



Alameda Alliance for Health

1240 South Loop Road
Alameda, CA 94502

Alliance Health Programs

Số Điện Thoại: **1.510.747.4577**

Người khiếm thính và khiếm ngôn (CRS/TTY):
711/1.800.735.2929

livehealthy@alamedaalliance.org

www.alamedaalliance.org

Kính gửi Hội Viên,

Tại Alameda Alliance for Health (Alliance), chúng tôi luôn sẵn sàng trở thành đối tác cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho quý vị.

Cảm ơn quý vị vì đã quan tâm đến các lớp học và chương trình **nuôi dạy con**. Dưới đây là danh sách các lựa chọn miễn phí dành cho quý vị. Để tìm hiểu thêm hoặc đăng ký, vui lòng gọi điện đến chương trình.

Các Lớp Học

Bananas Inc.

Các hội thảo, nhóm hỗ trợ, giới thiệu đến dịch vụ trông trẻ và các nguồn hỗ trợ khác dành cho các gia đình ở miền Bắc Quận Alameda. Truy cập vào trang web để đăng ký tham gia hội thảo. (Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha.)

5232 Claremont Ave., Oakland (Trực tuyến)

Số Điện Thoại: **1.510.658.7353**

bananasbunch.org/workshops-for-parents-families

Trại Huấn Luyện cho Người Mới Làm Cha

Fatherhood Initiative Quận Alameda

Lớp học này do những người cha đào tạo, giúp xây dựng sự tự tin và chuẩn bị cho những người cha đối mặt với những thách thức khi mới có con. Dành cho những người cha sắp có con hoặc đang có con dưới hai (2) tuổi. (Cung cấp thông dịch viên.)

Số Điện Thoại (Amanda McCartney, Trợ Lý Hành Chính): **1.510.667.4340**

acphd.org/fatherhood-initiative

Community Child Care Council (4C) Quận Alameda

Các hội thảo, buổi kiểm tra chỗ ngồi trên xe, giới thiệu đến dịch vụ trông trẻ và các nguồn hỗ trợ khác dành cho các gia đình ở miền Trung và miền Nam Quận Alameda. Truy cập vào trang web để đăng ký tham gia hội thảo. (Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha.)

22351 City Center Dr., Hayward (Trực tuyến)

Số Điện Thoại: **1.510.582.2182**

4calameda.org/events-trainings

Cương Vị Làm Cha và Cùng Nuôi Dạy Con: Vượt Lên Xung Đột

Family Paths

Khóa học này được thiết kế để xây dựng sự tự tin và nâng cao trải nghiệm cùng nuôi dạy con cho những người làm cha và người đóng vai trò làm cha. Khóa học này sẽ có lợi cho những người cha sống cùng hoặc sống xa con cái của họ. Gọi đến đường dây trợ giúp miễn phí để đăng ký lớp học. (Cung cấp thông dịch viên Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha và các ngôn ngữ khác.)

Các thành phố khác nhau (Trực tuyến)

Khóa 6 tuần

Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.800.829.3777**

familypaths.org/parenting/parenting-classes

Hively

Các hội thảo, buổi kiểm tra chỗ ngồi trên xe, giới thiệu đến dịch vụ trông trẻ và các nguồn hỗ trợ khác dành cho các gia đình ở miền Đông Quận Alameda. Truy cập vào trang web để đăng ký tham gia hội thảo. (Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha.)

7901 Stoneridge Dr., Suite 150, Pleasanton (Trực tuyến)

Số Điện Thoại: **1.925.417.8733**

behively.org/events

Nuôi Dạy Con Tích Cực

Family Paths

Khóa học này cung cấp cho phụ huynh các công cụ để tạo ra môi trường gia đình lành mạnh, an toàn và tác động tích cực cho trẻ em ở mọi lứa tuổi. Tìm hiểu về sự phát triển, kỹ năng giao tiếp, tự chăm sóc của trẻ và các kỹ năng nuôi dạy con tích cực khác. Gọi đến đường dây trợ giúp miễn phí để đăng ký lớp học. (Cung cấp thông dịch viên Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha và các ngôn ngữ khác.)

Các thành phố khác nhau (Trực tuyến)

Khóa 6 tuần, 10 tuần hoặc 12 tuần

Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.800.829.3777**

familypaths.org/parenting/parenting-classes

Các Nhóm Hỗ Trợ

Polish Your Crown, Sis!

Healthy Start Initiative Quận Alameda

Các nhóm Polish Your Crown, Sis! thúc đẩy sức khỏe sức khỏe và tinh thần của phụ nữ Da Đen thông qua thảo luận sôi nổi và tìm hiểu về các chủ đề mà người tham gia quan tâm, bao gồm sức khỏe và sức khỏe tinh thần, văn hóa của người Da Đen, các sự kiện hiện tại, tình cảm giữa các chị em, cách nuôi dạy con và cuộc sống gia đình. Truy cập vào trang web để ghi danh.

Các thứ năm, 4 giờ chiều – 5 giờ chiều (Trực tuyến)

Số Điện Thoại: **1.510.618.2080**

embraceher.info/join-a-group

Café Dad

Fatherhood Initiative Quận Alameda

Café Dad là một nhóm hỗ trợ tập trung vào người cha dành cho tất cả những người làm cha tại Quận Alameda. (Cung cấp thông dịch viên Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha và các ngôn ngữ khác.)

Nhóm Nói Tiếng Anh: Các Thứ Tư của tuần lễ thứ 2 & 4, 5 giờ chiều – 7 giờ chiều (Trực tuyến)

Nhóm Nói Tiếng Tây Ban Nha: Các Thứ Năm của tuần lễ thứ 2 & 4, 5 giờ chiều – 7 giờ chiều (Trực tuyến)

Số Điện Thoại (Amanda McCartney, Trợ Lý Hành Chính): **1.510.667.4340**

acphd.org/fatherhood-initiative

Hỗ Trợ Qua Điện Thoại

Đường Dây Trợ Giúp Giải Quyết Căng Thẳng Khi Nuôi Dạy Con Family Paths

Cha mẹ và người chăm sóc có thể gọi điện đến các đường dây hỗ trợ và nguồn hỗ trợ này bất cứ lúc nào. (Cung cấp thông dịch viên.)

Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.800.829.3777**

familypaths.org

Help Me Grow

Gọi điện để được giải đáp bất cứ thắc mắc nào về sự tăng trưởng và phát triển của con từ năm (5) tuổi trở xuống. Tìm hiểu về các chương trình và nguồn hỗ trợ tại địa phương. Quý vị cũng có thể truy cập trang web để biết thêm thông tin và tìm hiểu những điều thú vị để cùng làm với con. (Cung cấp thông dịch viên.)

Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.888.510.1211**

alamedakids.org

Kiểm Tra Chỗ Ngồi Trên Xe

Trạm Kiểm Tra Chỗ Ngồi Trên Xe của Cơ Quan Dịch Vụ Y Tế Cấp Cứu (Emergency Medical Services, EMS) Quận Alameda

Học cách lắp ghế ô tô đúng cách vào xe của quý vị để đảm bảo an toàn cho con quý vị trong mọi chuyến đi. (Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha.)

1000 San Leandro Blvd. (bãi đỗ xe), San Leandro

Số Điện Thoại: **1.510.618.2050**

ems.acgov.org/CommttyResources/CIP

Để biết lớp học của quý vị có cung cấp dịch vụ thông dịch hay không hoặc để đưa ra yêu cầu, vui lòng gọi:

Ban Dịch Vụ Hội Viên Alliance

Số Điện Thoại: **1.510.747.4567**

Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.877.932.2738**

Người khiếm thính và khiếm ngôn (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

Chúng tôi hy vọng các lớp học này sẽ giúp đáp ứng những nhu cầu về sức khỏe của quý vị.

Chúc Quý Vị Sức Khỏe Dồi Dào,
Alliance Health Programs