



# THÁNG PHỤC HỒI VÀ NGĂN NGỪA TỰ TỬ



<https://prevention.marinbhhs.org/suicide-prevention-recovery-month-2023>

## Tuần Thứ Nhất

- Từ 10 giờ sáng - 2 giờ chiều, ngày 1 tháng 9. Tập Huấn Ngăn Ngừa Tự Tử cho Cư Dân Gốc Việt. Địa điểm: Boro Center, 50 Canal Street, San Rafael. Liên hệ đăng ký: Ông Khoa Tran 703-943-0053 hoặc [ktran@multiculturalmarin.org](mailto:ktran@multiculturalmarin.org)
- Từ 5 giờ - 6 giờ 30 chiều, ngày 6 tháng 9. Cuộc Họp Hợp Tác Ngăn Ngừa Tự Tử Quận Marin. Địa điểm: 3240 Kerner Campus, San Rafael. [Đăng ký tại đây.](#)
- Từ 4 giờ - 5 giờ chiều, ngày 7 tháng 9. Đào Tạo về Lệnh Cấm Bạo Lực Súng Đạn. Tổ chức trực tuyến. [Đăng ký tại đây.](#)
- Từ 8 giờ 30 sáng - 5 giờ chiều, ngày 9 tháng 9. Sơ Cứu Sức Khỏe Tinh Thần. Người lớn-Tiếng Tây Ban Nha. Tổ chức trực tiếp. North Marin Community Services. [Đăng ký tại đây.](#)

## Tuần Thứ Hai

- Từ 9 giờ - 11 giờ sáng, ngày 12 tháng 9. Cuộc Họp của Ban Giám Sát. Board Chambers, Room 330, Marin County Civic Center, 3501 Civic Center Drive, San Rafael. Tổ chức trực tiếp hoặc [trực tuyến.](#)
- Từ 3 giờ - 4 giờ chiều, ngày 13 tháng 9. Tổ Chức American Foundation for Suicide Prevention. Trò Chuyện Cứu Sinh cho Người Lớn Tuổi. Tổ chức trực tuyến. [Đăng ký tại đây.](#)
- Từ 5 giờ chiều - 8 giờ tối, ngày 14 tháng 9. Vô Bọc Ngoài. Địa điểm: Academic Center, Room 255, College of Marin, 835 College Ave., Kentfield. [Đăng ký tại đây.](#)
- Từ 8 giờ 30 sáng - 5 giờ chiều, ngày 16 tháng 9. Sơ Cứu Sức Khỏe Tinh Thần. Thanh thiếu niên/Tiếng Anh. Tổ chức trực tiếp. Pt. Reyes Station. [Đăng ký tại đây.](#)

## Tuần Thứ Ba

- Từ 9 giờ sáng - Trưa, ngày 20 tháng 9. Diễn Đàn về Sức Khỏe Tinh Thần và Thể Chất của Trẻ Em. First Five and Families Commission. Địa điểm: Embassy Suites, 101 McInnis Parkway, San Rafael. Liên hệ đăng ký/hỏi âm: [Michelle@First5Marin.org](mailto:Michelle@First5Marin.org)
- Từ 6 giờ chiều - 7 giờ 15 tối, ngày 20 tháng 9. Cuộc Trò Chuyện Cộng Đồng trên 988. Tổ chức trực tuyến. [Đăng ký tại đây.](#)
- Từ 9 giờ sáng - 5 giờ 30 chiều, ngày 21 tháng 9. Sơ Cứu Sức Khỏe Tinh Thần. Người lớn/Tiếng Anh. Tổ chức trực tiếp: San Geronimo/West Marin. [Đăng ký tại đây.](#)
- Từ 2 giờ - 3 giờ 30 chiều, ngày 21 tháng 9. Trở Thành Người Có Tuổi tại Marin: Mỗi Liên Hệ Giữa Hành Vi Phân Biệt Tuổi Tác và Sức Khỏe. Tổ chức trực tuyến. [Đăng ký tại đây.](#)
- Ngày 21 tháng 9 từ 5:00-8:00 chiều. Helen Vine Lễ kỷ niệm phục hồi. Địa điểm: Trung tâm cộng đồng San Rafael. Liên hệ: [info@bucklew.org](mailto:info@bucklew.org)
- 9 giờ sáng ngày 23 tháng 9. Chương Trình Đi Bộ tại Sonoma của Tổ Chức American Foundation for Suicide Prevention (AFSP). Hãy tham gia Đội của Buckelew Programs hoặc [Felton Institute!](#)
- Từ 8 giờ 30 sáng - 5 giờ 30 chiều, ngày 23 tháng 9. Sơ Cứu Sức Khỏe Tinh Thần. Thanh thiếu niên/Tiếng Tây Ban Nha. Tổ chức trực tiếp: Canal Alliance. [Đăng ký tại đây.](#)

## Tuần Thứ Tư

- Từ 4 giờ 30 - 6 giờ chiều, ngày 25 tháng 9. "Hội Thảo H.O.P.E Kể Chuyện" của Tổ Chức NAMI-Marín. Tổ chức trực tuyến. [Đăng ký tại đây.](#)
- Từ 6 giờ chiều - 7 giờ 30 tối, ngày 26 tháng 9. Kiên Cường Mọi Lúc (Resilient Even Now): Tìm Kiếm Hy Vọng và Tự Do Sau Khi Bị Bóc Lộ. Khách mời đặc biệt: Brielle Decker, Kiên Cường Mọi Lúc. Dominican University, Creekside Room, 100 Magnolia Avenue, San Rafael. [Đăng ký tại đây.](#)
- Từ 6 giờ chiều - 7 giờ 30 tối, ngày 26 tháng 9. Tập Huấn Ngăn Ngừa Tự Tử cho Cư Dân Nói Tiếng Tây Ban Nha. North Marin Community Services. Tổ chức trực tuyến. Liên hệ đăng ký: Silvia Albuja theo số 707-408-3657.
- Từ 8 giờ 30 sáng - 4 giờ 30 chiều, ngày 28 tháng 9. Hội Nghị Thượng Đỉnh về Việc Ngăn Ngừa Tự Tử tại Nhiều Quận trong Khu Vực. Cung cấp tín chỉ giáo dục thường xuyên (continuing education unit, CEU). Tổ chức trực tuyến. [Đăng ký.](#)



Nếu quý vị có bất kỳ thắc mắc nào về các sự kiện trong Tháng 9 - Tháng Ngăn Ngừa Tự Tử, vui lòng liên hệ [BHRSPreventionandOutreach@MarinCounty.org](mailto:BHRSPreventionandOutreach@MarinCounty.org)

Nếu quý vị cảm thấy lo ngại về bản thân hoặc người khác, hãy liên hệ:

Suicide Crisis & Lifeline theo số 988 hoặc Crisis Text Line bằng cách soạn MARIN gửi đến số 741741.

Đối với các dịch vụ hỗ trợ sức khỏe tinh thần hoặc vấn đề lạm dụng chất kích thích, hãy liên hệ: Marin County BHRS Access Line theo số (888) 818-1115.