



**Alameda Alliance for Health**

1240 South Loop Road  
Alameda, CA 94502

Programas de Salud de Alliance

Número de teléfono: **1.510.747.4577**

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

**livehealthy@alamedaalliance.org**

**www.alamedaalliance.org**

Estimado(a) miembro:

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

Gracias por su interés en las clases y los programas de **salud del corazón**. A continuación, encontrará opciones sin costo para que pueda elegir. Llame al programa para obtener más información o inscribirse.

**Clases**

**My Heart's Content**

**Stanford Health Care - Rehabilitación cardíaca de Tri-Valley**

Serie de conferencias para personas con un diagnóstico reciente de una enfermedad cardíaca o que pueden estar en riesgo de padecer una enfermedad cardíaca. Llame o envíe un correo electrónico para inscribirse.

1.º y 2.º miércoles, cada dos meses, de 12:30 p. m. a 2:30 p. m. (en línea)

Número de teléfono: **1.925.373.4637**

Correo electrónico (Nicki Brown, líder de equipo): **abrown1@stanfordhealthcare.org**

**Grupos de apoyo sobre derrame cerebral**

**Programa de derrames cerebrales del Hospital Washington**

Dirigido a sobrevivientes de un derrame cerebral, y sus familias y cuidadores.

4.º martes de cada mes, de 1:30 p. m. a 2:30 p. m. (en línea)

*(No hay reuniones en noviembre o diciembre)*

Número de teléfono: **1.510.818.5080**

**www.whhs.com/about-us/community-connection/support-groups**

**Stanford Health Care, Tri-Valley**

Dirigido a sobrevivientes de un derrame cerebral, y sus familias y cuidadores.

Último lunes de cada mes de 2:00 p. m. a 3:00 p. m. (en línea)

Número de teléfono: **1.925.724.9360**

Correo electrónico (Janis Emery, coordinadora de enfermería):

**VCstrokesupport@stanfordhealthcare.org**

**stanfordhealthcare.org/tri-valley/support-groups.html**

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].