



## Alameda Alliance for Health

1240 South Loop Road  
Alameda, CA 94502

Alliance 健康保險計畫

電話號碼：1.510.747.4577

免費電話：1.877.932.2738

聽障與語障人士 (CRS/TTY)：711/1.800.735.2929

[livehealthy@alamedaalliance.org](mailto:livehealthy@alamedaalliance.org)

[www.alamedaalliance.org](http://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。

感謝您有興趣參加哮喘課程。下列是可供選擇的課程和團體。由於您是Alliance計畫會員，因此可免費享受這些資源。若要瞭解詳情或登記，請與計畫聯絡。告知他們您是Alliance計畫會員，並提供您的Alliance會員識別卡號。

### 成人

#### 哮喘資源中心

Alta Bates Summit Medical Center

3030 Telegraph Ave., Berkeley

每月第4個星期二，下午3:00至5:30

電話號碼：1.510.204.1586

**Better Breather Club**支持團體專為患有慢性哮喘、慢性阻塞性肺病 (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)、肺氣腫和其他肺部疾病的患者服務。歡迎親友參加。

#### St. Rose Hospital

27200 Calaroga Ave. Hospital Boardroom, 1st Floor, Hayward

每月第2個星期三可以前來

上午10:00至中午12:00

電話號碼：1.510.264.4044

#### Washington Hospital – Better Breathing for Life Club支持團體

2500 Mowry Ave., Fremont, CA

每月第4個星期三可以前來 (十一月或十二月沒有聚會)

下午12:45至2:45

電話號碼：1.510.818.7025

### 實用網站

[www.lung.org](http://www.lung.org) – American Lung Association。閱讀材料和視頻，「Asthma Basics (哮喘基礎知識)」線上教學 (英文和西班牙文)。

## 兒童

**Alameda縣公共衛生部 – Asthma Start ( 18歲或以下 )**

整個Alameda縣

有關哮喘和哮喘誘因的居家教育

電話號碼：1.510.383.5181

## **實用網站**

**www.kidshealth.org** – Kid’s Health哮喘中心。為家長、兒童和青少年提供的文章和視頻 ( 英文和西班牙文 )。

**www.noattacks.org** – No Attacks。如何預防哮喘的基礎知識，以及為兒童提供的參考書 ( 英文和西班牙文 )。

如需瞭解您的課程是否提供口譯服務，或申請口譯服務，請致電Alliance會員服務部，電話為1.510.747.4567。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