

藥物安全

- 去醫生診所或藥房時隨身攜帶藥物清單或藥瓶。提出問題！
- 了解您的藥物 — 名稱、劑量、服用時間及其副作用。
- 如果您感覺您的藥物可能會對您造成傷害，請諮詢您的醫生。
- 將藥物放在兒童或有風險的成人夠不到、無法接觸到及看不到的地方。
- 安全處置藥物。如需了解更多資訊，請造訪 acgov.org/medscoalition。

個人安全

- 留意您周圍的事物。
- 認識您的鄰居。
- 保持門窗上鎖。
- 夜晚外出時，待在照明良好的區域。
- 散步和外出辦事時與他人同行。
- 如果您或您認識的人受不安全感或不適念頭的困擾，您可以撥打**Alameda縣24小時危機專線的危機支援服務電話1.800.309.2131**（提供口譯）。

槍支安全

- 安全存放任何已卸裝的槍支，並裝上保險裝置。將子彈存放在遠離槍支的地方。
- 確保將槍械存放在兒童無法接觸到的地方，並存放在上鎖的櫃子或抽屜中。
- 若您的家中有人患有精神疾病、嚴重抑鬱症或是有暴力傾向，則切勿在家中存放槍支。



如需了解關於保持安全的更多資訊以及對兒童或年長者的安全小貼士，請造訪 www.alamedaalliance.org/live-healthy-library 並選擇「安全」。

您是否需要更多幫助？

請致電Alliance健康保險計畫

服務時間：週一至週五，早上8點至下午5點

電話：**1.510.747.4577**

免費電話：**1.855.891.9169**

聽障及語障人士

(CRS/TTY) 專線：**711/1.800.735.2929**

網址：www.alamedaalliance.org

ALAMEDA
Alliance
FOR HEALTH

HE_MBRS_SS - PRV FALLS 04/2021
HED SS-2 09/2020