



Alameda Alliance for Health

1240 South Loop Road
Alameda, CA 94502

Alliance Health Programs

電話號碼： **1.510.747.4577**

聽障與語障人士 (CRS/TTY) 專線：

711/1.800.735.2929

livehealthy@alamedaalliance.org

www.alamedaalliance.org

尊敬的計畫會員：

在 Alameda Alliance for Health (Alliance)，我們是您的健康良伴。

感謝您對哮喘課程及計畫的關注。下列是可供選擇的免費選項。若要了解詳情或登記，請致電對應的計畫。

疾病自我管理計畫

Asthma Start Program

Alameda 縣公共衛生部

適用於 18 歲及以下計畫成員的居家哮喘教育。（提供英語、西班牙語和其他語言的口譯員。）

Alameda 全縣（電話）

電話號碼：**1.510.383.5181**

www.acphd.org/asthma.aspx

線上課程

哮喘基礎知識

美國肺部協會 (American Lung Association)

自定進度的線上學習模塊。（英語、西班牙語）

英語：https://lung.training/courses/asthma_basics.html

西班牙語：<https://www.lung.org/espanol/asthma-basics-en-espanol>

電話支援

肺部幫助熱線

美國肺部協會

幫助獲取有關一系列肺部健康和疾病主題的資源、教育和諮詢。針對哮喘和慢性阻塞性肺病 (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD) 提供的教育系列。（提供英語、西班牙語和其他語言的口譯員。）

6 週教育系列

教育系列的每次電話時長約為 15 至 20 分鐘

免費電話：**1.800.548.8252**

造訪網站或致電進行登記。

www.lung.org/helpline

支持團體

改善呼吸俱樂部 (Better Breathers Club) 支持團體專為患有慢性哮喘、COPD、肺氣腫和其他肺部疾病的患者服務。歡迎親友參加。

改善呼吸俱樂部

St. Rose Hospital

27200 Calaroga Ave., Hayward (線上)

可以在每月第²個週三參加

上午 10:00 至上午 10:40

電話號碼： **1.510.471.6401**

為生活更好地呼吸俱樂部 (Better Breathing for Life Club)

Washington Hospital — 肺部康復和肺功能實驗室

2500 Mowry Ave., Fremont (線上)

可以在每月第⁴個週三參加 (11 月或 12 月沒有會議)

中午 12:30 至下午 2:30

電話號碼： **1.510.818.7025**

www.whhs.com/About/Community-Connection/Support-Groups.aspx

如需了解您的課程是否提供口譯服務，或申請口譯服務，請致電：

Alliance計畫成員服務處

電話號碼： **1.510.747.4567**

免費電話： **1.877.932.2738**

聽障與語障人士 (CRS/TTY) 專線： **711/1.800.735.2929**

我們希望這些課程能幫助您滿足健康需求。

敬祝安康

Alliance 健康保險計畫