



**Alameda Alliance for Health**

1240 South Loop Road

Alameda, CA 94502

Alliance 健康保險計畫 (Alliance Health Programs)

電話號碼: **1.510.747.4577**

聽障與語障人士 (CRS/TTY):

**711/1.800.735.2929**

**livehealthy@alamedaalliance.org**

**www.alamedaalliance.org**

尊敬的計畫成員:

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

感謝您對**戒煙**課程及計畫的關注。下列是可供選擇的免費選項。若要了解詳情或登記, 請致電對應的計畫。

**電話支援**

致電或線上登記, 獲得專家諮詢和支援。

**亞裔吸煙者戒煙專線 (Asian Smokers' Quitline)**

免費電話:

中文: **1.800.838.8917**

越南語: **1.800.778.8440**

韓語: **1.800.556.5564**

**asiansmokersquitline.org**

**Kick It California**

免費電話:

英語: **1.800.300.8086** (提供口譯服務)

西班牙語: **1.800.600.8191**

**kickitca.org**

**課程**

**Freedom from Tobacco (遠離煙草) 戒煙課程**

**Berkeley 市**

此課程系列幫助成年人學習如何過上無煙草生活。致電或發送電子郵件進行登記。

Berkeley (線上)

課程每週一次, 為期八 (8) 週

電話號碼: **1.510.981.5330**

電子郵件: **quitnow@cityofberkeley.info**

## 支援團體

### 戒煙者匿名互助協會 (Nicotine Anonymous)

戒煙者匿名互助協會是一項分為 12 個階段的計畫，匯集互相幫助戒除尼古丁的戒煙者。造訪網站或致電獲取會議資訊。

各城市（現場、線上）

免費電話： **1.877.879.6422**

**[www.nica-norcal.org/meetings](http://www.nica-norcal.org/meetings)**

如需了解您的課程是否提供口譯服務，或如需申請口譯服務，請致電：

Alliance計畫成員服務處

電話號碼： **1.510.747.4567**

免費電話： **1.877.932.2738**

聽障與語障人士 (CRS/TTY)： **711/1.800.735.2929**

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

附件：

- 反歧視通知
- 語言協助服務

---

[請為入保 Medi-Cal 保險的 Alliance 會員添加此聲明：加州醫療保健服務部 (Department of Health Care Services, DHCS) Medi-Cal 管理式醫療保健監察員也可提供幫助。您可以在週一至週五，上午 8 點至下午 5 點致電 1-888-452-8609 聯絡監察員。]