

দিনের বেলায় ড্রপ-ইন পরিষেবা

চিকিৎসা এবং মানসিক স্বাস্থ্য



কেমব্রিজপকেট গাইড

যারা গৃহহীনতার সম্মুখীন বা হুমকির
সম্মুখীন তাদের জন্য উপলব্ধ সম্পদ



মোবাইল সংস্করণের জন্য, স্ক্যান করুন বা ভিজিট
করুন

cambridgecoc.org

দি সিটি অফ কেমব্রিজ'স মাল্টি-সার্ভিস সেন্টার আপনার কাছে উপলব্ধ কিছু গুরুত্বপূর্ণ সংস্থানগুলি সনাক্ত করার জন্য এই "Street Sheet" তৈরি করেছে — কোথায় খাবার পাবেন, কীভাবে আশ্রয় পাবেন এবং আপনার জরুরী কোনো সাহায্যের জন্য কোথায় কল করবেন। কিছু প্রদানকারী বা প্রোগ্রাম শেষ সংশোধনীর হওয়ার পর থেকে পরিবর্তিত হতে পারে। প্রতিটি সংস্থার বর্তমান সেবা সক্ষমতা যাচাই করতে তাদের সাথে যোগাযোগ করুন।

মাল্টি সার্ভিস সেন্টার
362 Green St. Floor 1
Cambridge, MA 02139
(617) 349-6340

ফেব্রুয়ারি 2026 সংস্করণ



CHA গৃহহীনদের জন্য স্বাস্থ্যসেবা

617-806-8781

Cambridge Salvation Army, CASPAR/ 240 Albany, এবং The Somerville Homeless Coalition-এ ওয়াক-ইন ক্লিনিক প্রদান করে

Eliot Community Human Services

718-861-0890 | hslmnreferral@eliotchs.org

PATH এবং CSPECH প্রোগ্রাম সহ মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা। পরিষেবা তথ্যের জন্য কল বা ইমেল করুন

CHA কমিউনিটি বেহেভিওরাল হেলথ জরুরি পরিচর্যা

1493 Cambridge Street, 1st Fl, Cahill Bldng, | 833-222-2030

সকল বয়সের মানুষের জন্য ওয়াক-ইন পরিষেবা যা সাইটে চিকিৎসা এবং চলমান আচরণগত স্বাস্থ্য পরিচর্যার জন্য রেফারেল প্রদান করে।

সোমবার - শুক্রবার সকাল ৪টা - রাত ৪টা; শনিবার - রবিবার সকাল ৭টা - বিকাল ৫:৩০টা

অ্যাক্সেস(সুই বিনিময়)

359 Green St. Cambridge | 857-313-6800

ক্ষতি হ্রাস সরবরাহ, Narcan এবং HIV/HCV/STI পরীক্ষা। ওয়াক-ইন নার্সিং এবং আচরণগত স্বাস্থ্য পরিষেবা

সোমবার - বুধবার এবং শুক্রবার সকাল ৭টা - বিকাল ৪টা

ব্রিজ ওভার ট্রাবলড ওয়াটার্স

Harvard Square T স্টেশনের বাইরে | 617-423-9575

সম্প্রদায়ের সদস্যদের জন্য (যেকোনো বয়স) বিনামূল্যে চিকিৎসা সেবা এবং 25 বছরের কম বয়সী তরুণদের জন্য ড্রপ-ইন সারভাইভাল সেবা

সোমবার - শুক্রবার সন্ধ্যা 7-8:30টা

ম্যাসাচুসেটস বেহেভিওরাল হেলথ 24/7 হেল্প লাইন

833-773-2445 (কল বা টেক্সট)

মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা, সংকট পরিষেবা, পদার্থ ব্যবহার চিকিৎসা এবং আরও অনেক কিছুর সাথে সংযুক্ত হন। দিনে 24 ঘন্টা, বছরে 365 দিন

ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যব্যবস্থা

গণ শৌচাগার

- Harvard Square Kiosk
- Portland Loo at Massachusetts Avenue and Garden St. (Harvard Square)
- Portland Loo at Massachusetts Avenue and Western Avenue (Central Square)

ঝরণা

CASPAR (240 Albany St. Cambridge)

- প্রতিদিন সকাল ৭টা - দুপুর ২টা

Harvard Square-এ University Lutheran Church-এ অবস্থিত
First Church Shelter (66 Winthrop St. Cambridge)

- সোমবার - শুক্রবার সকাল ৭টা - বিকাল 3:30টা

Salvation Army (402 Mass Ave, Cambridge)

- সোমবার - শুক্রবার সকাল 10টা - সকাল 11টা; - দুপুর 1টা - দুপুর ২টা

কেমব্রিজ পাবলিক লাইব্রেরিস সোশ্যাল ওয়ার্ক টীম(Cambridge Public Libraries Social Work Team)

857-259-2647 | cplsocialwork@cambridgema.gov

সম্পদ নেভিগেশন, অ্যাপলিকেশনসহায়তা, এলাকার সংস্থাগুলিতে রেফারেল। একটি অ্যাপয়েন্টমেন্ট নির্ধারণ করতে, কল করুন, ইমেল করুন, অথবা 7টি লাইব্রেরি শাখার যেকোনো একটিতে CPL কর্মীদের সাথে কথা বলুন

কেমব্রিজ ওমেন'স সেন্টার(Cambridge Women's Center)

46 Pleasant St. Cambridge | 617-354-6394

মহিলা হিসাবে পরিচিত সকলের জন্য সম্পদ, কর্মশালা এবং সহায়তা
মঙ্গলবার, বৃহস্পতিবার এবং শনিবার বিকাল 1টা - 6টা

On The Rise, Inc.

341 Broadway, Cambridge | 617-497-7968

মহিলা, ট্রান্সজেন্ডার এবং নন-বাইনারি মানুষদের জন্য দিনের বেলা কমিউনিটি নিরাপদ আশ্রয়

সোমবার, বুধবার এবং শুক্রবার সকাল 8:30- বিকাল 3:30;

মঙ্গলবার দুপুর 12টা - বিকাল 3:30; বৃহস্পতিবার সকাল 9:30- বিকাল 3:30

উপাদান সাহায্য এবং ওকালতি প্রোগ্রাম (Material Aid and Advocacy Program-MAAP)

5 Longfellow Park, Cambridge | 617-876-5312

সাপ্তাহিক দুইবার ড্রপ-ইন স্পেস এবং বিনামূল্যে স্টোর যা উপাদান সাহায্য, খাবার, সম্পদ নেভিগেশন, ইনডোর বিশ্রামের জায়গা এবং আরও অনেক কিছু প্রদান করে

মঙ্গলবার এবং বৃহস্পতিবার সকাল 9টা - বিকাল 3টা

দি স্যালভেশন আর্মিস ড্রপ-ইন ডে সেন্টার

402 Mass Ave, Cambridge | 617-547-3400

সোমবার - শনিবার সকাল 10টা - দুপুর ২টা

ইউথ অন ফায়ার

1 Church St, Cambridge | 617-661-2508

14-24 বছর বয়সী যুবকদের জন্য সম্পদ প্রদানকারী ড্রপ-ইন সেন্টার

সোমবার, বুধবার - শুক্রবার সকাল 11টা - রাত ৪টা, মঙ্গলবার বিকাল 1টা - 6টা

সমর্থন এবং সরবরাহ

ফার্স্ট স্টেপ স্ট্রিট আউটরীচ টীম

617-592-6895 | কেমব্রিজ & সোমেরভিলে

স্ট্রিট টিম প্রতি রাতে শহরজুড়ে ঘুরে সরবরাহ বিতরণ করে, পরিষেবার রেফারেল প্রদান করে, C-CAN মূল্যায়ন করে এবং কেস-বাই-কেস ভিত্তিতে পরিবহন সরবরাহ করে

প্রতি রাতে বিকাল ২টা - মধ্যরাত 12টা

মাল্টিডিসিসিপিনারি আউটরীচ (MDOT)

টিম শহরজুড়ে ঘুরে বেড়ায়, প্রধানত Harvard এবং Central Square এ। প্রসাধনী সামগ্রী, ঠান্ডা আবহাওয়ার সরবরাহ, পরিষেবার রেফারেল।

বুধবার সকাল 10টা - দুপুর 12টা

দি আউটডোর চার্চ অফ কেমব্রিজ

Harvard Square and Central Square | 978-631-9283

স্যান্ডউইচ, ম্যাক্স, জল, প্রসাধনী সামগ্রী এবং মোজা।

বৃহস্পতিবার বিকাল 3:30 - সন্ধ্যা 7টা; শনিবার এবং রবিবার দুপুর 1:30 - বিকাল 5টা

ইউনিভার্সিটি লুথেরান চার্চ

66 Winthrop St. Cambridge | hshs.streetteam@pbha.org

উষ্ণ খাবার, ঠান্ডা আবহাওয়ার সরবরাহ এবং সংস্থান গাইড।

প্রতি রাতে রাত ৪টা - ৭টা (Central Square এবং Harvard Square)

সিটি অফ কেমব্রিজ সার্ভিসেস

কেমব্রিজখাবার কর্মসূচি

রাতারাতি আশ্রয়কেন্দ্র

ফাইন্ড ইট কেমব্রিজ

finditcambridge.org | 617-686-2998

কেমব্রিজ-এ বসবাস ও কর্মরত ব্যক্তিদের জন্য সহজে কার্যকলাপ, সেবা এবং সংস্থান খুঁজে পেতে সাহায্য করার জন্য ওয়ান স্টপ শপ ওয়েবসাইট।

কেমব্রিজ মাল্টি-সার্ভিস সেন্টার (MSC)

362 Green St. 1st Floor, Cambridge | 617-349-6340

কেমব্রিজ-এ গৃহহীন ব্যক্তি ও পরিবার এবং যারা উচ্ছেদের মুখোমুখি, তাদের জন্য সাধারণ সহায়তা।

সোমবার সকাল 9টা - রাত 8টা, মঙ্গলবার - বৃহস্পতিবার সকাল 9টা - বিকাল 5টা, এবং শুক্রবার সকাল 9টা - দুপুর 12টা অ্যাপয়েন্টমেন্ট এবং ওয়াক-ইনের জন্য খোলা

কেমব্রিজ কোঅর্ডিনেটেড এক্সেস প্রোগ্রাম (C-CAN)

362 Green St, 1ম তলা | 617-349-7715 |

cambridgeCAN@cambridgema.gov

স্থায়ী সহায়ক আবাসনের সুযোগের জন্য অপেক্ষার তালিকায় অন্তর্ভুক্ত হওয়ার মূল্যায়ন প্রক্রিয়া। মূল্যায়ন Multi-Service Center, সমস্ত আশ্রয়কেন্দ্র এবং First Step Van দ্বারা করা যেতে পারে। সহায়তা এবং প্রাপ্যতার জন্য কল করুন বা ইমেল করুন।

কেমব্রিজ হাউসিং অথরিটি - (CHA)

362 Green St. 3rd Floor, Cambridge | 617-864-3020

সাশ্রয়ী মূল্যের, বয়স্ক, প্রতিবন্ধী এবং সরকারী আবাসন আবেদনসমূহ।

অ্যাপয়েন্টমেন্ট দৃঢ়ভাবে উৎসাহিত করা হয়।

সোমবার - শুক্রবার সকাল 8:30 - বিকাল 5টা

কমিউনিটি সেফটি ডিপার্টমেন্ট কেয়ার টীম

9-1-1-এর মাধ্যমে আচরণগত স্বাস্থ্য অ্যাক্সেসের জন্য সংকট প্রতিক্রিয়া। টিমটি ক্লিনিশিয়ান এবং প্রতিক্রিয়াকারীদের দ্বারা কর্মরত যারা আচরণগত স্বাস্থ্য এবং জীবনযাত্রার মানের চাহিদা মোকাবেলায় প্রশিক্ষিত। তারা আউটরিচও পরিচালনা করে এবং মার্চে C-CAN মূল্যায়ন প্রদান করতে পারে। সোমবার - শুক্রবার উপলব্ধ

বিবিধ সার্ভিসেস

Transition House

617-349-7200 | 617-661-7203 (24-ঘন্টার হটলাইন)

ঘরোয়া সহিংসতার সংকট হস্তক্ষেপ এবং নিরাপত্তা সহায়তা

SafeLink 24-ঘন্টার হটলাইন

CasaMyrna.org/chat | 877-785-2020

রাজ্যব্যাপী ঘরোয়া সহিংসতার আশ্রয়ের হটলাইন এবং চ্যাটলাইন

Alcoholics Anonymous (AA)

aaboston.org | 617-426-9444

অ্যালকোহল আসক্তির জন্য সংস্থান এবং স্থানীয় সহায়তা গোষ্ঠী

কেমব্রিজসিনিয়র সেন্টার

806 Mass Ave & 2050 Mass Ave | 617-349-6220

60 বছরের বেশি বয়সী কেমব্রিজবাসিন্দাদের জন্য খাবার, সামাজিক পরিষেবা এবং কার্যকলাপ। মেডিকেশ্যারপরামর্শ উপলব্ধ

ডিপার্টমেন্ট অফ ট্রান্সিশনাল অ্যাসিস্ট্যান্স (DTA):

600 Washington St. Boston | 877-382-2363

অর্থনৈতিক সহায়তা (নেগদ সুবিধা) & খাদ্য সহায়তা (SNAP)

দৈনিক

• সকাল 11:30 - দুপুর 12:30 **Salvation Army**-তে (402 Mass Ave.)

মঙ্গলবার

• সকাল 9টা - বিকাল 3টা **MAAP**-এ (5 Longfellow Park)
• বিকাল 4 - 6টা **First Parish**-এ (3 Church St. দিয়ে প্রবেশ করুন)

বুধবার

• বিকাল 4টা - 6টা **First Parish**-এ (3 Church St. দিয়ে প্রবেশ করুন)

বৃহস্পতিবার

• সকাল 9টা - বিকাল 3টা **MAAP**-এ (5 Longfellow Park)
• বিকাল 5টা **Christ Church**-এ (0 Garden St.)
• বিকাল 5 - 6টা **Union Baptist Church of Cambridge (Project Uplift)**-এ (874 Main St.)

শুক্রবার

• দুপুর 12 - বিকাল 3টা **Friday Café**-তে (11 Garden St.)

শনিবার

• বিকাল 1 - 3টা **Food Not Bombs**-এ (James Cronin Park)
• বিকাল 5:30 **First Korean Church-Loaves and Fishes Meal Program**-এ (35 Magazine St.)

রবিবার

• বিকাল 4 - 5:30 **Hope Fellowship Church**-এ (16 Beech St.)

বয়স্ক প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য খাবার

কেমব্রিজ সিনিয়র সেন্টার - 60 বছরের বেশি বয়সী কেমব্রিজ বাসিন্দারা **617-349-6047** নম্বরে কল করে দুপুরের খাবার সংরক্ষণ করতে পারেন। পিক-আপের 2 দিন আগে সংরক্ষণ দৃঢ়ভাবে প্রস্তাবিত

ক্যামব্রিজ খাদ্য ভাণ্ডার

কেমব্রিজ ইকোনমিক অপর্চুনিটি কমিটি (CEOC) (অর্থনৈতিক সুযোগ কমিটি- CEOC)

বুধবার 10am - 6pm (11 Inman St.)

সেন্ট জেমস এপিসকোপাল চার্চ/হেল্লিগ হ্যান্ড ফুড প্যান্ট্রি

মাসের 2য় এবং 4র্থ শনিবার সকাল 9 - 11 (1991 Mass Ave)

ইস্ট এন্ড হাউস

মঙ্গলবার এবং শুক্রবার 1 - 2pm (105 Spring St.)

সেন্ট পল'স প্যারিশ :

শনিবার 10 - 11am (29 Mt. Auburn St.)

কেমব্রিজ কমিউনিটি সেন্টার

মঙ্গলবার এবং শুক্রবার 1pm (5 Callender St.)

সেন্ট পল আমি চার্চ / এলনোড়া ইয়ার্ড ফুড প্যান্ট্রি

বুধবার 3 - 5pm এবং বৃহস্পতিবার 12 - 2pm (85 Bishop Allen Dr.)

মার্গারেট ফুলার নেবারহুড হাউস

বুধবার 4 - 6:30pm; বৃহস্পতিবার 2 - 5pm; শুক্রবার 9am - 12pm এবং শনিবার 10am - 1pm (71 Cherry St.)

স্যালভেশন আর্মি

সোমবার, বুধবার এবং শুক্রবার 11am - 2pm (402 Mass Ave)

এছাড়াও সোমবার-শুক্রবার অ্যাপয়েন্টমেন্টের মাধ্যমে, 617-547-3400 নম্বরে কল করুন

সকল-লিঙ্গ

ক্যাসপার শেল্টার (240 Albany)

240 Albany St. Cambridge | 617-661-0600 | 617- 592-6895

স্থায়ী বিছানা, অপেক্ষা তালিকায় যুক্ত হতে বলুন

গ্রীন স্ট্রিট শেল্টার

11-15 Green St. Cambridge | 617-714-4266 বা 617-714-4989

8am - 3:15pm থেকে কল করুন এবং যদি জায়গা থাকে, একজন ব্যক্তি একজন কর্মীর সাথে একটি ইনটেক অ্যাপয়েন্টমেন্ট পাবেন।

বোস্টন নাইট সেন্টার

131 Bowker St. Boston | 857-296-0322

45-জন ক্ষমতা পূর্ণ না হওয়া পর্যন্ত প্রথম আসা, প্রথম পরিবেশিত।

পুরুষদের

স্যালভেশন আর্মি

402 Mass Ave. Cambridge (*Green St.-এ প্রবেশ করুন*) | 617-547-3400

সুস্থ থাকার প্রয়োজনীয়তা। স্থায়ী বিছানা কিন্তু যদি বিছানা খালি থাকে তবে রাতের লটারির জন্য উপলব্ধ।

ফার্স্ট চার্চ শেল্টার

11 Garden St., Cambridge | 617-661-1873

রেফারেল সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করতে আশ্রয়কেন্দ্রে কল করুন।

মহিলাদের

সেন্ট প্যাট্রিক'স শেল্টার (ইউনিয়ন স্কয়ার)

270 Washington St, Somerville - 617-464-8133

সুস্থ থাকার প্রয়োজনীয়তা। ওয়াক-ইন নেই। খোলার বিষয়ে জিজ্ঞাসা করতে সকাল 7:30am-এ আশ্রয়কেন্দ্রে কল করুন।

মৌসুমী আশ্রয়কেন্দ্র

কেমব্রিজ উইনটার ওয়ার্মিং সেন্টার

437 Green St. Cambridge | 857-772-3489

সকল-লিঙ্গ, প্রথম আসা প্রথম পরিবেশিত প্রতিদিন 7pm থেকে 7am। (লাইন Green St-এর পিছনের পার্কিং লটে শুরু হয়)

ডিসেম্বর - এপ্রিল খোলা

সোমেরভিলে ওভারনিগত ওয়ার্মিং সেন্টার

42 Prescott St. Somerville (Cummings School) | 617-666-3311

সকল-লিঙ্গ, প্রথম আসা প্রথম পরিবেশিত 5pm - 7:30am

ডিসেম্বর - এপ্রিল খোলা

হার্ভার্ড স্কয়ারে হোমলেস শেল্টার

66 Winthrop St. | 888- 285-4038

সকল-লিঙ্গ। সুস্থ থাকার প্রয়োজনীয়তা। প্রতিদিন 7pm - 8am। লটারি প্রক্রিয়ার জন্য 7:30am - 8am এর মধ্যে কল করুন। জরুরি 1 রাতের আশ্রয়কেন্দ্র প্রাপ্যতার জন্য, 9-9:30pm এর মধ্যে কল করুন

নভেম্বর - এপ্রিল এবং মধ্য-জুন থেকে আগস্টের শুরুতে খোলা

যৌবন

Y2Yইয়ং অ্যাডাল্ট শেল্টার হার্ভার্ড স্কয়ার:

1 Church St. Cambridge | 617- 864-0795 | y2ynetwork.org

সকল-লিঙ্গ, শুধুমাত্র 18-24 বছর বয়সী। দৈনিক লটারিতে প্রবেশের জন্য সকাল 8টা থেকে 8:30টার মধ্যে কল করুন বা ইলেকট্রনিক ফর্ম পূরণ করুন। অক্টোবর থেকে এপ্রিল এবং জুনের মাঝামাঝি থেকে আগস্টের শুরু পর্যন্ত খোলা