



## **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)

尊敬的會員：

在Alameda Alliance for Health (Alliance)，我們是您的健康良伴。

感謝您最近表示對懷孕、分娩、嬰兒護理和/或母乳哺育課程有興趣。下列是可供選擇的課程。由於您是Alliance計畫會員，因此可免費享受這些課程。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。

### **Alta Bates Summit Medical Center – 家長教育部**

2450 Ashby Ave., Berkeley  
電話號碼：1.510.204.4461

### **Anna Griffin CPR**

Berkeley

為家庭和照護者提供的嬰幼兒心肺復甦術 (Cardiopulmonary Resuscitation, CPR) 課程。一個月當中某個週日，下午1:00至3:30。授課語言為英文和西班牙文。

若要排定課程，請致電Alliance健康保險計畫，電話號碼是1.510.747.4577。

### **黑人嬰兒健康**

San Leandro

如果您懷孕已滿 30 週，並且為年滿 18 歲的非裔美國女性，則您可以參加黑人嬰兒健康計畫。在每週的團體課程裡，和其他婦女聚會並學會照顧自己和寶寶。(分娩前 10 節課，分娩後 10 節課)。

電話號碼：1.510.618.1967

### **Boot Camp for New Dads，Alameda 縣公共衛生部**

San Leandro, Oakland

每季度針對新手爸爸舉行 3 小時的研討會，由專業爸爸授課。

電話號碼：1.510.667.4343

### **Eden Medical Center – 臨床教育部**

20103 Lake Chabot Rd., Castro Valley

電話號碼：1.510.727.8496

若要排定課程，請致電Alliance健康保險計畫，電話號碼是1.510.747.4577。

**Highland Hospital ( 僅Highland患者 )**

1411 E. 31st St., Oakland

每週一上課，時間為上午10:00至中午12:00

為期3週的課程，內容有關分娩、母乳哺育和新生兒護理的準備措施，以及汽車座椅和嬰兒安全。親自前往Highland Women's Clinic 6樓進行登記。

電話號碼：1.510.437.4778

**St. Rose Hospital – 健康教育部**

27200 Calaroga Ave., Hayward

電話號碼：1.510.264.4044

**Stanford Health Care – ValleyCare孕婦課程**

5555 W Las Positas Blvd., Pleasanton

若要排定課程，請致電Alliance健康保險計畫，電話號碼是1.510.747.4577

**Washington Hospital – 母嬰教育部**

2000 Mowry Ave., Fremont

電話號碼：1.510.818.5040

**婦女、嬰兒和兒童 (WIC)**

婦女、嬰兒和兒童 (Women, Infants and Children, WIC) 提供有關營養的課程和母乳哺育支持。

電話號碼：1.510.595.6400

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