



Alameda Alliance for Health

1240 South Loop Road
Alameda, CA 94502

Alliance Health Programs

Número de teléfono: **1.510.747.4577**

Personas con impedimentos auditivos y del habla
(CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

livehealthy@alamedaalliance.org

www.alamedaalliance.org

Estimado(a) miembro:

En Alameda Alliance for Health (Alliance), estamos aquí para ser su aliado en el cuidado de su salud.

Le agradecemos su interés en las clases y los programas sobre el **asma**. Todas las siguientes opciones están disponibles sin costo alguno para nuestros miembros. Llame al programa directamente para obtener más información o inscribirse.

Programa de Autocontrol de Enfermedades

Programa Asthma Start

Departamento de Salud Pública del Condado de Alameda

Educación en el hogar sobre el asma para miembros de 18 años o menos. (Se ofrecen intérpretes).

Todo el Condado de Alameda (en persona, en línea)

Número de teléfono: **1.510.383.5181**

www.acphd.org/asthma

Clase en línea

Nociones básicas sobre el asma

American Lung Association

Módulo de aprendizaje en línea a su propio ritmo. (Disponible solo en inglés y español).

En inglés: **lung.training/courses/asthma_basics.html**

En español: **lung.training/courses/asthma_basics-es.html**

Ayuda por teléfono

Orientación de la salud

Vivir su mejor vida con asma

Apoyo personalizado de un educador de salud para ayudarle a alcanzar su meta de salud para el asma. (Se ofrecen servicios de interpretación).

De una (1) a tres (3) sesiones telefónicas, de 30 a 45 minutos por sesión.

Número de teléfono: **1.510.747.4512**

Orientador de salud pulmonar

American Lung Association

Educación personalizada para apoyar a las personas que viven con enfermedades pulmonares, como el asma y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Visite el sitio web o llame para inscribirse. (Se ofrecen servicios de interpretación).

Reuniones semanales durante cuatro (4) a cinco (5) semanas (en línea o por teléfono)
Línea gratuita: **1.866.252.2959**
www.lung.org/help-support/lung-helpline-and-tobacco-quitline/education-series

Lung HelpLine

American Lung Association

Llame para obtener información y apoyo de expertos en salud pulmonar. (Se ofrecen servicios de interpretación).

Línea gratuita: **1.800.586.4872** y presione **2**
www.lung.org/helpline

Grupos de apoyo

Better Breathing for Life Club

Laboratorio de Rehabilitación y Función Pulmonar del Washington Hospital

Esto es para personas con asma crónica, EPOC, enfisema y otras enfermedades pulmonares. Los familiares y amigos son bienvenidos.

2500 Mowry Ave., Fremont (en persona o en línea)
Clase sin cita previa: 4.º miércoles de cada mes, de 12:45 p. m. a 2:45 p. m.
(*No hay reuniones en noviembre o diciembre*).
Número de teléfono: **1.510.818.7025**
www.whhs.com/about-us/community-connection/support-groups

Para averiguar si el programa o la clase que le interesa ofrece servicios de interpretación, o para solicitar un intérprete, llame al:

Departamento de Servicios al Miembro de Alliance
Número de teléfono: **1.510.747.4567**
Línea gratuita: **1.877.932.2738**
Personas con impedimentos auditivos y del habla (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

Esperamos que estas clases puedan satisfacer sus necesidades de salud.

Le deseamos lo mejor para su salud,
Programas de Salud de Alliance

Documentos adjuntos:

- Aviso de no discriminación
- Servicios de asistencia con el idioma

[Incluya esta declaración para miembros de Alliance con cobertura de Medi-Cal: El Mediador de Atención Médica Administrada de Medi-Cal del Departamento de Servicios de Atención Médica de California (Department of Health Care Services, DHCS) también puede ayudar. Puede llamar al Mediador al 1.888.452.8609, de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.]