



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 về **thai kỳ và sinh 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

Trung tâm Y tế Alta Bates Summit

Cung cấp các lớp học về sinh con, chăm sóc mẹ & bé và nuôi con bằng sữa mẹ. Truy cập trang web để xem lịch Gọi điện để ghi danh và cung cấp số ID hội viên Alliance của quý vị.

2450 Ashby Ave., Berkeley (Trực tuyến)

Số Điện Thoại: **1.510.204.4461**

www.sutterhealth.org/absmc/classes-events/pregnancy

Stanford Health Care – Trung Tâm Nuôi Con Bằng Sữa Mẹ Tri-Valley

Cung cấp các lớp học về sinh con, chăm sóc trẻ sơ sinh và nuôi con bằng sữa mẹ.

1119 E. Stanley Blvd., Livermore (Trực tiếp, trực tuyến)

Số Điện Thoại: **1.925.416.3598**

stanfordhealthcare.org/tri-valley/events.html#maternity

Để lên lịch học, vui lòng gọi điện đến Alliance Health Programs theo số **1.510.747.4577**.

Bệnh Viện Washington - Phòng Hướng Dẫn Bà Mẹ Chăm Sóc Con

Cung cấp các lớp học về sinh con (2 ngày), người mới làm cha mẹ, hiểu về việc làm cha, ông bà và nuôi con bằng sữa mẹ. Truy cập vào trang web để xem video Khởi Đầu Thông Minh Trước Khi Sinh và tìm hiểu về thai kỳ. Gọi điện để ghi danh và cung cấp số ID hội viên Alliance của quý vị.

2500 Mowry Ave., Fremont (Trực tuyến)

Số Điện Thoại: **1.510.818.5040**

www.whhs.com/prenatal-parenting-classes

Hỗ Trợ Qua Điện Thoại

Khởi Đầu Mạnh Mẽ

Sở Y Tế Công Cộng Quận Alameda

Nếu quý vị đang mang thai, đang nuôi con nhỏ dưới 36 tháng hoặc bị sảy thai và muốn mang thai lại thì chúng tôi có chương trình dành cho quý vị! Khởi Đầu Mạnh Mẽ cung cấp nhiều dịch vụ hỗ trợ gia đình và giáo dục sức khỏe riêng hoặc theo nhóm. (Cung cấp thông dịch viên)

Số Điện Thoại: **1.510.667.4333**

www.facebook.com/ACPHDStartingOutStrong

Nhóm Hỗ Trợ

Chương Trình Chăm Sóc Sức Khỏe Dành Cho Trẻ Em Da Đen

Sở Y Tế Công Cộng Quận Alameda

Các dịch vụ và chương trình hỗ trợ dành cho Người Mỹ Gốc Phi từ 18 tuổi trở lên đang mang thai và người đang nuôi con. Các nhóm được thiết kế để giúp những người tham gia hiểu được các điểm mạnh của bản thân và đặt ra các mục tiêu cho bản thân họ và con của họ nhằm tăng cường sức khỏe.

10 buổi theo nhóm hàng tuần trước khi sinh và 10 buổi sau khi sinh (Trực tuyến)

Số Điện Thoại (Shamelle Bremond, Cán Bộ Quản Trị Trường Hợp Hỗ Trợ Gia Đình):

1.510.618.2019

acphd.org/programs-and-services/black-infant-health

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