



**Alameda Alliance for Health**

1240 South Loop Road  
Alameda, CA 94502

Departamento de Atención Médica a Largo Plazo  
Número de teléfono: **1.510.747.4516**  
Personas con impedimentos auditivos y del habla  
(CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

**[www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org)**

Estimado(a) miembro:

En Alameda Alliance for Health (Alliance), estamos aquí para ser su aliado en el cuidado de la salud.

Le agradecemos su interés en las clases y los programas sobre el **asma**. A continuación, encontrará opciones sin costo para que pueda elegir. Llame al programa para obtener más información o inscribirse.

**Programa de Autocontrol de Enfermedades**

**Programa Asthma Start**

**Departamento de Salud Pública del Condado de Alameda**

Educación en el hogar sobre el asma para miembros de 18 años de edad o menos. (Disponibles en español e inglés, se ofrecen servicios de interpretación).

Todo el Condado de Alameda (en persona, en línea)

Número de teléfono: **1.510.383.5181**

**[www.acphd.org/asthma](http://www.acphd.org/asthma)**

**Clase en línea**

**Asthma Basics**

**American Lung Association**

Módulo de aprendizaje en línea a su propio ritmo. (en inglés y español)

En inglés: **[lung.training/courses/asthma\\_basics.html](http://lung.training/courses/asthma_basics.html)**

En español: **[lung.training/courses/asthma\\_basics-es.html](http://lung.training/courses/asthma_basics-es.html)**

**Ayuda por teléfono**

**Lung Helpline**

**American Lung Association**

Conéctese para obtener recursos, educación y asesoría sobre una serie de temas relacionados con la salud y las enfermedades pulmonares. Se ofrecen series educativas sobre el asma y enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Visite el sitio web o llame para registrarse. (Disponibles en español e inglés, se ofrecen servicios de interpretación).

Serie educativa de 6 semanas, entre 15 y 20 minutos de duración por llamada.

Línea gratuita: **1.800.548.8252**

**[www.lung.org/helpline](http://www.lung.org/helpline)**

## **Grupos de apoyo**

### **Better Breathing for Life Club**

#### **Laboratorio de Rehabilitación y Función Pulmonar del Washington Hospital**

Esto es para personas con asma crónica, EPOC, enfisema y otras enfermedades pulmonares. Los familiares y amigos son bienvenidos.

2500 Mowry Ave., Fremont (en línea)

Clase sin cita previa: 4.º miércoles de cada mes, de 12:45 p. m. a 2:45 p. m.

*(No hay reuniones en noviembre o diciembre)*

Número de teléfono: **1.510.818.7025**

**[www.whhs.com/about-us/community-connection/support-groups](http://www.whhs.com/about-us/community-connection/support-groups)**

Para saber si su clase ofrece servicios de interpretación o para hacer una solicitud, llame a la siguiente instancia:

Departamento de Servicios al Miembro de Alliance

Número de teléfono: **1.510.747.4567**

Línea gratuita: **1.877.932.2738**

Personas con impedimentos auditivos y del habla (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

Esperamos que estas clases puedan satisfacer sus necesidades de salud.

Le deseamos lo mejor para su salud,  
Programas de Salud de Alliance

#### **Documentos adjuntos:**

- Aviso de no discriminación
- Servicios de asistencia con el idioma

---

[Incluya esta declaración para miembros de Alliance con cobertura de Medi-Cal: El Mediador de Atención Médica Administrada de Medi-Cal del Departamento de Servicios de Atención Médica de California (Department of Health Care Services, DHCS) también puede ayudar. Puede llamar al Mediador de lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m., al 1-888-452-8609].