


මානසික සෞඛ්‍ය/මත්ද්‍රව්‍ය අවහානික සේවා (Mental Health/Substance Abuse Services)

වයරාක්මක සෞඛ්‍ය වෙත ප්‍රවේශය (Access to Behavioral Health)  **240-777-1770**

ප්‍රධාන මානසික සෞඛ්‍ය සහ/හෝ මත්ද්‍රව්‍ය අවහානික ගැටළු සඳහා සේවා අවශ්‍ය නේවාසිකයන් සඳහා ඇගයීම් සහ යොමු කිරීම් ලබා දේ. මීට ඇතුළත් වන අනෙකුත් වැඩසටහන් වනුයේ:

- වැඩිහිටි වයරාමය සෞඛ්‍ය වැඩසටහන් (Adult Behavioral Health Program)
- ළමා සහ යෞවන මානසික සෞඛ්‍ය වැඩසටහන (Child and Adolescent Mental Health Program)
- මානසික සෞඛ්‍ය සිද්ධි කළමනාකරණය (Mental Health Case Management)
- ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසියන් සඳහා මානසික සෞඛ්‍ය සේවා (Mental Health Services for Seniors)
- බාහිර රෝගී ඇබ්බැහිවීම සහ මානසික සෞඛ්‍ය සේවා (Outpatient Addiction and Mental Health Services)
- බිහිරි හෝ ශ්‍රවණ ආබාධ සහිත පුද්ගලයින් සඳහා යුදෙව් සමාජ සේවා නියෝජිතායතනයේ මානසික සෞඛ්‍ය සේවා (Jewish Social Services Agency, Mental Health Services for People who are Deaf or Hearing Impaired)
- ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසියන් සඳහා අනුබද්ධිත සැන්ටේ සමූහයේ මානසික සෞඛ්‍ය සේවා (Affiliated Sante Group Mental Health Services for Seniors)
- පවුල් සේවා සමාගම බාහිර රෝගී මානසික සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය (Family Services, Inc. Outpatient Mental Health Center)

ළමුන් සහ යෞවනයන් සඳහා සෝදිසි පරීක්ෂණ සහ ඇගයීම් සේවා (Screening and Assessment Services for Children and Adolescents, SASCA)  **240-777-1430**

වයස අවුරුදු 18ට අඩු තරුණ තරුණියන් සඳහා

එවර්මයින්ඩ් මොන්ට්ගොමරි පළාත් ක්ෂණික ඇමතුම් අංකය (EveryMind Montgomery County Hotline) **301-738-2255**

- නොමිලේ සහ රහසිගතව සේවා සැපයේ
- දුරකථන සේවය: දවසේ පැය 24 පුරා/සතියේ දින 7ම
 - කෙටි පණිවුඩ සේවය: ඉරිදා-බ්‍රහස්පතින්දා ප.ව. 12:00 - ප.ව. 9.00 දක්වා

මොන්ට්ගොමරි ධකවරණ සායනය (Montgomery Cares Clinics)

රක්ෂණයක් නොමැති, සීමිත ආදායමක් සහිත පුද්ගලයන්ට, මොන්ට්ගොමරි ග්‍රාමයේ පදිංචිකරුවන්ට වෛද්‍ය සේවා සපයයි (නෛතික තත්වය පිළිබඳ ලිපි ලේඛන අවශ්‍ය නොවේ). OESS හරහා අයදුම් කරන්න.

CCI සෞඛ්‍ය සහ සුවතා සේවා (CCI Health & Wellness Services) (මෙඩිකෙයා සහ මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)

- Gaithersburg  **301-216-0880**
- Silver Spring  **301-585-1250**
- Takoma Park  **301-431-2972**
- හෝලි ක්‍රොස් රෝහල් සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය (Holy Cross Hospital Health Center) (මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)**
Silver Spring, Aspen Hill, Gaithersburg & Germantown  **301-557-1940**

මැන්ස්ෆීල්ඩ් කේස්මාන් සෞඛ්‍ය සායනය (Mansfield Kaseman Health Clinic) (මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)

Rockville  **301-917-6800**


මේරි මධ්‍යස්ථානයේ සායනය (Mary's Center Clinic) (මෙඩිකෙයා සහ මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)

Silver Spring  **240-485-3160**


මර්සි සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථාන සායනය (Mercy Health Clinic) (මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)

Gaithersburg  **240-773-0322**

මොබයිල් මෙඩිකල් කෙයා ඉන්කෝපරේටඩ් (Mobile Medical Care, Inc.) (මෙඩිකෙයා සහ මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)

Germantown  **301-634-9600**
Aspen Hill, Gaithersburg, Potomac, Rockville, & Silver Spring **301-493-2400**

මුස්ලිම් ප්‍රජා මධ්‍යස්ථාන වෛද්‍ය සායනය (Muslim Community Center Medical Clinic) (මෙඩිකෙයා සහ මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)

Silver Spring  **301-384-2166**

පැන් ඒෂියන් ස්වේච්ඡා සෞඛ්‍ය සායනය (Pan Asian Volunteer Health Clinic)

Gaithersburg  **240-393-5950**

ප්‍රොයක්ටෝ සලුඩ් (Proyecto Salud) (මෙඩිකෙයිඩ් පිළිගැනේ)

Wheaton  **301-962-6173**
Olney  **301-260-1073**

කතෝලික පුණ්‍යායතන වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය (Catholic Charities Medical Clinic)

Silver Spring  **301-434-8985**

Revised on: 04/07/20
REB.SIN.04

Sinhala






Together To Build A Healthy Community

මොන්ට්ගොමරි ග්‍රාමයේ පදිංචිකරුවන් සඳහා සෞඛ්‍ය සහ සමාජ සේවා සම්පත්



Montgomery County
Department of Health and Human Services
Asian American Health Initiative
1401 Rockville Pike, 3rd Floor
Rockville, MD 20852
දුරකථනය: 240-777-4517
ෆැක්ස්: 240-777-4564
වෙබ් අඩවිය: www.AAHInfo.org
ඊමේල්: info@AAHInfo.org

 සොයන්න: Asian American Health Initiative
 Twitter: @AAHI_info

මෙම ලේඛනයේ විකල්ප ආකෘතිපත් 240-777-4517 අමතා ලබා ගත හැකිය. TTY පරිශීලකයන්හට 711 ඔස්සේ (ප්‍රාන්තය තුළ ඇමතුම්) හෝ 1-800-735-2258 ඔස්සේ ප්‍රාන්තයෙන් බැහැර සිට ඇමතුම් ඔස්සේ මේරිලන්ඩ් රිලේ ඇමතිය හැකිය
 රයිඩ් ඔන් (Metro)/මෙට්‍රෝ (Ride On) නැවතුමක සිට සැතපුම් 0.5ක දුරකින් පිවිසිය හැකිය.


ජ්‍යෙෂ්ඨ සහ ආබාධිත සේවා (Senior & Disability Services)

වයස්ගත වීමේ සහ ආබාධිත සම්පත් ඒකකය (Aging & Disability Resource Unit) **240-777-3000**

ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසියන් සහ/හෝ ආබාධ සහිත තැනැත්තන් සඳහා සහ ඔවුන් ධක බලා ගන්නන්/නිවසීන් ධකවල් සඳහා තොරතුරු සහ සම්පත් ලබා දෙන අතර ඊට පහත දෑ ඇතුළත් වේ:

- වැඩිහිටි ධකවරණ සේවා (Adult Protective Services)
- නිවෙස් තුළ ධකවරණය
- පවුලේ ධකවළන් සඳහා උපකාර
- මූල්‍ය සහාය
- ජ්‍යෙෂ්ඨ ධකවරණ සහාය වැඩසටහන (Senior Care Subsidy Program)
- ප්‍රවාහනය
- නිවාසකරණය

ජ්‍යෙෂ්ඨ පෝෂණ වැඩසටහන (Senior Nutrition Program) **240-777-3810**

කණ්ඩායම් වශයෙන් ආහාර ලබා දෙයි
ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසි දත්ත වෛද්‍ය වැඩසටහන (Senior Dental Program)  **240-777-1875**

60+ ට වැඩි වැඩිහිටියන්ට දත්ත වෛද්‍ය සේවා සපයයි කනෙක්ට්-ආ-රයිඩ් (Connect-A-Ride) **301-738-3252**







අවුරුදු 50+ වැඩිහිටියන්ට සහ ආබාධිත අයට ඇති ප්‍රවාහන විකල්ප පිළිබඳ තොරතුරු සපයයි
කෝල් 'N' රයිඩ් (Call 'N' Ride) **301-948-5409**

ජ්‍යෙෂ්ඨයන්ට සහ ආබාධිත අය සඳහා ප්‍රවාහනය මෙඩික්ස්ට් ප්‍රවාහන තොරතුරු අංකය (Medicaid Transportation Information Line) **240-777-5890**

මෙඩික්ස්ට් ලබා දෙන්නන් සමග වෛද්‍ය හමුවීම් සඳහා රාජ්‍ය සෞඛ්‍ය රක්ෂණ උපකාරක වැඩසටහන (State Health Insurance Assistance Program, SHIP) **301-255-4250**


ජ්‍යෙෂ්ඨ පුරවැසියන්ට, ආබාධිත පුද්ගලයන්ට, පවුල්වලට සහ ධක බලා ගන්නන්ට නොමිලේ Medicare තොරතුරු සහ උපදේශන සේවා සැපයීම


ප්‍රාදේශීය රෝහල් (Local Hospitals)

- සිරි කුරුස රෝහල (Holy Cross Hospital)  **301-754-7000**
- හෝලි ක්‍රොස් ජමර්න්ට්වුන් හොස්පිටල් (Holy Cross Germantown Hospital)  **301-557-6000**
- මෙඩිස්ටාර් මොන්ට්ගොමරි මෙඩිකල් (Medstar Montgomery Medical)  **301-774-8882**
- උපනාගරික රෝහල (Suburban Hospital)  **301-896-3100**
- ෂේඩ් ග්‍රෝව් ඇඩ්වෙන්ටිස්ට් රෝහල (Shady Grove Adventist Hospital)  **240-826-6000**
- වොෂින්ටන් ඇඩ්වෙන්ටිස්ට් රෝහල (Washington Adventist Hospital)  **240-637-4000**


පහත සඳහන් සේවා ලබා ගැනීම සඳහා සුදුසුකම් අවශ්‍ය වීමට ඉඩ ඇත. ඔබ සුදුසුකම් ලබයිදැයි සොයා ගැනීමට වැඩසටහන් අංකවලට අමතන්න නැතහොත් Montgomery County හි වෙබ් අඩවියට යන්න:
www.montgomerycountymd.gov/hhs

පිළිකා සඳහා සේවා (Cancer Services)

කාන්තා පිළිකා පාලන වැඩසටහන (Women's Cancer Control Program)  **240-777-1750**
පියයුරු සහ ගැබ්ගෙල පිළිකා පරීක්ෂණ

ආන්ත්‍රයික පිළිකා පරීක්ෂා කිරීමේ වැඩසටහන (Colorectal Cancer Screening Program)  **240-777-1222**



හෙපටයිටිස් බී සේවා (Hepatitis B Services)

ස්ටොප් බී ව්‍යාපෘතිය (STOP B Project)  **240-393-5950**
නොමිලේ දැනුවත් කිරීමේ, පරීක්ෂණ, එන්නත්, සහ ප්‍රතිකාරවලට යොමුකිරීම් සපයයි

දුම් පානය නතර කිරීම සඳහා සේවා (Quit Smoking Services)


නොමිලේ දුරකථන, නොමිලේ සහාය, සහ නොමිලේ ඖෂධ
මේරිලන්ඩ් දුම්පානය අත්හැර දැමීමේ ඇමතුම් අංකය (Maryland Tobacco Quitline) **1-800-784-8669**
ආසියානු දුම්බොන්නන් සඳහා අත්හැර දැමීමේ ඇමතුම් අංකය (Asian Smokers' Quitline)
චීන භාෂාවෙන්: **1-800-838-8917**
වියටනාම භාෂාවෙන්: **1-800-778-8440**
කොරියන් භාෂාවෙන්: **1-800-556-5564**

දන්ත සේවා (Dental Services)

දන්ත සේවා (Dental Services)  **240-777-1875**
පොදු දන්ත සේවා සපයයි
HIV දන්ත සේවා (HIV Dental Services)  **240-777-1737**




HIV සහිත සේවාදායකයන් සඳහා පොදු දන්ත රැකවරණය


වෛද්‍යමය ආවරණය (Medical Coverage)

මෙඩිකේයිඩ්/ සෞඛ්‍ය වරණය (Medicaid/Health Choice)  **240-777-1635**




ගහර්ණික කාන්තාවන්, දරුවන් සහ ආබාධිත වැඩිහිටියන් සඳහා රැකවරණ සම්බන්ධීකරණය
නිවාස නොමැති වැඩිහිටියන් සඳහා රැකවරණ වැඩසටහන (Medical Care for Homeless Adults) **240-777-0311**


ප්‍රජා සෞඛ්‍ය සේවා (Community Health Services)

රෝග පාලනය (Disease Control)  **240-777-1755**
ලිංගිකව සම්ප්‍රේෂණය වන රෝග, ක්ෂය රෝගය සහ එච්.අයි.වී. හැර සම්ප්‍රේෂණය විය හැකි රෝග පිළිබඳ පයෙර්ෂණ අවස්ථා
STI/HIV පරීක්ෂණ සහ සිද්ධි කළමනාකරණය (STI/HIV Testing and Case Management)  **240-777-1833**
STI හා HIV පරීක්ෂණ සහ පරිපූරණ HIV සේවා සපයයි
TB පරීක්ෂාව සහ ප්‍රතිකාර (TB Testing and Treatment)  **240-777-1800**
ජාත්‍යන්තර ගමන් තොරතුරු (International Travel Info) **240-777-0311**


ආහාර සහ පහසුකම් බලපත්‍ර සැපයීම (Food and Facilities Licensing)  **240-777-3986**
පහසුකම් සහ පුද්ගලික බලපත්‍ර සහ ආහාර පහසුකම් සහ මිශන් පිළිබඳ පැමිණිලි සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කරයි

මූල්‍ය සහාය/නිවාස (Financial Assistance/Housing Services)

මහජන සහාය වැඩසටහන් (Public Assistance Programs)
ආදායම, ආහාර සහ සෞඛ්‍ය සහාය සපයයි
Germantown  **240-777-3420**
Rockville  **240-777-4600**
Silver Spring  **240-777-3100**

ගෙවල් කුලී ආධාර වැඩසටහන (Rental Assistance Program)  **240-777-4400**

හදිසි නෙරපීම් වළක්වා ගැනීම (Emergency Eviction Program) **240-777-0311**
අබ්‍රද්දවලදී මැදිහත් වී සහාය සපයයි. පිහිටීමවලට ඇතුළත් වනුයේ:




Germantown Rockville Silver Spring
උපයෝගීතා සහාය වැඩසටහන (Utility Assistance Program)  **240-777-4450**


තාපන සහ විදුලි බිල් ගෙවීමට උපකාර කරයි
නිවාස නැති අය පිළිබඳ තොරතුරු මාගර්ස් (Homeless Information Line) **240-907-2688**

දේශීය නිවාස නැති අයට සේවා සපයන්නන් සහ නවාතැන් සැපයුම් පිළිබඳ තොරතුරු ලබා දෙයි
නිවාස ඉඩපුස්ථා කොමිෂන් සභාව (Housing Opportunities Commission) **240-627-9400**
නිවාස තොරතුරු, උපදේශන සහ උපකාරක සේවා සපයයි





මොන්ට්ගොමරි ග්‍රාමයේ සෞඛ්‍ය සහ මානව සේවා දෙපාර්තමේන්තුව, විසින් සපයනු ලබන ඕනෑම සේවා පිළිබඳ තොරතුරු සඳහා MC311 හි 240-777-0311 අංකය අමතන්න; ඕනෑම භාෂාවකින් ඇමතුම් ලබා ගනු ලැබේ. වෙබ් අඩවිය: www.montgomerycountymd.gov/311

ළමා සේවා (Children's Services)



දරුවන් සඳහා රැකවරණය (Care for Kids)  **301-628-3450**
ප්‍රාථමික සහ විශේෂ රැකවරණ සපයයි
වයිල්ඩ් ලින්ක් (ChildLink)  **240-777-4769**
උපතේ සිට අවුරුදු 5 දක්වා වයස දරුවන් සිටින පවුල් සඳහා තොරතුරු සහ යොමු කිරීම් සේවා සපයයි
මේරිලන්ඩ් ළමා සෞඛ්‍ය වැඩසටහන (Maryland Children's Health Program, MCHP)  **1-855-642-8572**
වයස අවුරුදු 0-19 වයස්වල ළමුන් සඳහා සහ ඕනෑම වයසක ගහර්ණික කාන්තාවන් සඳහා සෞඛ්‍ය රැකවරණය සපයයි


පාසල් සෞඛ්‍ය සේවා (School Health Services)  **240-777-1550**

රජයේ පාසල්වල සිසුන්ගේ සෞඛ්‍ය, ආරක්ෂාව, සහ සුභසාධනය සහතික කර ප්‍රවධර්නය කරයි
ප්‍රතිශක්තිකරණ වැඩසටහන (Immunization Program)
අවුරුදු 19ට අඩු ළමයින්ට පැමිණි වහාම ප්‍රතිකර්මකරණ සේවා සපයයි

Silver Spring  **240-777-1050**
Germantown  **240-777-3380**
නගර මධ්‍යයේ Silver Spring  **240-777-3160**
Rockville  **240-740-4430**

මාතෘ/ ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය රැකවරණ සේවා (Maternal/ Reproductive Health Care Services)

මාතෘත්ව හවුල (Maternity Partnership)
පූවර් ප්‍රසූති රැකවරණය සපයයි  **240-777-0311**
පවුල් සැලසුම්/ප්‍රජනන සෞඛ්‍යය (Family Planning/Reproductive Health)
ප්‍රජනන සෞඛ්‍ය රැකවරණය සහ උපදෙස් සේවා සපයයි
මේරි මධ්‍යස්ථානයේ සායනය (Mary's Center Clinic)  **240-485-3160**

වොෂිංටන්හි ගේදසර්බ්ගර් මධ්‍යස්ථානයේ සැලසුම්ගත මාපියත්වය (Gaithersburg Center Planned Parenthood)  **301-208-1300**

පාසල් ප්‍රජා සෞඛ්‍ය හෙදිය (School Community Health Nurse) **240-777-4803**
ප්‍රජනන සෞඛ්‍යය පිළිබඳ උපදේශන සහ තොරතුරු සපයයි

හදිසි අවස්ථාවන්ට සූදානම් වීමේ සේවා (Emergency Preparedness Services)

හදිසි කළමනාකරණය හා ස්වදේශීය ආරක්ෂාව පිළිබඳ කායරාලය (Office of Emergency Management and Homeland Security) **240-777-0311**
හදිසි සැලසුම්කරණය පිළිබඳ තොරතුරු සපයන අතර ඇලටර් මොන්ට්ගොමරි (Alert Montgomery) සඳහා ලියාපදිංචි කරයි


රෝගීන් යොමු කිරීමේ වැඩසටහන් (Patient Navigator Programs)

සෞඛ්‍ය සම්පත් පිළිබඳ තොරතුරු සහ යොමු කිරීම් සහ චිත, හින්දි, කොරියානු, සහ වියටනාම භාෂාවෙන් භාෂණ පරිවහරණ සේවා සපයයි: **301-760-7050**
ස්පාඤ්ඤ භාෂාව සඳහා: **301-270-8432**

සේවා භාවිතය සහ යෝග්‍යතාව (Service Application and Eligibility)

යෝග්‍යතා සහ උපකාර සේවා කායරාලය (Office of Eligibility and Support Services, OESS) **240-777-0311**
ෆෙඩරල්, ප්‍රාන්ත සහ දේශීය වැඩසටහන් සඳහා අන්තර්ජාලයෙන් (ඔන්ලයින්) ප්‍රවේශය සහ අයදුම් කිරීම. පිහිටීමවලට ඇතුළත් වනුයේ:
Gaithersburg නගර මධ්‍යයේ Silver Spring
Germantown Glenmont/Silver Spring
Rockville Takoma East/ Silver Spring


අබ්‍රද්ද සේවා (Crisis Services)

අබ්‍රද්ද මධ්‍යස්ථානය/ ජංගම අබ්‍රද්ද කණ්ඩායම (Crisis Center/Mobile Crisis Team)  **240-777-4000**
පැය 24/ සතියේ දින 7; දුරකථන සහ පැමිණි වහාම සේවා සපයයි
අපරාධ වින්දිත සහාය සහ ලිංගික අතවර අබ්‍රද්ද සඳහා වන දුරකථන මාගර්ස් (Victim Assistance & Sexual Assault Crisis Line) **240-777-4357**

පැය 24 පුරා/සතියේ දින 7 පුරා
අපයෝජනයට ලක් වූ පුද්ගලයින් සඳහා ක්ෂණික ඇමතුම් මාගර්ස් (Abused Persons Hotline) **240-777-4195**

ගෘහස්ත ප්‍රචණ්ඩත්වයට ගොදුරු වූ පුද්ගලයන්ට සහ ඔවුන්ගේ පවුල්වලට පරිපූරණ සේවා සපයයි
ළමා අපයෝජන සහ නොසලකා හැරීම පිළිබඳ ක්ෂණික ඇමතුම් මාගර්ස් (Child Abuse & Neglect Hotline) **240-777-4417**

සියදිවි භානිය වැළැක්වීමේ සහ විශ්‍රාමලක් සෙබළුන්ගේ අබ්‍රද්ද වැළැක්වීමේ පොදු සේවය (මාගර්ස් උපදේශය) (National Suicide Prevention Lifeline & Veterans Crisis) **1-800-273-8255**
පැය 24 පුරා/සතියේ දින 7 පුරා
වැඩිහිටි ආරක්ෂක සේවා (Adult Protective Services)

 **240-777-3000**