



支持小組



支持小組提供內容豐富的專題演講、深入的討論，以及與其他家長、照顧者和家庭建立聯絡的機會。目前許多小組均以線上形式舉行。欲了解下一次會議詳情，請聯絡各小組協調員以獲取詳細資訊。

以下目錄載列洛杉磯縣全境內為Harbor Regional Center（簡稱 Harbor）服務對象及其家屬所提供的支持小組。各小組提供現場實體及隨處皆可參與的線上會議等多種形式。由於會議時間與形式可能會有所變動，請務必直接向各機構核實最新的會議時間表。

自閉症 譜系障礙

Autism Society of Los Angeles (ASLA)

每月舉辦例會，邀請嘉賓演講、分享資源、提供最新倡導資訊，並為全洛杉磯縣受自閉症譜系障礙影響的家庭提供同伴交流機會。向所有家庭成員開放。

地點：現場實體與線上

聯絡方式：(323) 660-5550

電子郵件：info@autismla.org

網站：www.autismla.org

溫馨專線：(424) 299-1531

日期與時間：每月一次 - 多個分會。

Autism Connections

線上照顧者支持小組是一個分享經驗、提出問題並與處於相同歷程的人士建立聯絡的空間。每次聚會都將開放式交流與實用見解相結合，幫助各家庭獲得支持、掌握資訊並賦予力量。

地點：線上（透過 Zoom）

聯絡方式：(513) 561-2300

電子郵件：connect@autismcincy.org

日期與時間：每月第二個星期二 12:00pm-1:30pm ET

Bugle Horn Autism Support Group

該小組為家長提供從專業人士的經驗和支持中獲益的機會。參與者將學習寶貴的應對和介入策略。

地點：線上（透過 Zoom）

日期與時間：每月第二個星期一，5:00pm-6:45pm

聯絡方式：Florence Bracy (323) 574-0862

電子郵件：bracyflorence2013@gmail.com

AGUA Classic

(同伴小組 - 高功能自閉症)

針對高功能自閉症成年人的同伴支持小組。成員在洛杉磯縣各地進行社交聚會並分享生活經驗。

地點：現場實體；在洛杉磯縣各地輪流舉行。

日期與時間：每月第一個星期六或星期日

1:00pm。

聯絡方式：(562) 237-1520

Association for Autism and Neurodiversity (AANE)

小組由 AANE 工作人員、特聘協調員或自閉症人士、擁有自閉症家庭成員，或長期與自閉症社群密切合作的志工主持協調。

地點：線上（透過 Zoom）

日期與時間：星期一至星期五，9:00am - 5:00pm ET

聯絡方式：(617) 393-3824

電子郵件：info@aane.org

網站：

<https://aane.org/services-programs/group-services/support-groups-community-connection/>

The Autism Community in Action (T.A.C.A.)

TACA 線上支持活動為一小時的小組會議，專為尋求指導、鼓勵和聯絡的家長及照顧者而設。聚會由 TACA 工作人員帶領，在充滿理解的安全空間中探討各項挑戰、分享成功經驗，並探索 TACA 的眾多方案與資源。

需提前報名。

網站：<https://tacanow.org/virtual/>

Autism Research Institute

- 推進科學與教育

探索資源、研究和最佳照護與治療實踐工具，以幫助自閉症人士。為個人、家長和專業人士免費提供來自全球專家的最新教育資料與線上研討會。

網站：<https://autism.org/>

線上研討會：<https://autism.org/webinars/>

Autism Speaks

Autism Speaks 提供一份主要為全美性質及線上的自閉症友善社區團體與服務清單。部分設有地方小組並進行面對面聚會。

網站：<https://www.autismspeaks.org/>

資源目錄：<https://www.autismspeaks.org/directory>

Autism Support Community

Autism Support Community 是一家致力於為自閉症譜系家長和自我倡導者建立互助社群的非營利機構。該機構由就讀過當地學校且積極參與區域中心系統的洛杉磯地區家庭領導。

聯絡方式：(818) 850-2372

網站：

<https://www.autismsupportcommunity.org/support-groups>

Autism Partnership Foundation (APF) Long Beach

為自閉症譜系障礙 (ASD) 兒童及成人提供實證行為介入訓練工作坊及家庭研討會。

地點：現場實體

日期與時間：全年持續進行。

聯絡方式：(323) 291-7100

網站：<https://autismpartnershipfoundation.org/>

Autism Connections (西班牙語)

家長與照顧者支持小組，旨在為自閉症人士的家長和照顧者提供一個安全包容的環境，以獲得理解、支持、聯絡、參與和對話。需事先報名。

地點：線上 (透過 Zoom)

日期與時間：每月第一個星期三 6:00pm-7:30pm ET

聯絡方式：(513) 561-2300 分機 102

電子郵件：gmadriz@autismcincy.org

Autism Advocates in Action

為家長和照顧者提供每月自閉症支持。小組提供英語和西班牙語兩種語言。

家長/照顧者支持與訓練：

日期與時間：每月第一個星期一，11:00am - 12:00pm

照顧者 (咖啡漫談)：

日期與時間：每月第三個星期一，11:00am - 12:00pm

地點：現場實體

洛杉磯全保長灘社區資源中心 (LA Care - Long Beach Community Resource Center)

5599 Atlantic Ave. Long Beach, CA 90805

聯絡方式：(562) 256-9810

The Color of Autism Foundation

促進包容並為探索自閉症世界的非裔美國人家庭提供支持。提供一系列服務與資源，旨在滿足自閉症譜系患者及其家庭面臨的各類需求與挑戰。提供家長支持小組及黑人父親支持小組。

網站：<https://thecolorofautism.org/programs/>

The Center for Autism & Neurodevelopmental Disorders - Parent to Parent Support Group

熱烈歡迎所有患有神經發育障礙兒童的家長及/或照顧者。家長對家長小組誠邀您前來分享心路歷程、成功經驗、所遇挑戰及家庭影響。

地點：線上 (透過 Zoom)

日期與時間：每月第二個星期一，6:00pm-7:30pm

聯絡方式：Nellie Valentine (949) 267-0462

電子郵件：nelliev@hs.uci.edu

Miller Children's & Women's Hospital AUTISMO - 西班牙語自閉症支持小組

專為自閉症兒童的西班牙語家長、照顧者和家庭成員設立的小組。

地點：線上（透過 Zoom）

日期與時間：每月第三個星期二，

10:00am-11:00am

聯絡方式：Martha de La Torre (562) 933-8045

MyAutismTeam

為自閉症人士家長及照顧者設立的免費線上支持社群。成員可以在充滿支持且零評判的環境中，與理解自己歷程的夥伴建立聯絡、提出問題、分享經驗，並交流實用建議、資源與鼓勵。

地點：線上（透過 Zoom）

網站：<https://www.myautismteam.com/>

Special Needs Network (SNN) 家庭與家長支持

為服務不足的社區提供自閉症相關服務、同伴支持、權益倡導及家庭活動。在洛杉磯港灣學院（LA Harbor College，威爾明頓 Wilmington）舉辦年度自閉症會議。全年舉辦豐富的社區活動。

地點：現場實體

聯絡方式：(323) 291-7100

日期與時間：年度會議（春季/秋季）

網站：<https://snnla.org/>

腦性麻痺

Center for Cerebral Palsy at UCLA

提供有關資助來源、適應性鞋類與服裝、權益倡導服務及適應性活動的實用連結與資訊。

網站: <https://www.uclahealth.org/medical-services/orthopedics-and-sports-medicine/cerebral-palsy/cerebral-palsy-resources>

Inclusive Sol

家庭可獲取免費資源、參與每月照顧者支持小組、掌握最新動態與活動、使用多語種資源中心及閱讀電子簡訊。

網站: <https://inclusivesol.org/resources/pause-and-connect/>

Cerebral Palsy Alliance

為處於人生各階段的腦性麻痺及類似病症患者提供個人化支持，包括早期介入、治療、輔助技術、住房、就業、日常生活及增進獨立性與生活品質的社交方案。

網站: <https://cerebralpalsy.org.au/>

United Cerebral Palsy (UCP) LA County

UCP 附屬機構提供住房、物理治療、輔助技術訓練、早期介入服務、個人與家庭支持、社交與娛樂方案、社區生活、州及地方轉介、就業、就業協助與倡導等服務。

聯絡方式: (818) 782-2211 或 (800) 872-5827

網站: www.ucpla.org

癲癇症

Epilepsy Foundation

家長與照顧者專區: 向全美所有癲癇患者的家長和照顧者開放。由同伴帶領分享與支持。

青年患者專區 (19-30歲): 為患有癲癇障礙的青年提供同伴支持，協助應對學業、工作、人際關係與獨立生活。

地點: 線上 (透過 Zoom)

日期與時間: 每月第三個星期三 - 6:30pm PT

聯絡方式: (800) 332-1000

網站: www.epilepsy.com

Epilepsy Foundation Los Angeles (EFLA) 支持小組與活動方案

為受癲癇影響的個人及家庭提供免費的雙語支持小組與方案。在富有同理心的環境中進行同伴分享，並提供倡導、教育和轉介服務。

地點: 現場實體與線上

聯絡方式: (310) 670-2870 (800) 564-0445

電子郵件: Help@EpilepsyLosAngeles.org

網站: www.epilepsylosangeles.org

Epilepsy Support Network of Orange County

提供支持小組、教育及雙語 (英語/西班牙語) 求助專線。

地點:

1500 Adams Ave, Ste. 301

Costa Mesa, CA 92626

聯絡方式: (714) 916-0456

電子郵件: info@esnoc.org

網站: <https://esnoc.org/>

癲癇與癲癇發作 24/7 求助專線

為受癲癇影響的個人及家庭提供即時支持、資訊及轉介的全美求助專線。提供英語和西班牙語全天候 24/7 服務。

形式：電話

聯絡方式：英語：(800) 332-1000

西班牙語：(866) 748-8008

日期與時間：每週 7 天，每天 24 小時

Children's Hospital Los Angeles (CHLA) 癲癇家長支持小組

誠邀受癲癇影響的家長及照顧者加入我們，以獲取支持、交流想法，並向經歷類似問題的其他家長學習。

地點：線上（確認後將透過電子郵件發送邀請連結）

每月第三個星期二

7:00pm - 7:30pm - 特邀嘉賓講師

7:30pm - 9:00pm - 開放式討論小組

報名電話：(800) 564-0445 或 (310) 670-2870

電子郵件：help@endepilepsy.org

Down Syndrome Association of LA (DSALA) 家長支持小組

正式的每月例會，透過特邀嘉賓演講、資源共享和同伴輔導員支持將各家庭凝聚在一起。亦提供一對一諮商服務。在全洛杉磯縣設有多個小組。

地點：現場實體與線上

聯絡方式：DSALA (818) 786-0001 或 (310) 474-3407

電子郵件：sandra@dsala.org 或 info@dsala.org

網站：www.dsala.org

日期與時間：每月（各不同區域）。請聯絡 DSALA 以便加入離您最近小組的電子郵件清單。

Club 21 Learning & Resource Center 新手與準父母小組

為唐氏症兒童的新手父母及準父母提供同伴支持。協助家庭獲取早期資源並融入溫馨熱情的社群。

地點：現場實體與線上

日期與時間：持續進行

聯絡方式：(626) 844-1821

電子郵件：pam@clubtwentyone.org

網站：www.clubtwentyone.org

Down Syndrome Association of Los Angeles - Grupo de Apoyo Cultivar y Crecer（西班牙語）

該小組專為講西班牙語的家長及家庭成員設計，提供情感支持以及促進身心健康的教育工作坊。

地點：線上（透過 Zoom）、現場實體

日期與時間：每月第四個星期五

電子郵件：maria.castaneda@csun.edu 或
sandra@dsala.org

聯絡方式：(818) 374-9107 或 (818) 786-0001

智能及 其他發展障礙

Harbor Family Resource Centers 親職聯結 (Parenting Connections)

本小組專為由 Harbor Regional Center 服務的個案家長、照顧者及家庭成員設立，旨在結識家中擁有任何年齡及任何類型發展障礙成員的其他家庭。

地點：線上（透過 Zoom）

日期與時間：每月兩個星期一晚上，6:00pm - 7:30pm

聯絡方式：Maria Elena Walsh (310) 543-0691

電子郵件：mariaelena.walsh@harborrc.org

Carolyn Kordich Family Resource Center

服務範圍涵蓋港灣城（Harbor City）、港灣門戶（Harbor Gateway）、洛米塔（Lomita）、聖佩德羅（San Pedro）、威爾明頓（Wilmington）及卡森（Carson）部分地區。為終身各階段的家庭提供家長對家長支持、轉介、教育訓練和資訊。

聯絡方式：salgado@ckfrcenter.org 或

deborba@ckfrc.org

網站：www.ckfrcenter.org

Long Beach Family Resource Center Miller Children's Hospital

為長灘地區的家庭提供家長支持、資訊、轉介及早期介入資源。

聯絡方式：Brenda Macias (562) 933-8050

電子郵件：bmacias@memorialcare.org

網站：

<https://www.millerchildrens.memorialcare.org/families-and-visitors/family-resources/family-resource-centers>

Parenting Black Children (PBC)

專為非裔美國發展障礙人士照顧者提供的社區支持與資源。提供線上社群與各類活動。

地點：現場實體

聯絡方式：(626) 387-3853

電子郵件：welcome@parentingblackchildren.org

網站：www.parentingblackchildren.org

Together, Not Alone

這是一個專為韓裔家庭設立的支持小組。

地點：線上（透過 Zoom）

日期與時間：每月第四個星期五，

10:00am - 12:00pm

聯絡方式：Minsun Kim (310) 792-4791

電子郵件：minsun.kim@harborrc.org

Vietnamese Parents of Disabled Children Association

Hội Phụ Huynh Việt Nam Có Con Em Khuyết Tật 全年為越南語發展障礙人士的家長、照顧者和家庭提供豐富的訓練和支持活動。

電話：(562) 822-9100

電子郵件：contact.vpdca@gmail.com

We Are Brave Together

為撫養殘障、神經多樣性及具有其他特殊需求兒童的母親提供支持小組、靜修營、資源與活動。

地點：現場實體與線上

電子郵件：hello@wearebravetogether.org

網站：<https://www.wearebravetogether.org/support-groups>

Being Built Together (BBT)

為韓語家庭提供持續訓練、活動和支持。為家長、父親、兄弟姐妹以及參與自我決策計劃 (Self-Determination Program, SDP) 的人士設立相應的支持小組。

地點：現場實體與線上

電子郵件：contact@bbtus.org

網站：<https://www.bbtus.org/support-groups/>

Carolyn Kordich Family Resource Center - 西班牙語自我倡導小組

每月舉辦的西班牙語支持小組，為有發展障礙兒童的家庭提供各類資源。該支持小組的宗旨是為家庭提供支持、增能，並就可享有的服務進行宣導教育。需提前報名。

地點：線上（透過 Zoom）

日期與時間：每月第一個星期四，5:00 pm

聯絡方式：(310) 325-7288

電子郵件：salgado@ckfrcenter.org

Japanese-Speaking Parents Association of Children with Challenges (JSPACC)

設於洛杉磯的機構，專為講日語的家長和照顧者提供服務。

地點：現場實體（轉交小東京服務中心 Little Tokyo Service Center）

231 E. Third St. G-106, Los Angeles, CA 90013

聯絡方式：Connie Yamada (215) 505-2801 / Mariko

Magami (818) 625-5115

電子郵件：info@jspacc.org

網站：<http://www.jspacc.org>

Korean American Special Education Center (KASEC)

提供家長增能小組（Parent Empowerment Group）以分享資訊，為橙縣和洛杉磯縣的家長提供建立聯絡的安全交流空間。

地點：現場實體與線上

聯絡方式：(562) 926-2040

電子郵件：info@kasecca.org

網站：<https://kasecca.org/>

非裔家庭支持小組意願調查

您對非裔美國人家庭支持小組感興趣嗎？這可能是您的良機！讓我們共同建立一個社群，在走過相似的人生旅程中互相扶持。希望與 Harbor Regional Center 服務的其他非裔美國人家庭共享資源、實用資訊並凝聚力量嗎？我自己也是一位接受 Harbor Regional Center 服務的孩子的家長，我誠摯邀請其他接受港灣服務的家庭/照顧者與我攜手建立專屬非裔美國人家庭的支持小組。

聯絡方式：Erica Cook (470) 225-0811

電子郵件：cjealeen@gmail.com

Fiesta Educativa

為拉丁裔家庭提供資訊、訓練和支持，協助其獲取針對包括自閉症、唐氏症、腦性麻痺、癲癇症及智能障礙等各類殘障人士的服務。

地點：現場實體與線上

聯絡方式：Irene Martinez/Laura Ruesga (323) 221-6696

網站：<https://fiestaeducativa.org/>

Unidad y Fuerza

這是一個為確診患有發展障礙兒童的西班牙語家長、照顧者和家庭成員設立的小組。

地點：線上（透過 Zoom）

日期與時間：每月第四個星期三，6:00pm - 8:30pm

聯絡方式：Martha de la Torre (562) 933-8045

Better Days Integrated Programs (BDIPS) 照顧者支持圈

為有發展障礙兒童的照顧者提供名為「照顧者支持圈」的每月支持小組。

地點：現場實體

日期與時間：每月第三個星期四，6:30pm - 8:00pm

網站：<https://www.bdips.org/group-therapy>

兄弟姐妹支持

兄弟姐妹現場實體支持小組

鄉村手足工作坊/兄弟姐妹支持方案（Village Sibshops / Sibling Support Project）在加州雷東多海灘（Redondo Beach, CA）為 6-14 歲的兄弟姐妹每季舉辦一次小組聚會。

聯絡方式：(424) 390-0335

網站：ourvillageslc.org/sibshops-sibling-supportgroups.html

California Sibling Leadership Network (CaliforniaSibs – 成年兄弟姐妹)

專為加州智能及發展障礙人士成年兄弟姐妹設立的社群。提供同伴支持、倡導工具、聚會活動以及心理健康服務提供者名錄。

地點：線上與現場實體

日期與時間：每月一次

網站：www.californiasibs.org

The Arc – 全國兄弟姐妹委員會

將智能及發展障礙人士的兄弟姐妹與全美各地的權益倡導、同伴支持和資源連結起來。

地點：線上

網站：www.thearc.org/get-involved/siblings

手足行動者與倡導者專區

www.siblingswithamission.org

Facebook 兄弟姐妹支持小組

SIB TEEN（青少年手足）

www.siblingswithamission.org

SIB20（20多歲手足）

www.siblingswithamission.org

SIBNET（成年手足）

www.siblingswithamission.org

Hermanos Capaces（西班牙語）

www.siblingswithamission.org

The Mission Project 兄弟姐妹支持小組

專為智能及發展障礙人士成年兄弟姐妹設立的線上支持小組。提供安全空間以分享經驗、交流資源並建立聯絡。

地點：線上（透過 Zoom）

聯絡方式：Maslyn Allen

電子郵件：m.allen@ku.edu

日期與時間：每月第一個星期一，
6:30-7:30 pm

哀傷支持

The Compassionate Friends

在孩子不幸逝世後為家庭提供支持。

Compassionate Friends of Los Angeles是全美志工機構的一部分，成員皆為曾痛失至親愛子的父母、祖父母及其他親屬。

聯絡方式：(310) 474-3407

網站：<https://tcfla.org/>

Our House (哀傷支持)

為社區提供哀傷支持服務、宣導教育、資源與希望。

聯絡方式：(310) 475-0299

網站：<https://www.ourhouse-grief.org/>

Center for Grief and Loss of Children

服務地點：格倫代爾 (Glendale)、帕薩迪納 (Pasadena)、南中洛杉磯 (South Central Los Angeles)

8 個月-5 歲兒童、青少年及成人請致電：(310) 474-3407

西班牙語服務請致電：(310) 559-7961

Taking Time: South Bay

「Taking Time: South Bay」是一家位於加州雷東多海灘 (Redondo Beach, CA) 的非營利喪親支持方案。透過個人支持、喪親支持小組、哀傷與失落教育以及額外支持和服務的轉介，為經歷過至親摯愛離世的人士提供喪親服務。

地點：514 North Prospect Avenue, Suite L6
Redondo Beach, CA 90277

聯絡方式：(424) 634-1956

電子郵件：info@takingtime.org

網站：<https://www.takingtime.org/>

Didi Hirsch Mental Health Services 青少年哀傷小組 (13-17歲)

專為因自殺而痛失親友的青少年設立。為期八 (8) 週的線上方案，包含富有創意的應對活動。

地點：線上

聯絡方式：(424) 362-2911

網站：www.didihirsch.org

Didi Hirsch Mental Health Services 喪親小組 (自殺喪親者，成人與青少年)

為因自殺痛失親友者及喪親者提供同伴支持。成人小組由臨床醫師和同伴共同協調主持。亦提供青少年線上小組。

地點：現場實體與線上

聯絡方式：(800) 854-7771

網站：www.didihirsch.org

其他支持

Allcove Beach Cities (父母離異青少年支持小組)

為父母離異或計劃離異的 12-18 歲青少年提供支持小組。家長同步小組在同一時間於獨立房間舉行。小組由在離婚、人生過渡期及失落應對方面經驗豐富的持牌專業人士和受訓志工帶領。

地點：514 North Prospect Avenue, 4th Floor
Redondo Beach, CA 90277

聯絡方式：(310) 374-5706

網站：www.allcove.org/beach-cities.com

Parents of Murdered Children

為因暴力事件不幸受害者的家屬和朋友提供支持。

聯絡方式：(714) 647-7508

NAMI South Bay 青少年專線危機與同伴支持

為面臨心理健康挑戰的青少年（包括殘障青少年或殘障人士的兄弟姐妹）提供免費電話與簡訊同伴支持。

青少年專線：(800) TLC-TEEN | (800) 852-8336

簡訊發送：發送 TEEN 至 839863

日期與時間：每天，6:00pm - 10:00pm PT

網站：<https://namisouthbay.org/support-and-education/support-groups/>

NAMI South Bay 日語支持小組

為講日語的家長和照顧者提供的免費支持小組。

日期與時間：每月兩次

聯絡方式：Takako Augustson (310) 882-0333

電子郵件：contact@namijssg.org

網站：<https://namisouthbay.org/support-and-education/support-groups/>

嬰兒猝死症 (SIDS) 家長支持小組

為突然痛失嬰兒的父母提供安全溫暖的空間，與擁有相似經歷的家長社群攜手相伴。

地點：線上（透過 Zoom）

電子郵件：sids-parent-support@googlegroups.com 或
pennystastny@icloud.com

公眾資訊請致電：(916) 558-1784

自殺與危機熱線（撥打 988）

全美預防自殺生命線為全美範圍內處於自殺危機或情緒困擾中的人士提供每週 7 天、每天 24 小時的嚴格保密情感支持。

聯絡電話/簡訊：9-8-8

網站：<https://www.988california.org/>

Cedars Sinai Medical Center 青少年互助專線

(310) 855-HOPE (4673)