



## Alameda Alliance for Health

1240 South Loop Road  
Alameda, CA 94502

Chương Trình Y Tế Alliance

Số Điện Thoại: **1.510.747.4577**

Số Miễn Phí: **1.877.932.2738**

Người khiếm thính và khiếm ngôn

(CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

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

[www.alamedaalliance.org](http://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 trong thời gian gần đây đã quan tâm tham dự các lớp cung cấp thông tin về **mang thai, sinh con, chăm sóc em bé, và/hoặc cho con bú bằng sữa mẹ**. Dưới đây là một số lớp học để cho quý vị lựa chọn. Quý vị sẽ được **miễn phí** nếu là hội viên của Alliance. Để tìm hiểu thêm hoặc đăng ký, vui lòng gọi điện đến chương trình. Cho họ biết quý vị là hội viên của Alliance và chuẩn bị sẵn số thẻ Nhận Dạng (Identification, ID) hội viên Alliance của quý vị.

### **Alta Bates Summit Medical Center – Phòng Hướng Dẫn Dành Cho Cha Mẹ**

2450 Ashby Ave., Berkeley

Số Điện Thoại: **1.510.204.4461**

### **Anna Griffin CPR**

Berkeley

Các lớp hồi sức tim phổi (Cardiopulmonary Resuscitation, CPR) cho trẻ sơ sinh và trẻ em dành cho gia đình và người chăm sóc. Vào một ngày Chủ Nhật trong tháng từ 1 giờ chiều – 3:30 chiều. Các lớp được giảng dạy bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha.

Để lên lịch học, xin vui lòng gọi điện đến Chương Trình Chăm Sóc Sức Khỏe Alliance tại số **1.510.747.4577**.

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

San Leandro

Quý vị có thể tham gia chương trình Chương Trình Chăm Sóc Sức Khỏe Dành Cho Trẻ Em Da Đen nếu quý vị đang mang thai tới 30 tuần tuổi, là người Mỹ gốc Phi và từ 18 tuổi trở lên. Gặp gỡ những người phụ nữ khác và được thực hành cách chăm sóc bản thân và trẻ nhỏ trong các buổi học nhóm hàng tuần (10 buổi trước khi sinh và 10 buổi sau khi sinh).

Số Điện Thoại: **1.510.618.1967**

### **Boot Camp for New Dads, Sở Y Tế Cộng Đồng Quận Alameda**

San Leandro, Oakland

Hội thảo kéo dài ba giờ này được tổ chức mỗi quý một lần, dành cho những người mới làm cha, do những người làm cha giàu kinh nghiệm giảng dạy.

Số Điện Thoại: **1.510.667.4343**

**Eden Medical Center – Phòng Giáo Dục Lâm Sàng**

20101 Lake Chabot Rd., Castro Valley

Số Điện Thoại: **1.510.727.8496**

Để lên lịch học, vui lòng gọi điện đến Chương Trình Chăm Sóc Sức Khỏe Alliance tại số **1.510.747.4577**.

**Highland Hospital (Chỉ dành cho những bệnh nhân khám chữa tại Highland)**

1411 E. 31st St., Oakland

Các lớp học được tổ chức vào Thứ Hai, từ 10 giờ sáng – 12 giờ trưa

Chương trình kéo dài 3 tuần này cung cấp thông tin về sinh con, cho con bú và chăm sóc trẻ sơ sinh, ghế ngồi trong xe hơi dành cho trẻ nhỏ và biện pháp bảo vệ an toàn cho trẻ sơ sinh. Đăng ký tại Phòng Khám Phụ Khoa Highland tại tầng 6.

Số Điện Thoại: **1.510.437.4778**

**St. Rose Hospital – Phòng Giáo Dục về Sức Khỏe**

27200 Calaroga Ave., Hayward

Số Điện Thoại: **1.510.264.4044**

**Stanford Health Care – Lớp Thai Sản ValleyCare**

5555 W Las Positas Blvd., Pleasanton

Để lên lịch học, vui lòng gọi điện đến Chương Trình Chăm Sóc Sức Khỏe Alliance tại số **1.510.747.4577**

**Washington Hospital – Phòng Hướng Dẫn Bà Mẹ Chăm Sóc Con Cái**

2500 Mowry Ave., Fremont

Số Điện Thoại: **1.510.818.5040**

**Chương Trình Phụ Nữ, Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Em (WIC)**

Chương Trình Phụ Nữ, Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Em (Women, Infants and Children, WIC) cung cấp các lớp học về dinh dưỡng và hỗ trợ cho con bú sữa mẹ.

Số Điện Thoại: **1.510.595.6400**

Để tìm hiểu xem lớp học của quý vị có cung cấp các dịch vụ thông dịch hay không, hay để yêu cầu, xin gọi ban Dịch Vụ Hội Viên Alliance tại số **1.510.747.4567**. Chúng tôi hy vọng các lớp học này sẽ giúp đáp ứng nhu cầu sức khỏe của quý vị.

Chúc quý vị sức khỏe dồi dào,  
Chương Trình Chăm Sóc Sức Khỏe Alliance