



**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)

尊敬的計畫成員：

在Alameda Alliance for Health (Alliance)，我們是您的健康伴侶。

感謝您近期對**母乳哺育**課程和支援小組的關注。下面列出的是一些可供選擇的課程和資源。由於您是Alliance計畫成員，因此可**免費**享受這些課程和資源。若要瞭解詳情或登記，請與計畫聯絡。告知他們您是Alliance計畫成員，並出示您的Alliance會員識別卡號。

**Alta Bates Summit Hospital**

2450 Ashby Ave., Berkeley  
電話號碼：1.510.204.6546

**Eden Hospital**

若要登記一個課程，請致電Alliance健康保險計畫，電話號碼是1.510.747.4577。  
20103 Lake Chabot Rd., Castro Valley  
電話號碼：1.510.727.3046

**St. Rose Hospital**

27200 Calaroga Ave., Hayward  
電話號碼：1.510.264.4044

**Washington Hospital**

2000 Mowry Ave., Fremont  
電話號碼：1.510.818.5041 | 請致電諮詢熱線。  
電話號碼：1.510.818.5040 | 請致電以排定母乳哺育課程的時間。

**婦女、嬰兒和兒童 (Women, Infants and Children, WIC)**

WIC提供母乳哺育支持、課程和食品優惠券。如欲加入，請致電。  
電話號碼：1.888.942.9675

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

如需獲取免費母乳哺育支援小組列表或獲得由認證母乳哺育助理的一對一支援，請參閱本函背面！

# Alameda郡母乳哺育支援小組

## 所有小組可免費為Alliance會員提供服務

### ALAMEDA郡

**Kaiser – Baby and Me Support Group**  
(寶寶與我支援小組)

#### Fremont

週三 | 上午10:30 – 中午12  
39400 Paseo Padre Pkwy.  
Niles Building  
電話號碼：1.510.454.4531

#### Hayward

週一 | 上午10 – 中午11:30  
27303 Sleepy Hollow Ave. S.  
沉睡谷大樓  
電話號碼：1.510.454.4531

#### Oakland

週三及週四 | 上午10 – 中午12  
3701 Broadway  
奧克蘭醫療中心，底樓 (G)，D課室  
電話號碼：1.510.752.6150

#### San Leandro

週二 | 上午10:30 – 中午12  
2500 Merced St.  
診所大樓3樓，A31室  
電話號碼：1.510.454.4531

### **La Leche League**

如需尋找您所在區域的同輩母乳哺育支援小組，請撥打下列電話，或造訪以下網站並選擇您所在的城市。

電話號碼：1.510.496.6009

[llnocal.org/LocalGroups.html](http://llnocal.org/LocalGroups.html)

### BERKELEY

**Alta Bates, Summit Medical Center**

週二及週五 | 下午1:30 – 下午3

2450 Ashby Ave.

電話號碼：1.510.204.4461

[www.altabatessummit.org](http://www.altabatessummit.org)

### CASTRO VALLEY

**Eden Medical Center**

週二 | 上午10:30 – 下午1:30

20103 Lake Chabot Rd.

電話號碼：1.510.727.3046

### HAYWARD

**St. Rose Hospital**

Mommy and Me Support Group

(媽咪與我支援小組)

每月第1個週五 | 上午10 – 中午12

27200 Calaroga Ave.

電話號碼：1.510.264.4044

### OAKLAND

**西Oakland健康局**

East Oakland Clinic

每月第3個週四 | 上午11 – 下午1

7450 International Blvd.

電話號碼：1.510.835.9610 分機：2272

West Oakland Clinic

每月第3個週二 | 上午11 – 下午1

700 Adeline St.

電話號碼：1.510.835.9610 分機：2272