

Guia de Recursos da Comunidade Regional



Preparado pelo Especialista Regional em Saúde Pública da Coligação de Saúde Pública do Nordeste

Este guia de recursos foi concebido para auxiliar as comunidades no Merrimack Valley, para criar uma ligação entre os moradores e serviços e apoio essenciais.

A inclusão nesta lista não constitui aprovação oficial por parte da Coligação de Saúde Pública do Nordeste. Tenha em atenção que a lista pode não incluir todos os recursos disponíveis, uma vez que os programas estão sujeitos a revisões. Os recursos aqui apresentados são atualizados semestralmente da melhor forma possível.

Para questões relacionadas com atualizações, comunicação de informações desatualizadas ou com a procura de assistência adicional, contacte o Especialista Regional de Saúde Pública através do e-mail slafreniere@tewksbury-ma.gov.



Índice

Linhas de emergência/crise 24/7	2
Animais.....	2
Serviços para pessoas com deficiência.....	3
Atividades e programas diurnos	4
Assistência de Equipamentos e Doméstica	5
Violência Doméstica	6
Serviços para pessoas com deficiência e idosas.....	7
Emprego e Formação da força de trabalho.....	8
Organizações culturais e de fé	9
Alimentação	10
Apoio ao Seguro de Saúde.....	10
Acumulação	11
Assistência de Equipamento Doméstico	12
Insegurança habitacional	12
Assistência para reparação de habitações e serviços públicos	13
Imigrantes, Refugiados, Asilo, Requerentes.....	14
Serviços linguísticos e de aprendizagem	15
LGBTQIA+.....	16
Contactos de Departamentos de Saúde Locais.....	16
Grupos de Apoio Local.....	17
Apoio à saúde mental	17
Centros de Saúde Comportamental Comunitários:	18
Locais de Atendimento de Urgência em Saúde Comportamental:	18
Apoio ao Transtorno por Abuso de Substâncias	19
Programas de internamento	19
Programas de ambulatório	19
Apoio para jovens com consumo de substâncias	21
Apoio à recuperação	22
Grupos de Apoio	23
Apoio à Parentalidade	23
Atividades/Cuidados infantis	23
Transporte	24
Serviços de VA (Veteran Affairs - Veteranos de Guerra).....	25

Linhas de emergência/crise 24/7

Emergências médicas

- Em caso de Emergência
- Ligue para 9-1-1

Linha de Suicídio e Crise

- O 988 Lifeline oferece apoio gratuito e confidencial para pessoas em perigo, prevenção e recursos de crise para si ou para os seus entes queridos.
- Ligue ou envie uma mensagem para 9-8-8

Apoio à saúde comportamental (BHHL)

- O (BHHL) está aqui para o(a) ligar diretamente a cuidados clínicos, quando e onde precisar. Mesmo que não tenha a certeza de que tipo de ajuda ou tratamento poderá necessitar, podemos orientá-lo(a).
- Ligue ou envie uma mensagem para 833-773-2445

Linha de Apoio ao Abuso de Substâncias

- A Linha de Apoio é um recurso para encontrar serviços de abuso de substâncias, redução de danos, tratamento, recuperação e problemas de vício de jogo.
- Ligue para 800-327-5050
- Escreva HOPE para 800327

Trevor Project

- Linha de Suicídio e Crise para jovens pessoas LGBTQIA+. Conselheiros de crise disponíveis em qualquer altura.
- Ligue para 866-488-7386
- Escreva START para 678678

Linha de Crise para Veteranos

- Para qualquer veterano, militar ou qualquer pessoa preocupada com um veterano. A Linha de Crise de Veteranos pode ajudar, mesmo que não esteja inscrito(a) para receber benefícios de VA ou cuidados de saúde.
- Ligue para o 988, extensão 1
- Envie mensagem para 838255

SafeLink (violência doméstica/durante o namoro)

- SafeLink é uma linha direta de violência doméstica do Massachusetts e um recurso para qualquer pessoa vítima de violência doméstica ou violência no namoro.
- Ligue para 877-785-2020
- Escreva BEGIN to 88788

Violação e Crise na área de Boston

- Conselheiros e funcionários voluntários estão disponíveis para prestar apoio aos sobreviventes de violência doméstica, bem como às suas famílias, amigos e fornecedores.
- Ligue para 800-841-8371

Linha Direta de Ajuda para Tratamento de Venenos

- Serviço GRATUITO, disponível 24 horas por dia para oferecer aconselhamento médico profissional para pessoas expostas a um veneno.
- Ligue para 800-222-1222

Animais

Chelmsford & Tyngsboro Animal Control (Controlo de Animais de Chelmsford & Tyngsboro)

- O Agente de Controlo Animal é responsável por ajudar o público a resolver problemas causados por animais. Alguns desses deveres incluem a recolha de animais vadios, inspeções de celeiros, quarentenas, licenciamento e administração da vacinas.
- Caso uma situação que envolve um animal represente uma ameaça imediata à vida ou

- perigo para as pessoas, ligue 911.
 - Ligue para 978-256-0754, ext. 199
- Billerica and Tewksbury Animal Control (Controlo de Animais de Billerica and Tewksbury)
- A missão da Divisão de Controlo Animal é garantir a segurança de animais e pessoas em Billerica e Tewksbury. Sensibilizar o público, fazer cumprir as leis estaduais e locais e resolver problemas em tempo útil, promovendo o cuidado e o bem-estar de todos.
 - Caso uma situação que envolve um animal represente uma ameaça imediata à vida ou perigo para as pessoas, ligue 911.
 - Ligue para 978-215-9639
- Billerica Cat Care Coalition - <https://www.billericacatcarecoalition.org/index.php>
- A BCCC é uma verdadeira organização de resgate e adoção de gatos que não abate e que presta auxílio a gatos selvagens (não domésticos) abandonados e às suas crias. Promover a castração/esterilização de animais de companhia a baixo custo e sensibilizar o público para as questões animais locais, incluindo prestar aconselhamento/assistência a residentes envolvidos em situações de gatos sem-abrigo ou que querem realojar um gato.
- Catmobile - <https://mrfrs.org/catmobile/>
- Programa móvel que presta serviços de castração/esterilização de baixo custo, vacina contra a raiva e pacote de corte de unhas para gatos domesticados e selvagens.
 - Ligue para 978-465-1940
- Lowell Humane Society - <https://www.lowellhumanesociety.org/>
- O objetivo da Sociedade é fornecer abrigo, prevenir a crueldade contra os animais e defender o seu bem-estar. Dispensa de ração para animais de estimação para quem procura ração ou outros suprimentos. Ligue ou preencha um formulário online de pedido de assistência para animais de estimação se pretende castrar/esterilizar um animal, procura serviços veterinários ou quaisquer outros serviços para o seu animal de estimação.
 - Ligue para 978-452-7781
 - 951 Broadway St, Lowell, MA 01854
- MSPCA at Nevins Farm - <https://www.mspca.org/adoption-centers/nevins-farm-adoption-center/>
- A MSPCA at Nevins Farm oferece cirurgias de esterilização de animais de estimação de baixo custo, vacinas e fornecimento de ração para animais de estimação para residentes com baixos rendimentos.
 - Se precisar de ajuda com o seu animal de estimação, envie um e-mail para outreach@mspca.org.
 - Ligue para 978-687-7453
 - 400 Broadway St, Lowell, MA 01844

Serviços para pessoas com deficiência

Social Security Disability Insurance (SSDI) (Seguro de Invalidez da Segurança Social) - <https://www.ssa.gov/disability>

- O Seguro de Invalidez da Segurança Social (SSDI) efetua pagamentos mensais às pessoas com deficiência que impede ou limita a sua capacidade para trabalhar. Solicite os benefícios online ou por telefone.
- Ligue para 800-772-1213
- Para surdos ou deficientes auditivos, ligue para 800-325-0778

Departamento de Serviços de Desenvolvimento - <https://www.mass.gov/locations/dds-lowell-area-office>

- O Departamento de Serviços de Desenvolvimento fornece apoio a indivíduos com deficiências intelectuais e de desenvolvimento, incluindo o Transtorno do Espectro do Autismo, para aumentar as oportunidades de se tornarem membros totalmente integrados na sua comunidade.

- Ligue para 978-322-4300 (escritório)
- Coordenadora dos Serviços Humanos Turning 22 - Donna (978-322-4318)
- Coordenadora de Serviços para Crianças e Adolescentes - Laurie (978-322-4339)
- Coordenador de Serviços Humanos para Autismo - Steven (978-322-4302)
- 55 Technology Dr. Suite 202 Lowell, MA 01851

Comissão de Reabilitação de Massachusetts (MRC) - <https://www.mass.gov/vocational-rehabilitation>

- Qualquer pessoa com deficiência pode perguntar sobre como obter serviços. Amigos, parentes e profissionais de saúde também podem encaminhar pessoas para o MRC. Os nossos serviços são concebidos para ajudar as pessoas com deficiência a fazer escolhas informadas sobre o trabalho. Serviços de carreira completos, incluindo avaliação vocacional, formação orientada para o trabalho, preparação de currículos, colocação profissional e serviços de transição pré-emprego para estudantes com idades compreendidas entre os 16 e os 22 anos, juntamente com aconselhamento de carreira e acesso a uma sala de recursos de carreira.
- Ligue para 978-458-4544
- 55 Technology Drive, 2nd floor, Lowell, MA 01851

Centro de Recursos para Pessoas com Deficiência - <https://disabilityrc.org/>

- O Centro de Recursos para Pessoas com Deficiência é uma agência controlada pelo consumidor e baseada na comunidade que presta serviços e apoio a pessoas de todas as idades com qualquer tipo de deficiência.
- Ligue para 978-741-0077
- 27 Congress St # 107, Salem, MA 01970

Associação para o Autismo e a Neurodiversidade (AANE) Associação para o Autismo e a Neurodiversidade - <https://aane.org/services-programs/>

- Contacte-a se for adulto ou adolescente com autismo, um progenitor ou membro da família ou um profissional que trabalha com a comunidade autista. A AANE tem serviços, programas e formação para si em modalidades individuais ou em grupo para fornecer informações e promover a comunidade.
- Ligue para 617-393-3824
- 85 Main Street, Suite 3, Watertown, MA 02472

Atividades e programas diurnos

Programas adaptativos do Billerica Recreation Department - <https://billericama.myrec.com/info/activities/default.aspx?type=activities>

- O Billerica Recreation Department organiza programas adaptativos com diferentes datas de início e atividades. Visite o website da organização para saber o que oferecem atualmente.
- Ligue para 978-671-0921

Strongwater Farm -

- A Strongwater Farm oferece equitação terapêutica; uma atividade com equídeos cujo objetivo é contribuir positivamente para o bem-estar cognitivo, físico, emocional e social de pessoas com deficiência.
- Ligue para 978-851-5540
- 500 Livingston St., Tewksbury, MA 01876

Associação de Recursos Recreativos para Adultos (RARA) - <https://raraagency.org/index.htm>

- A RARA esforça-se para prestar os melhores serviços e oferecer os melhores programas de qualidade para adultos com dificuldades de desenvolvimento, desde os 18 anos de idade até aos idosos, na região do Merrimack Valley.
- Ligue para 978-453-5598
- E-mail: office@RARAagency.org
- 295 High Street, Lowell, MA 01852

The Paul Center - <https://thepaulcenter.org/>

- O The Paul Center dedica-se a ajudar as pessoas com deficiência a desenvolver o seu máximo potencial e independência. Disponibiliza programas educativos, sociais e recreativos únicos para indivíduos e os seus familiares.
- Ligue para 978-256-4396
- 39 Concord Rd. Chelmsford, MA 01824

Incompass Human Services- <https://www.incompasshs.org/programs/at-our-facility/day-habilitation/>

- O programa de habilitação diurna ajuda os seus entes queridos a desenvolver as suas competências diárias, sociais e físicas, resultando numa maior independência e empoderamento.
- Ligue para 978-349-3000
- 4 Omni Way, Chelmsford, MA 01824

Centro de Apoio Educacional e ao Desenvolvimento do Nordeste (NEEDS) - <https://needsctr.org/services/>

- O NEEDS oferece um programa comunitário de apoio diurno para adultos com deficiências intelectuais e de desenvolvimento. Decorrem atividades de desenvolvimento de competências nas áreas de comunicação, autocuidado, socialização, criação de relacionamentos, vida saudável, defesa de causas próprias e envolvimento da comunidade.
- Ligue para 978-216-0300
- 1390 Main St, Tewksbury, MA 01876

Assistência de Equipamentos e Doméstica

Requipment, Inc.- <https://dmereuse.org/>

- Todos os anos, centenas de residentes do Massachusetts doam à Requipment o equipamento médico doméstico e a tecnologia assistiva que já não usam. Os dispositivos são reconicionados e dados a idosos e pessoas com deficiência, incluindo crianças e veteranos.
- Ligue para 508-713-9690

Programa de Empréstimo de Equipamento Hospitalar (H.E.L.P) - <https://smd-help.org/>

- Programa administrado pela Maçonaria, situado em Woburn e Wilmington. Empréstimo de equipamento médico gratuitamente para uso doméstico.
- Ligue para 781- 322-1052
- 500 West Cummings Park- Suite 1150 (Washington Street), Woburn, MA 01801

Programa de Empréstimo para Modificações de Casa Community Teamwork -

<https://www.commteam.org/program/home-modification-loans/>

- Os proprietários com níveis de rendimento elegíveis podem pedir um empréstimo até 50 000 \$, com pagamento diferido empréstimo a juros 0%, para efetuar alterações na sua casa para acomodar um residente idoso ou com deficiência.
- Ligue para 978-654-5741

Programa de Vida Independente do Nordeste (NILP) - <https://www.nilp.org/>

- O NILP é um Centro Independente gerido por pares que presta defesa e serviços a pessoas com todo o tipo de deficiências que querem viver na comunidade de forma independente.
- Ligue para 978-687-4288, ext. 125
- 20 Ballard Rd, Lawrence, MA 01843

Comissão de Reabilitação de Massachusetts (MRC) - <https://www.mass.gov/locations/mrc-lowell>

- A MRC presta serviços que quebram barreiras e empoderam as pessoas com deficiência a viver a vida nos seus próprios termos. Os nossos programas focam-se na

formação e emprego, vida comunitária e determinação de deficiência para efeitos de programas de benefícios federais.

- Ligue para 978-458-4544
- 55 Technology Drive, 2nd floor, Lowell, MA 01851

Violência Doméstica

Center for Hope and Healing Inc. - <https://chhinc.org/>

- O Center for Hope and Healing oferece apoio informado sobre traumas e resiliência, bem espaços seguros para a recuperação dos sobreviventes por intermédio do seu aconselhamento gratuito e confidencial, defesa jurídica e médica e linha direta de crise disponível 24 horas.
- Ligue para 978-452-7721
- 15 Hurd St. Lowell, MA 01852

Saheli - <https://saheliboston.org/>

- Atualmente, a Saheli é uma organização sem fins lucrativos que oferece muitos serviços culturais e linguísticos específicos a sobreviventes de violência doméstica dos países árabes e do sul da Ásia, bem como aos seus filhos. Oferece grupos de apoio, programas de empoderamento económico, workshops de literacia financeira e defesa jurídica.
- Ligue para 866-472-4354
- iMessage/Mensaje/WhatsApp: 1-781-999-1056

REACH - <https://reachma.org/>

- A Organização REACH oferece segurança e abrigo, defesa jurídica, educação, prevenção e iniciativas comunitárias e iniciativas de envolvimento na comunidade.
- Ligue para 781-891-0724 (escritório)
- Ligue para 800-899-4000 (linha direta)
- E-mail: info@reachma.org

Respond - <https://www.respondinc.org/>

- A organização Respond oferece intervenção comunitária, educação, programas de parceria com as autoridades, programas de serviços residenciais e programas habitacionais.
- Ligue para 617-623-5900
- E-mail: info@respondinc.org

Alternative House - <https://www.alternative-house.org/>

- A Alternative House presta serviços completos relacionados com violência doméstica na área da Grande Lowell há mais de quarenta anos. A Alternative House tem funcionários disponíveis 24 horas por dia, 7 dias por semana, todos os dias do ano.
- Os serviços incluem: acompanhamento nos tribunais, abrigo de emergência, serviços de realojamento, procura de habitação e apoio financeiro. Podemos ser contactados por telefone e e-mail.
- Grupos de apoio disponíveis presencialmente e online. Entre em contacto com a Alternative House para saber os horários!
- E-mail: info@alternative-house.org
- Acessível 24 horas por dia, 7 dias por semana através da nossa linha direta 1-888-291-6228

Força de Intervenção Asiática contra a Violência Doméstica - <https://www.atask.org/about-us/what-we-do/>

- A ATASK é uma organização comunitária sem fins lucrativos que serve sobreviventes pan-asiáticos vítimas de violência doméstica e entre parceiros íntimos. Prestamos serviços na Grande Boston e Grande Lowell e oferecemos assistência limitada noutras cidades do Massachusetts e da Nova Inglaterra. Atualmente, prestamos serviços em

mais de 20 idiomas e dialetos asiáticos. A nossa missão é prevenir a violência doméstica e entre parceiros íntimos em famílias e comunidades asiáticas e dar esperança aos sobreviventes.

- Ligue para 617-338-2350

Serviços para pessoas com deficiência e idosas

Conselhos de Envelhecimento/Centros de Terceira Idade -

- Os centros de terceira idade oferecem uma variedade de oportunidades enriquecedoras, como aulas, sessões de terapia, serviços de transporte e programas personalizados concebidos para dar apoio a residentes com 60 anos ou mais. Funcionam como centros comunitários importantes, que prestam assistência essencial e promovem o envolvimento social entre os idosos. Podem ser um excelente ponto de partida para descobrir recursos na sua comunidade.
- Billerica Council on Aging - <https://www.billericacoa.org/>
 - Ligue para 978-671-0916
 - 25 Concord Rd Billerica, MA 01821-2517
- Chelmsford Senior Center/ Council on Aging - <https://www.chelmsfordma.gov/223/Senior-Center-Council-on-Aging>
 - 978-251-0533
 - 75 Groton Road North Chelmsford, MA 01863
- Tewksbury Council on Aging - <https://www.tewksbury-ma.gov/459/Council-on-Aging>
 - Ligue para 978-640-4480
 - 175 Chandler Street Tewksbury, MA 01876
- Tyngsborough Senior Center - <https://www.tyngsboroughma.gov/266/Senior-Center>
 - 978-649-9211
 - 169 Westford Road, Tyngsborough, MA 01879

AgeSpan - <https://agespan.org/>

- A AgeSpan é um Ponto de Acesso de Serviços Sênior de Massachusetts (ASAP), uma Agência Local sobre Envelhecimento (AAA) e um Prestador de Serviços de Proteção designado. A Agespan presta uma vasta gama de serviços, incluindo encaminhamento, opções de cuidados, serviços de nutrição, apoio à habitação, recursos de saúde e bem-estar, assistência do Medicare, apoio à saúde comportamental, recursos financeiros, iniciativas de equidade na saúde, serviços de proteção e apoio ao cuidador familiar.
- Ligue para 1-800-892-0890
- 280 Merrimack St., Suite 400, Lawrence, MA 01843

Programa de Saúde Comportamental para Populações Envelhecidas

- Grupos de apoio, aconselhamento, encaminhamentos para gestão de casos e muito mais. Abrange Tewksbury, Billerica, Chelmsford, Tyngsborough e Wilmington.
- Contacte Christina Hess, Coordenadora de Contacto LCSW/Administradora do Programa de Contacto de Saúde Comportamental para Populações Envelhecidas
 - Ligue para 978-640-4480x 290

Apoio ao Cuidador e Cuidados de Repouso de Chelmsford

- Este programa de baixo custo (para residentes locais) permite que o cuidador tenha o tempo pessoal muito necessário para si, fora de casa, para que consiga fazer pausas, enquanto o Cliente recebe acompanhamento através de atividades, uma refeição leve (se necessário) e companhia. O programa é gerido por um Coordenador de Acompanhantes com uma equipa experiente de Acompanhantes disponíveis para as necessidades de cada cliente.
- Ligue para April Hunt através do número 978-788-6178 ou envie um e-mail para ahunt@ChelmsfordMA.gov

SHINE (Servir as Necessidades de Seguro de Saúde de Todos) - <https://www.mass.gov/info-details/serving-the-health-insurance-needs-of-everyone-shine-program#find-a-shine-counselor>

- O programa oferece informações gratuitas sobre seguros de saúde e aconselhamento a todos os residentes do Massachusetts com seguro Medicare e respetivos cuidadores.
- Ligue para 978-946-1374

Ajuda Jurídica para Idosos - <https://www.mass.gov/legal-help-for-elders>

- O Volunteer Lawyers Project de Boston oferece informações jurídicas gratuitas e serviços de encaminhamento para os residentes do Massachusetts com 60 anos ou mais.
- Ligue para 800-342-5297

Merrimack Valley Food Bank Mobile Pantry - <https://mvfb.org/programs/mobile-pantry/>

- O Mobile Pantry é um programa de serviços de saúde e nutrição comunitário que faz entregas ao domicílio de alimentos nutritivos adaptados para satisfazer as necessidades de saúde e alimentação de pessoas de baixos rendimentos, idosos que não podem sair de casa e pessoas com deficiência.
- 978-454-7272

Assistência Financeira Através do DTA (Departamento de Assistência Transitória) -

<https://www.mass.gov/orgs/departament-of-transitional-assistance>

- Programa que presta auxílio de emergência financeiro para Idosos, Deficientes e Crianças (EAEDC). Os benefícios incluem 2 pagamentos mensais, seguro de saúde e apoio ao emprego enquanto trabalha para recuperar financeiramente.
- (877) 382-2363

Merrimack Valley Senior Housing (MVSH) - <https://www.commteam.org/program/merrimack-valley-senior-housing-mvsh-fka-merrimack-valley-housing-services/>

- A Merrimack Valley Senior Housing Services, Inc (MVSH) é uma subsidiária da Community Teamwork que possui e opera os Merrimack Valley Apartments em Methuen, um projeto HUD 202 com 60 unidades para residentes idosos e deficientes.
- Ligue para 978-459-0551

Lifecycle Senior Services, LLC - <https://lifecyclepro.com/>

- Separação, arrumação e organização. Ajuda a saber que bens oferecer, leiloar, doar ou deitar fora. Liquidação de património; serviço de inventário digital.
- Ligue para 617-202-8326
- E-mail: info@lifecyclepro.com
- 50 School St, Carlisle, MA 01741

Equipamento

Consulte Assistência de Equipamentos e Doméstica na secção Serviços para Pessoas com Deficiência.

Emprego e formação da força de trabalho

MassHire Lowell Career Center - <https://masshirelowellcc.com/>

- O MassHire Lowell Career Center faz parte do Massachusetts One-Stop Career Center System que serve as comunidades de Billerica, Chelmsford, Dracut, Dunstable, Lowell, Tewksbury, Tyngsborough e Westford. Através deste modelo, os serviços locais de emprego e formação foram consolidados para criar um bom sistema de desenvolvimento da força de trabalho.
- Ligue para 978-458-2503
- 107 Merrimack Street Lowell, MA 01852

VIP Employment - <https://www.vipemployment.net/>

- A VIP Employment Solutions é uma agência de recrutamento de emprego temporário e

permanente com sede em Massachusetts que também serve o mercado do New Hampshire. Somos especializados em soluções profissionais, administrativas e qualificadas de pessoal de fabrico.

- Ligue para 978-298-4469
- 1501 Main Street, Unit 22 Tewksbury MA 01876

Youthbuild - <https://www.commteam.org/program/youthbuild/>

- O YouthBuild da Community Teamwork é um programa para jovens adultos com idades compreendidas entre os 16 e os 24 anos que abandonaram a escola e estão prontos para aceitar uma segunda oportunidade de formação educacional e profissional para alcançar o sucesso.
- Ligue para Siobhan Sheehan através do número 978-446-9803

UTEC Workforce Development - <https://utecinc.org/>

- As empresas sociais (Reciclagem de Colchões, Serviços de Alimentação e Carpintaria) oferecem aos jovens adultos um espaço onde podem obter experiência de trabalho remunerada e progredir ao seu próprio ritmo para desenvolver as competências profissionais e de vida necessárias para alcançar o sucesso independente.
- Ligue para 978-856-3902
- E-mail: info@utecinc.org

Organizações culturais e de fé

Bhakta Samaj Center - <https://www.bhaktasamajusa.org/>

- Esta organização participa em atividades religiosas periódicas, como orações e discursos espirituais, atividades culturais, como danças indianas e eventos musicais, e iniciativas educacionais, como o ensino de epopeias e línguas indianas. Também organizam eventos sociais, publicam um boletim periódico, realizam programas de angariação de fundos e trabalham no desenvolvimento da juventude através de várias atividades, incluindo desportos, debates e atividades culturais.
- E-mail: info@bhaktasamajusa.org
- 147 Frost Rd, Tyngsborough, MA 01879

Associação de Assistência Mútua do Camboja (CMAA) - <https://www.cmaalowell.org/>

- A CMAA orgulha-se de ser uma das principais organizações sem fins lucrativos que servem a comunidade cambojana-americana com uma ampla gama de programas e serviços concebidos para ajudar as pessoas a superar os desafios que enfrentam. A organização oferece oportunidades de envolvimento cívico, serviços linguísticos para os Khmer, o programa de apoio à família Monorom, projetos especiais e serviços dedicados à juventude para apoiar a comunidade integralmente.
- Ligue para 978-454-6200
- E-mail: info@cmaalowell.org
- 465 School St. Lowell, MA 01851

American Wisdom Association - <https://wisdom-temple.org/en/#about-us>

- A organização budista presta serviços aos membros e organiza eventos sociais centrados em atividades budistas.
- Ligue para 978-663-6014
- 7 Marshall St, Billerica, MA 01821

Centro da comunidade africana de Lowell - <https://www.acclowell.org/>

- Para prestar aos imigrantes e refugiados africanos na área da Grande Lowell recursos para se tornarem membros ativamente envolvidos na comunidade, por meio de iniciativas educacionais, sociais e culturais.
- Ligue para 978-364 0218
- E-mail: info@acclowell.org
- 99 Church St, Lowell, MA 01852

Latinx Community Center For Empowerment - <https://www.latinxcenter.org/>

- Equipa de especialistas que oferecem acesso coordenado à comunidade Latinx com o objetivo de promover o empoderamento. Oferecemos educação, informação, apoio e soluções.
- Ligue para 978-319-4097
- E-mail: info@latinxcenter.org
- 9 Central St. Suite 201, Lowell, MA, Estados Unidos, Massachusetts

Alimentação

Project Bread - <https://projectbread.org/foodsource-hotline>

- Pode consultar informações sobre programas alimentares na sua comunidade ou entrar em contacto com os consultores do Project Bread.
- Ligue para 1-800-645-8333

Chelmsford Food Pantry - <https://chelmsfordfoodpantry.org/>

- Ligue para 978-746-6914
- 50 Rear Billerica Road, Chelmsford, MA- In Beige Trailer

Billerica Community Pantry - <https://billericacommunitypantry.com/>

- Ligue para 978-357-7560
- E-mail: billericapantry@gmail.com
- 67 Alexander Rd, Billerica, MA 01821

Tewksbury Community Pantry - <https://tewksburypantry.org/>

- Ligue para 978-858-2273
- 999 Whipple Road, Tewksbury, MA 01876

Merrimack Valley Food Pantry - <https://mvfb.org/>

- Ligue para 978-454-7272
- 1703 Middlesex St, Lowell, MA 01851

Open Pantry of Greater Lowell - <https://theopenpantry.org/>

- Ligue para 978-453-6693
- 13 Hurd Street, Lowell, MA 01852

Grace Lutheran Food Pantry - <https://www.gracelutherannashua.org/FoodPantry>

- Ligue para 603-888-7579
- 130 Spit Brook Road Nashua, NH 03062

Departamento de Serviços de Transição (Department of Transitional Services) -

<https://www.mass.gov/locations/dta-lowell-transitional-assistance-office>

- A receção do escritório local da DTA está aberta para serviços, incluindo novas opções de autoatendimento. Pode utilizar os nossos telefones, copiadoras ou quiosques para solicitar benefícios ou tratar do seu processo. A equipa e os intérpretes da DTA estão disponíveis para lhe prestar apoio. Pode solicitar o cartão EBT, SNAP, TAFDC e EAEDC online em [DTAConnect.com](https://www.mass.gov/locations/dta-lowell-transitional-assistance-office) ou por telefone através do número 877-382-2363 da Linha de Assistência da DTA (prima 7) (ajuda em mais de 100 idiomas).
- Ligue para 978-446-2400 para o Escritório de Lowell
- Linha de assistência da DTA, número 877-382-2363 (prima 7)
 - Solicite serviços por telefone
 - Ajuda em mais de 100 idiomas
- Escritório de Lowell: 131 Davidson St, Lowell, MA 01852

Apoio ao Seguro de Saúde

MassHealth - <https://www.masshealthchoices.com/en/enroll>

- MassHealth é o programa de Medicaid do estado. Apoia pessoas com rendimentos limitados ou deficiência.
- Ligue para 1-800-841-2900 (disponível em vários idiomas)

MassHealth Enrollment Center - <https://www.mass.gov/info-details/masshealth-enrollment-centers-mecs>

- Os Centros de Inscrição estão abertos para visitas limitadas para o(a) ajudar inscrever-se no MassHealth.
- Ligue para 888-665-9993
- 367 East Street, Tewksbury, MA 01876

Medicare - <https://www.medicare.gov/>

- Medicare é um seguro de saúde para pessoas com 65 anos ou mais. Pode qualificar-se para receber o Medicare antes dessa idade se tiver uma deficiência, doença renal em fase terminal (DRT) ou Esclerose Lateral Amiotrófica (ELA) (também chamada doença de Lou Gehrig).

Apoio às Necessidades de Cuidados de Saúde de Todos (SHINE) - <https://www.mass.gov/info-details/serving-the-health-insurance-needs-of-everyone-shine-program>

- Presta informações de seguro de saúde gratuitas e assistência para adultos elegíveis para Medicare e respetivos cuidadores.
- Ligue para 978-946-1374
- 280 Merrimack Street, Suite 400, Lawrence, MA 01843

Health Care For All - <https://hcfama.org/health-insurance-help/>

- A Linha de Apoio de Health Care for All é um recurso multilingue gratuito estadual para ajudar os consumidores com cobertura de saúde.
- Ligue para 800-272-4232

Acumulação

AgeSpan - <https://agespan.org/solutions/behavioral-health/>

- Para pessoas e famílias que se debatem com desorganização e acumulação excessivas, a AgeSpan pode oferecer-lhes apoio seguro e sem juízos de valor. Os programas de acumulação e desorganização oferecem uma gama de serviços, incluindo grupos de apoio, aconselhamento individual e familiar, gestão de crises e educação.
- Ligue para 1-800-892-0890

Lifecycle Senior Services, LLC - <https://lifecyclepro.com/>

- Separação, arrumação e organização. Limpeza de desorganização simples a limpeza pesada ou de matérias perigosas (hazmat).
- Ligue para 617-202-8326
- E-mail: info@lifecyclepro.com
- 50 School St, Carlisle, MA 01741

Bio Pro Boston - <https://bioproboston.com/>

- Serve a maior parte do Massachusetts, com serviços de limpeza de acumulação e desorganização, limpeza de odores e esgotos e limpeza de excrementos de roedores.
- Ligue para 978-380-4075
- jim@bioproboston.com

Recursos de Acumulação Mass Housing - <https://www.masshousing.com/programs-outreach/housing-stability/partnership-programs/hoarding>

- Recursos educativos, grupos de apoio, tratamento e outras informações úteis sobre acumulação.
- Ligue para 617-854-1000

Workshops Buried in Treasures e de terapia cognitiva comportamental para transtorno de acumulação, disponibilizados gratuitamente perto de si!

- Cursos gratuitos de várias semanas para os residentes criarem hábitos saudáveis de eliminação de resíduos.
- Consulte a secção Contactos de Departamentos de Saúde Locais para falar com o seu departamento de saúde local e conhecer as ofertas atuais!

Assistência de Equipamento Doméstico

Project Home Again - <https://www.phama.org/>

- O Project Home Again equipa gratuitamente as casas de pessoas necessitadas.
- Ligue para 978-409-1930
- E-mail: info@phama.org
- [123 Tewksbury Street, Andover, MA 01810](#)

Household Goods, Inc. - <https://www.householdgoods.org/>

- Ligue para 978-635-1710
- 530 Main St., Acton, MA

Mission of Deeds - <https://www.missionofdeeds.org/client-services/#agencies>

- A Mission of Deeds tem ajudado pessoas e famílias necessitadas nos condados de Middlesex e Essex, em Massachusetts, e também as comunidades do Condado de Suffolk de Chelsea, Revere e Winthrop. É necessário ser encaminhado(a) por uma agência.
- Ligue para 781-944-9797
- E-mail: info@missionofdeeds.org

Bazar da Igreja Evangélica Congregacional de Tyngsboro

- Ligue para 978-649-2262 para saber o horário
- 23 Kendall Road, Tyngsboro, MA 01879

The Wish Project - <https://www.thewishproject.org/>

- Ligue para 866-947-4360
- 166 Middlesex Street North Chelmsford MA

Exército de Salvação - <https://www.salvationarmyusa.org/usn/>

- Ligue para 603-880-0271
- 217 West Hollis, Nashua, NH

Career Closet - <https://www.tailoredforsuccess.org/career-closet>

- O Career Closet recebe vestuário formal novo e ligeiramente usado que depois é distribuído gratuitamente por participantes dos nossos programas de todos os gêneros.
- Ligue para 781-324-0499
- E-mail: ehart@tailoredforsuccess.org
- 100 Trade Center Park, Suite G100 Woburn, MA 01801

Insegurança Habitacional

Emmaus Family Shelter - <https://emmausinc.org/emergency-shelter/>

- O programa Emmaus Family Shelter garante abrigo de emergência em abrigos congregados e apartamentos para até 54 famílias que ficaram sem teto.

Lowell Transitional Living Center - <https://smoc.org/service/lowell-transitional-living-center/>

- O Lowell Transitional Living Center é um abrigo de emergência para pessoas sozinhas com mais de 18 anos de idade que vivem em situação de sem-abrigo. Além do abrigo de emergência, o LTLC gere e encaminha casos para recursos comunitários.
- Ligue para 978-459-9888
- E-mail: info@ltlc.org

House of Hope Shelter - <https://houseofhopelowell.org/about-us/mission/>

- Abrigo temporário, presta defesa e cuidados para famílias sem alojamento.
- Ligue para 978-458-2870
- E-mail: info@houseofhopelowell.org
- 812 Merrimack Street, Lowell MA, 01854

Community Teamwork Youth Services - <https://www.commteam.org/program/youth-services/>

- Os Youth Services (Serviços de Juventude) estão vocacionados para prestar apoio a adolescentes e jovens adultos entre os 16 e os 24 anos que enfrentam instabilidade

habitacional e barreiras emocionais.

- Ligue para 978-905-7385

Project Kompass - <https://projectkompass.org/>

- Espaço seguro e acolhedor onde jovens adultos podem permanecer durante longos períodos de tempo, enquanto criamos um plano de desenvolvimento personalizado para os ajudar a ganhar as competências, formação e recursos financeiros necessários para terem independência habitacional permanente. Oferece programas de transição, parentalidade, apoio ao início da vida adulta e bolsas de estudo.
- Ligue para 978-710-4225
- E-mail: Info@projectkompass.org
- North Chelmsford, MA 01863

Assistência Habitacional de Massachusetts: ajuda de emergência e de longo prazo -

<https://www.mass.gov/info-details/massachusetts-housing-assistance-emergency-and-long-term-help>

- Este guia destina-se a pessoas que precisam de ajuda com habitação. Inclui abrigo de emergência para pessoas sem-abrigo, assistência e orientação para pessoas prestes a serem despejadas, apoio de curto e longo prazo para pagar renda e contas da casa e recursos para encontrar habitação a preços acessíveis (habitação pública, vouchers de renda e alugueres ou hipotecas acessíveis).
- Número para abrigo familiar de emergência: 866-584-0653
- Ligue para 617-573-1100
- E-mail: Housing.Help@mass.gov

Assistência para reparação de habitações e serviços públicos

Community Teamwork Home Loans (Empréstimos para Habitação de Trabalho de Equipa Comunitário) - <https://www.commteam.org/program/home-modification-loans/>

- O Home Modification Loan Program (Programa de Empréstimo para Modificação de Habitação) ajuda famílias e indivíduos a modificar as suas casas para melhorar a acessibilidade, permitindo que os membros da família que vivem na casa e que sejam idosos ou deficientes possam viver de forma independente. O programa concede empréstimos sem juros a proprietários de imóveis que precisam de modificar as suas casas para acomodar um ou mais residentes idosos ou com deficiência..
- Ligue para 978-654-5741

Community Teamwork Energy and Utility Assistance -

<https://www.commteam.org/program/weatherization-and-conservation/>

- Os programas de energia e serviços públicos oferecem uma série de programas de aquecimento e conservação para ajudar as famílias a manterem-se seguras e aquecidas no inverno, incluindo ajuda com combustível, climatização e reparação/substituição de queimadores.

Massachusetts Good Neighbor Energy Fund - <http://www.magoodneighbor.org/assistance.html>

- O Massachusetts Good Neighbor Energy Fund está disponível para qualquer residente do Massachusetts que, devido a dificuldades financeiras temporárias, não possa fazer face às despesas de energia do mês e que não seja elegível para assistência estadual ou federal de serviços de energia. O rendimento deve ser entre 60% e 80% dos níveis medianos de rendimento do estado.
- Ligue para 978-458-3396

Southern New England Rural Development State Office - <https://www.rd.usda.gov/programs-services/single-family-housing-programs/single-family-housing-repair-loans-grants>

- Também conhecido como o programa de Reparação de Habitações Secção 504, concede empréstimos a proprietários de casas com rendimentos muito baixos para reparar, fazer obras ou modernizar as suas casas ou subsídios a proprietários idosos com rendimentos muito baixos para eliminar riscos para a sua saúde e segurança.

- Ligue para 508-829-4477, ext. 4
- 52 Boyden Road, Holden, MA 01520

Tenancy Preservation Program - <https://www.mass.gov/info-details/tenancy-preservation-program>

- O Tenancy Preservation Program (TPP) é um programa de prevenção das pessoas sem-abrigo. A TPP trabalha com inquilinos, incluindo famílias com crianças com deficiência, em vias de despejo como consequência de qualquer comportamento associado a uma deficiência (por exemplo, doença mental, deficiência intelectual, abuso de substâncias ou deficiências relacionadas com envelhecimento). A TPP funciona como mediador entre o senhorio e o inquilino.

RAFT - <https://www.mass.gov/how-to/apply-for-raft-emergency-help-for-housing-costs>

- O programa de Residential Assistance for Families in Transition (RAFT) fornece até 7000 \$ por agregado familiar durante um período de 12 meses para ajudar a manter a sua atual residência ou para se mudar. A RAFT pode cobrir despesas de renda em atraso, pagamento de serviços públicos, custos de mudança e custos de hipoteca.
- Ligue para 2-1-1

Imigrantes, Refugiados, Asilo, Requerentes

International Institute of New England - <https://iine.org/what-we-do/>

- Realojamento de refugiados, tratamento de casos, apoio educativo, serviços especializados para asilados e pessoas de ascendência cubana-haitiana, assistência para o emprego, participação em atividades comunitárias, serviços de cidadania e desenvolvimento de competências.
- Ligue para 978-459-9031
- 101 Jackson Street, Suite 2, Lowell, MA 01852

Ace Center For New Americans -

<https://www.acefornewamericans.org/contact#:~:text=The%20ACE%20Center%20for%20New,t hose%20that%20need%20it%20most>

- O ACE Center for New Americans existe para criar oportunidades para garantir o sucesso do processo de cidadania de refugiados e imigrantes. Contacte-nos se precisar de assistência ou se puder ajudar aqueles que mais precisam.
- Ligue para 978-455-2073
- 99 Church Street, Lowell, MA 01852

Lowell Alliance - <https://www.lowellalliance.org/immigrants-and-refugees>

- A Lowell Alliance está empenhada em colaborar com outras agências, residentes e órgãos governativos da cidade para criar um sistema de apoio abrangente para as comunidades de imigrantes e refugiados de Lowell. No nosso website, encontrará materiais que abordam questões críticas e atuais de imigrantes-refugiados. Participamos nas seguintes iniciativas e atividades para fortalecer e coordenar a assistência aos recém-chegados em Lowell.
- Ligue para 978-710-9746
- Luciano Paskevicius (espanhol/inglês): Lpaskevicius@ywcaoflowell.org
 - Ligue para 617-248-8813
- 97 Central St, Unit 302, Lowell MA 01852

Merrimack Valley Immigrant and Education Center - <https://mviec.org/>

- Uma organização multilingue sem fins lucrativos comunitária que trabalha para o crescimento e desenvolvimento de toda a comunidade imigrante. A diversidade do Centro incentiva a partilha de culturas, costumes e língua que promove uma comunidade que estimula a unidade e confiança.
- Ligue para 978-683-7316
- 439 South Union Street, Lawrence, MA
- E-mail: info@mviec.org

Centro da comunidade africana de Lowell - <https://www.acclowell.org/>

- Para prestar aos imigrantes e refugiados africanos na área da Grande Lowell recursos para se tornarem membros ativamente envolvidos na comunidade, por meio de iniciativas educacionais, sociais e culturais.
- Ligue para 978-364 0218
- E-mail: info@acclowell.org
- 99 Church St, Lowell, MA 01852

Lowell Community Health Center - <https://www.lchealth.org/health-wellness/medical-services/metta-health-center/>

- Oferece uma vasta gama de serviços adaptados às necessidades específicas de refugiados, requerentes de asilo, imigrantes e todos os que foram desalojados dos seus locais de origem por todo o mundo.
- Ligue para 978-937-700
- 161 Jackson Street, Lowell, MA 01852

Serviços linguísticos e de aprendizagem

English at Large - <https://www.englishatlarge.org/>

- Entidade sem fins lucrativos que oferece programas de aprendizagem da língua inglesa
- Ligue para 781-395-2374
- info@englishatlarge.org

Transparent Language - <https://library.transparent.com/massachusetts/game/ng/#/about>

- Gratuito para Massachusetts, o *Transparent Language Online* oferece uma experiência divertida, eficaz e envolvente para estudantes de idiomas online de todos os níveis. Oferece acesso ilimitado a mais de 120 idiomas, incluindo inglês como segunda língua para falantes de mais de 26 idiomas, e 12+ línguas indígenas. As aulas e os materiais do curso são concebidos para desenvolver competências de audição, fala, leitura e escrita. *ransparent Language Online* também está disponível como aplicação para iOS e Android.
- E-mail de atendimento ao cliente: support@transparent.com

Círculos de Discussão na Biblioteca de Chelmsford -

<https://www.chelmsfordlibrary.org/programs/conversation-circles/>

- Os Círculos de Discussão da Biblioteca são encontros informais organizados por voluntários com o objetivo de ajudar as pessoas a melhorar as suas competências linguísticas através da conversa e interação com outros alunos. Todos os Círculos de Discussão são gratuitos e abertos ao público.
- Para mais informações sobre os nossos Círculos de Discussão, contacte Jianna Christopher (978-256-5521, ext. 1107).

UTEC - <https://utecinc.org/>

- O ensino no local ajuda os jovens a prepararem-se para o teste HiSET de várias partes para receberem uma credencial de equivalência ao ensino secundário. As nossas turmas pequenas, aulas personalizadas e assistência complementar fazem toda a diferença para os jovens que, muitas vezes, não puderam ter aulas durante vários anos antes de vir para a UTEC.
- Ligue para 978-856-3902
- E-mail: info@utecinc.org

Centro de Ensino para Adultos Abisi - <https://www.lowell.k12.ma.us/Page/61>

- Oferece aulas de inglês, GED e HiSET. As nossas aulas são GRATUITAS para adultos residentes na área da Grande Lowell, graças ao financiamento das Escolas Públicas de Lowell e do Departamento de Educação Primária e Secundária de Massachusetts.
- Ligue para 978-937-8989
- 408 Merrimack Street, Lowell, MA 01854

LGBTQIA+

Acton/Littleton MA Gay Men's Breakfast Club -

<https://www.facebook.com/groups/995413984777196/about>

- "Breakfast club" social
- Visite o grupo do Facebook para mais informações

Grupos de Apoio a Jovens/Adultos LGBTQIA+ -

- Este ambiente seguro permite o contacto entre pessoas que podem ter desafios comuns, podem dar apoio mútuo e aceder a recursos valiosos e estratégias de coping. Entre em contacto para mais informações e datas.
- Tewksbury, MA
- Ligue para 978-382-4989
- E-mail: mruggiero@tewksbury-ma.gov

Merrimack Valley AGLY (McVAGLY) - <https://www.facebook.com/McVagly/>

- Aliança de Jovens Gays, Lésbicas, Bissexuais e Transgénero de Merrimack Valley. Cada grupo para jovens LGBTQ na Rede AGLY oferece uma variedade de programas de apoio social e oportunidades de desenvolvimento que se baseiam nos pontos fortes e competências dos jovens LGBTQ em todo o estado.
- Contacte a página de Facebook para mais informações

Transgender Club of New England - <https://tcne.org/>

- Oferece atividades sociais, oportunidades de voluntariado e recursos para adultos transgénero!
- E-mail: info@tcne.org

Gay and Lesbian Medical Association - <https://glma.org/>

- A missão da Gay & Lesbian Medical Association (GLMA) é garantir a igualdade nos cuidados de saúde para lésbicas, gays, bissexuais e transgéneros (LGBT) e prestadores de cuidados de saúde. O trabalho da GLMA na área da saúde LGBT também engloba questões que se relacionam intimamente com a saúde e o bem-estar.

Fenway Health - <https://fenwayhealth.org/>

- A Fenway Health defende e oferece cuidados de saúde inovadores, equitativos e acessíveis, serviços de apoio e investigação e educação e pesquisa transformativa. Focamo-nos nas pessoas LGBTQIA+, indivíduos BIPOC e outras comunidades carenciadas para que os nossos concidadãos locais, nacionais e globais prosperem.
- Ligue para 617-267-0900

Contactos de Departamentos de Saúde Locais

Recorra a esses contactos para obter informações específicas da sua cidade e saiba que serviços oferecem atualmente e como o(a) podem ajudar!

Billerica -

- Bethany Slack - Coordenadora de Serviços Comunitários
- Ligue para 978-215-1903
- E-mail: csc@town.billerica.ma.us

Chelmsford -

- Taryn Angel - Coordenadora de Saúde & Bem-Estar
- Ligue para 978-250-5241
- 50 Billerica Rd, Chelmsford, MA, 01824, EUA

Tewksbury & Tyngsborough -

- Siobhan LaFreniere - Especialista Regional em Saúde Pública
- Ligue para 978-640-4300, ext. 602
- 1009 Main St, Tewksbury, MA 01876

Grupos de Apoio Local

Aliança de Apoio à Depressão e Bipolaridade de Lowell - <https://www.dbsalowell.com/>

- As nossas reuniões estão abertas a qualquer pessoa que sofra dos sintomas de um transtorno de humor, bem como os respetivos familiares e amigos. É um ambiente de apoio, confiança, respeito e sem juízos de valor para partilhar estratégias, sugestões e experiências para ajudar os outros a enfrentar com sucesso as consequências da doença mental. Devido à sensibilidade dos assuntos discutidos e para a privacidade dos nossos membros, os participantes do grupo devem ter, pelo menos, 18 anos de idade.
- Ligue ou envie uma mensagem para 978-743-9614

Grupos de Apoio à Família NAMI - <https://namimass.org/nami-family-support-groups/#northeastern>

- Grupos gratuitos para familiares, amigos e outros cuidadores de pessoas diagnosticadas com problemas de saúde mental. Os Grupos de Apoio à Família proporcionam um ambiente sem juízos de valor onde os cuidadores podem discutir preocupações, saber mais sobre recursos locais e beneficiar do conhecimento e experiência coletiva uns dos outros. Conduzidos por facilitadores com formação da NAMI que também são familiares, oferecem conforto, esperança e um sentido de comunidade.
- Consulte o website para reuniões; Acton, Bedford, Burlington e Lowell
- Ligue para 617-286-7607

Grupo de Apoio à Depressão e Ansiedade -

<https://www.chelmsfordma.gov/AgendaCenter/ViewFile/Item/4082?fileID=7210>

- Organizado pelo Departamento de Saúde de Chelmsford
- Ligue para 978-250-5241 para mais informações

Grupo de Apoio a Famílias com Problemas de Consumo de Substâncias -

- Famílias Anónimas - www.familiesanonymous.org
- Learn to Cope - Rede de apoio liderada por pares para famílias que lidam com dependência e recuperação - <https://learn2cope.org/>

Narcóticos Anónimos da Região da Nova Inglaterra - <https://nerna.org/>

- Os NA são uma sociedade sem fins lucrativos de homens e mulheres para quem as drogas se tornaram um grande problema. Somos toxicodependentes em recuperação que se encontram periodicamente para se entreajudarem a manterem-se sóbrios. É um programa de abstinência total de todas as drogas. O único requisito para se ser membro é querer deixar de consumir.
- Ligue para 1-866-NA-HELP-U

Alcoólicos Anónimos Distrito 21 - <https://www.aaemassd21.org/>

- Atende pessoas de Bedford, Billerica, Burlington, Carlisle, Chelmsford, Dracut, Lowell, North Reading, Reading, Tewksbury, Tyngsboro, Westford, Wilmington e Woburn
- E-mail: info@aaemassd21.org

Rock Steady Boxing (Grupo de Boxe para Pessoas com Parkinson) -

<https://members.rocksteadyboxing.org/member-directory/Details/sls-fitness-2829858>

- A missão da Rock Steady Boxing é capacitar os nossos membros e empoderar os treinadores para melhorar a qualidade de vida das pessoas com doença de Parkinson, através de um currículo de fitness sem contacto com exercícios de boxe.
- Ligue para 978-459-5959
- 345 Chelmsford St, Lowell, MA, 01851 Estados Unidos

Apoio à saúde mental

Unidade de Saúde Comportamental - <https://tewksburypolice.com/behavioral-health-unit/>

- A Unidade de Saúde Comportamental é uma colaboração de saúde mental composta pelos departamentos de polícia de Tewksbury, Billerica, Dracut, Chelmsford e

Tyngsborough. Com capacidade para encaminhar para serviços comunitários, tais como para níveis não graves de cuidados e gestão de casos. Apoia iniciativas comunitárias para melhorar a saúde, o bem-estar e a saúde mental.

- Ligue para 978-215-9642
- 918 Main Street, Tewksbury, MA

Centros de saúde comportamental comunitários:

Um centro de saúde comportamental comunitário oferece uma série de serviços de saúde mental e consumo de substâncias. Estes podem incluir aconselhamento, terapia, avaliação psiquiátrica e gestão de medicamentos, intervenção em crises e grupos de apoio. O seu objetivo é proporcionar cuidados acessíveis e integrais a indivíduos e famílias no seio da comunidade, muitas vezes adaptados para satisfazer diversas necessidades e grupos demográficos.

Vinfen - <https://vinfen.org/services/cbhc/>

- Ligue para 866-388-2242
- 391 Varnum Ave, Lowell, MA 08154

Advocates - <https://advocates.org/services/cbhc>

- Ligue para 800-540-5806
- 675 Main Street, Waltham, MA 02452

Centro de Saúde Comportamental Beth Israel Lahey -

<https://bilhbehavioral.org/services/community-behavioral-health-center>

- Ligue para 877-255-1261
- 12 Methuen St, Lawrence, MA 01840

Locais de atendimento de urgência de saúde comportamental

Um centro de urgência de saúde comportamental presta serviços especializados e imediatos a indivíduos que sofrem de crises agudas de saúde mental ou que necessitem de cuidados de saúde comportamental urgentes. Estes centros oferecem acesso rápido a avaliações psiquiátricas, estabilização de crises, gestão de medicamentos e intervenções de curto prazo. Desempenham um papel vital na prevenção de internamentos e no apoio a indivíduos durante momentos de maior sofrimento emocional ou instabilidade.

MetroWest Behavioral Health Center - <https://jri.org/services/behavioral-health-and-trauma/metrowest-bhc>

- Ligue para 978-264-3500
- 360 Massachusetts Avenue, Suite 103, Acton, MA 01720

Eliot Human Services - <https://www.eliotchs.org/behavioral-health-clinics/>

- Ligue para 978-369-1113
- 86 Baker Avenue, Extension 100, Concord, MA 01742

Serviços de Saúde do Nordeste - <https://nehs.transformationsnetwork.com/individual-locations/lowell/>

- Ligue para 978-690-3113
- 59 Lowes Way, Lowell, MA 01851

Trinity Care Associates - <https://tri-cares.com/>

- Ligue para 508-663-3859
- 100 Merrimack Street, Lowell, MA 01852

Serviços de Saúde do Nordeste - <https://nehs.transformationsnetwork.com/individual-locations/woburn-ma/>

- Ligue para 508-663-3859
- 50 Tower Office Park, Woburn, MA 01801

Clubes: um Clube é um serviço comunitário dedicado a apoiar e empoderar pessoas que vivem com doenças mentais, conhecidas como membros do Clube.

Renaissance Club - <https://renaissanceclublowell.org/about-us/> (Lowell, MA)

- Ligue para 978-454-7944
- Lowell, MA

Charles Webster Potter Place - <https://www.edinburgcenter.org/charles-webster-potter-place/>

- Contacte Jillian Orr (Diretora do Programa) - 781-894-5302
- 15 Vernon Street, Waltham, MA 02453

Recursos de apoio à saúde mental para jovens

YouthQuake - <https://www.facebook.com/YouthQuakeAccessCenter/>

- Centro de atendimento sem marcação. Os jovens adultos podem receber apoio para habitação, educação, participar em eventos e ter acesso a apoio para gerir a sua saúde mental sem ser necessário encaminhamento.
- 167 Dutton Street, Floor 3 Lowell, Massachusetts 01852
- Ligue para 617-404-5505

Formação em primeiros-socorros de saúde mental para jovens

- Contacte slafreneire@tewksbury-ma.gov para saber as aulas disponibilizadas.
- Handhold - <https://handholdma.org/>
- Orientar o seu filho e a sua saúde mental. Um conjunto de recursos que pode experimentar em casa hoje e organizações que sabemos que podem ajudar.

Hey Sam - <https://samaritanshope.org/our-services/hey-sam/>

- Hey Sam é um serviço de mensagens de texto ponto a ponto dedicado a pessoas até aos 24 anos de idade. Concebido para e constituído por jovens, gratuito, confidencial e sem juízos de valor.
- Envie mensagem para 439-726
- Horário de envio de mensagens: das 09:00 às 00:00

Apoio ao Transtorno por Abuso de Substâncias

Programas de internamento

Megan's House - <https://themeganhouse.org/programs/megans-house/>

- Megan's House é uma comunidade terapêutica para mulheres jovens que sofrem de Transtorno por Abuso de Substâncias. As residentes participam num programa de tratamento completo e de longo prazo com até seis meses de duração (ou mais, se necessário) para criar um plano personalizado de recuperação sustentada e de longo prazo.
- Ligue para 978-455-6973
- Lowell, MA

Lowell House Inc. - <https://www.lowellhouseinc.org/residential-programs>

- Programa de casas de recuperação e Residential Rehabilitation Co-Occurring Enhanced (RRS/COE) para homens e mulheres que devem ter 18 anos ou mais.
- Para mais informações, contacte a Diretora do Departamento de Serviços Residenciais, Victoria Nesto, através do número 978-459-8656 x129 ou VNesto@lowellhouseinc.org.
- 101 Jackson Street, 4th Floor, Lowell, MA 01852

Programas de Ambulatório

Lowell House Addiction Treatment & Recovery SOAP

- 101 Jackson Street, 4th Floor, Lowell
- Ligue para 978-459-8656

Programa de Ambulatório Intensivo Trinity Care - <https://www.tri-cares.com/intensive-outpatient.php>

- O Programa de Ambulatório Intensivo da Trinity Care Associates, ou IOP, foi concebido para oferecer um ambiente terapêutico concentrado, limitado no tempo e integral para o tratamento de problemas de saúde mental e abuso de substâncias.
- Ligue para 978-455-0756
- 100 Merrimack Street, Suite 205, Lowell

Centro de Tratamento de Dependência Aftermath -

<https://aftermathtreatmentcenter.com/programs/intensive-outpatient-program/>

- O nosso IOP oferece tratamento para a dependência de drogas e álcool fundamentado em provas, permitindo que os nossos clientes trabalhem e vivam em casa. O nosso programa é uma combinação ideal de estrutura e flexibilidade. O nosso IOP apoia quem precisa de ajuda no seu processo de sobriedade, mas tem outros compromissos.
- Ligue para 855-795-1226
- Wakefield, MA

Centro de Recuperação de Middlesex -

<https://www.middlesexrecovery.com/locations/chelmsford/>

- O Middlesex Recovery Chelmsford é um centro de tratamento de drogas opioides e álcool à base de medicação cujo objetivo é ajudar os doentes a superar a dependência da heroína, analgésicos, fentanil, outros opioides e dependência de álcool.
- Ligue para 978-459-8074
- 2 Courthouse Lane, Unit #2, Chelmsford, MA 01824

Forrest Behavioral Health - <https://forrestbh.com/programs/intensive-outpatient-program-iop-massachusetts-ma/>

- Especializados no tratamento do abuso de substâncias e na abordagem de problemas de saúde mental, estamos empenhados em promover a cura e a recuperação através de uma abordagem dinâmica e fundamentada em provas. Oferecemos programas de ambulatório intensivos.
- Ligue para 781-570-5781
- E-mail: info@forrestbh.com
- 4 Preston Court Bedford, MA 01730

Lowell CTC - <https://www.ctcprograms.com/location/lowell-comprehensive-treatment-center/>

- O Lowell Comprehensive Treatment Center (CTC) oferece tratamento de ambulatório para adultos com 18 anos ou mais, de todos os géneros, que se debatem com o transtorno por abuso de opioides. O centro, situado em Lowell, MA, oferece tratamento medicamente assistido (MAT).
- Ligue para 978-942-7035
- 22 Old Canal Dr, Lowell, MA 01851

Centro de Recuperação Elevate - <https://elevaterecoveryma.com/intensive-outpatient-program-iop-massachusetts/>

- Programa de ambulatório intensivo (IOP) transformativo adaptado para satisfazer as necessidades únicas de quem procura libertar-se do abuso de substâncias. O nosso programa é concebido para indivíduos que concluíram o tratamento hospitalar ou diurno e que estão prontos para dar o próximo passo em direção a uma recuperação duradoura.
- Ligue para 877-592-2102
- E-mail: info@elevaterecoveryma.com
- 267 Boston Road, Building A, Suite 22-24, Billerica, MA 01862

Habitação sóbria

Megan House Foundation Success Homes - <https://themeganhouse.org/programs/sober-homes/>

- A Megan House Foundation opera e gere duas "Success Homes" (casas sóbrias) para mulheres com 18 anos ou mais que concluíram o tratamento na Megan's House ou outro programa para transtorno por abuso de substâncias.
- Ligue para 978-319-9045
- Lowell MA e Dracut MA

Lowell House Inc. - <https://www.lowellhouseinc.org/residential-program-sober-house>

- A missão das Sober Houses (casas sóbrias) da Lowell House é proporcionar um ambiente doméstico físico e emocionalmente seguro e respeitoso para promover um estilo de vida livre de álcool e drogas para todos os seus membros. Cada Sober Home é um grupo de pessoas que partilham um desejo comum de sobriedade e não dependência, um compromisso em honrar as regras da casa e participar no processo de tomada de decisões na casa.
- Diversos centros
- Para mais informações, contacte a Diretora do Departamento de Serviços Residenciais, Victoria Nesto, através do número 978-459-8656 x129 ou VNesto@lowellhouseinc.org.

Sober House Directory - <https://soberhousedirectory.com/state/massachusetts/>

- Recurso online completo para ajudar as pessoas a encontrar casas sóbrias onde viver. Descubra ambientes de apoio adaptados a várias necessidades e preferências, que estimulam os indivíduos no seu percurso rumo a uma vida mais saudável e livre de substâncias.

Place of Promise - <https://www.placeofpromise.org/whatwedo>

- A parte central do nosso ministério é um programa residencial de recuperação de dependência para adultos. Place of Promise gere quatro espaços residenciais de longa duração em Lowell, Massachusetts, e já recebeu mais de 1400 indivíduos de mais de 47 países diferentes e metade dos Estados Unidos.
- Ligue para 978-452-7217
- E-mail: info@placeofpromise.org
- 204 Ludlam Street, Lowell, MA 01853

Apoio para jovens com consumo de substâncias

Motivating Youth Recovery - <https://www.communityhealthlink.org/program/motivating-youth-recovery-myr>

- O Motivating Youth Recovery (MYR) é um programa de desintoxicação e estabilização aguda com 12 camas para adolescentes dos 13 aos 17 anos com transtornos por abuso de substâncias e outros transtornos coocorrentes.
- Ligue para 508-860-1244
- E-mail: MYRreferral@communityhealthlink.org
- 26 Queen St, Worcester, MA 01610

Goodwin House - <https://chd.org/programs-services/recovery-houses-western-ma/substance-abuse-treatment-western-ma/goodwinhouse/>

- Goodwin House é um porto seguro para rapazes que enfrentam os desafios do abuso de substâncias. Se o seu filho está a passar por dificuldades, um programa específico de género como este pode ser a resposta. A Goodwin House foi criada exclusivamente para rapazes com idades entre os 13 e 17 anos.
- Ligue para 1-844-CHD-HELP
- Springfield, MA

Gavin Foundation - Cushing House

- As Cushing Houses destinam-se a adolescentes com idades compreendidas entre os 16 e os 20 anos. Existe uma casa para rapazes e outra para raparigas.
- Ligue para 617-269-2933
- 54-58 Old Colony Avenue, Boston MA, 02127

Pegasus House - <https://psychologicalcenter.com/our-programs/pegasus-house/>

- Pegasus House é um programa do Programa de Tratamento Residencial e Serviços de Recuperação para Jovens em Idade de Transição e Jovens Adultos (TAYYA), criado em 1985, que oferece um tratamento completo para a dependência de álcool, opioides e outras drogas para mulheres de 18 a 25 anos (ou 16 e 17 mediante termo de responsabilidade).
- Ligue para 978-687-4257
- 482 Lowell Street, Lawrence, MA 01840

Apoio à recuperação

Recovery Cafe - <https://www.lowellhouseinc.org/recovery-cafe>

- O Recovery Cafe Lowell é um centro de apoio à recuperação de dirigido por membros que respeita o indivíduo, celebra a diversidade e defende o valor e o potencial de TODOS os seres humanos. Somos uma comunidade de pessoas que valorizam o poder das relações humanas, e também empoderam as pessoas para viver vidas controladas por elas próprias.
- Ligue para 978-677-6087
- E-mail: info@recoverycafelowell.org
- 20 Williams St. Lowell, MA 01852

The Phoenix - <https://thephoenix.org/movement>

- Não enfrentamos apenas um problema de abuso de substâncias, enfrentamos uma epidemia enraizada no isolamento social. O modelo Phoenix alavanca o poder transformativo das relações e da resiliência humana para construir um movimento sóbrio. Eventos sóbrios perto de si!

Karaoke! Sober Edition! -

- Sober karaoke (Karaoke sóbrio) organizado pelo Departamento de Saúde de Chelmsford. Mocktails, comida e música.
- Todas as segundas sextas-feiras do mês (contacte o Departamento de Saúde de Chelmsford - sujeito a alterações)
- Centro de Artes de Chelmsford

Bridge Recovery Center - <https://www.bridgerecoverycenter.org/general-5>

- O Bridge Recovery Center oferece uma variedade de serviços de apoio à recuperação, enriquecimento pessoal e educação comunitária, bem como atividades e eventos sóbrios.
- Ligue para 781-480-4937
- E-mail: bridge@maldenovercomingaddiction.org
- 239 Commercial Street, Malden, MA 02148

The Recovery Connection - <https://therecoveryconnection.org/about>

- O nosso centro oferece um lugar seguro e acolhedor, onde várias atividades e serviços orientados por membros são criados e implementados por pares. Os serviços destinam-se a ajudar as pessoas afetadas pela perturbação associada ao abuso de substâncias a terem uma vida valorizada e realizada, livres de todas as formas de dependência. As atividades evoluem em função das necessidades, interesses e preferências dos nossos membros.
- Ligue para 508-485-0298
- 31 Main Street, Marlborough, Massachusetts 01752, Estados Unidos

Grupos de Apoio

- Consulte a secção sobre Grupos de Apoio Locais.

Apoio à Parentalidade

Apoios Parentais da YMCA de Lowell - <https://www.ywcalowell.org/parent-support>

- Programa de Apoio a Jovens Pais - Concebido para pais com idades compreendidas entre os 16 e 24 anos, este programa educativo e de apoio parental leva a equipa diretamente a casa de cada jovem progenitor com informações sobre uma variedade de tópicos parentais. Muitos temas são gerais, como discutir e modelar um processo adequado ao desenvolvimento.
- Programa de Assistência Parental - Os auxiliares oferecem serviços individuais e intensivos de gestão de casos em casa para famílias em crise. Os Auxiliares Parentais ajudam famílias com as necessidades básicas imediatas, como acesso a alimentos, alojamento ou, possivelmente, cuidados de saúde. Como parte do processo de avaliação inicial, um Auxiliar de Pais determinará para quais serviços uma família pode ser elegível e iniciará imediatamente o processo para auxiliar o chefe do agregado familiar - geralmente uma mãe solteira - a candidatar-se a esses serviços.
- Ligue para 978-454-5405
- 97 Central Street, Unit # 302, Lowell, MA 01852

CTI Head Start Program - <https://www.commteam.org/program/early-learning-head-start-early-head-start-learning-programs/>

- Os programas baseados em centros de educação precoce fazem parte do programa National Head Start que promove a preparação para a escola, oferecendo serviços de educação infantil de qualidade num ambiente acolhedor e seguro e serviços completos comunitários para crianças e famílias. As crianças e famílias elegíveis recebem serviços nas áreas da educação e cuidados (incluindo programas curriculares individualizados em todas as áreas da educação), saúde, literacia infantil, nutrição e desenvolvimento socioemocional.
- Ligue para 978-654-7153

Supportive Parent Solutions - <https://www.westfordma.gov/DocumentCenter/View/13231/New-Parent-Support-Flyer?bidId=>

- Debate-se com os desafios de cuidar de uma criança que pode ter problemas de saúde mental? A Supportive Parent Solutions é um espaço seguro de reunião e para receber apoio atencioso, aprender competências e receber recursos de apoio.
- O grupo reúne-se na segunda quinta-feira de cada mês; das 19:00 às 20:30
- Localização: St. Catherine's Parish Center, Westford. Este grupo não está associado à igreja, conseguimos garantir uma localização consistente.
- Contacte Nicole Laviolette: 978 399 2503
- E-mail: nlaviolette@westfordma.gov

Atividades/Cuidados infantis

MA Child Care Resources - <https://machildcareresourcesonline.org/>

- A Massachusetts Child Care Resource & Referral Network promove cuidados infantis de alta qualidade e acessíveis a todas as famílias, providencia coordenação e apoio a nível estatal de programas comunitários de recursos e encaminhamento de cuidados infantis (CCR&R). A Rede MACCRR é uma organização de adesão voluntária de recursos de cuidados infantis comunitários e programas de encaminhamento.
- Contacte Kim Dion
 - Ligue para 508-796-1833
 - E-mail: kdion@sevenhills.org

Especialistas em Cuidados Infantis Mass 211 - <https://mass211.org/childcare>

- O Mass211 tem capacidade para avaliar a elegibilidade das famílias e colocá-las numa lista de espera centralizada a nível do estado diretamente por telefone. O Mass211 também pode ajudar as famílias a identificar e a localizar programas de cuidados infantis na sua área. As famílias podem falar com um dos nossos especialistas de cuidados infantis para saber mais e/ou colocar as suas questões detalhadas sobre o processo e a elegibilidade.
- Ligue para o 2-1-1, ext. 23

Methuen YMCA Childcare - <https://mvymca.org/childcare/>

- O Merrimack Valley YMCA oferece Cuidados Infantis em idade Escolar durante as férias escolares e nos dias em que a escola é cancelada. As famílias devem ligar com antecedência para garantir uma vaga nesse dia e terão de preencher um formulário de inscrição no My Y Day. Para obter informações de contacto para a sua filial, visite a nossa [página After School](#).
- Contacte Ashley Francis através do e-mail afrancis@mvymca.org
- 129 Haverhill Street, Methuen, MA 01844

Lowell YMCA Childcare -

- O Child Watch está disponível para crianças com 6 meses de idade ou mais. As crianças são recebidas no centro pré-escolar YMCA, que pode receber até 17 crianças em simultâneo. Horário de funcionamento de segunda a sexta: 17:00-20:00; sábado: 9:00-13:00. Este serviço é GRATUITO para membros com inscrições familiares. Os membros com inscrições individuais estão sujeitos a uma taxa de 2,50 \$/hora.
- Ligue para 978-454-7825
- E-mail: greaterlowellymca.org
- 35 YMCA Drive Lowell, MA 01852

Boys and Girls Club of Greater Billerica - <https://www.billericabgc.com/>

- Cuidados infantis, programa de atendimento sem marcação, programas de verão e atividades aquáticas.
- Ligue para 978-667-2193
- 19 Campbell Rd Billerica, MA 01821

Boys and Girls Club of Greater Nashua - <https://www.bgcnc.com/home/>

- Cuidados infantis, programas de atendimento sem marcação.

Transporte

Lowell Regional Transit Authority - <https://lrta.com/>

- Ligue para 978-452-6161

Road Runner ADA Paratransit - <https://lrta.com/fares/dial-a-ride/>

- O serviço de ADA Road Runner Paratransit está disponível para pessoas com deficiência que não podem utilizar os Serviços de Autocarro de Itinerário Fixo da Lowell Regional Transit Authority (LRTA). Para pessoas com deficiência que não podem utilizar a sua paragem ou estação, a Road Runner opera um serviço paralelo ao Itinerário Fixo da LRTA. A Road Runner é operada pela Lowell Transit Management Corporation.
- Ligue para 978-459-0152

Billerica COA Transportation - <https://www.billericacoa.org/transportation>

- Carrinha da Billerica COA para deslocações e atendimento médico na cidade e transporte médico com motorista para voluntários da Billerica COA.
- Ligue para 978-671-0916, ext. 2003

Chelmsford Ride - <https://docs.google.com/document/d/1Gz-bcH1BPU5ncBUXPPpHuwL4VicCqCyC/edit>

- A Chelmsford RIDE oferece transporte para adultos para consultas médicas em Chelmsford, Westford, Lowell, Tewksbury, Billerica, Carlisle e Tyngsboro nos dias úteis

das 14:00 às 18:00. Além disso, estão disponíveis deslocamentos locais (Chelmsford) para compras de supermercado, compras em lojas de retalho/farmácia e outras tarefas. O transporte está disponível para adultos com idade igual ou superior a 18 anos.

- Ligue para 978-654-9245

Tewksbury Senior Center Transportation - <https://www.tewksbury-ma.gov/565/Tewksbury-Senior-Center-Transportation>

- Deslocações na cidade e fora dela por uma tarifa fixa.
- Ligue para 978-640-4480, ext. 7

Tyngsboro Senior Center Bus -

- Horário de funcionamento do autocarro: de segunda a sexta-feira, das 08:30 às 15:00.
- Ligue para 978-649-9211

RideMatch - <https://massridematch.org/>

- Uma base de dados online pesquisável de opções de transporte em Massachusetts

Health Care Transportation - <https://www.mass.gov/info-details/health-care-transportation>

- Os serviços de transporte podem estar disponíveis para facilitar a deslocação para consultas médicas locais ou de longa distância em Massachusetts. Se for necessário a sua deslocação, ou a deslocação de membros da sua família ou consumidores para consultas médicas locais ou de longa distância, podem estar disponíveis algumas opções de transporte.
- Ligue para 617-847-3427
- E-mail: HSTinfo@state.ma.us

Annex Transit - <https://annextransit.com/medical-transportation>

- Providenciamos transporte médico da mais alta qualidade. Com os nossos veículos limpos e seguros, os nossos passageiros podem usufruir de um estilo de vida mais independente. Seja para ir a uma consulta médica ou ao cabeleireiro, pode juntar-se às milhares de pessoas que confiam na Annex Transit.
- Ligue para 978-618-6795
- E-mail: annextransit@gmail.com
- 55 Middlesex St. Suite 209, North Chelmsford, MA 01863

Serviços de VA (Veteran Affairs - Veteranos de Guerra)

Billerica Veteran Services - <https://www.town.billerica.ma.us/166/Veterans-Services>

- Ligue para 978-671-0968

Chelmsford Veteran Services - <https://www.chelmsfordma.gov/260/Veterans-Agent>

- Ligue para Regina Jackson, 978-250-5238 (opção 1)
- Ligue para Amy Bronkema, 978-250-5238 (opção 2)

Tewksbury Veteran Services - <https://www.tewksbury-ma.gov/404/Veterans-Services>

- Contacte Lisa Downey através do número 978-640-4485

Tyngsboro Veterans Services - <https://www.tyngsboroughma.gov/269/Veterans-Services>

- Contacte Chris Dery através do número 978-649-2300 Ext 132

Edith Nourse Rogers Memorial Veterans Hospital - <https://www.va.gov/bedford-health-care/locations/edith-nourse-rogers-memorial-veterans-hospital/>

- Este hospital oferece cuidados primários e serviços de saúde especializados, incluindo serviços de saúde mental, cuidados de enfermagem de longo prazo, cuidados paliativos, optometria e muito mais para veteranos.
- Ligue para 781-687-2000
- 200 Springs Road Bedford, MA 01730-1114

Strongwater Veterans Program - <https://strongwaterfarm.org/our-programs/>

- A Strongwater Farm orgulha-se da sua parceria com o Edith Nourse Rogers Veterans Administration (VA) Hospital em Bedford, MA, e com o programa da VA para antigos veteranos sem-abrigo para prestar serviços com equídeos a esta população vulnerável.

- Ligue para (978) 851-5540
- 500 Livingston St, Tewksbury, MA 01876, Estados Unidos

Chelmsford Veterans Memorial Park - <https://chelmsfordveteranspark.org/about-us/>

- O Chelmsford Veterans Memorial Park é um lugar de homenagem e reconhecimento da dedicação ao dever e sacrifícios feitos por todos os veteranos da nossa comunidade. Este ambiente tranquilo existe para ser apreciado por todos. Esperamos que quem visite este memorial se recorde dos que responderam ao apelo à defesa da nossa liberdade.
- 230 North Rd. (Rt. 4) Chelmsford, MA 01824
- E-mail: mkkendrick@comcast.net

North Shore Veterans Coalition - <http://northshorevetcoalition.com/>

- A North Shore Veterans Coalition é uma organização comunitária concebida para garantir o acesso de veteranos, dos seus familiares e outros apoiantes a informações, recursos e soluções para os problemas que afetam as suas vidas.