PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

Ang pagkakaroon ng akses sa mga serbisyo na dekalidad, napapanahon, komprehensibong pagpaplano ng pamilya at kalusugang reproduktibo ay mahalaga sa kalusugan ng mga indibidwal, pamilya, at komunidad. Inilalarawan ng gabay na ito ang mga mapagkukunan ng tulong/impormasyon na magagamit sa Los Angeles County para sa sinumang nangangailangan ng pangangalaga sa pagpapalaglag, kontrasepsyon, o mga kaugnay na serbisyo.

Ang gabay na ito ay regular na inabago para napapanahon para ipakita ang nagbabagong kalagayan sa kalusugang reproduktibo sa County. Ang mga mapagkukunan ng tulong/impormasyon ay nakalista ayon sa alpabeto sa bawat seksyon.

SINO ANG NAGKAKALOOB NG SERBISYO NG PAGPAPALAGLAG SA LA COUNTY?

Ang pangangalaga sa pagpapalaglag ay magagamit at naa-akses sa LA County. Ang pagpapalaglag ay saklaw ng seguro sa kalusugan (health insurance) sa California, kabilang ang Medi-Cal. Tandaan na ang lahat ng tao na may mababang kita sa California ay may akses sa Medi-Cal habang nagbubuntis, anuman ang katayuan sa imigrasyon. Ang pagpapalaglag ay magagawa sa pamamagitan ng gamot (mga tableta) o sa pamamagitan ng isang pamamaraan sa loob ng klinika, depende sa kagustuhan ng pasyente, kalagayan ng kalusugan ng mga indibidwal at sitwasyon sa pamumuhay, at yugto ng pagbubuntis.

Sa ilang mga kaso, ang mga pribadong obstetrician/gynecologist (OB-GYN) na manggagamot o nurse practitioner/nurse midwife ay maaaring magbigay ng pangangalaga sa pagpapalaglag. Sa karamihan ng mga kaso, ang mga serbisyo sa pagpapalaglag ay ibinibigay ng mga OB-GYN na may pagsasanay para sa dalubhasang pangangalaga na ito.

Kinabibilangan sa mga nagkakaloob ng serbisyo sa pagpapalaglag sa Los Angeles County ang:

Cedars Sinai | Programa sa Pagpaplano ng Pamilya
https://www.cedars-sinai.org/programs/gynecology/clinical-programs/familyplanning.html
310-423-3946 (Bukas Lunes - Biyernes, 8 n.u.-4:30 n.h.)
Sa pagpunta ng personal sa klinika na nag-aalok ng isang buong hanay ng mga serbisyo sa pagpaplano ng pamilya pati na rin ang medikal at pangangalaga sa pag-ooperang (surgical care) pagpapalaglag.

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

FPA Women's Health
https://www.fpawomenshealth.com/abortion
Tumawag o Mag-text sa 877- 883-7264 (Bukas Lunes – Biyernes, 8 n.u.-5 n.h.)
Sa personal, online at telehealth na medisinang klinika ng pangangalaga sa kalusugan ng kababaihan na naggkakaloob ng serbisyo na gynecology, pagpigil sa pag-aanak (birth control), pagpapalaglag at pagsusuri sa mga impeksyong nakukuha sa pakikipagtalik (STI). https://www.fpawomenshealth.com/telehealth

Her Care
https://hercare.org/
213-516-8580 (9:00 n.u.-6:00 n.h.)
Pribadong pagpaplano ng pamilya, pagpaparetoke (cosmetic surgery), at tagapagkaloob ng serbisyo sa pagpapalaglag para sa mga kababaihan na may edad na 15 - 65 sa tatlong lokasyon ng LA County.

Kagawaran ng Mga Serbisyong Pangkalusugan ng LA County (DHS)
https://dhs.lacounty.gov/womens-health/our-services/womens-health/abortion/care121/
(877)-CARE121 (Lunes-Biyernes 7:30 n.u. – 6:30 n.h. PST)
Pribado at kumpidensyal na serbisyo sa pagpapalaglag nang libre o sa mababang halaga para sa sinuman, anuman ang edad. Nagbibigay ng karagdagang suporta na nakatuon sa indibidwal, kasama na ang pagpapayo, impormasyong medikal at edukasyon, at iba pang pangangailangan tulad ng transportasyon, pag-access sa masustansyang pagkain, paghahanap ng mag-aalaga ng bata (childcare), at marami pa.

Luna Flow
https://www.lunaflowhealth.com
Pribadong medikal na pagpapalaglag sa pamamagitan ng telemedicine sa California, hanggang sa 10 linggo ng pagbubuntis. Magagamit din ang mga serbisyo sa personal na pagpunta sa lokal na lugar sa Los Angeles County.

My Choice Medical Center
https://www.mychoicemedicalcenter.com/
866-397-3070, bukas buong araw ng mayroong tipan (appointment) lamang
Ang My Choice Medical Center ay isang kumpletong mga serbisyong pribadong medikal na kasanayan na nag-aalok ng mga serbisyo sa pagpapalaglag.

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

Planned Parenthood Los Angeles (PPLA)
https://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-los-angeles
800-576-5544 (Bukas Lunes – Sabado, 8 n.u.-5 n.h.)
Ang Planned Parenthood ng Los Angeles ay nagkakaloob ng komprehensibong pangangalaga sa kalusugang reproduktibo sa mga komunidad sa buong LA County.

Planned Parenthood Pasadena at San Gabriel Valley (PPPSGV)
https://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-pasadena-san-gabrielvalley /getcare
626-798-7938
Ang Planned Parenthood ng Pasadena at San Gabriel Valley ay nagkakaloob ng komprehensibong pangangalaga sa kalusugan ng reproduktibo. Pagpunta ng walang tipanan [appointment (walk-in)], parehong araw o tipanang (appointment) video conferencing sa mga mga nagkakaloob ng medikal na serbisyo.

UCLA | OBGYN Sangay ng Pagpaplano ng Pamilya
https://www.uclahealth.org/obgyn/family-planning
Kontakin ang nagkokoordina (coordinator): 310-825-5961 Oras ng Opisina: Lunes – Huwebes 8-5 n.h., Biyernes 8 – 4:30 n.h. Sarado para sa tanghalian 12 – 1 n.h.
Ang klinika na ito ay nagkakaloob ng komprehensibong mga serbisyo sa kalusugan ng reproduktibo.

SAAN AKO MAKAKAHANAP NG MGA LOKAL AT PAMBANSANG NAG-OOPERA (SURGICAL) AT MEDIKAL NA MGA LUGAR NG PAGPAPALAGLAG

Ang pagpapalaglag ay naaayon sa batas at ligtas sa estado ng California. Ang pangangalaga sa pagpapalaglag sa California ay magagamit ng lahat ng mga buntis sa anumang edad, **anuman ang katayuan sa imigrasyon o kung saan ka man nakatira.**

Ang mga pambansang website na ito ay tumutulong sa mga taong gusto pa ng mas maraming impormasyon tungkol sa kung saan at kung paano magpapalaglag.

Tagahanap ng Pagpapalaglag (Abortion Finder)
https://www.abortionfinder.org/
Website na may higit sa 700 mga sentro ng kalusugan at isang komprehensibong direktoryo ng mga beripikadong tagapagkaloob ng serbisyo sa pagpapalaglag.

ACCESS Reproductive Justice

https://accessrj.org/
(Bukas ng Lunes - Huwebes, 10 n.u. – 4 n.h.)
Linya ng Kalusugan sa Ingles (English Healthline): 800-376-4636 (bukas Lunes - Huwebes, 10:00 n.u. – 4 n.h.)
Linya ng Kalusugan sa Espanyol (Spanish Healthline): 888-442-2237
Linya ng Kalusugan sa Text (Text Healthline): 510-925-0335
Ang linya ng tinatawagan (Ingles at Espanyol) ay nagbibigay ng libre at kumpidensyal na impormasyon, pagrereto (referral), adbokasiya, at pagpapayo sa kapwa (peer counseling) sa maraming mga isyu sa reproduktibo at kalusugan sa sekswalidad, na may kadalubhasaan sa mga pagpipilian sa pagbubuntis at mga serbisyo sa pagpapalaglag.

Aid Access

https://aidaccess.org/
Ang AID Access ay nagtatrabaho upang mapabuti ang katayuan ng kalusugan at karapatang pantao ng mga kababaihan na hindi maaaring ma-akses ang mga lokal na serbisyo sa pagpapalaglag.

American College of Obstetricians at Gynecologists (ACOG)

https://www.acog.org/womens-health/faqs/induced-abortion
Maaasahan, impormasyong pangkalusugan na batay sa ebidensya, na nakatuon sa kalusugan ng kababaihan.

Akses sa Pagpapalaglag sa California

https://www.cdph.ca.gov/programs/ohe/abortion/pages/home.aspx
Ang website na ito ng estado ng California ay naglista ng mga kasalukuyan at tumpak na impormasyon tungkol sa kung paano mo maa-akses ang mga serbisyo ng pagpapalaglag sa California.

Hey Jane

https://www.heyjane.co/
Mga nagkakaloob ng text sa 405-643-7957
Isang virtual na klinika na nagkakaloob ng mga tabletas ng pagpapalaglag na ipinapadala sa iyong tahanan.

INeedAnA
https://www.ineedana.com/
Ang "I Need an A (Kailangan Ko ng A)" ay isang online at aktibong pag-uugnay (interactive) na plataporma sa Ingles at Espanyol na tumutulong sa mga gumagamit sa paghahanap ng mga mapagkukunan ng impormasyon/tulong at klinika sa kanilang pagpipiliang lugar o zip code.

Linya ng Tatawagan para sa Nakunan at Pagpapalaglag (Miscarriage + Abortion Hotline)
https://www.mahotline.org/
833-246-2632; Mga oras ng linya ng tatawagan (hotline): 5 n.u. – 10 n.g. Oras ng Pasipiko
Maghanap ng kumpidensyal na suporta at alagaan ang iyong sarili kapag ikaw ay nakunan o pagpapalaglag. Tumawag o mag-text sa mga klinikal na doktor (clinician) na may maraming taon ng karanasan sa pag-aalaga ng nakunan at pagpapalaglag.

National Abortion Federation
https://prochoice.org/patients/find-a-provider/
Isang aktibong pag-uugnay (interactive) online na mapa para makahanap ng magkakaloob ng serbisyo na malapit sa iyo (Amerika, Mexico, Canada). Para sa impormasyon tungkol sa pagpapalaglag at iba pang mga mapagkukunan ng tulong/impormasyon, kabilang na ang tulong pinansyal, tumawag sa 1- 800-772-9100.

Plan C
https://www.plancpills.org/
Ang Plan C ay nagkakaloob ng kasalukuyang impormasyon sa Ingles at Espanyol para tulungan ang mga tao sa Amerika na ma-akses ang online na mga pagpipilian ng tabletang pampalaglag na magagamit sa bahay.

Mga Espesyalista sa Kalusugan ng Kababaihan (Women's Health Specialists)
https://www.womenshealthspecialists.org/
800-714-8151 (Bukas Lunes-Biyernes 8:30 n.u. – 5:00 n.h.)
Ang mapagkukunan ng tulong/impormasyong ito ay nagbibigay ng suporta sa kalusugang reproduktibo, edukasyon, at mga serbisyo.

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

BABALA: MAG-INGAT SA MAPANLINLANG NA PATALASTAS

Ang mga Sentro ng Krisis sa Pagbubuntis [Crisis Pregnancy Centers (CPCs)], na kilala rin bilang mga Sentro ng Mapagkukunan ng Serbisyo sa Pagbubuntis (Pregnancy Resource Centers), ay mga pribadong pinamamahalaang lugar na mukhang mga klinika sa pangangalagang pangkalusugan ngunit kadalasan ay hindi mga kawani ng mga tagapagkaloob ng medikal na serbisyo (medical providers). Sa California at sa buong bansa, mas karaniwan ang mga ito kaysa sa mga klinika na nagsasagawa ng pagpapalaglag. Ang mga ito ay madalas na matatagpuan na malapit sa mga tunay na klinika ng pagpapalaglag. Online, madaling isipin na ang mga ito ay mga klinika sa pagpapalaglag maliban na lang kung binabasa mo ang maliliit na sulat.

Ang mga CPC ay karaniwang pinatatakbo ng mga relihiyosong organisasyon at nag-aalok ng pagsusuri sa pagbubuntis, ultrasounds, at mga kagamitan para sa mga buntis na magulang at sanggol, nang libre o kapalit pagkuha ng mga klase ng mga kliyente. Ang ilang mga CPC sa California ay nag-aalok ng mas komprehensibong mga serbisyo sa kalusugan. Gayunpaman, sa halip na magbigay sa mga pasyente ng wastong impormasyon tungkol sa pagwawakas ng pagbubuntis para ang mga tao ay makagawa ng kanilang sariling mga desisyon, ang kanilang layunin ay pigilin ang mga kababaihan mula sa paghahangad ng pagpapalaglag. Ang mga CPC sa buong Amerika ay madalas na nagbibigay ng maling medikal na impormasyon sa mga kliyente.

Mahirap malaman kung ang isang partikular na klinika ay isang medikal na klinika o isang CPC, kaya mangyaring tingnan ang aming pahina ng katotohan sa CPC dito.

Inililista ng Reproaction ang mga pekeng klinika na laban sa pagpapalaglag sa Amerika na tutol sa pagpapalaglag, nagpapahiya sa pangangalaga ng pagpapalaglag, o magtaguyod ng mga alternatibo sa pagpapalaglag. Hanapin lamang ang listahan dito.

Sa California, naglabas si Attorney General Rob Bonta ng alerto sa konsumer na nagbabala sa mga taga California na naghahanap ng mga serbisyong pangkalusugan ng reproduktibo tungkol sa limitado at posibleng mapanlinlang na katangian ng mga serbisyong ibinibigay ng mga sentro ng krisis sa pagbubuntis. Ang mga taga-California na naniniwalang sila ay naging biktima o pinupuntirya ng mapanlinlang, mapanligaw, hindi makatwiran, o labag sa batas na mga gawain ay dapat agad na magsampa ng reklamo sa oag.ca.gov/crisis-pregnancy-center-complaint.

Kung isinasaalang-alang mo ang pagpapalaglag at nais mong makatanggap ng mataas na kalidad, medikal na wastong pagpapayo o pangangalagang medikal, siguraduhing gumawa ng tipanan (appointment) sa isang kagalang-galang, lisensiyadong ahensya ng pangangalagang pangkalusugan, tulad ng mga nakalista sa mapagkukunan ng tulong/impormasyon na ito.

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

PAANO KO BABAYARAN ANG PAGPAPALAGLAG?

Pagbabayad para sa pagpapalaglag – gastos na may kaugnayan sa pangangalagang medikal

Sa estado ng California, ang pagpapalaglag ay sakop ng segurong pangkalusugan, kabilang na sa pamamagitan ng Medi-Cal para sa mga taong may maliit na sweldo. Kahit sino ay maaaring mag-aplay para sa Medi-Cal kapag sila ay buntis, anuman ang katayuan sa imigrasyon (mangyaring tingnan ang susunod na seksyon ng *Segurong Medi-Cal* para sa mas marami pang impormasyon).

Segurong Medi-Cal

Ang Medi-Cal ay ang seguro sa pangangalagang pangkalusugan ng California para sa mga taong mas maliit ang sweldo. Maaari kang mag-aplay para sa mga benepisyo ng Medi-Cal anuman ang edad, kasarian, lahi, relihiyon, kulay, pinagmulan ng bansa, sekswal na oryentasyon, katayuan sa kung mayroong asawa, edad, kapansanan, katayuan bilang beterano, o katayuan sa imigrasyon.

Ang Limitadong Medi-Cal (mga emerhensiya at pagbubuntis na mga serbisyo lamang) at Medi-Cal na may Kaugnayan sa Pagbubuntis ay kapwa sumasaklaw sa mga pangangailangan sa kalusugan sa panahon ng pagbubuntis at para sa panganganak, kapag nakunan, o pagpapalaglag, at pangangalagang medikal para sa 12 buwan pagkatapos ng pagbubuntis, anuman ang katayuan sa imigrasyon. Para sa mas marami pang impormasyon: https://www.dhcs.ca.gov/Get-Medi-Cal/Pages/pregnancy.aspx

- **Kung nakatira ka sa CA at kwalipikado ang kinikita, maaari kang makakuha ng agarang pansamantalang pagkakasakop sa Medi-Cal para sa pangangalaga sa pagpapalaglag sa pamamagitan ng Programa sa Inaasahang Pagiging Kwalipikado para sa mga Buntis na Kababaihan [Presumptive Eligibility for Pregnant Women Program (PE4PW)]. Humingi ng tulong mula sa**: http://publichealth.lacounty.gov/mch/choi/CHOIContractorListEngSp.pdf
- **Alamin pa ang mas marami tungkol sa PE4PW:** https://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/eligibility/Pages/PE_Info_women.aspx
- **Medi-Cal na Hindi Pangmedikal na Benepisyo sa Transportasyon [Non-Medical Transportation Benefit (NMT)]:** Ang NMT ay transportasyon papunta at pabalik sa isang serbisyo na sakop ng Medi-Cal. Ang lahat ng taong nagpatala sa Medi-Cal ay maaaring gumamit ng serbisyong ito, kabilang ang mga buntis na indibidwal hanggang sa katapusan ng 12 buwang panahon pagkatapos ng pagbubuntis, anuman ang katayuan sa imigrasyon. Maghanap pa ng mas marami pang impormasyon: https://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/Pages/Transportation_General_FAQ.aspx

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

Humingi ng tulong sa pag-aaplay para sa libre o murang pagsagot sa gastos (coverage) sa pamamagitan ng Inisyatiba sa Paglilingkod sa Kalusugan ng Komunidad [Community Health Outreach Initiative (CHOI)] http://publichealth.lacounty.gov/mch/choi/choi.htm

Paalala: Ang pag-aaplay para sa mga benepisyo ng Medial-Cal bilang isang imigrante, naaayon man sa batas o hindi naaayon sa batas ang katayuan, ay HINDI makakasama sa iyong kakayahang mag-aplay para sa mga pagbabago sa katayuan sa imigrasyon sa hinaharap.

Pagbabayad para sa isang pagpapalaglag ng may pribadong seguro sa kalusugan

Ang batas ng California ay nag-aatas sa karamihan ng mga pribadong plano sa segurong pangkalusugan na sakupin ang mga serbisyo ng pagpapalaglag nang walang isang kaakibat na bayad (co -payment), ibabawas (deductible), o anumang uri ng paghahati ng gastos. Kung may pribadong seguro (private insurance) ka, tanungin mo sa iyong planong pangangalagang pangkalusugan dahil kung ang pangunahing seguro ay hindi matatagpuan sa California, kung gayon ang pagsakop sa pagpapalaglag ay maaring magbago sa batas ng estado.

Iba pang Suporta sa Pagbabayad para sa Pagpapalaglag

Ang pag-akses sa pagpapalaglag ay kadalasang nagsasangkot ng **mga gastos na higit pa sa gastos ng pangangalagang medikal**. Ang mga pondo ng pagpapalaglag ay mga pribadong organisasyon na maaaring makatulong na sakupin ang gastos ng isang pagpapalaglag, pati na rin ang pagsagot sa mga gastos mula sa sariling bulsa, “pang-logistika" o "praktikal na suporta" kabilang ang transportasyon, tirahan, pagkain, pag-aalaga ng bata, mga serbisyo sa pagsasalin ng wika, doulas ng pagpapalaglag (aborton doulas), at marami pa, pati na rin ang gastos ng pagpapalaglag (kapwa para sa mga taga-California pati na rin para sa mga taong nagmumula sa labas ng estado). Ang mga pondo ng pagpapalaglag ay hindi tinitingnan ang katayuan sa imigrasyon o patunay ng pagkamamamayan.

Mga Serbisyo ng Praktikal na Suporta at Gabay sa Pagpapalaglag ng Los Angeles/California:

Hustisya sa ACCESS sa Reproduktibo (ACCESS Reproductive Justice)
https://accessrj.org/
(Bukas ng Lunes Huwebes, 10 n.u. -4 n.h.) Linya
ng Kalusugan sa Ingles: 800-376-4636
Linya ng Kalusugan sa Espanyol: 888-442-2237
Linya ng Kalusugan sa Text: 510-925-0335
Nagkakaloob ng libre at kumpidensyal na impormasyon, pagrereto (referral), adbokasiya, at pagpapayo sa kapwa (peer counseling) sa buong hanay ng mga isyu sa reproduktibo at sekswal na kalusugan, na may espesyal na kadalubhasaan sa mga pagpipilian sa pagbubuntis at mga serbisyo sa pagpapalaglag.

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

Akses sa Kalusugan ng Ina at Anak [Maternaland Child Health Access (MCHA)]

https://www.mchaccess.org/

Numero ng telopono ng MCHA: 213.749.4261 (Lunes-Biyernes 9:00 n.u.-5 n.h.);
Nagsasalita ng Espanyol.

Nag-aalok ng gabay sa saklaw ng kalusugan at suporta sa mga indibidwal at kanilang mga tagapagkaloob ng serbisyo (provider) para masigurado ang napapanahon at angkop na pangangalaga. Tumutulong sa mga isyu sa pagiging kwalipikado sa seguro, mga pagpipilian sa sinasakop na serbisyo (coverage), at tulong sa pagpapatala para sa Medi-Cal, Covered California, ang Programa sa Akses sa Medi-Cal, at pribadong seguro. Maaaring magkaloob ng tulong pinansyal at iba pang suporta sa pagpapalaglag para sa mga gastusin tulad ng pag-aalaga ng bata, transportasyon, tirahan, atbp.

Mga Serbisyo ng Gabay sa Pagpapalaglag ng mga Nakikipagtalik na Trabahador (Sex Workers' Abortion Navigation Services [SWANs]), Proyekto sa Pagtulong/Paglilingkod sa mga Nakikipagtalik na Trabahador ng LA (Sex Workers Outreach Project LA [SWOP LA])

https://swoplosangeles.org/sex-workers-abortion-navigation-services/

Numero para sa Text: 657-549-4556; Email: swoplaswans@proton.me

Ang mga Serbisyo ng Gabay sa Pagpapalaglag ng mga Nakikipagtalik na Trabahador (Sex Workers Abortion Navigation Services [SWANs]) ay isang proyekto ng SWOP LA na nagkakaloob ng suporta sa akses sa pagpapalaglag sa Paglilingkod sa mga Nakikipagtalik na Trahabor ng LA [Sex Workers Outreach Project Los Angeles (SWOP LA)] para sa suporta sa pagkakaroon ng akses sa pagpapalaglag na magbibigay ng tulong pinansyal at suporta sa kapwa na may kaalaman sa trauma (trauma-informed peer support) para sa mga naghahanap ng pagpapalaglag.

Mga Pambansang Mapagkukunan ng Tulong/Impormasyon (National Resources): Pambansang Linya ng Tawagan para sa Pagpapalaglag (National Abortion Hotline)

Linya ng Tawagan (Hotline) na may maraming wika: 800.772.9100 (Lunes-Biyernes 5 n.u.-4 n.h. PT at Sabado-Linggo 5 n.u.-1 n.h PT)

Linya ng tawagan para sa Pakikipag-usap online (Chat Hotline): prochoice.org/patients/naf-hotline

Nagkakaloob ng impormasyon tungkol sa mga nagkakaloob ng serbisyo para sa pagpapalaglag at limitadong tulong pinansyal sa Amerika at Canada

Pambansang Samahan ng Pagpopondo sa Pagpapalaglag (National Network of Abortion Funds)

https://abortionfunds.org/

Ang Pambansang Samahan ng Pagpopondo sa Pagpapalaglag ay nag-uugnay sa mga gumagamit sa mga organisasyon na maaaring sumuporta sa mga pangangailangan sa pananalapi at lohistiko habang ang mga kababaihan ay nag-aayos ng isang pagpapalaglag.

Mga Espesyalista sa Kalusugan ng Kababaihan (Women's Health Specialists)

https://www.womenshealthspecialists.org/

800-714-8151 (Bukas Lunes-Biyernes 8:30 n.u. – 5:00 n.h.)

Ang mapagkukunang ng tulong/impormasyong ito ay nagkakaloob ng suporta sa kalusugang reproduktibo, edukasyon, at mga serbisyo.

Pondo para sa Tulong sa Karapatang Reproduktibo ng Kababaihan [Women's Reproductive Rights Assistance Fund (WRRAP)]

https://wrrap.org/

Ang WRRAP ay direktang nakikipagtulungan sa mahigit na mga 700 doktor, klinika, at ospital—hindi mga pasyente—para pondohan ang pagpapalaglag, medikal at pag-oopera (surgical) sa pagpapalaglag para sa kababaihan sa buong Amerika, kabilang na sa California at LA County. Makipag-ugnayan sa kanila sa pamamagitan ng iyong klinika o doktor.

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

SAAN AKO MAKAKAKUHA NG PAGKONTROL SA PAGBUBUNTIS O IBA PANG PANGANGALAGA SA KONTRASEPTIBO?

Samahan ng Klinikang Pangkomunidad ng LA County [Community Clinic Association of LA County (CCALAC)]

Ang CCALAC ay kumakatawan sa mga hindi-kumikita (non- profit) na mga klinika sa komunidad at mga sentro ng kalusugan na nagpapatakbo ng mga pangunahing lugar ng pangangalaga sa buong county. Ang mga klinika ng komunidad ay nagbibigay ng pangunahing pangangalagang pangkalusugan, kabilang ang mga serbisyong medikal, dental, kalusugang pangkaisipan at kontraseptibo sa mga hindi nakaseguro, hindi sapat ang seguro, at hindi sapat ang mapagkukunang mga serbisyo na populasyon.
Upang makahanap ng isang klinika na malapit sa iyo: https://ccalac.org/find-a-clinic/

Mga Tagapagkaloob PACT ng Pamilya (Family PACT Providers)

Ang Family PACT ay nagkakaloob ng komprehensibong serbisyo sa pagpaplano ng pamilya sa mga kwalipikadong kalalakihan at kababaihan na may mababang sweldo sa California.
Maghanap ng nagkakaloob na Family PACT na malapit sa iyo:
https://familypact.org/providersearch/

Mga Sentro ng Kalusugan na Pederal na Kwalipikado [Federally Qualified Health Centers (FQHCs)]

Ang mga Sentro ng Kalusugan na Pederal na Kwalipikado (Federally Qualified Health Centers) ay mga tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan na nakabatay sa komunidad na nagkakalooby ng mga serbisyo sa pangunahing pangangalaga sa mga lugar na hindi sapat ang serbisyo. Ang mga FQHC ay magkakaloob ng pangangalaga, kung mayroon kang seguro sa kalusugan o hindi nakaseguro.
Maghanap ng isang klinika na malapit sa iyo: https://findahealthcenter.hrsa.gov/

Kagawaran ng Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Los Angeles County, Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Kababaihan
(Los Angeles County Department of Health Services, Women's Health Services)

Ang programang ito ay nagkakaloob sa mga kabataan at tinedyer na may mababang sweldo ng akses sa impormasyon sa kalusugan, pagpapayo, at mga serbisyo sa pagpaplano ng pamilya upang mabawasan ang posibilidad ng hindi sinasadyang pagbubuntis at mapanatili ang kalusugan ng reproduktibo.
Hanapin ang pangangalaga na malapit sa iyo: https://dhs.lacounty.gov/womenshealth/our-services/womens-kalusugan /

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

Tagahanap ng Klinika para sa Pagpaplano ng Pamilya ng Title X (Title X Family Planning Clinic Locator)

Ang Title X ay ang pondo mula sa pamahalaan ng bansa na nagkakaloob ng malawak na saklaw ng mga pamamaraan sa pagpaplano ng pamilya at kaugnay na mga serbisyong pangkalusugan sa pagpigil. Maghanap ng mga komprehensibong klinika sa pagpaplano ng pamilya na nag-aalok sa mga kabataan at mga taong may mababang sweldo ng kumpletong saklaw ng pagpigil sa pag-aanak (birth control), mga serbisyong para sa impeksyong naipapasa sa pakikipagtalik [sexually transmitted infection (STI)], pagsusuri ng pagbubuntis at pagpayo sa mga pagpipilian, at mga pagsusuri para sa kanser.
Upang makahanap ng isang klinika na malapit sa iyo: https://opa-fpclinicdb.hhs.gov/

SUPORTA SA DOULA NG PAGPAPALAGLAG (ABORTION DOULA)

Kung ikaw ay malapit nang magkaroon, nagkakaroon o kamakailan lamang ay nagpalaglag at nais ng karagdagang suporta sa panahon ng prosesong iyon, ikonsidera ang pagsasaliksik ng pangangalaga na maaaring ipagkaloob ng doulas ng pagpapalaglag (abortion doulas). Ang mga doulas ng pagpapalaglag, at iba pang mga espesyal na sinanay na tao ay handang magbigay ng emosyonal at pisikal na suporta bago, sa kasalukuyan at pagkatapos ng isang pagpapalaglag sa opisina o sa bahay. Ang ilan sa mga paraan na maaaring suportahan ka ng doula ng pagpapalaglag ay sa pamamagitan ng pagbibigay sa iyo ng edukasyon tungkol sa iyong nalalapit na pagpapalaglag, pagsama sa iyo sa iyong (mga) tipanan [appointment], paghawak sa iyong kamay habang ikaw ay nasa klinika, at pag-aalok ng paglilingat o pakikipag-usap tungkol sa mga damdaming lumalabas sa kasalukuyang panahon o pagkatapos ng prosesong ito. Maaari kang makipagtulungan sa isang doula ng pagpapalaglag sa personal o sa pamamagitan ng telepono o text. Sa huli, ang mataas na sinanay na ito, mahabagin na tao ay naroroon upang suportahan ka at igalang ang iyong malayang desisyon sa reproduktibo sa isang personalisadong paraan na nagsisilbi sa iyong natatanging mga pangangailangan.

Mga Manggagawa ng Pagpapa-anak sa Lahing may Kulay (Birthworkers of Color)
https://www.birthworkersofcolor.com/
Nagkakaloob ng kumpleto at iba't ibang mga serbisyo at suporta sa dolua para sa mga napabayaang komunidad (marginalized communities). Nag-uugnay ng suporta sa mga indibidwal, pamilya, at komunidad (halimbawa., pang-edukasyon, pang-emosyonal, at pang-pisikal) sa buong panahon ng pagbubuntis at kinalabasan pagkatapos ng pagbubuntis (postpartum outcomes).

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

Kolektibong Suporta sa Pagpapalaglag ng LA (LA Abortion Support Collective)
https://www.laabortionsupport.org/
Nagkakaloob ng impormasyon sa mga libreng pagpipilian para sa suportang personal at virtual na doula sa LA County

Direktoryo ng Medi-Cal Doula
https://www.dhcs.ca.gov/provgovpart/Pages/Doula-Services-Members.aspx
Nagkakaloob ng impormasyon ng doulas sa buong estado ng California, kabilang ang kanilang mga espesyalidad, wika, at impormasyon ng kontak.

SUPORTA SA KALUSUGAN NG ISIP

Maraming mga tao ang nangangailangan ng suporta sa pagpapasya kung ano ang gagawin kapag sila ay nabuntis at ayaw na maging, o hindi sigurado na gusto nilang kumpletuhin ang isang pagbubuntis sa termino. Bagaman napatunayan ng ilang dekada ng pananaliksik na ang pagpapalaglag ay hindi nagreresulta sa negatibong kinalalabasan ng pisikal o pag-iisip na kalusugan, normal din para sa ilang mga tao na makaramdam ng kalungkutan o maging emosyonal bago o pagkatapos ng pagtatapos ng isang pagbubuntis. Ang mga mapagkukunang ng tulong/impormasyong ito ay partikular para sa mga naghahanap ng pagpapalaglag, nagpalaglag, o sumusuporta sa isang taong nagpalaglag.

Linya ng Pag-uusap ng Lahat ng Pagpipilian (All-Options Talk-line)
https://www.all-options.org/find-support/talkline/
888-493-0092 Lunes – Biyernes 7 n.u. – 1 n.h. at Sabado-Linggo 7 n.u. – 3 n.h. PST
Medikal na wasto, walang kinikilingan na mga pagpapayo ng pagpipilian

Kumonekta at Huminga (Connect & Breathe)
https://www.connectandbreathe.org/about.html
1-866-647-1764 Lunes 4-7 n.h., Martes/Huwebes 3-6 n.h., at Sabado 9-12 n.h. PST
Ang Kumunekta at Huminga (Connect & Breathe) ay nagkakaloob ng isang ligtas na espasyo upang talakayin ang mga karanasan sa pagpapalaglag sa pamamagitan ng pag-aalok ng isang linya ng usapan (talkline) para sa walang kinikilingang suporta at paghihikayat ng pag-aalaga sa sarili.

Exhale Pro-Voice
https://exhaleprovoice.org/
Mag-text sa 617-749-2948; Lunes-Biyernes 3 – 9 n.h., Sabado 1 – 9 n.h.; Linggo 3 -7 n.g.

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

Ang Exhale Pro Voice ay nagkakaloob ng hindi mapanghusgang suporta pagkatapos ng pagpapalaglag para sa karanasan pagkatapos ng pagpapalaglag at mga naghahanap para suportahan ang isang kapareha, anak, o kaibigan pagkatapos ng kanilang pagpapalaglag. Maaaring umabot hanggang 24 na oras bago makatanggap ng unang sagot pagkatapos magtext para sa suporta.

Malakas na Pananampalataya [Faith Aloud] (Suporta na nakabatay sa Pananampalatayang Hindi Mapanghusga)
https://www.faithaloud.org/
888-717-5010
Lunes/Miyerkoles/Biyernes 8 n.u. – 3 n.h. PT, Sabado/Linggo 9 n.u. – 12 n.h. PST
Tumawag upang mai-konekta sa mahahabaging relihiyoso at espirituwal na suporta para sa mga pagpipilian sa pagpapalaglag at pagbubuntis. Ang mga pari at mga tagapayo ng relihiyon ay makikinig at mag-aalok ng suporta nang walang panghuhusga.

Linya ng tawagan sa Nakunan + Pagpapalaglag (Miscarriage + Abortion Hotline)
https://www.mahotline.org/
833-246-2632   9 n.u. – 9 n.g. PST
Maghanap ng kumpidensyal na suporta at alagaan ang iyong sarili kapag nakunan ka o nagpalaglag habang nananatiling hindi nagpapakilala. Tumawag o mag-text sa mga nanggagamot sa klinika (clinician) na may maraming taon ng karanasan sa pag-aalaga ng nakunan at pagpapalaglag.

Linya ng Kalusugan ng Reprocare
(Reprocare Healthline)
https://abortionhotline.org/
833-226-7821 9am – 9 n.u. PST Tumawag 7 araw sa isang linggo
Nagkakaloob ng hindi nagpapakilalang suporta sa emosyon mula sa mga kapwa, medikal na impormasyon, at mga pagrereto (referral) sa mga taong nagsasagawa ng pagpapalaglag sa bahay gamit ang mga tabletas.

PAGPAPALAGLAG AT MGA SERBISYO SA PAGPAPLANO NG PAMILYA
SA LOS ANGELES COUNTY

MGA KARAPATAN SA PAGPAPALAGLAG AT KONTRASEPTIBO SA CALIFORNIA

ACLU Timog California (Southern California)
https://www.aclusocal.org/en/know-your-rights/abortion-care-california
Ang ACLU ng Timog California ay nagkakaloob ng impormasyon sa mga karapatan sa pagpapalaglag sa California. Ang pahinang ito ay regular na binabago para napapanahon ang mga pagbabago ng mga batas.

Mga Tagapagtaguyod para sa mga Kabataan – Palayain ang Tabletas (Advocate for Youth – Free the Pill)
https://www.advocatesforyouth.org/campaigns/free-the-pill/
Ang mga tagapagtaguyod para sa Kabataan ay nakikipagtulungan kasama ang libulibong mga kabataan dito sa Amerika at sa buong mundo habang nakikipaglaban sila para sa sekswal na kalusugan, karapatan, at katarungan.

Babala para sa mga Konsumer ng California: Karapatang Makakuha ng Libreng o Murang Gastos na Pagkontol sa Pag-aanak (California Consumer Alert: Right to Access Free or Low-Cost Birth Control)
Ang isang kopya ng alerto ng konsumer ay makukuha dito
Kung ikaw ay residente ng California, mayroon kang mga pagpipilian para sa libre o murang pagkontrol sa pag-aanak (birth control), anuman ang katayuan sa imigrasyon.

Mapagkukunan ng Tulong/Impormasyon ng mga Tinedyer (Teen Source)
https://www.teensource.org/know-your-rights
Ang Mapagkukunan ng Tulong/Impormasyon ng mga Tinedyer (Teen Source) ay isang online hub para sa impormasyon at mga mapagkukunan sa sekswal at reproduktibong kalusugan na madaling maintindihan ng tinedyer. Tampok ang wastong at maaasahang impormasyon tungkol sa mga sakit na nakukuha sa pamamagitan ng pakikipagtalik (STDs), pagkontrol sa pag-aanak (birth control), malusog na mga relasyon, at mga karapatan ng mga tinedyer sa pagkakaroon ng akses sa mga sensitibong serbisyo (tulad ng mga serbisyo sa sekswal na kalusugan) sa CA.