



WALK SAN JOSE

Tài Liệu Hỗ Trợ Hậu Tai Nạn

SAN JOSE

Tài liệu này cung cấp các nguồn hỗ trợ cho những người sống sót sau tai nạn và những người đột ngột mất người thân trong một vụ tai nạn giao thông.

Vui lòng liên lạc với chúng tôi tại WalkSanJose@calwalks.org nếu quý vị muốn biết thêm thông tin chi tiết hoặc cần hỗ trợ thêm.

Chúng tôi ở đây để lắng nghe. Quý vị không đơn độc.

www.calwalks.org/walk-san-jose



Berkeley SafeTREC

SAFE TRANSPORTATION RESEARCH AND EDUCATION CENTER

Tài liệu này được thực hiện bởi quỹ tài trợ cho chương trình California Focus Cities, một dự án chung của UC Berkeley SafeTREC và California Walks nhằm hỗ trợ nâng cao an toàn khi đi bộ và đi xe đạp.

Kinh phí cho chương trình này được cung cấp bởi khoản tài trợ từ Văn phòng An Toàn Giao Thông California, thông qua Cơ quan Quản Lý An Toàn Giao Thông Đường Cao Tốc Quốc Gia.

Hình ảnh bởi: Walk San Jose

MỤC LỤC

- 3 Quý vị không đơn độc.
- 4 Danh sách kiểm tra tai nạn cho người đi bộ
- 5 Kết nối với những người khác
- 6 Dịch vụ bệnh viện & phòng cấp cứu
- 7 Dịch vụ hỗ trợ nạn nhân và pháp lý
- 8 Nguồn hỗ trợ sức khỏe tâm trí
- 10 Thông điệp từ Walk San Jose

Walk San Jose là một dự án của California Walks được triển khai vào năm 2017 nhằm tạo ra những con đường và không gian công cộng an toàn, công bằng và hòa nhập. Mục tiêu của chúng tôi là để San Jose trở thành một thành phố nơi mọi người có thể di chuyển trong không gian công cộng một cách tự tin, đàng hoàng, và an ninh.

Quý Vị Không Đơn Độc

Con trai của tôi, Kyle, 18 tuổi, qua đời trong một vụ tai nạn khi đi bộ ở San Jose năm 2016. Tôi hiểu quý vị cảm thấy sốc, đau đớn và tức giận. Tôi đã nhận được tư vấn khi đau buồn ngay lập tức. Cho dù quý vị vừa mất một người thân yêu hay bị thương trong một vụ tai nạn, chính quý vị đang bị tổn thương. Hãy tìm kiếm và nhận hỗ trợ từ người khác. Sau một thời gian ngắn, tôi đã tham gia nhóm hỗ trợ đau buồn và cả nhóm Vì Đường Phố An Toàn Cho Các Gia Đình Tại Khu Vực Vùng Vịnh San Francisco. Rất hữu ích khi gặp gỡ những người cảm thông với những gì tôi đã trải qua. Trái tim tôi đồng cảm với quý vị và gia đình của quý vị vào thời điểm khó khăn này.

Gina LaBlanc



Hình ảnh bởi: Gina LaBlanc



Hình ảnh bởi: Walk San Jose

Ngày 14 tháng 5 năm 2021, đánh dấu tám năm kể từ ngày chúng tôi mất đi đứa con gái xinh đẹp Aileen. Em gái tôi (Helena), con gái út của tôi (Arlette), và Aileen đã bị một người lái xe bất cẩn tông trúng khi băng qua đường trên lối dành cho người đi bộ qua đường. Cuộc sống của Aileen đã chấm dứt vào buổi chiều đầy nắng đó vào tháng 5 năm 2013. Sau khi Aileen mất đi, tôi và gia đình đã tìm kiếm sự hỗ trợ tinh thần khi đau buồn, tham gia nhóm Vì Đường Phố An Toàn Cho Các Gia đình tại San Francisco và thành lập trang mạng AileenQ.org. Không một ngày nào trôi qua mà chúng tôi không nhớ đến nụ cười ấm áp và vui vẻ của con bé. Cuộc sống của chúng tôi sẽ không bao giờ như xưa. Đó là một cuộc chiến liên tục mà giờ đây chúng tôi phải học cách sống chung với nó. Đó là lý do tại sao chúng tôi khuyến khích quý vị và gia đình của quý vị, đừng lo ngại và hãy tìm kiếm sự giúp đỡ. Hãy hiểu rằng mỗi cá nhân đều thể hiện sự đau buồn theo những cách khác nhau. Quý vị không đơn độc.

Jorge Quiroz

Danh Sách Kiểm Tra Tai Nạn Cho Người Đi Bộ

Các bước tiếp theo sau tai nạn giao thông.

- Thông báo cho bảo hiểm ô tô (nếu có).**
 - Xem mặt sau thẻ bảo hiểm của quý vị để biết thông tin về các bước đầu tiên ngay lập tức + chi tiết bảo hiểm.
- Chăm sóc bản thân.**
 - Kết nối với những người khác thông qua các nhóm hỗ trợ hoặc tư vấn cá nhân và hãy nhớ rằng gia đình và bạn bè của quý vị luôn có mặt để hỗ trợ quý vị.
 - Tìm người hỗ trợ bệnh nhân hoặc người quản lý hồ sơ của bệnh viện để giúp tư vấn bảo hiểm và / hoặc khi đau buồn cho quý vị.
 - Chỉ định một người đại diện đáng tin cậy của gia đình để thay mặt quý vị nói chuyện với giới truyền thông, cảnh sát hoặc đại diện pháp lý, nếu cần.
- Theo dõi cuộc điều tra tai nạn và tham gia điều tra.**
 - Yêu cầu số hồ sơ cảnh sát và thông tin liên lạc của thám tử thụ lý hồ sơ của quý vị.
 - Đặt câu hỏi và thu thập bằng chứng có thể bị bỏ sót.
- Tham khảo ý kiến của (các) luật sư** để giúp quý vị trong quá trình làm việc với bảo hiểm và hiểu rõ các lựa chọn của quý vị để quy trách nhiệm cho tài xế.
- Tìm kiếm sự hỗ trợ bổ sung** thông qua [Đơn vị Dịch Vụ Nạn Nhân Quận Hạt Santa Clara](#) nếu vụ việc có liên quan đến tội phạm, chẳng hạn như lái xe ngộ sát, trọng tội đụng xe bỏ chạy và / hoặc lái xe trong tình trạng say rượu.
 - Chương trình Hỗ Trợ Nạn Nhân California ([California Victim Compensation Program - CalVCP](#)) có thể giúp quý vị và gia đình các khoản chi phí tự trả liên quan đến vụ việc.
- (Nếu có) Càng sớm càng tốt, hãy chọn một nhà tang lễ và thông báo cho quản lý nhà tang lễ rằng ca tử vong đang được Văn phòng Giám Định Y Tế Quận Hạt Santa Clara khám nghiệm.
 - Nếu quý vị là thân nhân, văn phòng của điều tra viên sẽ chuyển người thân của quý vị cho Quản Lý Nhà Tang Lễ mà quý vị chọn.
 - Quá trình chuyển giao mất 2-3 ngày sau khi nhân viên điều tra hoàn tất.

Kết Nối Với Những Người Khác

Kết nối với những người sống sót và những người thân yêu của những người đã thiệt mạng trong một vụ tai nạn giao thông có thể cung cấp sự hỗ trợ vô giá và giảm bớt cảm giác bị cô lập trong thời gian này. Hãy nhớ rằng quý vị không đơn độc.

Nhóm Vì Đường Phố An Toàn Cho Các Gia Đình Tại Khu Vực Vùng Vịnh (Bay Area Families for Safe Streets)

Nhóm Vì Đường Phố An Toàn Cho Các Gia Đình Tại Khu Vực Vùng Vịnh San Francisco, được thành lập vào năm 2016, là một nhóm bao gồm những người sống sót sau vụ tai nạn giao thông và những người thân yêu của những người đã thiệt mạng hoặc bị thương trong các vụ tai nạn giao thông.

Trang Mạng:
www.walksf.org/families-for-safe-streets/

Mạng Lưới Những Người Sống Sót Sau Chấn Thương (Trauma Survivors Network)

Một nền tảng để những người sống sót chia sẻ câu chuyện của họ và kết nối với người khác để được hỗ trợ.

Trang Mạng:
www.traumasurvivorsnetwork.org/pages/survivor-stories

Những Dịch Vụ Bệnh Viện

Các bệnh viện có sẵn nhiều dịch vụ hỗ trợ bao gồm tư vấn bệnh nhân, nhân viên xã hội, chăm sóc tinh thần và cố vấn khi đau buồn có thể giúp quý vị hiểu về các khoản bảo hiểm, hỗ trợ dịch vụ chăm sóc chuyên biệt hoặc cung cấp dịch vụ tư vấn.

Bệnh Viện Good Samaritan

Trang Mạng: goodsamsanjose.com

Địa Chỉ: 2425 Samaritan Dr, San Jose, CA 95124

Bệnh Viện Chính: (408) 559-2011

Dịch Vụ Xã Hội: (408) 559-2110

Trung Tâm Y Tế Kaiser Permanente San Jose

Trang Mạng: thrive.kaiserpermanente.org/care-near-you/northern-california/sanjose/

Địa Chỉ: 250 Hospital Pkwy, San Jose, CA 95119

Bệnh Viện Chính: (408) 362-4740

Dịch Vụ Xã Hội: (408) 972-6148

Bệnh Viện Nhi Lucille Packard (Bệnh Viện Stanford)

Trang Mạng: www.stanfordchildrens.org/en/patient-family-resources/family-services

Địa Chỉ: 725 Welch Rd, Palo Alto, CA 94304

Bệnh Viện Chính: (650) 497-8000

Dịch Vụ Xã Hội: (650) 497-8303 | T.Hai-T.Sáu: 8:30AM-5PM và T.Bảy-C.Nhật: 9AM-5PM

Bệnh Viện O'Connor

Trang Mạng: och.sccgov.org

Địa Chỉ: 2105 Forest Ave, San Jose, CA 95128

Bệnh Viện Chính: (408) 947-2500

Dịch Vụ Xã Hội: (408) 947-5016 | T.Hai-T.Sáu: 8:30AM-4:30PM

Trung Tâm Y Tế Santa Clara Valley

Trang Mạng: scvmc.org

Địa Chỉ: 751 S Bascom Ave, San Jose, CA 95128

Bệnh Viện Chính: (408) 885-5000

Dịch Vụ Xã Hội: (408) 885-5504

Dịch Vụ Hỗ Trợ Nạn Nhân & Pháp Lý

Các dịch vụ hỗ trợ nạn nhân và pháp lý có thể giúp hướng dẫn và hỗ trợ quý vị thông qua hệ thống tư pháp hình sự và dân sự. Nhân viên hỗ trợ nạn nhân có thể kết nối quý vị với những người sống sót khác, giúp quý vị chuẩn bị các bản tường trình cho nạn nhân, v.v.

Đơn Vị Dịch Vụ Nạn Nhân – Quận Hạt Santa Clara (Victim Services Unit - County of Santa Clara)

Nhân Viên Hỗ Trợ Nạn Nhân đóng vai trò kết nối quý vị với các công tố viên, cơ quan thực thi pháp luật và các cơ quan tư pháp hình sự khác, đồng thời giúp bảo đảm rằng quý vị có tiếng nói trong quá trình xét xử. Nhân Viên Hỗ Trợ Nạn Nhân của quý vị sẽ liên kết quý vị với các nguồn hỗ trợ tại địa phương, cung cấp cho quý vị thông tin cập nhật về hồ sơ và hỗ trợ quý vị trong các phiên tòa và lời khai.

Trang Mạng:
<https://countyda.sccgov.org/victim-services/victim-services-unit>

Địa Chỉ:
Đơn Vị Dịch Vụ Nạn Nhân
70 W. Hedding St., West Wing
San Jose, CA 95110

Điện Thư: victimservices@dao.sccgov.org

Điện Thoại: (408) 295-2656

Hội Các Bà Mẹ Chống Việc Say Rượu Lái Xe (MADD - Mothers Against Drunk Driving)

MADD đã huấn luyện những nhân viên hỗ trợ nạn nhân để cung cấp dịch vụ 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần. Họ có thể giúp quý vị, gia đình và những người thân yêu của quý vị bằng cách:

- Cung cấp cho quý vị các tài liệu về hỗ trợ các nạn nhân.
- Hướng dẫn thông qua hệ thống tư pháp hình sự và dân sự.
- Giúp quý vị chuẩn bị các bản tường trình cho nạn nhân.
- Giới thiệu cho các nạn nhân & người sống sót đến những nguồn hỗ trợ thích hợp để được giúp đỡ thêm.

Trang Mạng:
www.madd.org/get-help/

Đường Dây Hỗ Trợ Nạn Nhân
24-Giờ: 877.MADD.HELP
HOẶC (1-877-623-3435)

Nguồn Hỗ Trợ Sức Khỏe Tâm Trí

Sống sót sau một vụ tai nạn hoặc có người thân yêu thiệt mạng trong một sự cố giao thông đột ngột là vô cùng thảm khốc. Các dịch vụ hỗ trợ chuyên nghiệp có thể giúp quý vị tìm được sự chăm sóc và hỗ trợ phù hợp để phục hồi.

Chương Trình Centre for Living with Dying

Chương trình Centre for Living with Dying của Trung tâm Bill Wilson hỗ trợ tinh thần cho người lớn và trẻ em đang đối mặt với những căn bệnh hiểm nghèo hoặc đau thương khi có người thân qua đời. Trung tâm cũng cung cấp các dịch vụ giải quyết khủng hoảng và các chương trình hướng dẫn trên diện rộng khi bị đau buồn và mất mát.

Chương trình The Healing Heart, do Trung Tâm cung cấp, là một chương trình hỗ trợ khi đau buồn đặc biệt dành cho các nhóm thanh thiếu niên từ 5-17 tuổi, cũng như các nhóm cha mẹ / người chăm sóc để hỗ trợ người lớn giúp trẻ em vượt qua giai đoạn đau buồn.

Trang Mạng:

www.billwilsoncenter.org/services/all/living.html

Địa Chỉ:

3490 The Alameda
Santa Clara, CA 95050

Giờ Làm Việc:

Thứ Hai - Thứ Năm: 8AM - 6PM
và Thứ Sáu: 8AM - 5PM

Điện Thoại: (408) 243-0222

(Để nhận các dịch vụ, hãy gọi điện và yêu cầu gặp Nhân Viên Tiếp Nhận Tư Vấn)

Dịch Vụ Hospice of the Valley

Trung tâm cung cấp dịch vụ tư vấn khi đau buồn cho bất kỳ ai từng trải qua việc mất người thân, cho dù người thân của quý vị có nhận được sự chăm sóc thông qua dịch vụ Hospice of the Valley hay không. Tất cả các dịch vụ dành sẵn cho cộng đồng.

Trang Mạng:

www.hospicevalley.org/programs-and-services/programs/community-grief-and-counseling-center/

Địa Chỉ:

4850 Union Avenue
San Jose, CA 95124

Điện Thoại: (408) 559-5600

Cơ Quan Kara

Cơ quan Kara cung cấp hỗ trợ toàn diện khi đau buồn, giải quyết khủng hoảng và hướng dẫn cho các cá nhân và cộng đồng đang đối mặt với thực tế khó khăn của sự mất mát và tử vong.

Trang Mạng:
<https://kara-grief.org>

Địa Chỉ:
457 Kingsley Ave.
Palo Alto, CA 94301

Giờ Làm Việc:
Thứ Hai - Thứ Năm: 9AM - 4PM
và Thứ Sáu: 9AM - 1PM

Điện Thoại: (650) 321-5272

Hiệp Hội Về Lo Lắng Và Trầm Cảm Tại Hoa Kỳ (Anxiety and Depression Association of America - ADAA)

Sứ mệnh của ADAA tập trung vào việc cải thiện chất lượng cuộc sống cho những người đã được chẩn đoán mắc chứng lo âu, trầm cảm, rối loạn ám ảnh cưỡng chế (obsessive-compulsive disorder - OCD), rối loạn căng thẳng sau chấn thương (post-traumatic stress disorder - PTSD) và nhiều rối loạn cùng xuất hiện.

Trang Mạng:
<https://adaa.org/>

Liên Minh Về Trầm Cảm Và Rối Loạn Lưỡng Cực (Depression and Bipolar Support Alliance - DBSA)

DBSA cung cấp các giải pháp để giúp bản thân quý vị và những người khác đối phó với chứng trầm cảm sau khi tai nạn xảy ra.

Trang Mạng:
www.dbsalliance.org/

Cơ Quan Sức Khỏe Tâm Trí Hoa Kỳ (Mental Health America)

Cơ Quan Sức Khỏe Tâm Trí Hoa Kỳ cung cấp thông tin để tìm kiếm các nhóm liên kết hỗ trợ cho các chấn thương tinh thần quanh khu vực sinh sống của quý vị và đã tổng hợp một danh sách các nhóm hỗ trợ chuyên biệt, các đường dây nóng 24 giờ Miễn Phí trên Toàn Quốc và các nguồn hỗ trợ hữu ích khác.

Trang Mạng:
<https://www.mhanational.org/find-support-groups>

Liên Minh Toàn Quốc Về Bệnh Tâm Trí (National Alliance on Mental Illness - NAMI)

NAMI cung cấp nhiều dịch vụ hỗ trợ bao gồm Đường Dây Trợ Giúp NAMI để được giúp đỡ và hỗ trợ trực tiếp.

Trang Mạng:
www.nami.org/Support-Education

Hiệp Hội PTSD (PTSD Alliance)

Hiệp Hội Rối Loạn Căng Thẳng Sau Chấn Thương (Post-Traumatic Stress Disorder - PTSD) cung cấp đường dây nóng, tài liệu thông tin và các hỗ trợ khác nếu quý vị đang bị PTSD.

Trang Mạng:
www.ptsdalliance.org/resources/

Thông Điệp Từ Walk San Jose

Vào tháng 11 năm 2020, chúng tôi đã tổ chức Ngày Thế Giới Tưởng Nhớ Các Nạn Nhân Giao Thông Đường Bộ hàng năm lần thứ tư của chúng tôi để tôn vinh và tưởng niệm mạng sống của gần 250 thành viên cộng đồng mà chúng tôi đã đánh mất liên quan đến vi phạm giao thông trong năm năm qua. Bên ngoài Tòa Thị Chính thành phố San Jose, các thành viên trong gia đình tụ họp để chia sẻ những câu chuyện về người thân yêu của họ và kêu gọi các quan chức thành phố và phần lớn cộng đồng phải giảm số ca tử vong do giao thông xuống mức tối thiểu.



Hình ảnh bởi: Walk San Jose

Vào năm đó, chúng tôi đã mất 49 người trong gia đình, bạn bè và hàng xóm ở San Jose vì những cái chết liên quan đến giao thông. Con số này đã tăng hơn gấp đôi trong vòng 10 năm qua. *Sự gia tăng liên tục những ca tử vong do giao thông mà có thể ngăn ngừa được là không thể chấp nhận.* Chúng ta cần cải thiện an toàn giao thông ngay bây giờ.

Chúng tôi tin rằng tất cả cư dân San Jose xứng đáng có không gian an toàn để đi bộ, trượt ván và đạp xe và sẽ tiếp tục thúc đẩy các cải tiến an toàn giao thông cùng với cộng đồng của chúng ta. Chúng tôi biết rằng cảm giác đau buồn đang bao trùm, nhưng chúng tôi ở đây để giúp quý vị vượt qua thời điểm khó khăn này bằng tất cả khả năng của chúng tôi.

Nếu quý vị muốn liên lạc hoặc tìm hiểu thêm về công việc của chúng tôi, vui lòng gửi thư cho chúng tôi tại địa chỉ WalkSanJose@calwalks.org.

Để tìm hiểu thêm về công việc của chúng tôi,
xin vào: www.calwalks.org/walk-san-jose

