

Guide des ressources communautaires de Northborough

Mettre les habitants en contact avec des ressources pour promouvoir la santé et le bien-être

Utilisez l'application caméra de votre smartphone pour scanner le code QR et accéder à la version en ligne de ce guide des ressources communautaires, ou visitez le site www.northboroughlibrary.org.

Ce guide a été conçu pour mettre les habitants de Northborough en contact avec des ressources en matière de santé et de bien-être. Les entrées de ce guide comprennent les services municipaux, les organismes à but non lucratif et les entreprises fournissant des services aux habitants de Northborough, ainsi que des ressources régionales, nationales et de l'État.

La version originale de ce guide a été élaborée par le groupe de travail Be Well Northborough, une initiative de collaboration en matière de santé et de bien-être visant à aider notre communauté à se remettre de la pandémie de COVID-19. La bibliothèque est responsable de la mise à jour de la version en ligne et des réimpressions. Cette version a été mise à jour en 2023. Pour toute suggestion ou correction, envoyez un courriel à noboadults@cwmares.org.

TABLE DES MATIÈRES

Annuaire téléphonique des services municipaux de Northborough

Écoles publiques de Northborough

Ressources en situation de crise et santé mentale

Ressources en matière de santé mentale

Ressources en matière de rétablissement

LGBTQ+

Choses à faire

Ressources en matière de démence

Programmes de garde d'enfants et d'activités périscolaires agréés par l'EEC

Aide financière

Ressources alimentaires

Assistance générale

Assistance juridique

Aide au logement

Ressources en matière de santé

Agression sexuelle/violence domestique

Lieux de culte

Événements annuels à Northborough

Rester informé

Ressources supplémentaires

Annuaire téléphonique des services municipaux de Northborough

Comptabilité

508-393-5003

Administration

508-393-5040

Contrôle des animaux

508-393-1515

Évaluateurs

508-393-5005

Conseil de la santé

508-393-5009

Service de la construction

508-393-5010

Cable Access Studio

508-393-6195

Service des travaux publics
508-393-5040, poste 6

Ingénierie
508-393-5015

Services à la famille et à la jeunesse
508-393-5020

Pompiers
508-393-1537

Bibliothèque
508-393-5025

MIS/SIG
508-393-1525

Northborough Ext. Day Program (NEDP, Inc)
508-393-7020

Planification et conservation
508-393-5019

Service de police
508-393-1515

Service des loisirs
508-393-5034

Centre pour personnes âgées
508-393-5035

Greffier de la ville
508-393-5001

Trésorier/Collecteur d'impôts
508-393-5045

Agent des anciens combattants
774-293-2208

Pour s'inscrire au système de notification d'urgence CodeRED de la ville, recevoir des mises à jour sur les nouvelles et les événements de la ville, ou pour obtenir une liste complète des services, conseils et comités de la ville, veuillez consulter le site town.northborough.ma.us.

Écoles publiques de Northborough

Les écoles publiques de Northborough et Southborough se composent de dix écoles, trois districts et une communauté d'apprenants. Si vous êtes nouveau dans la ville et que vous devez inscrire votre enfant, ou si vous désirez obtenir des informations sur les itinéraires de bus, les heures d'ouverture des écoles, les calendriers scolaires et d'autres informations importantes, veuillez consulter notre site Web.

508-486-5115

Nsboro.k12.ma.us

53 Parkerville Rd. Southborough

Annuaire des écoles de Northborough

Lycée régional Algonquin

508-351-7010

79 Bartlett St.

École secondaire Robert E. Melican

508-351-7020

145 Lincoln St.

École primaire Fannie E. Proctor

508-351-7040

26 Jefferson Rd.

École primaire Lincoln St.

508-351-7030

76 Lincoln St.

École primaire Marguerite E. Peaslee

508-351-7035

31, rue Maple

École primaire Marion E. Zeh

508-351-7048

33 Howard St.

« La santé mentale touche tous les groupes d'âge. 1 collégien sur 5 présente des symptômes de dépression. »

Source : Enquête sur la santé des adolescents de Metrowest. 2021.

<https://mwhealth.org/knowledge-center/foundation-publications>

Ressources en situation de crise et santé mentale

Lignes d'assistance en situation de crise

988 Ligne d'assistance Suicide et crise

Le National Suicide Prevention Lifeline est un réseau de centres de crise locaux, disponibles 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, qui apportent un soutien gratuit et confidentiel aux personnes en situation de crise dans l'ensemble des États-Unis.

988 (appel ou SMS)

988lifeline.org/chat

Advocates Crisis Intervention (Défenseurs intervention de crise)

Si vous traversez une crise émotionnelle ou de santé mentale, appelez pour parler à un clinicien de crise disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7.

1-800-640-5432

advocates.org

Ligne d'assistance nationale contre la violence domestique

Fournit des outils et un soutien pour aider les survivants de la violence domestique à vivre une vie exempte d'abus. Des défenseurs hautement qualifiés et experts offrent un soutien gratuit, confidentiel et compatissant, ainsi que des informations sur l'intervention en cas de crise, et des services d'éducation et de références dans plus de 200 langues.

1-800-799-SAFE (7233) ou envoyez le message « START » par SMS à 88788

thehotline.org

Ligne nationale d'assistance aux fugueurs

La ligne nationale d'assistance aux fugueurs (National Runaway Safeline) est un service accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 qui aide les jeunes qui ont fugué, qui pensent à fuguer ou qui ont déjà fugué mais qui sont prêts à rentrer chez eux, ainsi que les parents et les tuteurs qui craignent que leur enfant ne fugue ou qui s'inquiètent si leur enfant a déjà quitté le domicile familial. Un service de chat en ligne est disponible.

1-800-RUNAWAY (1-800-786-2929) 1800runaway.org

Ligne d'assistance SafeLink

SafeLink est un service d'assistance téléphonique gratuit pour les cas de violence domestique dans l'ensemble de l'État. Les bénévoles de SafeLink parlent anglais et espagnol, et SafeLink dispose également d'un service de traduction dans plus de 130 langues.

1-877-785-2020

casamyrna.org/chat

Ligne d'assistance Samaritans dans l'ensemble de l'État

Le service d'assistance téléphonique Samaritans est à la disposition de toute personne du Massachusetts ayant besoin d'un soutien émotionnel. Tout le monde peut appeler ou envoyer un SMS à la ligne d'assistance pour recevoir l'aide de bénévoles spécialement formés.

1-877-870-4673 (appel ou SMS)

SMOC Voice Against Violence (Voix contre la violence)

Parlez avec un défenseur du South Middlesex Opportunity Council (SMOC) 24 heures sur 24. Que vous fuyiez une situation violente ou que vous ayez simplement une question, quelqu'un est toujours disponible pour parler.

1-877-832-0890

The Trevor Project

Il s'agit d'une ligne téléphonique d'intervention en cas de crise et de prévention du suicide, accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, à l'intention des jeunes LGBTQ. Une fonction de chat en ligne est également disponible sur le site Web de ce projet.

1-866-488-7386 ou envoyez le message « START » par SMS à 678-678

thetrevorproject.org/get-help

Ligne d'écoute pour les anciens combattants

Un soutien confidentiel et gratuit, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, pour les anciens combattants et leurs proches. Il n'est pas nécessaire d'être inscrit aux avantages ou aux soins de santé des anciens combattants pour se connecter. Une fonction de chat en ligne est disponible.

appelez le 988, puis appuyez sur 1 ou envoyez un SMS à 838255 veteranscrisisline.net

Signaler un abus

Maltraitance et négligence à l'égard des enfants

Si vous savez ou soupçonnez qu'un enfant est maltraité ou négligé, veuillez le signaler immédiatement. Tout le monde peut signaler un cas de maltraitance ou de négligence.

617-232-4882

mass.gov/child-abuse-and-neglect

Commission de protection des personnes handicapées (DPPC)

La Disabled Persons Protection Commission (DPPC, Commission de protection des personnes handicapées) dispose d'une ligne d'assistance téléphonique ouverte 24 heures sur 24, que les citoyens du Commonwealth peuvent contacter pour signaler des cas de suspicion de maltraitance à l'égard d'adultes handicapés.

1-800-426-9009

Maltraitance des personnes âgées/personnes âgées à risque

Signalez toute forme de maltraitance physique, sexuelle et psychologique, de négligence de la part des soignants, d'exploitation financière et de négligence personnelle des personnes âgées, par téléphone ou en ligne.

800-922-2275

Ressources en matière de santé mentale

988 Ligne d'assistance Suicide et crise

Le National Suicide Prevention Lifeline est un réseau de centres de crise locaux, disponibles 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, qui apportent un soutien gratuit et confidentiel aux personnes en situation de crise dans l'ensemble des États-Unis.

988 (appel ou SMS)

988lifeline.org/chat

Ligne de crise par SMS

Fournit gratuitement, 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, un soutien en matière de santé mentale et une intervention en cas de crise par le biais de SMS, en donnant les moyens à une communauté de bénévoles formés de soutenir les gens lorsqu'ils en ont besoin.

Envoyez le message « HOME » par SMS au 741741

crisistextline.org

Services de références Interface

Un service de références en matière de santé mentale et de bien-être contracté par la ville de Northborough pour ses habitants afin de mettre en relation les appelants avec des prestataires de santé mentale agréés qui répondent à leurs besoins en matière de situation géographique, d'assurance et de spécialité.

888-244-6843

interface.williamjames.edu

Partenariat du MA pour la santé comportementale

Disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 si vous ou un membre de votre famille traversez une crise de santé mentale ou de toxicomanie.

1-833-773-2445 (appel ou SMS) masshelpline.com

Mental Health America

Des informations sur les signes et symptômes des troubles mentaux, y compris la santé mentale chez les jeunes et les minorités.

1-800-969-6642

mhanational.org/mentalhealthinfo

Multi-Service Eating Disorders Association (MEDA) (Association multiservice pour les troubles de l'alimentation)

Nous fournissons des informations sur les troubles de l'alimentation et leurs causes sous-jacentes afin de développer une communauté compatissante qui encourage l'espoir et soutient la guérison.

888-350-4049

medainc.org

National Alliance on Mental Illness (NAMI) Compass (Alliance nationale pour les maladies mentales)

Fournit des ressources et un soutien pour aider les gens à naviguer dans le système complexe de la santé mentale et à résoudre des problèmes dans des circonstances difficiles. La ligne d'assistance est disponible du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h.

617-704-6264 ou 1-800-310-9085

namimass.org

Services à la famille et à la jeunesse de Northborough

Aident à trouver des ressources et des références en matière de santé mentale. Ces services évalueront votre situation et vous guideront vers les ressources appropriées.

508-393-5020

town.northborough.ma.us/family-youth-services

Services communautaires Open Sky

Fournit un accès urgent et rapide à des services en un seul lieu, sans référence nécessaire et sans frais pour les personnes non assurées. Sert les adultes, les jeunes et les enfants de la région qui ont besoin d'un soutien en matière de santé comportementale.

Ligne téléphonique « Say Something » (Dites quelque chose)

Un système de signalement anonyme permettant aux individus de soumettre des préoccupations concernant des problèmes de sécurité afin d'aider une personne susceptible de se blesser ou d'en blesser d'autres.

Therapy Matcher

Fournit des références gratuites, personnalisées et confidentielles vers des travailleurs sociaux cliniques indépendants agréés dans l'ensemble du Massachusetts.

Walden Behavioral Care

A pour objectif de fournir aux personnes souffrant de troubles de l'alimentation et d'autres troubles mentaux les soins et le soutien dont elles ont besoin, à tous les niveaux, sur la voie de la guérison.

Ressources en matière de santé mentale pour les parents, les tuteurs et les familles

Bridge Over Troubled Water

Bridge offre toute une gamme de services conçus pour aider les jeunes sans-abri, à haut risque et fugueurs à atteindre un âge adulte sain et productif grâce à des services de prévention, d'intervention, de soins de santé et d'éducation.

Mental Health America

Fait progresser la santé mentale et le bien-être de toutes les personnes vivant aux États-Unis par le biais de l'éducation publique, de la recherche, de la défense des intérêts, de la politique publique et des services directs.

Ligne « Stress parental » 24 heures sur 24, 7 jours sur 7

Une ligne d'assistance confidentielle avec des conseillers bénévoles formés, prêts à parler aux parents qui ont besoin de discuter de problèmes liés à leurs enfants.

Parents sans partenaires

Offre aux parents célibataires et à leurs enfants la possibilité d'améliorer leur développement personnel, leur confiance en soi et leur sensibilité à l'égard des autres en leur proposant un environnement propice au soutien, à l'amitié et à l'échange de techniques parentales.

**Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)
(Administration des services de santé mentale et d'abus de substances)**

La SAMHSA fournit des ressources aux familles confrontées à des troubles mentaux et à des troubles liés à l'utilisation de substances.

The Tears Foundation

Cherche avec compassion à alléger le fardeau financier des familles qui ont perdu un enfant en fournissant des fonds pour contribuer au coût des services d'enterrement et de crémation. Cet organisme propose également aux parents un suivi complet du deuil sous la forme de groupes de soutien et d'accompagnement par les pairs.

AIDE

Ressources en matière de rétablissement

**Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA)
(Administration des services de santé mentale et d'abus de substances)**

Une ligne d'assistance téléphonique fédérale proposant des références vers des services locaux de traitement et de soutien.

SMART Recovery

Une organisation internationale basée sur l'abstinence qui utilise un ensemble d'outils de thérapie cognitivo-comportementale. Le site Web propose un répertoire de réunions en ligne.

Les femmes pour la sobriété

Ce programme a pour but d'aider les femmes à se rétablir de troubles liés à l'utilisation de substances grâce à des réunions en ligne.

Institute for Health and Recovery (IHR)

L'IHR est spécialisé dans les services innovants, la formation et l'évaluation pour répondre aux besoins uniques des familles, des femmes et des jeunes mal desservis. Il propose des programmes de traitement et des interventions holistiques pour les personnes et les familles difficiles à atteindre et à haut risque.

LifeRing Secular Recovery

Un parcours de rétablissement de la dépendance fondé sur l'abstinence, laïque et autonome, par le biais de réunions et de réseaux de soutien.

Learn to Cope

Un groupe de soutien pour les parents et les membres de la famille devant faire face à la dépendance d'un proche aux opiacés ou à d'autres drogues. Des réunions dans la région sont disponibles ainsi que des réunions virtuelles.

Recovery Dharma

Utilise les pratiques et principes bouddhistes pour soutenir les personnes en cours de rétablissement. Le site Web comprend un répertoire de méditations et réunions quotidiennes en ligne.

Spectrum Health Systems, Inc

Un organisme à but non lucratif proposant un continuum complet de traitement des dépendances dans le Massachusetts ainsi que des programmes spécialisés pour les personnes impliquées dans la justice.

National Association of Addiction Treatment Providers (NAATP) (Association nationale des prestataires de services de traitement des dépendances)

S'efforce d'améliorer l'accès mondial à des traitements efficaces et éthiques de la dépendance en fournissant des services de leadership, de défense, de formation et de soutien aux membres afin d'assurer la disponibilité et la meilleure qualité des traitements de la dépendance.

1-888-574-1008 naatp.org

National Council on Alcoholism and Drug Dependence (NCADD) (Conseil national sur l'alcoolisme et la toxicomanie)

Une organisation bénévole de santé qui se consacre à la lutte contre l'alcoolisme, la toxicomanie et les conséquences dévastatrices de l'alcool et des autres drogues sur les individus, les familles et les communautés.

Partnership for a Drug Free America (PDFA) (Partenariat pour une Amérique sans drogue)

Œuvre à la transformation de la façon dont notre pays aborde la dépendance en donnant aux familles les moyens d'agir, en faisant progresser les soins efficaces, en façonnant les politiques publiques et en changeant la culture.

Joueurs Anonymes

Une association d'hommes et de femmes qui partagent leur expérience, leur force et leur espoir afin de résoudre leur problème commun et d'aider d'autres personnes à se rétablir d'un problème de jeu.

Programme de formation au Narcan

Le Département de la Santé propose une formation gratuite au Narcan et à la réponse à l'overdose aux habitants qui vivent ou travaillent à Northborough. Appelez pour prendre un rendez-vous individuel.

LGBTQ+

PFLAG de l'agglomération de Boston

L'association Parents, Family, and Friends of Lesbian and Gays (PFLAG) favorise la santé et le bien-être des gays, des lesbiennes, des bisexuels et des transsexuels, ainsi que de leurs familles et amis, par le biais du soutien, de l'éducation et de la défense des droits.

The Trevor Project

La plus grande organisation mondiale de prévention du suicide et d'intervention en situation de crise pour les jeunes LGBTQ. Fournit des informations et un soutien aux jeunes LGBTQ 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7.

OUT MetroWest

OUT MetroWest forme des communautés où les jeunes LGBTQ+ s'épanouissent grâce à des programmes gratuits qui les mettent en contact avec des pairs qui les soutiennent et des adultes LGBTQ+ qui leur servent de modèles.

Sécurité des foyers

Ce programme s'adresse aux jeunes gays, lesbiennes, bisexuels, transgenres et en questionnement âgés de 14 à 23 ans. Il est dirigé par des jeunes, du personnel professionnel et des superviseurs adultes bénévoles afin d'offrir un soutien et des ressources dans un environnement sûr et stimulant.

Gay, Lesbian, & Straight Education Network (GLSEN) (Réseau d'éducation des gays, lesbiennes et hétérosexuels)

Le GLSEN est un organisme national qui rend les écoles plus sûres pour TOUS les élèves, quelle que soit leur orientation sexuelle ou leur identité/expression de genre. Il s'efforce de sensibiliser les enseignants, les élèves et le grand public des effets néfastes de ces forces sur les jeunes et les adultes.

SAGE Advocacy & Services for LGBTQ+ Elders (Défense et services pour les personnes âgées LGBTQ+)

Un organisme national de défense et de services pour les personnes âgées LGBTQ+.

MassEquality

Principal organisme de défense des droits à l'échelle de l'État, qui s'efforce de faire en sorte que tous les résidents du Massachusetts puissent s'épanouir, du berceau à la tombe, sans subir de discrimination ni d'oppression fondées sur l'orientation sexuelle, l'identité de genre ou l'expression de genre.

Commission du Massachusetts pour la jeunesse LGBTQ

Conseille les autres membres du gouvernement de l'État sur les politiques, programmes et ressources efficaces pour les jeunes LGBTQ et élabore le Safe Schools Program (programme pour des écoles sûres).

Worcester Pride

Un événement de 10 jours avec diverses activités soutenant les LGBTQ+ dans le centre du Massachusetts. Visitez le site Web pour en savoir plus sur l'événement Pride de cette année.

Ligne d'assistance nationale pour les lesbiennes, les gays, les bisexuels et les transsexuels

Ce service offre un espace sûr, anonyme et confidentiel, où les appelants peuvent parler de nombreux problèmes et préoccupations, notamment : les problèmes liés au coming-out, les identités de genre et/ou de sexualité, les problèmes relationnels, les brimades, les

problèmes sur le lieu de travail, l'anxiété liée au VIH/sida, les informations sur le sexe à moindre risque, le suicide, et bien plus encore.

Centre de ressources pour bisexuels

La plus ancienne organisation bisexuelle nationale des États-Unis qui milite pour la visibilité des bisexuels et sensibilise les communautés LGBT et hétérosexuelles à la bisexualité.

GSA Link, Inc.

Connecter, responsabiliser et inspirer les jeunes LGBTQ+ par le biais d'une variété de programmes conçus pour écouter et promouvoir leurs voix avec le soutien de leurs pairs et d'adultes.

Supporters of Worcester Area GLBTQ+ Youth (SWAGLY) Soutien aux jeunes GLBTQ+ de la région de Worcester (SWAGLY)

Un club de soutien social pour les jeunes LGBTQIA+ et leurs alliés âgés de 18 ans et moins, avec un programme hebdomadaire qui fournit des informations sur le VIH et les IST, des conseils en matière de santé sexuelle, un soutien à l'affirmation du genre, un renforcement de la communauté, des divertissements, des excursions, un service de prévention et dépistage, du militantisme, une représentation des LGBTQIA+ dans les médias, et plus encore.

Love Your Labels

La mission de cet organisme est de soutenir les jeunes LGBTQ+ par le biais de l'art, la mode et le design, et de travailler avec les familles et les communautés pour créer partout un espace inclusif et chaleureux.

Ligne d'écoute LGBT (25 ans et moins)

Offre de l'aide, des informations, des références et un soutien pour toute une série de questions sans être jugé ou contraint de prendre une décision que vous n'êtes pas prêt à prendre. Des bénévoles formés abordent des questions telles que : le sexe à moindre risque, le coming-out, la recherche d'établissements accueillants pour les homosexuels, le VIH et le sida, la dépression, le suicide, le harcèlement et la violence à l'encontre des gays et des lesbiennes.

Springwell, Inc.

Initiative LGBTQIA+ pour les personnes âgées.
Ligne d'information confidentielle : 508-573-7288
Bureau principal : 508-573-7200

#GoOutside

Choses à faire

Vous n'êtes jamais trop âgé ou trop jeune pour participer à ces activités en ville. Pensez à profiter de nos programmes par l'intermédiaire de la bibliothèque, du centre pour personnes

âgées, du centre de loisirs ou d'autres entreprises et organismes à but non lucratif des environs.

Loisirs à Northborough

Le service des loisirs de Northborough propose aux habitants toute une gamme de programmes, d'activités et d'installations qui encouragent la santé, la forme physique, la culture, les loisirs, l'éducation et les opportunités sociales au sein de la communauté. Pour obtenir une liste de tous les programmes et parcs, veuillez consulter leur site Web.

Centre pour personnes âgées de Northborough

Le centre pour personnes âgées peut vous aider en vous proposant des services de proximité personnalisés, une aide alimentaire, une aide au chauffage, un prêt d'équipement médical, des fonds d'urgence, un soutien des soignants, des ressources en matière de logement, une aide en matière d'assurance, un soutien émotionnel et un lien social. Il propose également une variété d'ateliers, d'activités et d'opportunités de bénévolat.

Bibliothèque libre de Northborough

La Bibliothèque libre de Northborough fournit matériel, espace, accès et opportunités aux membres de la communauté pour apprendre et découvrir, enrichir leur vie et poursuivre leurs objectifs personnels, et s'engager avec les autres dans un environnement confortable. Vous pouvez consulter des livres, des médias, différents événements et programmes, ou réserver une salle de réunion/salle d'étude.

Cherchez l'icône représentant un ticket : cela signifie que les habitants peuvent réserver des laissez-passer à prix réduit auprès de la Bibliothèque libre de Northborough.

Fermes locales

Tougas Family Farm

Ferme fruitière proposant des fraises, des cerises, des myrtilles, des mûres, des pêches, des nectarines, des pommes et des citrouilles à cueillir soi-même. Activités familiales dans la basse-cour, l'aire de jeux et la cuisine de la ferme.

Davidian's Farm

Ouverte toute l'année, elle propose des produits locaux, notamment des fruits, des légumes et de la viande locale. On peut également y acheter des plats préparés, des produits de boulangerie et des articles de décoration. Comprend une épicerie fine et propose des services de traiteur.

Berberian's Farm

Cette ferme cultive la plupart des produits qu'elle vend : maïs, laitue, tomates, échalotes, courges, chou frisé, poivrons, aubergines, haricots, et bien plus encore.

Trombetta's Farm

Minigolf en salle, glaces et jardinerie.

Davis Farmland and Mega Maze

Toute une variété d'attractions, y compris leur méga labyrinthe. Barbecue, boissons et spectacles.

Randonnée et nature

Jardin botanique de Nouvelle-Angleterre à Tower Hill

69 hectares proposant : visites de jardins, promenades sur des sentiers, activités, événements privés, cours, mariages, expositions, et plus encore.

Jardin dans les bois

Un jardin botanique unique où vous découvrirez une collection de plantes naturalistes qui met en valeur les plantes indigènes de la Nouvelle-Angleterre avec des spécimens complémentaires provenant de tout le pays.

Centre de conservation et sanctuaire de la faune de Broad Meadow Brook

Sentiers de promenade, sentier sensoriel, aire de jeux dans la nature, nombreuses espèces sauvages et diversité des habitats, événements saisonniers, camp d'été, programme éducatif tout au long de l'année, différentes expositions à l'intérieur et une boutique de souvenirs.

Trustees Go Pass

Explorez plus de 100 biens nationaux répartis dans tout l'État, notamment des fermes, des parcs, des sites historiques et des musées. Découvrez des endroits où vous pourrez faire du cheval, de la voile, du canoë et bien plus encore.

Parc d'État de Hopkinton

Ce parc d'État dispose de sentiers, de plages, d'aires de pêche et de pique-nique. Le stationnement coûte 8 \$ pour les résidents du MA et 30 \$ pour les non-résidents ; il est gratuit avec un Trustees Go Pass.

Zone du Parc national des îles du port de Boston

Prenez un ferry pour les îles du port de Boston et faites du bateau, de la randonnée ou de la natation, ou visitez l'historique Fort Warren.

Sanctuaire de la faune de Broadmoor

Sentiers, barrages de castors, nidification des canards branchus, tortues, barrages de moulins, chutes d'eau, salles de classe, promenade le long d'habitats de plantes aquatiques et de faune, programmes publics, promenades nocturnes, camps d'été, observation des oiseaux, et bien plus encore.

Parcs et sentiers de la ville

Sentiers de Northborough

Il y a actuellement huit zones de loisirs autour de Northborough qui comprennent environ 32 km de magnifiques sentiers dans le cadre du système de sentiers de Northborough. Les sentiers peuvent être utilisés pour la randonnée, les promenades en raquettes, le VTT, l'équitation et le ski, sauf indication contraire.

Parc Assabet

Contient une aire de jeux pour les enfants de 7 ans ou moins et une aire de jeux d'eau.

Parc Ellsworth McAfee

Offre des terrains de football, une aire de jeux pour les enfants de 6 ans et plus, un planchodrome, des terrains de pickleball, des terrains de basket-ball, un terrain de volley-ball sur sable, un accès aux berges de la rivière Assabet et une piste de randonnée, un belvédère et un pavillon que l'on peut louer.

Parc Watson

Pêche sur le rivage, sentiers de randonnée, rampe de mise à l'eau et le Jardin de préservation de la pollinisation du parc Watson. Le jardin comprend des plantes indigènes, spécifiques pour nos abeilles indigènes en danger. La prairie de plantes indigènes est adjacente au jardin de pollinisation.

Jardin dans les bois

Offre 40 parcelles de jardin que les habitants de Northborough peuvent louer chaque année.

Sports pour les jeunes

Basket-ball pour les jeunes de Northborough
northboroyouthbasketball.org

Football pour les jeunes de Northborough
nysa.net/wp

Football et gymnastique d'animation pour les jeunes de Northborough et Southborough
jrthawks.com

Lacrosse pour les jeunes de Northborough et Southborough
nsyla.org

Association de base-ball et softball Algonquin
algonquinbsa.org

LE SAVIEZ-VOUS ?

Il y a actuellement huit zones de loisirs autour de Northborough qui comprennent environ 32 km de sentiers dans le cadre du système de sentiers de Northborough.

Organisations sportives

Teamworks

Offre des ligues et des tournois pour adultes dans les domaines suivants : football, basket-ball, hockey sur gazon, volley-ball, flag-football, futsal et wiffleball. Visitez leur site Web pour en savoir plus sur chaque ligue et obtenir des informations sur l'adhésion.

Sawyer's Bowladrome

Joignez-vous à une ligue de bowling pour personnes âgées, femmes, hommes ou groupe mixte, ou bien louez l'espace pour une fête privée. Contactez-les pour de plus amples informations sur les différentes ligues.

Terrain de golf Juniper Hill

36 trous de golf sur deux parcours différents et stimulants, ainsi qu'un pavillon récemment rénové qui comprend une boutique pro, un centre d'enseignement du golf, le Juniper Grille, et des salles de conférence et d'événements.

Loisirs à Northborough

Offre plusieurs ligues et cours pour adultes, dont le tir à l'arc, le golf, les leçons de tennis pour adultes et le softball à balle lente pour les femmes au printemps.

Salles de sport

Anytime Fitness

Propose une salle de sport ouverte et un entraînement personnel.

Aspire Fitness (Solutions de bien-être personnel)

Plans de remise en forme personnalisés conçus pour atteindre et surpasser les objectifs de santé et de remise en forme.

508-466-8114

aspirefitnessma.com

276 West Main St. Bâtiment arrière

Core Connection

Propose des cours de yoga, de cyclisme, de Pilates, de Reformer, de barre, des camps d'entraînement, et plus encore. Les séances sont proposées virtuellement, en plein air et en studio.

ForceField Athletics

Ce centre de fitness de 279 m² propose des cours collectifs et individuels visant à améliorer l'endurance cardio-respiratoire, la résistance, la force, la flexibilité, la puissance, la vitesse, la coordination, l'agilité, l'équilibre et la précision.

F45 Training Northborough

Entraînement fonctionnel qui est un mélange de circuit et d'entraînement de style HIIT axé sur les mouvements de tous les jours d'une durée de 45 minutes.

Hotworx

Séances d'entraînement au sauna infrarouge de 24 heures, comprenant des séances d'isométrie de 30 minutes et des séances de HIIT de 15 minutes, toutes dirigées par des instructeurs virtuels. Veuillez consulter le site Web pour obtenir la liste complète des séances d'entraînement proposées. Le centre dispose également d'une salle d'exercices fonctionnels que vous pouvez utiliser avant, après ou entre les séances d'entraînement.

Northborough Fitness

Centre de remise en forme ouvert 24 heures sur 24 proposant : vélo, musculation, entraînement personnel et bien plus encore.

Pure Barre

Propose des cours de groupe axés sur la musique qui mettent l'accent sur des mouvements à faible impact et à haute intensité pour renforcer et tonifier votre corps en moins d'une heure.

Undisputed Boxing Club

Club de boxe s'adressant à tous les niveaux d'expérience et à tous les âges pour enseigner la boxe authentique et personnaliser votre programme afin de satisfaire vos besoins spécifiques.

YMCA Boroughs Family Branch

Offre une grande variété de services à ses membres. Veuillez consulter le site Web pour obtenir une liste complète et précise des équipements et de leur disponibilité.

Activités artistiques et culturelles

Société historique de Northborough

Propose un musée et des archives ouverts au public, ainsi que des programmes mensuels.

Paint Your Own Pottery Studio (atelier de poterie)

Vous pouvez peindre chez vous grâce à l'option « poterie à emporter » ou prendre rendez-vous pour peindre dans l'atelier.

Polly Art Studio

Offre une variété de cours d'art pour tous les âges.

Formation continue

Assabet After Dark

Le plus grand programme de formation continue pour adultes de Metrowest. Il propose une grande variété de cours et d'ateliers pour adultes, allant des cours de cuisine au travail du bois, en passant par la formation EMT (technicien d'urgence médicale) ou les cours de finance. Les cours changent selon les saisons. Visitez le site Web pour obtenir une liste précise des programmes actuels.

508-263-9651

assabetafterdark.com
215 Fitchburg St., Marlborough

Possibilités de bénévolat

Conseils et comités municipaux

Si vous désirez devenir un membre actif de la communauté, rejoignez l'un des conseils ou comités de la ville ayant un poste à pourvoir ou présentez-vous aux prochaines élections.

Club féminin junior de Northborough

Club de femmes qui améliore la région par le biais de projets communautaires tels que : Les femmes dans les sciences, la technologie, l'ingénierie et les mathématiques (STEM), le recyclage du polystyrène, Pinwheels for Prevention, et le soutien aux organismes à but non lucratif.

Rotary club de Northborough

Travailler pour unir les gens et agir pour créer un changement durable – à travers le monde et au niveau national.

Corps de réserve médicale du Massachusetts

Servir la communauté en s'engageant pour les autres et en collectant des fonds pour les organisations et les programmes locaux, y compris les banques alimentaires et les groupes de jeunes locaux.

Lions Club de Northborough

Servir la communauté en s'engageant pour les autres et en collectant des fonds pour les organisations et les programmes locaux, y compris les banques alimentaires et les groupes de jeunes locaux.

Northborough Food Pantry (Banque alimentaire de Northborough)

Une source de nourriture supplémentaire pour les personnes ayant un revenu limité ou un besoin aigu.

Ressources en matière de démence

Alzheimer's Association

Offre un soutien et des possibilités virtuelles d'engagement.

Northborough Dementia/Cognitive Issues Alert (alerte à la démence et aux troubles cognitifs)

Un effort de coopération entre le service de police de Northborough et le Northborough Council on Aging pour aider les soignants des personnes atteintes de démence ou de troubles cognitifs à participer à l'enquête sur une personne portée disparue.

Springwell, Inc.

Offre des programmes de soins à domicile dans le Massachusetts, des repas à domicile, un programme de gestion de l'argent et un programme de soutien aux soignants ; fournit également des informations et des références sur les services destinés aux personnes âgées.

Programmes d'aide aux adultes

Programme d'accueil social de jour DayBreak

Programme destiné aux personnes atteintes de démence ou de troubles cognitifs, qui offre une expérience sûre et stimulante avec des activités amusantes et des interactions sociales, tout en permettant aux partenaires de soins d'avoir du temps pour eux. Se déroule au centre pour personnes âgées.

Une meilleure journée

Un programme social de jour spécialement conçu pour soutenir, connecter et fournir un engagement significatif aux adultes vivant avec des troubles cognitifs dans la région de MetroWest.

Modèle médical de soutien - Programme de jour

Modèle médical de soutien - Programme de jour

Aging Well ADH

Au centre Aging Well, les personnes âgées et les autres adultes ayant des besoins médicaux ou de réadaptation peuvent se faire des amis, accroître leur indépendance et recevoir les aides à la vie quotidienne dont ils ont besoin pour s'épanouir dans un environnement de jour enrichissant. Le personnel fournit un ensemble personnalisé de services et d'aides adaptés aux besoins de chaque personne que nous servons, y compris des personnes issues d'un large éventail de cultures.

Programmes de garde d'enfants et d'activités périscolaires agréés par l'EEC

Pour obtenir la liste complète des programmes de garde d'enfants agréés par l'EEC (y compris les garderies en milieu familial) dans notre région, visitez le site eeclead.force.com/EEC_ChildcareSearch.

École maternelle communautaire de l'église de la Nativité

508-393-1210

79 Bartlett St.

Nashoba Montessori School, Inc.

978-870-3818

40 Church St.

Skribbles Learning Center II, Inc.

508-393-2100

348 Main St.

Skribbles Learning Center, Inc

The Goddard School

Three Apples School

Northborough Extended Day Programs, Inc. (NEDP)

Organisme privé à but non lucratif qui propose des services de garde avant et après l'école pour les enfants de la maternelle au CM2 dans chacune des quatre écoles primaires publiques. L'accueil avant l'école est actuellement assuré dans les écoles de Lincoln Street et de Peaslee.

Aide financière

MA 211

Appel confidentiel pour trouver de l'aide dans votre communauté en période de crise. Disponible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

MA Department of Unemployment Assistance (DUA) (Département de l'assistance au chômage du MA)

Fournit une aide au revenu temporaire aux travailleurs éligibles du Massachusetts.

MA Department of Transitional Assistance (DTA) (Département de l'assistance transitoire du MA)

Le DTA fournit des prestations aux enfants, aux adultes, aux familles, aux personnes âgées et aux personnes handicapées. C'est également l'organisme responsable du SNAP (programme d'aide nutritionnelle supplémentaire, anciennement connu sous le nom de « food stamps » ou coupons alimentaires).

MA Good Neighbor Energy Fund (Fonds énergétique Good Neighbor du MA)

Fournit une assistance énergétique à des centaines de milliers d'habitants en situation de crise temporaire qui ont du mal à payer leurs factures d'énergie et qui ne sont pas éligibles aux fonds énergétiques de l'État ou du gouvernement fédéral.

Money Management International (MMI) Programs (Programmes de Money Management International)

MMI est un organisme à but non lucratif qui propose des solutions aux problèmes financiers quotidiens, notamment des services d'éducation et de conseil financiers.

MA Money Management Program (Programme de gestion de l'argent du MA)

Le programme de gestion de l'argent de Springwell apporte un soutien aux personnes âgées qui ont des difficultés à gérer leurs finances au quotidien en leur fournissant une aide gratuite pour le paiement des factures, l'établissement d'un budget, la lecture du courrier, la défense des intérêts auprès des prestataires de services, etc.

Northborough Helping Hands Association (NHHA) (Association Helping Hands de Northborough)

La mission de la NHHA est de coordonner des programmes d'aide aux personnes dans le besoin sous la forme de paniers de nourriture pour Thanksgiving, de cadeaux de Noël, de vêtements, d'équipement médical et d'aide d'urgence pour des services spéciaux. Les références sont traitées par l'intermédiaire du NFYS et du centre pour personnes âgées.

Ressources alimentaires

Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP) (Programme d'aide nutritionnelle supplémentaire)

SNAP fournit une allocation mensuelle pour l'achat d'aliments nutritifs. Pour bénéficier du programme SNAP, vous devez avoir de faibles revenus et être citoyen américain ou citoyen américain en situation régulière.

Banque alimentaire de Northborough

Une source de nourriture supplémentaire pour les personnes ayant un revenu limité ou un besoin aigu. Les habitants de Northborough ou les personnes qui sont membres actifs d'une église située à Northborough peuvent faire leurs courses à la banque alimentaire une fois par semaine. Northborough Friendship Fridge (réfrigérateur de l'amitié de Northborough) est situé à l'extérieur : prenez ce dont vous avez besoin et laissez ce que vous pouvez.

Repas communautaires

Pour ceux qui ont besoin de nourriture, joignez-vous à nous le mercredi soir à 17h30 sur le parking de l'église Trinity.

Ligne d'assistance du Project Bread Food Source

Aide à la localisation des ressources alimentaires avec des services de traduction disponibles.

MA Women, Infants, & Children Nutrition Program (WIC) (Programme de nutrition pour les femmes, les nourrissons et les enfants du MA)

Le WIC est un programme de nutrition qui fournit gratuitement aux familles du MA remplissant les conditions requises des aliments sains, une éducation nutritionnelle, un soutien à l'allaitement et des références vers les soins de santé, ainsi que d'autres services.

Repas scolaires

Écoles publiques de Northborough et Southborough. Pour les familles d'enfants en âge scolaire.

Centre de restauration pour personnes âgées : Bistro @ 119

Bistro @ 119 est ouvert pour le déjeuner du lundi au jeudi à midi.

Assistance générale

Services sociaux

Services à la famille et à la jeunesse de Northborough
508-393-5020

Aide sociale pour personnes âgées de Northborough
508-393-5035

District régional des anciens combattants du Massachusetts central
774-293-2208

South Middlesex Opportunity Council (SMOC) (Conseil des opportunités du South Middlesex)

Se consacre à l'amélioration de la qualité de vie des personnes et des familles à faibles revenus et défavorisées en défendant leurs besoins et leurs droits. Il fournit des informations, des ressources, un soutien et des services dans les domaines suivants : famille et nutrition, santé mentale et abus de substances, logement et sans-abrisme, énergie et assistance financière, développement économique et développement de la main-d'œuvre.

Préparation aux situations d'urgence

Manuel de préparation aux situations d'urgence

La ville de Northborough dispose d'un guide détaillé et convivial pour aider les familles à se préparer aux situations d'urgence. Consultez ou téléchargez le manuel sur notre site Web.

CodeRED

Système gratuit de notification d'urgence utilisé par la ville de Northborough. CodeRED permet de communiquer des messages importants aux habitants par téléphone, SMS et/ou courriel en temps réel. Inscrivez-vous sur le site Web ou en utilisant l'application caméra de votre smartphone pour scanner le code QR.

Aveugles et malvoyants

Commission du MA pour les aveugles

S'adresse aux personnes légalement aveugles du Massachusetts en leur donnant accès à des possibilités d'emploi et de réadaptation sociale afin d'accroître leur indépendance et leur autodétermination.

Visions of Independence (Visions d'indépendance)

Aide les personnes souffrant d'une perte de vision à vivre leur vie et leur donne un nouvel espoir.

MA Association for the Blind and Visually Impaired (MBVI) (Association du MA pour les aveugles et les malvoyants)

Fournit des services de réadaptation visuelle et de soutien par l'accès à des cliniques de basse vision, à des groupes de soutien par les pairs, à une assistance bénévole individuelle, à une réadaptation visuelle à domicile, à des conseils d'adaptation et à des soutiens en matière de santé mentale, ainsi qu'à une formation en matière d'accès et de technologie d'assistance.

Programme de distribution d'équipement du MA

Offre des téléphones spécialisés, avec ou sans fil, aux habitants souffrant d'un handicap permanent.

Sourds/malentendants

Service de relais du MA

Service de relais de communication pour les personnes sourdes, malentendantes, devenues sourdes tardivement ou souffrant de troubles de la parole.

MA Commission for the Deaf and Hard of Hearing (Commission du MA pour les sourds et les malentendants)

Sa mission est de veiller à ce que les programmes, les services et les opportunités dans l'ensemble du MA soient pleinement accessibles aux personnes sourdes et malentendantes.

Assistance générale

Transport

Services de transport adapté de la WRTA

Fournit des services de transport de l'origine à la destination aux clients éligibles à l'ADA (Loi sur les Américains handicapés). Les habitants doivent remplir un formulaire de demande avant d'accéder à ces services.

Transport MassHealth

Human Service Transportation Office (HST, Bureau des transports de services sociaux) gère les transports non urgents vers et depuis les rendez-vous médicaux pour les membres de MassHealth Standard, MassHealth CommonHealth ou MassHealth CarePlus. Les habitants éligibles peuvent réserver des trajets à l'aide d'une application, sur le site Web ou en appelant.

Blackstone Valley Livery

Fournit des services de transport non urgents vers et depuis des rendez-vous médicaux. Des services pour les fauteuils roulants sont disponibles.

Aide à l'achat de carburant

South Middlesex Opportunity Council (SMOC) (Conseil des opportunités du South Middlesex)

Fournit des services d'étanchéisation et des systèmes de chauffage. Se consacre à l'amélioration de la qualité de vie des personnes et des familles à faibles revenus et défavorisées en défendant leurs besoins et leurs droits.

Worcester Community Action Council, Inc. (WCAC)

Sa mission : Briser le cycle de la pauvreté par le biais de services de protection et de solutions de développement des actifs, en utilisant des programmes tels que l'aide à l'énergie, l'éducation et les soins précoces, l'autonomisation financière, le développement positif des jeunes et les parcours professionnels.

Low Income Home Energy Assistance Program (LIHEAP) (Programme d'assistance énergétique aux ménages à faibles revenus)

Aide les ménages éligibles à payer leurs factures de chauffage en hiver.

Assistance juridique

Aide juridique communautaire

Améliorer la vie des personnes âgées et à faibles revenus grâce à une assistance juridique qui protège les droits fondamentaux, garantit l'accès aux besoins de base et conteste les politiques et les pratiques qui leur portent préjudice.

Aide juridique du Massachusetts

Portail en ligne reliant les individus aux ressources publiques et aux informations qui amélioreront l'accès à la justice pour les populations à faibles revenus et défavorisées.

Catholic Charities of Worcester County

Fournir des services aux réfugiés et aux immigrants.

Political Asylum/Immigration Representation Project (PAIR) (Projet de représentation en matière d'asile politique et d'immigration)

Organisme à but non lucratif travaillant avec des demandeurs d'asile, des survivants de la torture et des immigrants injustement détenus, en représentant des demandeurs d'asile à faibles revenus par l'intermédiaire d'avocats bénévoles et en fournissant des présentations « Know Your Rights » (Connaissez vos droits) et une représentation aux non-citoyens en détention pour des raisons d'immigration dans le Massachusetts.

Services d'information du Département de la justice pénale

Peut aider les victimes à accéder au casier judiciaire d'un délinquant et aider les victimes et les personnes touchées par la criminalité à s'inscrire pour recevoir des notifications actualisées après la condamnation d'un délinquant.

Court Appointed Special Advocates/Guardian Ad Litem (CASA/GALs) Project of Worcester County (Projet d'avocats spéciaux nommés par le tribunal/tuteurs ad litem) du comté de Worcester)

CASA est un organisme à but non lucratif qui s'engage à défendre les intérêts des enfants maltraités et négligés devant les tribunaux du comté de Worcester en recrutant, sélectionnant et formant des bénévoles de la communauté pour devenir des CASA/GAL, afin d'aider les enfants maltraités et négligés à s'orienter dans les tribunaux pour mineurs du comté de Worcester.

Ligue anti-diffamation de Nouvelle-Angleterre

Organisme de lutte contre la haine qui combat les actes d'antisémitisme et toutes les formes de haine en dénonçant l'extrémisme, en dispensant une éducation contre les préjugés et en luttant contre la haine en ligne, dans l'espoir d'avoir un monde dans lequel aucun groupe ni individu ne souffre de préjugés, de discrimination ou de haine.

Commission du MA contre la discrimination

Agence indépendante de l'État qui veille à l'application des lois antidiscriminatoires du Massachusetts en enquêtant sur les plaintes pour discrimination, en proposant des formations correctives et préventives et en publiant des ressources en ligne.

American Civil Liberties Union (ACLU) of MA (Union américaine pour les libertés civiles du MA)

Organisme non partisan qui défend les principes inscrits dans la Déclaration des droits de l'État du Massachusetts, ainsi que dans la Constitution américaine et la Déclaration des droits.

Metrowest Legal Services

Fournit une assistance juridique civile gratuite aux personnes à faibles revenus et aux victimes de la criminalité qui seraient privées de justice sans l'aide de cet organisme.

National Association for the Advancement of Colored People (NAACP) (Association nationale pour la promotion des personnes de couleur)

Militantisme de base pour les droits civiques et la justice sociale. Sa mission : Parvenir à l'équité, aux droits politiques et à l'inclusion sociale en faisant progresser les politiques et les pratiques qui étendent les droits de l'homme et les droits civils, éliminent la discrimination et accélèrent le bien-être, l'éducation et la sécurité économique de la population noire et de toutes les personnes de couleur grâce à l'équité raciale, à l'engagement civique et à des politiques et des institutions de soutien pour tous les individus marginalisés.

Aide au logement

Office du logement de Northborough

Sa mission : Fournir des logements abordables, sûrs et confortables aux personnes âgées, aux personnes handicapées et aux familles qui ont besoin d'aide.

Residential Assistance for Families in Transition (RAFT) (Assistance résidentielle aux familles en transition)

Les programmes RAFT et ERAP, financés par l'État, sont des outils utilisés par l'équipe du HCEC pour fournir aux ménages ou aux personnes éligibles un financement pouvant être utilisé afin de les aider à conserver leur logement, à en obtenir un nouveau ou à éviter de devenir sans-abri.

Aide à la vie autonome

Whitney Place Assisted Living et Memory Care

Une communauté chaleureuse et accueillante qui offre aux personnes âgées le soutien dont elles ont besoin pour s'épanouir. Elle propose des soins adaptés à chaque personne, des appartements privés ou partagés, des repas et des collations, des possibilités de loisirs, des transports locaux réguliers et une intervention d'urgence 24 heures sur 24.

Coleman House

Ce centre propose des services de soins infirmiers spécialisés et des services d'aide à la vie autonome conçus pour les personnes souffrant de pertes de mémoire.

Articles ménagers

Fresh Start Furniture Bank

Un organisme caritatif géré par des bénévoles qui aide à restaurer l'espoir, la dignité et la stabilité dans notre communauté en recyclant gratuitement des meubles et des articles ménagers donnés à des personnes dans le besoin.

Household Goods Recycling of MA (Recyclage d'articles ménagers du Massachusetts)

Ce centre propose gratuitement une gamme complète de meubles et d'articles ménagers donnés pour aider les personnes dans le besoin à se créer un foyer.

Refuges et services de logement d'urgence

Coalition du Massachusetts pour les sans-abris

Offre un certain nombre de programmes pour aider les personnes sans domicile fixe ou qui risquent de le devenir.

Centres d'éducation des consommateurs en matière de logement

Offre des réponses à un large éventail de questions sur tous les types de problèmes de logement. Les locataires, les propriétaires et les acheteurs potentiels peuvent accéder à des informations conçues pour maximiser la stabilité du logement, renforcer les investissements et minimiser les litiges.

Executive Office of Housing and Livable Communities (EOHLC) (Bureau exécutif pour le logement et les communautés vivables)

L'EOHLC, par l'intermédiaire de ses partenaires communautaires et commerciaux, propose des options de logement abordable, une aide financière et d'autres formes de soutien aux communautés du Massachusetts. Nous supervisons différents types d'aide et de financement pour les consommateurs, les entreprises et les partenaires à but non lucratif.

Veterans, INC

Un leader national dans la lutte contre le sans-abrisme chez les anciens combattants, le plus grand prestataire de services aux anciens combattants et à leurs familles en Nouvelle-Angleterre.

En cas d'urgence ou de catastrophe naturelle, la ville de Northborough peut ouvrir des abris. Inscrivez-vous au système de notification d'urgence CodeRED de la ville de Northborough à town.northborough.ma.us/fire-rescue-emergency-management.

#bewell

Ressources en matière de santé

Aide en matière d'assurance maladie

Serving Health Insurance Needs of Everyone (SHINE) (Répondre aux besoins de chacun en matière d'assurance maladie)

SHINE fournit gratuitement des conseils impartiaux en matière d'assurance maladie, des informations et de l'aide aux habitants du Massachusetts bénéficiant de Medicare, à leurs soignants et à ceux qui sont sur le point d'être éligibles à Medicare. Administré par le centre pour personnes âgées de Northborough.

Centre d'inscription à MassHealth

Au Massachusetts, Medicaid et le Children's Health Insurance Program (CHIP, Programme d'assurance maladie pour les enfants) sont combinés en un seul programme appelé MassHealth. Les membres de ce programme peuvent bénéficier de visites chez le médecin, de services dentaires, de séjours à l'hôpital, de médicaments sur ordonnance et de bien d'autres services importants.

Medicare

Medicare est une assurance maladie pour les personnes âgées de 65 ans et plus. Vous pouvez vous inscrire à Medicare trois mois avant votre 65e anniversaire, ou plus tôt si vous souffrez d'un handicap, d'une insuffisance rénale terminale ou de la SLA (sclérose latérale amyotrophique).

Health Care for All

Cet organisme aide les personnes à s'inscrire aux programmes publics d'assurance maladie, à obtenir une assistance pour payer leur assurance maladie et répond aux questions sur les assurances privées.

MA Health Connector

Marché de l'assurance maladie de l'État qui facilite la recherche d'une assurance maladie et dentaire abordable.

State Program for In-Home Assistance (Programme national d'assistance à domicile)

Springwell, Inc.

Programmes d'État de soins à domicile pour : soins personnels à domicile, aide ménagère, compagnie, rappels de médicaments et gestion de cas. Il faut remplir certaines conditions d'éligibilité pour bénéficier de ces services.

Services aux personnes handicapées

Office du handicap du Massachusetts

Veille à ce que les personnes handicapées puissent participer de la même façon à tous les aspects de la vie dans notre État.

Commission de protection des personnes handicapées du MA

Protège les adultes handicapés contre les actes abusifs ou les omissions de leurs soignants par la surveillance des enquêtes, la sensibilisation du public et la prévention.

Assistance pour les médicaments sur ordonnance

MA Medline (MCPHS Pharmacy Outreach Program) (Programme de sensibilisation à la pharmacie)

Géré par le MA College of Pharmacy and Health Sciences, ce programme fournit des informations susceptibles de réduire le coût de vos médicaments, propose des services de gestion de la thérapie médicamenteuse aux patients et aux professionnels de la santé, et vous aide à comprendre les avantages de votre régime d'assurance-médicaments.

Prescription Advantage

Programme de médicaments sur ordonnance parrainé par l'État pour les personnes âgées et les personnes handicapées, qui fournit une aide financière pour réduire les coûts des médicaments sur ordonnance.

Prêt d'équipement médical

Helping Hands

Les habitants de Northborough peuvent emprunter n'importe quel équipement (en fonction des disponibilités). Ce programme a été mis en place pour assurer la disponibilité d'équipements médicaux gratuits pour un usage à court ou à long terme.

Centres de soins d'urgence

Carewell Urgent Care
978-494-5235
carewellurgentcare.com/centers/
Northborough
333 SW Cutoff

Minute Clinic – Clinique sans rendez-vous dans la pharmacie CVS
866-389-2727
cvs.com
24 W. Main St.

Hôpitaux

Hôpital UMass Memorial- Marlborough
508-481-5000
ummhealth.org
157 Union St., Marlborough

Hôpital Framingham Union
508-383-1000
mwmc.com
115 Lincoln St., Framingham

UMass Memorial HealthAlliance
Hôpital Clinton
978-368-3000
ummhealth.org
201 Highland St., Clinton

UMass Memorial - Campus universitaire
508-334-1000
ummhealth.org
55 Lake Ave. North, Worcester

Hôpital St. Vincent de Worcester
508-363-5000
stvincenthospital.com
123 Summer St., Worcester

UMass Memorial Medical Center–Campus Memorial
508-334-1000
ummhealth.org
119 Belmont St., Worcester

Agression sexuelle/violence domestique

Ligne d'assistance Safelink du MA contre la violence domestique

Ligne d'assistance téléphonique gratuite 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 contre la violence domestique au Massachusetts.

Voices Against Violence (Voix contre la violence)

Œuvre pour mettre fin à la violence sexuelle et domestique en donnant aux victimes et aux survivants les moyens de s'aider eux-mêmes et d'aider leurs enfants.

Building Will Reclaiming Independence (BWRI)

BWRI se consacre à la création d'une communauté sans violence domestique par le biais de l'éducation, l'intervention et la prévention.

Jane Doe Inc.

Œuvre à la création d'un changement social en s'attaquant aux causes profondes de la violence domestique et en favorisant la justice, la sécurité et la guérison pour les survivants.

National Sexual Violence Resource Center (NSVRC) (Centre national de ressources contre la violence sexuelle)

Ce centre s'efforce de jouer un rôle de premier plan dans la prévention et la réponse à la violence sexuelle en collaborant, en partageant et en créant des ressources et en favorisant la recherche.

Rape, Abuse, & Incest National Network (RAINN) (Réseau national contre le viol, l'abus et l'inceste)

La plus grande organisation nationale de lutte contre la violence sexuelle met en œuvre des programmes visant à prévenir la violence sexuelle, à aider les victimes et à s'assurer que les auteurs sont traduits en justice.

Pathways for Change

Cet organisme offre des services aux personnes légalement aveugles du Massachusetts en leur donnant accès à des possibilités d'emploi et de réadaptation sociale dans le but d'accroître leur indépendance et leur autodétermination.

The Network/La Red

Un organisme de justice sociale dirigé par des survivants, qui s'efforce de mettre fin à la violence conjugale dans les communautés lesbiennes, gays, bisexuelles, transgenres, BDSM, polyamoureuses et queer.

Lieux de culte

En ville

Church of Christ

508-393-0761
northborococ.org
456 W. Main St

Church of the Nativity
508-393-3146
churchofthenativity.org
45 Howard St.

First Parish Church Unitarian
508-393-6422
firstparishnorthboro.org
40 Church St.

Kingdom Hall of Jehovah's Witnesses
508-393-1339
419 Main St.

Rice Memorial Baptist Church
508-393-3481
ricebaptistchurch.org
85 Lincoln St.

St. Bernadette Parish
508-393-2838
stb-parish.org
266 Main St.

St. Rose of Lima Parish
508-393-2413
saintroseoflima.org
244 W. Main St.

Seventh-Day Adventist Church
508-363-6577
northborosda.org
30 Brigham St.

Sri Shirdi Sai Baba Temple
774-276-9724
shrigurusthan.com
107 Otis St.

Shri Radha Krishna Mandir
617-669-0709
shreeradhakrishna.org
155 Otis St.

Trinity Church
508-393-8156
trinitynorthborough.org
23 Main St.

Unity of Central MA
508-691-6966
unityofcentralma.org
386 W. Main St. Unit #4

Lieux de culte

Autres confessions près de Northborough

Chapel of the Cross
508-870-0001
chapelcares.com
160 Flanders Rd., Westborough

Temple Emanuel
508-485-7565
templemanuelma.org
150 Berlin Rd., Marlborough

Beth Tikvah Synagogue
508-616-9037
bethtikvahsynagogue.org
30 Oak St., Westborough

Congregation B'Nai Shalom
508-366-7191
cbnaishalom.org
117 E. Main St., Westborough

Chinese Gospel Church
508-229-2299
cgcm.org/lifelight
60 Turnpike Rd., Southborough

Boroughs Islamic Society
508-381-9504
boroughsislamicociety.com
182 Turnpike Rd #95, Westborough

First Congregational Church
508-845-7286

fccsm.org
19 Church Rd., Shrewsbury

Événements annuels à Northborough

JANVIER

Déjeuner du Nouvel An, Centre pour personne âgées

FÉVRIER

Semaine de la gentillesse

Préparation des impôts de l'AARP, Centre pour personnes âgées

Taxe foncière à payer

MARS

Semaine du bien-être

Début des cours de printemps, loisirs

Mois de la nutrition

Préparation des impôts de l'AARP, Centre pour personnes âgées

AVRIL

Préparation des impôts de l'AARP, Centre pour personnes âgées

Écusson de la police pour le Mois de la sensibilisation à l'autisme

Fin du programme d'aide à l'achat de carburant sur le site FYS

Réunion annuelle de la ville

M AI

Journée de la marche à l'école

Nettoyage de la ville

Sensibilisation à la santé mentale

Collecte annuelle de sacs à dos

Journée « À prendre ou à laisser »

Taxe foncière à payer

Élections municipales

JUIN

Coup d'envoi de l'été « Be Well »

Lecture d'été à la bibliothèque

Début des cours d'été, loisirs

Culture-Fest

JUILLET

BBQ d'été, Centre pour personnes âgées

Lecture d'été à la bibliothèque

A O Û T

Soirée nationale de la police

S'inscrire aux alertes CodeRED

Taxe foncière à payer

S E P T E M B R E

AppleFest

Mois d'inscription à la carte de bibliothèque

Début des cours d'automne, loisirs

O C T O B R E

Journée de la marche à l'école

Maison hantée à la bibliothèque

Trunk-or-Treat, Centre des personnes âgées

Écusson de la police pour le Mois de la sensibilisation au cancer du sein

Collecte de cartes-cadeaux « Making Seasons Bright »

Journée des déchets dangereux

N O V E M B R E

Début du programme d'aide à l'achat de carburant sur le site FYS

Programme de dons pour les fêtes

Déjeuner de la journée des anciens combattants, Centre pour personnes âgées

Taxe foncière à payer

D É C E M B R E

Début des cours d'hiver, loisirs

Événements de la ville pendant la période des fêtes

Programme de rachat d'armes de la police

Rester informé

Inscrivez-vous pour recevoir les nouvelles et annonces de la ville de Northborough afin d'être régulièrement informé des réunions, annonces, événements et autres.

Bulletins d'information des services municipaux

Loisirs

Bulletin électronique hebdomadaire contenant des informations sur les programmes et les cours pour tous les âges.

northboroughma.myrec.com

Sauvetage incendie et gestion des urgences

Suivez-nous sur Facebook, X ou Instagram, ou inscrivez-vous aux alertes d'urgence CodeRED.

town.northborough.ma.us/fire-rescue-emergency-management

Bibliothèque

Bulletin électronique hebdomadaire avec des rappels sur les événements à venir pour tous les âges, les nouveaux services, et plus encore.
northboroughlibrary.org

Centre pour personnes âgées

À suivre sur Facebook pour des mises à jour régulières. Un bulletin d'information mensuel imprimé est automatiquement envoyé aux habitants de plus de 65 ans.
town.northborough.ma.us/senior-center

Actualités des écoles (pour les parents)

Rejoignez un ou plusieurs groupes communautaires des écoles publiques de Northborough et Southborough.
<http://bit.ly/nsboroschoolnews>

Événements communautaires – Guide de Northborough

Bulletin électronique hebdomadaire avec des événements et des annonces de la part de groupes de Northborough. Géré par la bibliothèque de Northborough.
northboroughguide.com

Ressources supplémentaires

FindHelp.org

Pour obtenir des ressources locales supplémentaires ne figurant pas dans ce guide, telles que fournitures pour bébés, vêtements, articles ménagers, informations sur les droits des travailleurs, etc., veuillez consulter le site findhelp.org et entrer votre code postal. Le site est disponible en plusieurs langues.

En savoir plus

Pour accéder à des informations fiables et faisant autorité sur des sujets médicaux, de santé ou de bien-être, visitez la page « Health Resources » du site Web de la bibliothèque à l'adresse www.northboroughlibrary.org. Les ressources sont accessibles sans carte de bibliothèque.

Bibliothèque libre de Northborough

34 Main St.

Northborough, MA 01532

508-393-5025

Heures d'ouverture de la bibliothèque libre de Northborough

Du lundi au mercredi 9h30 - 20h

Du jeudi au samedi

9h30 - 17h