sentro na ito ng isang sentrong pang-araw, pagkain, at iba pang suporta at nakatutok sa paglingkod sa mga American Indian/Katutubong Komunidad ng Alaska, mga taong may kulay, pati na rin sa sinumang may pangangailangan.



Solanus Case y Gitna

- Adres: 804 9th Ave
- Numero ng Telepono: 206-223-0907
- Oras: Lun - Huwebes, 1 - 3pm
- Tinutulungan ng Solanus Casey Center ang mga tao upang makakuha ng WA State ID, sertipikasyon ng panganganak, at mga voucher para sa salamin na may preskripsyon. May mga telepono at mga kompyuter na maaaring magamit.



Linya ng Tulong sa St. Vincent de Paul

- Numero ng Telepono: 206-767-6449
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 3 ng hapon
- Tawagan itong numero ng telepono para sa isa-sa-isang suporta, tulong sa renta, tulong sa gastos-pambahay, at mga pagsangguni para sa karagdagan pang suporta. Ang St. Vincent de Paul ay kadalasang makakapagbigay ng mga libreng voucher para sa gasolina, damit, pagkain, at mga pangunahing suplay. Tumawag muna upang tingnan kung may maaaring makamit na mga voucher at tulong.
- Ang tagal ng paghihintay ay maaaring mas tumagal pa sa 30 minuto.
- Mayroong pagsasalin sa Tagalog.





Tulong sa Pagkain at mga Suplay

Pangkaraniwang pagkain sa Washington



- Telepono: 877-501-2233
- Adres: 2106 2nd Ave
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 5 ng hapon
- Ang U. S. Department of Agriculture Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) na kilala bilang Basic Food sa Washington, ay tumutulong sa mga taong may mababang kita/sahod sa pamamagitan ng pagbibigay ng buwanang benepisyo upang makabili ng pagkain. Ang mga benepisyo ay batay sa laki ng inyong pamilya at kita. Upang makapag-aplay, tumawag o bisitahin ang lokasyon na nakalista sa itaas sa mga nakabukas na oras.
- Maaari din kayong mag-aplay para sa Basic Food Assistance online sa <https://www.washingtonconnection.org/> sa anumang oras.

Mga Lokasyon ng Pampublikong Inuman ng Tubig

- Hing Hay Park - Maynard Ave S at S King St
- Donnie Chin International Children's Park - 7th Ave S at S Lane St



MGA INIHANDANG PAGKAIN

ChuMinh Egg Rolls na Lingguhang Pagkain

- Adres: 720 8th Ave S, ang courtyard ng International Community Health Services (ICHS)
- Oras: Libreng pagkain sa komunidad tuwing Linggo mula sa 11am - 12:30pm
- Adres ng Email: theeggrollcrew@gmail.com
- Ang mga Vietnamese, Mandarin, o Cantonese na mga interpreter ay maaaring nasa site upang tumulong.



Sentro Para sa mga Matatanda sa Pike Market

- Adres: 85 Pike St #200
- Numero ng Telepono: 206-728-2773
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8:20 ng umaga - 4 ng hapon; Sabado - Linggo, 8:20 ng umaga - 2 ng hapon, Sarado sa unang Huwebes ng bawat buwan
- Mga pagkain na hinahain araw-araw – Agahan, 8:20 - 9am; Tanghalian, 12pm - 1pm (Sabado at Linggo 11:30am-12:30pm)



- Mga serbisyo at mga aktibidad para sa mga taong edad 55 at pataas.
- Tumawag o bumisita nang personal. May mga serbisyong matatanggap sa Espanyol at Tagalog.

Recovery Cafe, SODO

- Adres: 4202 6th Ave S
- Numero ng Telepono: 206-374-8731
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 9 ng umaga - 3:30 ng hapon
- Ang mga Miyembro ng Recovery Cafe ay nakakatanggap ng mga pagkain, mga klase sa paggaling, suporta mula sa mga kasapi, at mga pagsangguni. Bumisita upang makapag-sign up para sa Introduksyon ng Bagong Miyembro. Kahit sino ay maaaring maging miyembro.

Kusina ng St. James Cathedral

- Adres: 907 Columbia St
- Numero ng Telepono: 206-264-2091
- Mga Oras ng Pagkain: Lunes - Biyernes, 4:15 ng hapon; Ang pagpila sa pagkain ay nagsisimula ng 3 ng hapon



MGA BANGKO NG PAGKAIN at MGA SUPLAY

Danny Woo Hardin ng Komunidad

- Adres: 620 South Main St
- May kahon ng libreng ani na matatagpuan malapit sa gitna ng hardin, sa likod ng shed. Kinakailangang gumamit ng hagdan. Lahat ng hagdan ay may mga barandilya.
- Mga Oras: Araw-araw, 6am - 9pm
- Ang mga boluntaryo at kawani ay nagsasalita ng mga wikang ito: Ingles, Mandarin, at Cantonese.



Komunidad ng mga Pilipino sa Seattle

- Adres: 5740 MLK Jr Way S
- Numero ng Telepono: 206-722-9372
- Mga Oras:
 - Bangko ng Pagkain: Lunes, Martes, Huwebes, 12:30 - 1 ng hapon
 - Senior Lunch at Food Bank: Lun, Martes, Huwebes, 10am - 12:30pm
- Mga Linggwahe: Ingles, Tagalog



Bangko ng Pagkain ng Pike Market

- Adres: 1531 Western Ave, Level 5 ng Garahe ng Paradahan
- Numero ng Telepono: 206-626-6462
- Mga oras ng Walk-in na Grocery: Martes, 12 - 3pm; Miyer, 3 - 7pm; Huwebes, 12 - 3pm. Mangyaring huwag darating nang maaga.
- Ang Pike Market Food Bank ay nagsisilbi sa sinumang residente ng 98101, 98104, o 98121 na mga zip code, sa agarang pangangailangan ng pagkain, at mga taong walang tirahan na naninirahan sa Downtown Seattle. Ang ID ay opsyonal.
- Maaari kayong pumarito para sa grocery nang isang beses lamang kada linggo sa mga nakabukas na oras. Ipaalam sa mga kawani o nagboboluntaryo kung kayo'y may mga isyu sa pagkilos at hindi makatayo sa pagpipila.

SODO Palengkeng Pang-Komunidad (Community Market) – Northwest Harvest

- Adres: 1915 4th Ave S, malapit sa kanto ng 4th Ave S at S Holgate St
- Mga Oras: Lunes, 1:30 ng hapon - 7:30 ng gabi; Miyerkules, 8 ng umaga - 2 ng hapon; Biyernes, 8 ng umaga - 2 ng hapon (maaaring magbago ang mga oras)
- Ang SODO Palengkeng Pang-Komunidad (Community Market) ay isang tindahang grocery na walang-presyo na nagbibigay ng mga sariwang produkto, mga pangunahing paninda, at iba't ibang mga pagpipiliang opsyon na pagkain para sa mga nangangailangan. Walang kinakailangan na ID, pagpapatunay ng kita, o impormasyon ng tirahan upang mamili sa amin.

Tahanan St. Francis (House)

- Adres: 169 12th Ave
- Numero ng Telepono: 206-268-0784
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 10 ng umaga - 2 ng hapon
- Nagbabahagi ang Tahanan St. Francis ng mga pakete sa pangangalaga na may mga gamit pangbanyo, meryenda, damit panloob, sombrero at gwantes. Mayroon din silang mga damit para sa mga lalaki, babae at bata, at mga gamit pangbahay (hindi mga kasangkapang pangbahay), na maaaring bilhin ng mga kliyente nang isang beses bawat 30 araw. Nag-aalok sila ng mga kape at sandwich sa silid-tanggapan. Kailangang mayroon kayong kahit na anong uri ng ID.





Mga Pansuportang Serbisyo para sa Karahasan sa Tahanan/Nakaligtas sa Panganib

API Chaya



- Linya ng Tulong: 1-877-922-4292 o 206-325-0325
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 10 ng umaga - 4 ng hapon
- Sinisilbihan ng AP Chaya ang mga nakaligtas sa sekswal na pang-aabuso, pag-atake, at pagtatrapiko ng tao. Nakikipagtulungan sila sa bawa't indibidwal sa loob ng sarili nilang konteksto sa kultura, kabilang ang mga komunidad ng Asiano at Pacific Islander.

Sentro sa Pang-aabuso at Trauma ng Harborview



- Adres: 401 Broadway, Suite 2075
- Numero ng Telepono: 206-744-1600
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8:30 ng umaga - 5 ng hapon
- Ang sentrong ito ay nagbibigay ng trauma counseling para sa mga bata at matatanda mula sa isang Lisensyadong Pang-klinikang Social Worker. Ang mga serbisyong ito ay sinisingil sa mga seguro at maaaring ialok nang walang bayad.
- Nagbibigay din sila ng tulong sa krisis, medikal at legal na adbokasiya, impormasyon at mga pagsangguni. Ang mga serbisyong ito ay libre.
- Mayroong mga serbisyong personal na harap-harapan, sa pamamagitan ng telehealth, at sa pamamagitan ng telepono. Kung kayo ay tatawag sa mga oras na walang opisina, bibigyan kayo ng impormasyon upang matulungan kayo sa mga susunod na hakbang.

Sentro ng Mapagkukunan para sa Pang-aatake ng Sekswal ng King County



- Numero ng Telepono: 888-998-6423
- Mga Oras: 24 oras kada araw
- Ang sentro ng mapagkukunan na ito ay nagbibigay ng pag-aalalay sa gitna ng krisis, impormasyon at pagsasangguni, at suporta sa sinumang nakaranas ng sekswal na pang-aatake, sa kanilang mga pamilya o mga kaibigan, o sinumang may pag-aalala tungkol sa sekswal na pang-aatake o pang-aabuso ng bata at kaligtasan sa kanilang komunidad.
- Para sa libre at kompidensiyal na tulong sa wikang Tagalog, tumawag sa 425-282-0324, Lunes - Biyernes: 8 ng umaga - 5 ng hapon.

Mga Bagong Pagsisimula (New Beginnings)



- Numero ng Telepono: 206-737-0242
- Mga Oras: 24 oras kada araw
- Nag-aalok ang New Beginnings ng impormasyon at mga serbisyo kabilang ang helpline na telepono, legal na adbokasiya, pagpapayo, mga grupong sumusuporta, at pagpapalano sa kaligtasan. Mayroong helpline na telepono para sa sinumang nakakaranas ng pang-aabuso at/o nag-aalala tungkol sa isang taong kilala nila na maaaring nakakaranas ng pang-aabuso.



Mga Mapagkukunang Tulong Pangkalusugan at Tulong Medikal

Carolyn Downs Sentrong Medikal Pang-Pamilya (Family Medical Center)



- Adres: 2101 E Yesler Way
- Numero ng Telepono: 206-299-1900
- Mga Oras:
 - Klinika para sa Pangunahing Pangangalaga: Lunes, Huwebes, Biyernes, 9 ng umaga - 5 ng hapon; Martes - Miyerkules, 9 ng umaga - 8:30 ng gabi
 - Klinika para sa Apurahang Pangangalaga/Klinika sa mga Oras na Sarado: Lunes - Biyernes, 6-9 ng gabi; Sabado, Linggo, 11 ng umaga - 5 ng hapon. Tinatanggap ang mga walk-in.
- Ang sentro na ito sa pangkalusugan ng komunidad ay nag-aalok ng mga pangunahing serbisyo sa pangangalaga at ng botika sa loob. Tinatanggap ang Medicare, Apple Health (Medicaid) na seguro, at ang mga walang seguro na mga pasyente. Gumagamit sila ng di-nakatakdang panukat upang maningil ng bayarin batay sa kinikita.

Entre Hermanos



- Adres: 1621 S Jackson, Ste. 202
- Numero ng Telepono: 206-322-7700
- Mga Oras: Pagsusuri sa HIV at STI: Lun - Biy, 10am - 5:30pm
- Isinusulong ng Entre Hermanos ang kalusugan at kapakanan ng komunidad ng Latino LGBTQ sa angkop na makakulturang paligid.

International Community Health Services (ICHS)



- Adres: 720 8th Ave S
- Numero ng Telepono at mga Oras:
 - Klinika ng Ngipin: 206-788-3700, Lun - Sab, 8 am - 6 pm
 - Medikal na Klinika: 206-788-3700, Lunes - Sabado, 8 ng umaga - 5 ng hapon
 - Klinika ng Paningin: 206-788-3505, Lunes, Martes, Huwebes, 9 ng umaga - 5 ng hapon; Miyerkules, 9 ng umaga - 1 ng hapon
 - Botika: 206-788-3770, Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 5 ng hapon; Sabado, 9 ng umaga - 5 ng hapon
 - Akupunktura: 206-788-3700, Lun - Huwebes, 9am - 5pm
- Malugod na tinatanggap ang mga bagong pasyente. Nag-aalok ang ICHS ng mga serbisyon pangkalusugan na naaangkop sa



kultura at wika para sa mga pasyente sa higit sa 70 mga wika. Tumawag upang makapag-iskedyul ng pakikipagkita (maaari ang pakikipagkita sa parehong araw).

- Tinatanggap ng ICHS ang Apple Health (Medicaid), Medicare, at nag-aalok ng di-nakatakdang panukat upang singilin ang mga bayarin para sa mga pasyenteng hindi nakaseguro depende sa kinikita ng inyong pamilya. Kakailanganin ang ID na mayroong litrato at patunay sa seguro para sa pagsingil sa seguro.

Neighborcare Health sa Pacific Tower



- Adres: 1200 12th Ave S, 4th floor (Suite 401)
- Numero ng Telepono: 206-548-5850
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 7 ng umaga - 6 ng gabi
- Ang Neighborcare sa Pacific Tower ay nag-aalok ng komprehensibong pangalahatang dentistriya at panganib na pangangalaga sa ngipin sa mga pasyente ano man ang kanilang edad.
- Apple Health (Medicaid), Medicare at karamihan sa pribadong seguro ay tinatanggap. Matutulungan kayong magpatala sa seguro at sa iba pang tumutulong na programa. Nag-aalok sila ng di-nakatakdang panukat sa pagsingil ng bayarin batay sa laki ng pamilya at ng kinikita.

Neighborcare Health sa Pike Place Market



- Adres: 1930 Post Alley
- Numero ng Telepono: 206-728-4143
- Mga Oras: Lun - Huwebes, 8am - 5pm (tuwing ika-1 ng Miyerkules, 9:30am - 5pm); Biyernes, 8am - 4pm
- Ang Neighborcare sa Pike Place Market ay nagbibigay sa mga may-edad ng pangunahing pangangalagang medikal, mga serbisyo sa pangkaasalan na kalusugan, mga serbisyo sa sakit sa paggamit ng sangkap, at pamilya.
- Apple Health (Medicaid), Medicare at karamihan sa pribadong seguro ay tinatanggap. Makakatulong sila sa pagpatala sa seguro at sa iba pang tumutulong na programa. Nag-aalok sila ng di-nakatakdang panukat sa pagsingil ng bayarin batay sa laki ng pamilya at ng kinikita.

Pampublikong Kalusugan - Seattle at King County - Pampubliko sa Downtown Health Center



- Adres: 2124 4th Ave
- Numero ng Telepono: 206-477-8300
- Mga Oras ng Numero ng Telepono: Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 5 ng hapon. Tawagan ang numero ng telepono upang matiyak ang oras para sa serbisyong pangharap-harapan.
- Ang Sentro sa Kalusugang Pampubliko ng Downtown ay nag-aalok ng mga serbisyo kasama ang pangangalaga sa kalusugan ng mga may-edad, apurahang pangangalagang dental, klinika sa suboxone o buprenorphine, mga serbisyo sa pagsuporta ng mga panganganak, at parmasya.

Pampublikong Kalusugan (Public Health) - Seattle & King County Mobile Medical Van



- Telepono: 206-963-8628
- Ang Pampublikong Kalusugan na Seattle King County Mobile Medical Program ay nagbibigay ng maaaring magpalipat-lipat na pangangalagang medikal at mga serbisyong pag-aabot para sa mga taong nakakaranas ng kawalan ng tirahan. Mangyaring bisitahin ang website o tawagan ang numerong nakalista sa itaas para sa mga iskedyul.

Klinika Medikal sa Pioneer Square



- Adres: 206 3rd Ave S
- Numero ng Telepono: 206-744-1500
- Mga Oras: Martes, Huwebes, Biyernes, 8:15 ng umaga - 4 ng hapon; Miyerkules, 9 ng umaga - 4 ng hapon
- Kabilang sa mga serbisyo ng Klinika Medikal sa Pioneer Square ang podiyatriya/pag-aalaga sa paa, serbisyong panlipunan, pagkokonsulta sa isang bihasa sa diyeta, at ang edukasyon sa kalusugan. Mayroong botika sa lugar na nagpupuno ng preskripsyon. Sinisilbihan ng klinika ang mga may-edad na 18 taong gulang pataas na may mababang kita/sahod, walang tirahan, o walang seguro sa kalusugan. Libre para sa mga tao na nakakaranas ng kawalan ng tirahan.
- Maaari kayong humiling ng isang tagapagsalin kung kayo'y magtatakda ng pakikipagkita.

Seattle Indian Health Board (SIHB)

- Mga Adres:
 - Klinika ng Internasyonal na Distrito: 611 12th Ave S
 - Klinika sa Pioneer Square: 410 2nd Ave Ext S
- Numero ng Telepono: 206-324-9360
- Mga Oras: Lun, Miyerkules, Huwebes, Biy, 8am - 5pm; Martes, 9am - 5pm
- Ang SIHB ay isang pangkalusugang sentro ng komunidad na nagbibigay ng sebisyon pangkalusugan at pantao sa mga pasyente nito at kinatatangian ang pag-aalaga sa mga katutubong tao. Medikal, dental, kalusugan ng isip, mga serbisyo sa sakit sa paggamit ng substance, Tradisyunal Indian na Pag-gamot, Programang Native Elders, at mga serbisyon outpatient. Nag-aalok ng mga serbisyo para sa kalusugan ng ina at sanggol pati na ng Programang Women, Infants, and Children Nutrition (WIC). Depende sa inyong kita, maaari kayong makatanggap ng diskwento.



Klinika ng Seattle/King County

- 2025 na mga petsa ng klinika: Abril 24 - 27
- Adres: 305 Harrison St, Fisher Pavilion sa Seattle Center
- Ang Klinika ng Seattle/King County ay isang libreng klinikang pangkalusugan na nagaganap apat na araw taun-taon sa Seattle Center. Malugod na tinatanggap ng Klinika ang sinuman sa rehiyon na nahihirapang maka-akseso at/o makayanan ang pangangalagang pangkalusugan.
- Ang mga limitadong tiket sa pagtanggap (admission ticket) ay binabasihan sa kung sino ang unang dumating, siyang unang pagsisilbihan.
- Ang pamamahagi ng mga tiket ay magsisimula ng 5:30 ng umaga.
- Ang lahat ng serbisyo ay libre pati na ang sa dental, paningin, at medikal. Walang kakailanganing ID.
- Para sa karagdagang impormasyon, maaari kayong tumawag sa 206-684-7200 o bisitahin ang seattlecenter.org/patients.



MGA MAPAGKUKUNAN SA LARANGAN NG PAGGAMIT AT ADIKSYON SA SANGKAP

Harborview Medical Center - Kalusugan sa Pag-iisip (Mental Health) at Mga Serbisyo sa Pagkagumon



- Adres: 401 Broadway, 1st Floor
- Numero ng Telepono: 206-744-9600
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 5 ng hapon
- Nag-aalok ang Mga Serbisyo sa Kalusugan sa Pag-iisip at Adiksiyon ng mga serbisyo kabilang ang pag-aalalay sa gitna ng krisis, pagsusuring saykayatrika, psychotherapy, pagpapalunas sa tulong ng grupo, pamamahala ng kaso, at mga serbisyo sa geriatric psychiatry, pati na ang paggagamot ng mga indibidwal na nagsasabay ang paggamit ng kemikal at kapansanan sa larangan ng pag-iisip at mga pasyenteng may comorbid na isyung medikal.

Proyektong Edukasyon sa Hepatitis



- Adres: 1621 S Jackson St, #201
- Numero ng Telepono: 206-732-0311
- Mga Oras:
 - Pag-eksamen para sa Hepatitis B at C: Lunes - Huwebes, 12:30 - 4:30 ng hapon
 - Buprenorphine/Suboxone Clinic: Mon - Thurs, 12:30 - 4:30pm, ang oras ng paghinto para sa mga bagong titingnan ay 3:30pm
 - Programang Serbisyonang Hiringilya (Syringe Services Program): Mon - Thurs, 12:30 - 4:30pm, ang oras ng paghinto para sa mga bagong titingnan ay 3:30pm
- Nag-aalok ang Hepatitis Education Project ng mga librenge serbisyo sa hiringilya, malilinis na suplay ng ineksyon, pagsasanay sa pag-iwas ng pagka-overdose, at mga serbisyo sa pagbawas sa pananakit para sa lahat. Bumisita nang personal. Tumawag muna upang ikumpirma na may isang tagapag-dulot na maaaring makatulong.

Palitan ng Karayom sa Public Health - Seattle & King County



- Adres: 2124 4th Ave
- Numero ng Telepono: 206-477-8300
- Mga Oras:

- Lunes, Miyerkules, Huwebes, Biyernes, 9 ng umaga - 5 ng hapon; Martes, 1-5 ng hapon; Sabado, 2-5 ng hapon
- Klinika Medikal na Palitan ng Karayom sa Downtown: Malugod na tinatanggap ang mga walk-in! Lunes, 1 - 4:30 ng hapon; Miyerkules, Biyernes, 9 ng umaga - 4:30 ng hapon
- Kanilang inaalok:
 - Pag-eksamen ng HIV, impekasyong nahawaan sa larangang sekswal (sexually transmitted infection-STI) at Hepatitis
 - Paggamot ng Hepatitis C
 - Paggamot ng pagnanana at pag-aalaga ng sugat
 - Mga Antibiotic
 - Pag-alaga ng sipon at mga impeksiyon sa itaas ng hingahan
 - Koneksyon sa pangunahing pangangalaga
 - Mga mapagkukunan at mga pagsasangguni (halimbawa: detox)
 - Maaaring makamit ang Narcan (isang antidote na gamot para sa pag-overdose ng drogang opioid)

Programa sa Pagkolekta ng Matatalim sa Mga Pampublikong Utility ng Seattle

- Adres ng Pagtatapunan na Kahon para sa Chinatown International District (CID):
S King St at 10th Ave S
- Mga Oras: Mayroon sa labas, 24 oras bawat araw
- Ang Programa sa Pagkolekta ng Matatalim sa Mga Pampublikong Utility ng Seattle ay nagbibigay ng ligtas na pagbabasura ng "matatalim" (mga hiringgilya, karayom ng ineksyon, at lanseta).





Mga Banyo at Paliguan

ARTS sa King Street Station Restrooms

- Adres: 303 S Jackson St
- Mga Oras: Miy - Sab, 11am - 5pm at hanggang 8pm Unang Huwebes
- Ang ARTS sa King Street Station ay may pampublikong alinsunod sa ADA, banyong pangkalahatang kasarian.
- Sundin ang hagdan o elevator sa 3rd floor at pumasok sa espasyo ng galerya. Ang mga banyo ay nasa inyong kanan.



Hotline para sa Paliguan ng Lungsod ng Seattle

- Numero ng Telepono: 206-386-1030 – Tawagan muna ang numero ng telepono para sa mga instruksyon at lingguhang pagbabago ng mga lokasyon.
- Mga Oras: 9 ng umaga - 4:30 ng hapon, paiba-iba ang mga araw batay sa lokasyon. Maaari ninyong tawagan ang numero ng telepono sa itaas para sa karagdagan pang impormasyon.
- Pumunta sa lugar simula ng 8 ng umaga para mag-takda ng oras ng pagkikita. Ibinibigay ang mga oras ng pagkikita base sa unang dumating, unang paglilingkuran na batayan. Walang kinakailangan na ID.
- Ang Lungsod ng Seattle ay nagbibigay ng libreng mainit na pagligo sa mga trailer ng paliguan sa tagal na 45 minuto. Pang-isahan na pag-okupa, ginagawang sanitaryo bawat gamit, ligtas na pagtatabi ng mga gamit habang gumagamit, ligtas ang mga alagang hayop habang gumagamit.

Low Income Housing Institute (LIHI) Urban Rest Stop, Downtown

- Adres: 1924 9th Ave
- Numero ng Telepono: 206-332-0110
- Mga Oras: Lun-Biy, 6:30am - 4pm; Sabado-Linggo, 8:30am - 4pm (sarado 12 - 1pm)
- Nag-aalok ang Urban Rest Stop ng mga libreng banyo, shower na may mga gamit pang-linis sa katawan, at mga pasilidad sa paglalaba para sa mga matatanda at kabataan ng lahat ng kasarian. Ang mga paliguan ay maaaring magamit ng naka-wheelchair. Hindi pinapayagan ang naka-inom.

Programa sa Pagbomba ng Tubig-kubeta ng RV sa Mga Pampublikong Utility ng Seattle



- Numero ng Telepono: 206-641-6991
- Nag-aalok ang Programa sa Pagbomba ng serbisyong pangongolekta upang maitapon ang tubig-kubeta at tubig-lababo na nagmumula sa mga Recreational Vehicle (RV). Sa sandaling makapagpatala, darating ang nagkokolektang trak sa inyong RV nang regular. Tumawag upang magpa-iskedyul ng takdang oras na magpakita.

Mga Palikuran sa Union Station

- Adres: 401 S Jackson St
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 5 ng hapon
- Ang mga banyo sa Joni Earl Great Hall ay bukas sa publiko.





Pag-alaga ng hayop

Klinika sa Pag-Spay at Pag-Neuter ng Seattle Animal Shelter



- Adres: 2061 15th Ave W
- Numero ng Telepono: 206-386-4260
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 9 ng umaga - 5:30 ng hapon
- Ang Klinika sa Pag-Spay at Pag-Neuter ng Seattle Animal Shelter ay nag-aalok ng mababang singil sa pag-spay at operasyong pag-neuter sa anumang aso o pusang nangangailan.
- Maaaring makakuha ng tulong pinansiyal mula sa Pondong Pag-kontrol ng Populasyon ng Alagang Hayop (Pet Population Control Fund).
- Upang magpa-iskedyul ng takdang oras, tawagan ang numerong nakalista sa itaas o mag-email sa spayneuterclinic@seattle.gov.
- Kapag mayroon, ang mga libheng pop-up ng bakuna ay inihayag sa kanilang website: <https://www.seattle.gov/animal-shelter>



Pagtatabi

SHARE/WHEEL, mga Imbakan na Locker

- Adres: 711 Cherry St
- Numero ng Telepono: 206-448-7889
- Mga Oras: Martes at Huwebes, 7-9 ng umaga; Sabado at Linggo, 8-10 ng umaga
- Nag-aalok ang SHARE/WHEEL ng pang-isang araw o pangmatagalan na mga imbakan na locker na maaaring magkasya ang malaking duffle bag para sa sinuman na walang tirahan at makakapag-alok ng trabaho.
- Kakailanganin na kayo'y magkumpleto ng 2 oras na pagtatrabaho at dumalo sa Linggong pagpupulong bawat buwan.
- Mag-aplay nang personal sa mga oras ng operasyon. Walang bayad. Kinakailangan ng ID.



Pag-aalalay sa Transportasyon

Hope Link - pagpunta sa mga medikal na takdang pagkikita



- Numero ng Telepono sa Pagre-reserba: 800-923-7433; TDD/TTY na Linya: 800-246-1646
- Mga Oras: Lunes - Biyernes, 8 ng umaga - 5 ng hapon
- Nag-aalok ang Hope Link ng mga pagsakay (pasahe ng bus, pagbawi ng gastos sa gasolina, o sasakyan depende sa sitwasyon) patungo at galing sa mga lugar na kung saan ang indibidwal ay tumatanggap ng mga napondohang serbisyo ng Medicaid.
- Upang makapag-iskedyul ng sakay, tawagan ang isa sa mga numero sa itaas nang higit sa 48 oras bago ang appointment at ihanda ang sumusunod na impormasyon para agad na maibigay: Numero ng Provider One (Medicaid), pangalan ng medical provider, pangalan, Adres at numero ng telepono ng medikal na pasilidad, petsa at oras ng takdang pagkikita, at rason ng pagkikita.
- Para sa mga wikang liban pa sa Espanyol, pindutin ang 3 at pagkatapos ay pindutin ang 1. Ang tagal ng paghihintay ay maaaring mas matagal pa sa 15 minuto.

Hyde Shuttle - Sound Generations



- Numero ng Telepono: 206-727-6262
- Mga Oras ng Iskedyul: Lunes - Biyernes; 8 ng umaga - 4:30 ng hapon, Nagbibigay ng mga pagsasakyan: Lunes - Biyernes; 8 ng umaga - 4 ng hapon
- Ang Hyde Shuttle ay libreng may pang-lift, door-to-door na serbisyong transportasyon para sa mga taong may edad na 55 o mas matanda pa; at para din sa mga mas bata pa na may mga kapansanan. Ang mga sakay ay dapat na nakaiskedyul nang hindi bababa sa tatlong araw bago ito kakailanganin. Kinakailangan ang Adres ng tinitirahan (kasama ang mga silungan, simbahan, atbp.).
- Kung tatawag, pindutin ang buton na 1 nang dalawang ulit upang makonekta sa isang makakausap na representante upang makahiling ng pagsasalin.

Serbisyong Patrol Pang-panganib ng King County (King County Emergency Service Patrol)

- Numero ng Telepono: 911, humiling ng Detox Van
- Mga Oras: 24 oras kada araw
- Nag-aalok ang Emergency Service Patrol (ESP) ng transportasyon para sa mga taong lasing na naghahanap ng mga serbisyo gaya ng mga serbisyo sa paghinto ng pag-inom, transportasyon papunta sa sumusuportang pabahay, papunta at pabalik mula sa mga pasilidad ng ospital (hindi emergency) at sa mga sentro ng pangangalaga sa oras ng krisis. Gumagana ang ESP sa lugar ng downtown sa Seattle.
- Ang mga serbisyong transportasyon ay para sa mga taong nasa impluwensiya ng alkohol at o pag-aabuso ng sangkap. Susuriin ng mga kawani ng ESP ang mga indibidwal at tutukuyin ang pagiging angkop sa transportasyon.

May Diskwentong Pamasaha sa Metro Transit ng King County



- Numero ng Telepono: 206-477-4200
- Mga Oras: Lun - Biy, 8:30am - 4pm
- Adres: 201 S Jackson St; Mga Oras: Lun - Biy, 8:30am - 4:30pm (sarado 1 - 2pm)
- Ang Permisong Nabawasang Pasahe sa Rehiyon (Regional Reduced Fare Permit -RRFP) ay nagbibigay-daan sa mga kwalipikadong matatandang sumasakay (edad 65+), mga sumasakay na may mga kapansanan at mga may hawak ng Medicare card na makatanggap ng mga may diskwentong pamasaha sa pampublikong sasakyan.
- Ang mga residente ng King County, na nakapatala sa isa sa anim na programang pangbenepisyo ng estado, ay kwalipikado para sa nabawasang taunan na pass upang makasakay sa lokal na transit nang libre.
- Nag-aalok ang ORCA Lift ng pinababang pasahe sa transit para sa mga may-edad na may mababang kita/sahod. Hindi kinakailangan ang pagiging mamamayan. Makatipid nang hanggang 50 porsiyento o higit pa sa pampublikong transportasyon. Mag-aplay nang personal, sa online, o tumawag para sa karagdagan pang impormasyon tungkol sa mga lokasyon at kinakailangang dokumento sa pagpapatala.

Solid Ground - Mga Serbisyo sa Transportasyon:

- Mga Numero ng Telepono:
 - Iskedyul ng Circulator Bus: 206-753-4801
 - Pagiging Karapat-dapat na Pag-akseso sa Metro: 206-263-3113
 - Pag-iiskedyul ng Pag-akseso sa Metro: 206-205-5000
- Ruta ng Circulator sa Downtown: Ang libre at nakapirming rutang shuttle bus na ito ay nag-uugnay sa mga sakay sa iba't ibang pangkalusugan at pantaong tagapagdulong ng serbisyo sa Downtown. Ang shuttle ay libre at naa-akseso ang ADA. Ito ay tumatakbo mula 7am - 4pm, Lun - Biy, sa isang nakapirming, one-way, 30 minutong pinagdadaanan. Hanapin ang berdeng Circulator na karatula sa hintuan ng bus sa downtown!
 - Ika-1 hintuan: 9th Ave at Alder
 - Ika-2 hintuan: 4th Ave at Yesler
 - Ika-3 hintuan: 1st Ave at Marion
 - Ika-4 hintuan: 1st Ave at Pine
 - Ika-5 hintuan: 1st Ave at Bell
 - Ika-6 hintuan: 9th Ave at Virginia
 - Ika-7 hintuan: Boren at Seneca
- Nag-aalok ang Solid Ground ACCESS ng serbisyonang door-to-door na matatanggap 7 araw sa isang linggo, 24 oras bawat araw para sa mga taong hindi makasakay sa regular na bus.



Iba pang Mapagkukunan ng Kapitbahayan

International District / Chinatown Community Center



- Adres: 719 8th Ave S
- Numero ng Telepono: 206-233-0042
- Mga Oras:
 - Set – Hunyo: Lun, Miy, Biy, 11am-9pm; Martes at Huwebes, 9:30am-6pm; Sab, 9am-5pm; sarado ng Linggo
 - Hulyo - Agosto: Lun, Miy, Biy 11am-9pm; Martes at Huwebes, 10:30am - 7pm; Sab, 9am-5pm; sarado ng Linggo
- Mga Amenidad: Mga libreng programang pang-libangan para sa kalusugan at kagalingan para sa mga teenager, mga may-edad, at mga taong may edad 50 at mas matanda, libreng fitness room, libreng espesyal na programa at kaganapan, at air conditioning.

Real Change

- Adres: 96 S Main Street
- Numero ng Telepono: 206-441-3247
- Lunes, Martes, Huwebes, 8:30 ng umaga - 2 ng hapon; Miyerkules at Biyernes, 8:30 ng umaga - 4 ng hapon
- Nagbibigay ang Real Change ng oportunidad sa pagtrabaho para sa lahat. Maaari kayong kumita agad sa pamamagitan ng pagbenta ng lingguhang pahayagan. Walang kinakailangan na ID.

Mga Pasasalamat

Ang gabay na ito ay naibigay sa pakikipagtulungan ng komunidad sa Chinatown International District, mga organisasyon ng komunidad, at ng Lungsod ng Seattle. Karamihan ng impormasyon sa gabay na ito ay makikita sa **The Emerald City Resource Guide ng Real Change**. Espesyal na pasasalamat sa lahat ng organisasyong nakalista sa gabay na ito at kay Mayor Bruce Harrell, Miyembro ng Konseho Tammy Morales, Seattle Office of Immigrant and Refugee Affairs, Departamento ng Serbisyong Pantao ng Seattle (Seattle Human Services Department), at Departamento ng mga Kapitbahayan ng Seattle (Seattle Department of Neighborhoods).

Kung ibig ninyong magmungkahi ng mga pagbabago sa gabay o humiling ng mga naprentang kopya, mangyaring makipag-ugnayan sa don_cec@seattle.gov o tumawag sa 206-437-3735.