

Alameda Alliance for Health
1240 South Loop Road
Alameda, CA 94502



برامج Alliance Health
رقم الهاتف: **1.510.747.4577**
الأشخاص الذين يعانون إعاقات في التحدث والسمع
1.800.735.2929/711 : (TTY/CRS)
livehealthy@alamedaalliance.org

www.alamedaalliance.org

عضونا العزيز،

في (Alliance) Alameda Alliance for Health، نقف بجانبك للعناية بصحتك.

نشكرك على اهتمامك ببرامج الإقلاع عن التدخين وفصوله. فيما يلي قائمة بالخيارات المجانية التي يمكنك الاختيار من بينها. لمعرفة المزيد أو للتسجيل، يرجى الاتصال بالبرنامج.

خدمة الدعم عبر الهاتف

يمكنك الاتصال أو التسجيل عبر الإنترنت للحصول على استشارة أو دعم من الخبراء.

خط الإقلاع عن التدخين للمدخنين الآسيويين

رقم الهاتف المجاني:

اللغة الصينية: **1.800.838.8917**

اللغة الفيتنامية: **1.800.778.8440**

اللغة الكورية: **1.800.556.5564**

asiansmokersquitline.org

برنامج Kick It California للإقلاع عن التدخين

رقم الهاتف المجاني:

اللغة الإنجليزية: **1.800.300.8086** (يتوفر مترجمون فوريون)

اللغة الإسبانية: **1.800.600.8191**

kickitca.org

الفصول

فصل التخلص من التبغ والإقلاع عن التدخين

مدينة Berkeley

سلسلة فصول للبالغين لتعلم كيفية العيش بدون تبغ. يمكنك الاتصال أو إرسال رسالة بريد إلكتروني للتسجيل.

بمدينة Berkeley (عبر الإنترنت)

ثماني (8) جلسات أسبوعيًا

رقم الهاتف: **1.510.981.5330**

البريد الإلكتروني: quitnow@cityofberkeley.info

مجموعات الدعم

مدمنو النيكوتين المجهولون

"مدمنو النيكوتين المجهولون" هو برنامج من 12 مرحلة يدمج مجموعات من الأشخاص الذين يقدمون المساعدة لبعضهم فيما يتعلق بالعيش بدون نيكوتين. تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني أو الاتصال للحصول على معلومات الالتقاء.

بمدن مختلفة (الحضور الشخصي أو عبر الإنترنت)

رقم الهاتف المجاني: **1.877.879.6422**

www.nica-norcal.org/meetings

لمعرفة ما إذا كان فصلك يوفر خدمات الترجمة الفورية، أو لتقديم طلب، يُرجى الاتصال بـ:

إدارة خدمات أعضاء Alliance

رقم الهاتف: **1.510.747.4567**

الرقم المجاني: **1.877.932.2738**

الأشخاص الذين يعانون إعاقات في التحدث والسمع (CRS/TTY): **1.800.735.2929/711**

نأمل أن تساعدك هذه الفصول في تلبية احتياجاتك الصحية.

مع تمنياتنا بدوام الصحة،

برامج التحالف الصحي

المرفقات:

- إشعار عدم التمييز
- خدمات المساعدة اللغوية

[يرجى تضمين هذا البيان لأعضاء شركة Alliance الذين يتمتعون بتغطية Medi-Cal: يمكن لأمين مظالم الرعاية المُدارة من Medi-Cal التابع لإدارة خدمات الرعاية الصحية في كاليفورنيا (California Department of Health Care Services, DHCS) المساعدة كذلك. يمكنك الاتصال بأمين المظالم من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 8:00 صباحًا حتى الساعة 5:00 مساءً، على الرقم 1-888-452-8609.]