

# KẾT NỐI HỘI VIÊN

Hè/Thu Năm 2023

ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH

# chúng tôi là

Q U A N A L A M E D A

*Giúp Đỡ Mọi Người trong Cộng Đồng của Chúng Ta Từ Năm 1996*



## NHÀ CUNG CẤP NỔI BẬT: ĐƯA LĂNG KÍNH CỘNG ĐỒNG VÀO CHĂM SÓC SỨC KHỎE – CÂU CHUYỆN VỀ BÁC SĨ NOHA ABOELATA

Bác Sĩ Noha Aboelata, MD, được các bệnh nhân, đồng nghiệp và bạn bè gọi là "Bác Sĩ Noha" là người bảo vệ quyền lợi thực sự cho cộng đồng của chúng ta. Bác Sĩ Noha cống hiến sự nghiệp của mình để giải quyết và loại bỏ sự cách biệt về sức khỏe. Khát vọng của bà là giúp cải thiện sức khỏe của các cộng đồng ít được đại diện và bà là người tiên phong trong lĩnh vực của mình. Bác Sĩ Noha là bác sĩ gia đình và là người sáng lập Trung Tâm Y Tế Cộng Đồng Roots (Roots).

www.alamedalliance.org

San Leandro, California 94578  
PO Box 3789

ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH

Sinh ra và lớn lên ở Oakland, California, Bác Sĩ Noha theo học tại các trường công lập ở Oakland và sau đó lấy bằng tiến sĩ y khoa tại Trường Y Đại Học Howard.

(Tiếp tục ở trang 2)

PRSRST STD  
US POSTAGE  
PAID  
Alliance for Health

# NHÀ CUNG CẤP NỔI BẬT: ĐƯA LĂNG KÍNH CỘNG ĐỒNG VÀO CH (TIẾP TỤC TỪ TRANG 1)



Roots được thành lập vào năm 2008 và có sứ mệnh *nâng đỡ những người chịu ảnh hưởng của sự nghèo đói và bất công có hệ thống. Roots thực hiện sứ mệnh này thông qua chăm sóc y tế và sức khỏe hành vi, điều hướng sức khỏe, hỗ trợ việc làm, nhà ở, tiếp cận cộng đồng và bảo vệ quyền lợi.*

**Sau khi hoàn thành chương trình nội trú ở miền nam California, Bác Sĩ Noha trở về quê nhà ở Oakland để phục vụ cộng đồng của mình và thành lập Roots ở Đông Oakland.**

Dưới sự lãnh đạo của Bác Sĩ Noha, Roots bắt đầu phát triển từ nỗ lực tình nguyện của hai người thành một tổ chức phi lợi nhuận hoạt động trên nhiều khuôn viên, nhiều quận với hơn 200 nhân viên toàn thời gian phục vụ hơn 10,000 bệnh nhân.

Sức khỏe không chỉ đơn thuần là không có bệnh tật. Chăm sóc vượt ra ngoài phạm vi phòng khám và văn phòng bác sĩ. Roots tin vào sức khỏe toàn diện cho mỗi người và hướng tới việc cải thiện sự khỏe mạnh toàn diện của cá nhân ngoài các dịch vụ y tế. Bác Sĩ Noha hiểu điều này và tiên phong trong việc cung cấp mô hình cải thiện sự khỏe mạnh mà Roots gọi là “Sức Khỏe Toàn Diện”. Sức Khỏe Toàn Diện dựa vào cộng đồng, hướng tới cộng đồng và trao quyền cho cộng đồng. Sức Khỏe Toàn Diện bao gồm các dịch vụ y tế, xã hội, việc làm, dinh dưỡng và giáo dục toàn diện, đáp ứng về mặt văn hóa cùng với sự tham gia chính sách công do cộng đồng lãnh đạo. Sức Khỏe Toàn Diện nhằm mục đích trao quyền cho các hội viên Roots giải quyết và thay đổi các điều kiện ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất và tinh thần của cá nhân, gia đình và cộng đồng nơi họ sống và làm việc.

Bác Sĩ Noha còn là nhà lãnh đạo y tế và sức khỏe công cộng ngoài vai trò của bà tại Roots. Bà phục vụ với vai trò Phó Chủ Tịch của Hội Đồng Quản Trị Alameda Alliance for Health (Alliance). Bà thích làm việc với Alliance vì chúng tôi cung cấp dịch vụ cá nhân cho các hội viên và nhà cung cấp. Trong vai trò lãnh đạo này, Bác Sĩ Noha không chỉ đưa lăng kính nhà cung cấp mà còn đưa lăng kính cộng đồng vào dịch vụ chăm sóc sức khỏe của Alliance.

Trong thời gian rảnh, Bác Sĩ Noha thích nấu ăn, hoạt động ngoài trời và đi dạo để hít thở không khí trong lành. Bà là một người mẹ tự hào của ba (3) cậu con trai và tận hưởng từng giây phút của việc làm mẹ.

# CHĂM SÓC SỨC KHỎE – CÂU CHUYỆN VỀ BÁC SĨ NOHA ABOELATA



Alliance rất vinh dự khi được Bác Sĩ Noha chăm sóc cho các hội viên của chúng tôi và giữ vai trò lãnh đạo trong Hội Đồng Quản Trị của Alliance. Khát vọng của bà trong việc cải thiện dịch vụ chăm sóc sức khỏe, trao quyền làm việc và tác động đến cộng đồng là vô giá đối với Alliance, các hội viên, đối tác nhà cung cấp và cộng đồng của chúng tôi.

Chúng tôi rất mong được tiếp tục phối hợp với Bác Sĩ Aboelata và Roots trong công tác tìm kiếm những cách hiệu quả nhất để phục vụ tất cả mọi người.

Quý vị muốn tìm hiểu thêm về Bác Sĩ Aboelata? Vui lòng truy cập trang web của chúng tôi để xem thông điệp cá nhân và chi tiết từ Bác Sĩ Aboelata tại [www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org).

Quý vị cũng có thể kết nối với chúng tôi trên Facebook, Instagram hoặc X (trước đây gọi là Twitter) để xem video.



[www.facebook.com/alamedaallianceforhealth](http://www.facebook.com/alamedaallianceforhealth)



[@alamedaalliance](https://twitter.com/alamedaalliance)



[@alamedaallianceforhealth](https://www.instagram.com/alamedaallianceforhealth)

Hội viên Alliance có thể chọn Trung Tâm Y Tế Cộng Đồng Roots làm phòng khám của mình bằng cách gọi:

Ban Dịch Vụ Hội Viên Alliance  
Thứ Hai – Thứ Sáu, 8 giờ sáng – 5 giờ chiều  
Số Điện Thoại: **1.510.747.4567**  
Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.877.932.2738**  
Người khiếm thính và khiếm ngôn (CRS/TTY):  
**711/1.800.735.2929**

Roots Main Clinic  
9925 International Blvd.  
Oakland, CA 94603  
Thứ Hai – Thứ Sáu, 9 giờ sáng – 5 giờ chiều  
Số Điện Thoại: **1.510.777.1177**

Roots cung cấp dịch vụ trên khắp Vùng Vịnh. Để biết thêm thông tin và các địa điểm, vui lòng truy cập [rootsclinic.org](http://rootsclinic.org).

# ALLIANCE BỔ NHIỆM MATTHEW WOODRUFF LÀM GIÁM ĐỐC



**Matthew Woodruff trở thành Giám Đốc Điều Hành (Chief Executive Officer, CEO) mới của Alliance vào ngày 1 tháng 6 năm 2023.** Cựu CEO của

Alliance, Scott Coffin đã giữ vai trò này trong gần một thập kỷ và nghỉ hưu vào ngày 31 tháng 5 năm 2023. Ông Coffin bắt đầu giữ chức CEO từ đầu năm 2015, lãnh đạo tổ chức vượt ra khỏi sự kiểm soát của tiểu bang, chuyển đổi hoạt động để đạt trạng thái tốt, gặt hái nhiều thành công và trao lại tổ chức cho ông Woodruff lãnh đạo trong trạng thái hoạt động tốt.

Ngày nay, Alliance có gần 500 nhân viên và báo cáo doanh thu hơn \$1.3 tỷ hàng năm, duy trì các chứng nhận (chứng chỉ) chất lượng quốc gia, đáp ứng việc tuân thủ theo quy định (tuân thủ pháp luật) và có hơn \$200 triệu dự trữ tài chính. Dưới sự lãnh đạo của ông Coffin, sự thành công của Alliance đã được các cơ quan quản lý tiểu bang và liên bang công nhận nhờ tính hiệu quả trong hoạt động và cải thiện nhanh chóng điểm chất lượng. Alliance đã chuyển từ tổ chức có điểm chất lượng thấp thứ ba sang tổ chức chăm sóc có quản lý cao thứ tư trên toàn tiểu bang.

Trong tám (8) năm qua, Alliance đã tạo ra một loạt chương trình khuyến khích chăm sóc ban đầu và thí điểm để quản lý các trường hợp y tế phức tạp. Chương trình này đã trao hơn \$84 triệu cho các nhà cung cấp địa phương để cải thiện chất lượng chăm sóc cho người lớn và trẻ em. Để hỗ trợ nhu cầu của người lớn tuổi, trẻ em và gia đình, ông Coffin đã tạo dựng các mối quan hệ mới với Ban Giám Sát Quận Alameda (Alameda County Board of Supervisors), các nhà lãnh đạo Cơ Quan Quận Alameda (Alameda County Agency) và các nhà lãnh đạo của các tổ chức dựa vào cộng đồng để mở rộng khả năng tiếp cận các dịch vụ y tế. Ông Coffin đã cam kết giải quyết khoảng cách trong chăm sóc sức khỏe và những yếu tố xã hội ảnh hưởng đến sức khỏe của những người không được chăm sóc đầy đủ để cải thiện cuộc sống của họ, từ đó thúc đẩy tổ chức triển khai các chương trình sức khỏe dân số. Trong năm cuối cùng dưới sự lãnh đạo của ông Coffin, Alliance đã thực hiện thành công giai đoạn đầu tiên của chương trình CalAIM, bao gồm Quản Lý Chăm Sóc Tăng Cường (Enhanced Care Management, ECM), Hỗ Trợ từ Cộng Đồng (Community Support, CS) và Cấy Ghép Nội Tạng Quan Trọng (Major Organ Transplants, MOT).

Với hơn 27 năm kinh nghiệm với tư cách là người lãnh đạo dịch vụ chăm sóc sức khỏe, ông Woodruff được biết đến là chuyên gia quốc gia và người dẫn đầu ngành trong việc điều hành các Chương Trình Chăm Sóc Có Quản Lý của Medicare Advantage và Medi-Cal. Ông Woodruff đã nhận được Giải Thưởng Dịch Vụ Xuất Sắc của Bộ Trưởng Bộ Y Tế Và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ vì cống hiến của mình trong việc phát triển quy trình đấu thầu hiệu hành của Medicare.

Là người Mỹ gốc Mexico thế hệ thứ ba, ông Woodruff lớn lên ở Vùng Vịnh, tốt nghiệp trường St. Mary's College of Moraga, hiện sống cùng vợ và hai (2) con ở Vùng Vịnh Phía Đông.

# C ĐIỀU HÀNH KHI SCOTT COFFIN NGHỈ HƯU

*Rebecca Gebhart, Chủ Tịch Hội Đồng Quản Trị của Alliance cho biết: “Hội Đồng Quản Trị của Alliance đánh giá cao phương pháp làm việc mang tính đồng cảm, đặt hội viên là ưu tiên hàng đầu của Matt và kiến thức sâu rộng của ông về cách thức vận hành của Medi-Cal. Với kinh nghiệm hàng chục năm với Medicare, ông ấy đủ khả năng dẫn dắt khi chúng tôi chuyển sang lĩnh vực kinh doanh đó. Hội Đồng Quản Trị tin tưởng rằng Matt sẽ là một CEO thành công và sẽ tiếp nối thành tích đáng kinh ngạc mà Alliance đã đạt được dưới sự lãnh đạo của Scott Coffin”.*

*Bác Sĩ Noha Aboelata, Phó Chủ Tịch Hội Đồng Quản Trị của Alliance bổ sung thêm: “Kinh nghiệm của Matt với Alliance sẽ đặc biệt có giá trị trong việc giúp chúng tôi điều hướng những thay đổi mang tính chuyển đổi trong chương trình CalAIM của tiểu bang được thiết kế nhằm cung cấp phương pháp tiếp cận sức khỏe tổng thể công bằng, phối hợp và lấy con người làm trung tâm cho hội viên Medi-Cal của chúng tôi”.*

Bắt đầu từ năm 2015, ông Woodruff đã phục vụ trong nhóm điều hành của ông Coffin với tư cách là Giám Đốc Vận Hành (Chief Operating Officer, COO) tại Alliance. Trong vai trò này, ông Woodruff đã lãnh đạo các hoạt động hàng ngày của Alliance và củng cố các mối quan hệ đối tác nội bộ và bên ngoài của tổ chức. Dưới sự lãnh đạo của ông, Alliance đã đạt được sự công nhận trên toàn quốc, đạt được vị thế Trung Tâm Xuất Sắc vì sự hài lòng của nhân viên, sự hài lòng của hội viên và mức độ dịch vụ tuyệt vời dành cho các hội viên của mình. Công việc của ông Woodruff nhằm phát triển mối quan hệ bền chặt với mạng lưới nhà cung cấp của Alliance đã mang lại tỷ lệ hài lòng cao hơn với các nhà cung cấp trong cộng đồng của chúng tôi, đạt mức kỷ lục vào năm 2022 và tăng 28% so với năm 2015.

Khi ông Coffin thông báo nghỉ hưu vào năm 2022, Bác Sĩ Evan Seevak, thành viên và cựu Chủ Tịch Hội Đồng Quản Trị kiêm Chủ Tịch Ủy Ban Tìm Kiếm CEO của Alliance cho biết: “Trong quá trình tuyển dụng CEO, đã có rất nhiều ứng viên xuất sắc nhưng cuối cùng, Matt là ứng viên nổi bật nhất và được Ủy Ban Tìm Kiếm CEO của Alliance đề bạt nhiều nhất. Trong quá trình phỏng vấn, Matt đã thể hiện kiến thức sâu rộng của mình về Alliance, Dịch Vụ Chăm Sóc Có Quản Lý của Medi-Cal, và Medicare, cũng như các hội viên, nhà cung cấp và cộng đồng địa phương của chúng tôi. Chúng tôi rất vui khi Matt tiếp nhận vai trò mới”.

*“Alliance đã hoàn thành quá trình thay đổi thành công trong tám (8) năm qua và tổ chức sẽ tiếp tục duy trì vị thế tốt trong nhiều năm tới trong tương lai. Vào năm tới, chương trình Medi-Cal của Quận Alameda sẽ thay đổi thành Mô Hình Do Quận Tổ Chức cùng với một số dịch vụ Medi-Cal mới giúp giải quyết các yếu tố xã hội quyết định sức khỏe, bao gồm các dịch vụ hỗ trợ cho người lớn tuổi và ốm yếu, cũng như các dịch vụ giải quyết các vấn đề khác nhau về mất an ninh lương thực và nhà ở. Alliance đã tiên phong và đầu tư vào một loạt chương trình thí điểm nhằm khắc phục sự cách biệt về sức khỏe, bao gồm Recipe4Health, Whole Person Care và Health Homes, đồng thời sẽ triển khai một chương trình thí điểm mới giúp những cư dân từng bị giam giữ (bỏ tù) phối hợp với các dịch vụ tái hòa nhập. Tôi hoàn toàn tin tưởng vào khả năng lãnh đạo của Matt và cam kết của ông trong việc hoàn thành sứ mệnh và tầm nhìn của Alliance, đồng thời tiếp tục tăng cường sự hợp tác tại địa phương với các đối tác trong mạng lưới an toàn của chúng tôi” Scott Coffin, cựu CEO của Alliance cho biết.*

# ALLIANCE BỔ NHIỆM CHỦ TỊCH, PHÓ CHỦ TỊCH HỘI ĐỒNG QUẢN TRỊ MỚI VÀ CHÀO ĐÓN HAI (2) THÀNH VIÊN HỘI ĐỒNG QUẢN TRỊ MỚI

Alliance xin thông báo bà Rebecca Gebhart đã được bổ nhiệm làm Chủ tịch Hội Đồng Quản Trị của Alliance. Hội đồng này là bộ phận điều hành của Alliance, chương trình chăm sóc sức khỏe có quản lý hàng đầu của Medi-Cal. Họ phục vụ hơn 80% người lớn và trẻ em trong chương trình Medi-Cal tại Quận Alameda.

*Scott Coffin, cựu CEO của Alliance cho biết: "Alliance vẫn cam kết cung cấp đầy đủ các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tốt nhất cho tất cả mọi người và đã không ngừng cố gắng cải thiện chất lượng cuộc sống cho cư dân của Quận Alameda kể từ năm 1996. Với tư cách là những nhà lãnh đạo cộng đồng và dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoạt động lâu năm, Hội Đồng Quản Trị đưa ra những quan điểm có giá trị để tư vấn và điều chỉnh tốt hơn sứ mệnh và tầm nhìn, nhằm mở rộng các dịch vụ của chúng ta để tiếp cận nhiều người hơn và cải thiện hệ thống chăm sóc sức khỏe tại địa phương thông qua hội nhập có chiến lược".*

Bà Gebhart cho biết: "Tôi rất vinh dự được đảm nhận vai trò Chủ tịch Hội Đồng Quản Trị của Alliance và hợp tác với các đồng nghiệp của tôi trong Hội Đồng để thúc đẩy sứ mệnh của chương trình trong việc cải thiện sức khỏe tinh thần và thể chất của các hội viên".

Bà Gebhart từng là thành viên Hội Đồng Quản Trị kể từ tháng 5 năm 2016, có hơn 20 năm kinh nghiệm trong lĩnh vực tài chính chăm sóc sức khỏe và trước đây là Giám Đốc Tài Chính tại Cơ Quan Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe (Health Care Services Agency, HCSA) của Quận Alameda trước khi nghỉ hưu. Bà Gebhart cũng từng là Trợ Lý Giám Đốc của HCSA, giám sát tất cả các hoạt động tài chính của cơ quan trị giá \$1 tỷ bao gồm Sức Khỏe Hành Vi, Quản Trị/Sức Khỏe của Người Thuộc Diện Khó Khăn, Sức Khỏe Công Cộng và Sức Khỏe Môi Trường. Bác Sĩ Evan Seevak từng là Phó Chủ tịch từ năm 2017 đến 2019, sau đó giữ chức Chủ tịch từ năm 2019 đến năm 2022. Bác Sĩ Seevak hiện vẫn đang là thành viên Hội Đồng Quản Trị và được ghi nhận cũng như đánh giá cao trong hơn 11 năm phục vụ.

Alliance cũng vui mừng thông báo về việc bổ nhiệm Bác Sĩ Noha Aboelata làm Phó Chủ tịch Hội Đồng Quản Trị. Bác sĩ Aboelata là người sáng lập và là CEO của Trung Tâm Y Tế Cộng Đồng Roots, đồng thời là nhà lãnh đạo cũng như người hỗ trợ dịch vụ chăm sóc sức khỏe tận tụy, cam kết xóa bỏ sự cách biệt về sức khỏe giữa những người có thu nhập thấp tại Đông Oakland và cộng đồng lớn hơn của Quận Alameda. Bác Sĩ Aboelata đã phục vụ trong Hội Đồng Quản Trị của Alliance từ năm 2018 và trong suốt sự nghiệp của mình, bà đã xây dựng được một phương pháp toàn diện, tập trung vào việc tăng cường khả năng tiếp cận và dịch vụ chăm sóc nhất quán bằng cách kết nối bệnh nhân với nhiều nguồn hỗ trợ chăm sóc sức khỏe tinh thần và thể chất.

Alliance cũng bổ nhiệm hai (2) thành viên Hội Đồng Quản Trị mới:

Giám sát viên Lena Tam, thành viên mới được bầu của Hội Đồng Giám Sát Quận Alameda, đã gia nhập Alliance với tư cách là thành viên Hội Đồng Quản Trị mới. Giám sát viên Tam là một nhà lãnh đạo cộng đồng và nhân viên y tế công cộng lâu năm, từng giữ chức Phó Thị Trưởng Thành Phố Alameda. Trong vai trò đó, bà đã đảm bảo nhà ở cho người cao tuổi có thu nhập thấp và làm việc để tăng cường các dịch vụ mạng lưới an toàn cho cư dân Alameda. Bà cũng từng là Chủ tịch của Hội Đồng Chăm Sóc Sức Khỏe Thành Phố Alameda. Tại đây, bà đã làm việc không ngừng nghỉ để duy trì hoạt động của Bệnh Viện Alameda và đảm bảo bệnh viện này tiếp tục cung cấp các dịch vụ cấp cứu cho cộng đồng.

Bà Jody Moore, cư dân của Alameda và là mẹ có hai (2) con, đã tham gia Hội Đồng Quản Trị của Alliance với tư cách là Thành Viên Người Tiêu Dùng. Với vai trò là phụ huynh của trẻ có nhu cầu đặc biệt, bà Moore đã dành nhiều năm để ủng hộ các dịch vụ hỗ trợ người khuyết tật. Bà Moore từng tham gia Ủy Ban về Khuyết Tật của Alameda và giữ chức Phó Chủ tịch trong vài năm. Vào năm 2011, bà đã thành lập nhóm Mạng Lưới Cộng Đồng Người Tự Kỷ Alameda và dành phần lớn thời gian của mình để hỗ trợ các sự kiện nâng cao nhận thức về các vấn đề ảnh hưởng đến người khuyết tật.

# ALLIANCE THÔNG BÁO GIÁM ĐỐC BÌNH ĐẲNG Y TẾ MỚI



Alliance thông báo rằng ông Lao Paul Vang sẽ đảm nhận vai trò mới là Giám Đốc Bình Đẳng Y Tế của chương trình bảo hiểm sức khỏe. Ông Vang chịu trách nhiệm thực hiện các chính sách để đảm bảo công tác bình đẳng y tế (mức độ y tế cao cho mọi người) được ưu tiên và giải quyết trong toàn tổ chức và từng cộng đồng mà Alliance phục vụ. Ông chịu trách nhiệm triển khai tầm nhìn bao quát về tính đa dạng, bình đẳng và hòa nhập, lấy nhân viên, hội viên, cộng đồng và đối tác nhà cung cấp của Alliance làm trung tâm. Với tư cách là Giám Đốc Bình Đẳng Y Tế, ông Vang phối hợp chặt chẽ với các nhà lãnh đạo cộng đồng để hoàn thiện chiến lược quản lý sức khỏe cư dân của Alliance bằng cách xác định những cách giảm thiểu các yếu tố xã hội quyết định sức khỏe.

Ông Vang có nhiều kinh nghiệm trong lĩnh vực hành chính công và công tác phúc lợi nhân sinh. Ông đã xây dựng và thực hiện các chương trình có quy mô lớn về nhân quyền và bình đẳng trong chăm sóc sức khỏe, đa dạng toàn cầu, bình đẳng chủng tộc-giới tính và hòa nhập xã hội trong suốt sự nghiệp của mình. Trước khi gia nhập Alliance, ông Vang đã giám sát các hoạt động an

toàn công cộng cho một khu học chánh lớn. Ông đã thiết kế các phương pháp tiếp cận mới để ngăn chặn tội phạm và bạo lực học đường, đồng thời phát triển các chính sách và chiến lược toàn diện về công bằng chủng tộc để loại bỏ sự phân biệt chủng tộc trong cơ sở (có tổ chức) khỏi hệ thống. Ông Vang cũng từng là Giám Đốc Nhân Quyền và Bình Đẳng Chăm Sóc Sức Khỏe của Tổ Chức Y Tế Thế Giới tại Tây Phi, cũng như Giám Đốc Nhân Quyền và Đa Dạng của Phái Bộ Liên Hợp Quốc tại Liberia, Tây Phi.

*Scott Coffin, cựu CEO của Alliance cho biết: "Để đạt được các mục tiêu bình đẳng y tế, chúng ta phải thay đổi tổ chức của mình, cũng như cách phục vụ những cư dân đáng quý của Quận Alameda. Việc bổ sung một nhà lãnh đạo điều hành tận tụy trong công tác phúc lợi nhân sinh vào hệ thống Alliance là điều cần thiết để tiếp cận nhiều người hơn. Ông Vang đã dành phần lớn sự nghiệp của mình để giải quyết tình trạng bất bình đẳng trong chăm sóc sức khỏe cho các cộng đồng yếu thế trên phạm vi toàn cầu và chúng tôi mong muốn được làm việc với ông Vang để mở rộng sứ mệnh và củng cố công việc hàng ngày của mình để phục vụ cộng đồng trong mạng lưới an toàn của chúng tôi".*

*Ông Vang cho biết: "Tôi rất vui được đảm nhận vai trò quan trọng này tại Alliance, cũng như phối hợp với các nhân viên và nhà lãnh đạo tận tụy của chúng ta để giải quyết tình trạng bất bình đẳng về sức khỏe của hội viên, đồng thời giúp mang lại sự thay đổi có ý nghĩa và lâu dài, cả trong tổ chức của chúng ta và trong toàn bộ cộng đồng lớn hơn của Quận Alameda".*

# EM BÉ CẦN THỜI GIAN ĐỂ LỚN LÊN



Em bé sẽ phát triển trong suốt thai kỳ. Ví dụ: não, phổi và gan phát triển đầy đủ trong những tuần cuối của thai kỳ. Sinh non là tình trạng em bé được sinh ra quá sớm, trước tuần thứ 37 của thai kỳ. Từ năm 2017-2019, khoảng 9% trẻ sơ sinh ở Quận Alameda là trẻ sinh non. Trẻ sinh quá sớm (đặc biệt là trước 32 tuần) có thể gặp nhiều lo ngại hơn về sức khỏe hoặc cần phải nằm viện lâu hơn.

Ngăn ngừa sinh non là một thách thức vì nhiều nguyên nhân có thể phức tạp hoặc chưa được hiểu rõ.

Tuy nhiên, những biện pháp sau đây có thể giúp giảm nguy cơ sinh non:

- Tránh đồ uống có cồn và chất gây nghiện.
- Nhận chăm sóc tiền sản ngay khi quý vị nghĩ rằng mình có thể đã mang thai và tiếp tục nhận chăm sóc trong suốt thai kỳ.
- Nhận biết các dấu hiệu cảnh báo chuyển dạ. Nếu quý vị cho rằng mình đang chuyển dạ sinh non, hãy đến gặp nhà cung cấp chăm sóc sức khỏe ngay lập tức.
- Thực hành các cách để quản lý căng thẳng.  
Để được trợ giúp, hãy tìm nhà cung cấp chăm sóc sức khỏe hành vi trong mạng lưới Alliance bằng cách gọi số điện thoại miễn phí **1.855.856.0577**.  
Quý vị cũng có thể trao đổi với tư vấn viên tại Đường Dây Nóng Quốc Gia Về Sức Khỏe Tâm Thần Người Mẹ theo số điện thoại miễn phí **1.833.943.5746**.
- Cai thuốc lá.  
Để được trợ giúp bỏ hút thuốc, vui lòng gọi đến Đường Dây Trợ Giúp Kick It California theo số điện thoại miễn phí **1.800.778.8440**.  
Tìm thêm nguồn hỗ trợ trên trang “Cai Thuốc Lá” tại [www.alamedaalliance.org/live-healthy-library](http://www.alamedaalliance.org/live-healthy-library).  
Quý vị cũng có thể gửi cho chúng tôi **Mẫu Yêu Cầu Các Chương Trình và Tài Liệu Sống Khỏe** có trên trang **20** hoặc gọi cho Ban Chương Trình Y Tế Alliance theo số **1.510.747.4577**.
- Trao đổi với bác sĩ của quý vị hoặc nhà cung cấp chăm sóc sức khỏe khác về việc sử dụng phương pháp điều trị bằng progesterone nếu quý vị đã từng sinh non trước đó.
- Các lần mang thai phải cách nhau ít nhất 18 tháng.

Nếu quý vị đang mang thai hoặc mới sinh và cần được hỗ trợ thêm, các chương trình **Khởi Đầu Mạnh Mẽ của Quận Alameda** có thể giúp đỡ. Chương trình cung cấp các nhóm, lớp học và lần thăm khám riêng. Để tìm hiểu thêm, vui lòng gọi cho Sở Y Tế Công Cộng Quận Alameda – Bộ Phận Sức Khỏe Người Mẹ, Người Cha, Trẻ Em và Trẻ Vị Thành Niên theo số **1.510.667.4333**.

Tìm hiểu về các lớp học, chương trình và tài liệu trên trang “Mang Thai và Em Bé” tại [www.alamedaalliance.org/live-healthy-library](http://www.alamedaalliance.org/live-healthy-library). Quý vị cũng có thể gửi cho chúng tôi **Mẫu Yêu Cầu Các Chương Trình và Tài Liệu Sống Khỏe** có trên trang **20** hoặc gọi cho Ban Chương Trình Y Tế Alliance theo số **1.510.747.4577**.

Bài viết phỏng theo: Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh: [www.cdc.gov/reproductivehealth/maternalinfanthealth/pretermbirth.htm](http://www.cdc.gov/reproductivehealth/maternalinfanthealth/pretermbirth.htm)



# NHẬN CUỘC HẸN THĂM KHÁM SỨC KHỎE BAN ĐẦU (IHA)!

Quý vị là hội viên Alliance mới? Một trong những điều đầu tiên quý vị nên làm là gặp nhà cung cấp chăm sóc chính (Primary Care Provider, PCP), bác sĩ hoặc y tá chăm sóc sức khỏe cho quý vị. Cuộc thăm khám đầu tiên này được gọi là Cuộc Hẹn Thăm Khám Sức Khỏe Ban Đầu (Initial Health Appointment, IHA). Tốt nhất là quý vị nên lên lịch cho IHA của mình trong vòng bốn (4) tháng kể từ khi tham gia Alliance.

Trong IHA, quý vị:

- Chia sẻ mối lo ngại về sức khỏe hiện tại và tiền sử sức khỏe trước đây của quý vị.
- Khám tổng quát.
- Tìm hiểu về vắc-xin hoặc sàng lọc quý vị có thể cần.
- Nhận các nguồn hỗ trợ khác từ PCP của quý vị.

Thăm khám IHA là bước đầu tiên để đảm bảo sức khỏe tốt lâu dài và bắt đầu mối quan hệ tốt với PCP của quý vị. Gọi cho PCP của quý vị để lên lịch hẹn.

Nếu quý vị có thắc mắc về IHA hoặc PCP của mình, vui lòng gọi:

Ban Dịch Vụ Hội Viên Alliance

Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng – 5 giờ chiều

Số Điện Thoại: **1.510.747.4567**

Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.877.932.2738**

Số điện thoại dành cho người khiếm thính và khiếm ngôn: **711/1.800.735.2929**



# CÁC CHỈ SỐ HUYẾT ÁP

Huyết áp là tác động lên thành mạch máu theo từng nhịp tim. Những mạch này mang máu từ tim đến các bộ phận khác của cơ thể. Khi huyết áp của quý vị ở mức cao, nguy cơ mắc các vấn đề như bệnh tim và đột quỵ sẽ tăng lên. Tin vui là quý vị có thể kiểm soát huyết áp của mình.

Để giúp giữ huyết áp ở mức khỏe mạnh, hãy làm theo những thói quen lành mạnh sau:



**Nắm rõ các chỉ số của quý vị.** Hãy hỏi bác sĩ xem chỉ số huyết áp của quý vị là bao nhiêu và điều đó có ý nghĩa gì đối với quý vị. Nếu huyết áp của quý vị quá cao, hãy tuân thủ kế hoạch điều trị của bác sĩ.



**Vận động.** Thử đi bộ, khiêu vũ hoặc thử hoạt động yêu thích của quý vị. Quý vị chỉ cần vận động 30 phút mỗi ngày, năm (5) ngày một tuần. Hãy nhớ rằng, quý vị không phải thực hiện tất cả các cách cùng một lúc.



**Ăn thực phẩm lành mạnh.** Bổ sung thêm trái cây và rau củ vào bữa ăn của quý vị. Hạn chế thực phẩm chứa muối, chất béo và đường.



**Hạn chế đồ uống có cồn.** Đối với nam giới, không nên uống quá hai (2) ly mỗi ngày. Đối với nữ giới, không nên uống quá một (1) ly mỗi ngày.



**Không hút thuốc.** Nếu quý vị hút thuốc, hãy làm việc với bác sĩ để lập kế hoạch bỏ hút thuốc hoặc gọi cho Đường Dây Trợ Giúp Kick It California theo số điện thoại miễn phí **1.800.778.8440**.



**Quản lý căng thẳng.** Tìm những cách lành mạnh để giúp quý vị thư giãn. Quý vị có thể thử hít thở sâu, giãn cơ hoặc thiền.

# KHÁM SỨC KHỎE CHO TRẺ SƠ SINH (LÚC SINH – 30 THÁNG TUỔI)



Trẻ nhỏ lớn nhanh nên cần đến thăm khám bác sĩ thường xuyên để kiểm tra sức khỏe (còn gọi là khám sức khỏe cho trẻ em). Trong các buổi thăm khám này, bác sĩ sẽ kiểm tra xem con quý vị đang phát triển như thế nào và có thể cung cấp các dịch vụ sàng lọc và vắc-xin phòng ngừa. Quý vị cũng có thể chia sẻ bất kỳ thắc mắc hoặc mối lo ngại nào của quý vị về sức khỏe và sự phát triển của con mình.

Việc theo dõi rất nhiều cuộc hẹn thăm khám có thể là thách thức. Biểu đồ bên dưới hiển thị thời điểm khuyến nghị cho những buổi thăm khám này. Bác sĩ của con quý vị sẽ có thể giúp quý vị lên lịch tất cả các buổi thăm khám cần thiết. Quý vị có thể cắt biểu đồ này ra và giữ lại như một lời nhắc về thời điểm quý vị được lên lịch đến thăm khám với bác sĩ của con mình.



## 0 ĐẾN 12 THÁNG TUỔI

	3-5 ngày tuổi	1 tháng tuổi	2 tháng tuổi	4 tháng tuổi	6 tháng tuổi	9 tháng tuổi	12 tháng tuổi
NGÀY							

## 15 ĐẾN 30 THÁNG TUỔI

	15 tháng tuổi	18 tháng tuổi	24 tháng tuổi	30 tháng tuổi
NGÀY				

Hãy gọi cho bác sĩ của con quý vị ngay hôm nay để lấy hẹn khám sức khỏe cho trẻ em.

Nếu quý vị có thắc mắc, vui lòng gọi:

Ban Dịch Vụ Hội Viên Alliance

Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng – 5 giờ chiều

Số Điện Thoại: **1.510.747.4567**

Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.877.932.2738**

Số điện thoại dành cho người khiếm thính và khiếm ngôn: **711/1.800.735.2929**

# QUYỀN LỢI CHUYÊN CHỜ CỦA QUÝ VỊ

Hội viên Medi-Cal của Alliance có thể được chuyên chở miễn phí đến các cuộc hẹn thăm khám y tế và dịch vụ được bao trả.

Hai (2) loại dịch vụ chuyên chở được Alliance bao trả:

1. Dịch vụ chuyên chở y tế không khẩn cấp (Non-Emergency Medical Transportation, NEMT)
2. Dịch vụ chuyên chở không phải y tế (Non-Medical Transportation, NMT)

## DỊCH VỤ CHUYÊN CHỜ Y TẾ KHÔNG KHẨN CẤP (NEMT) LÀ GÌ?

Dịch vụ chuyên chở y tế không khẩn cấp (NEMT) sử dụng xe cứu thương, xe tải van có cánh, xe tải van chở xe lăn hoặc phương tiện đưa đón đường hàng không. NEMT không sử dụng xe hơi, xe buýt, hoặc taxi.

Quý vị được quyền sử dụng NEMT khi không thể đến cuộc hẹn y tế, nha khoa, sức khỏe tâm thần hoặc điều trị rối loạn do sử dụng chất gây nghiện bằng xe hơi, xe buýt, xe lửa, hoặc taxi, vì lý do thể chất hay y tế, và Alliance sẽ chi trả cho việc điều trị tình trạng y tế hoặc thể chất của quý vị.

Trước khi nhận NEMT, quý vị cần yêu cầu dịch vụ thông qua bác sĩ của mình. Bác sĩ của quý vị sẽ chỉ định loại phương tiện chuyên chở phù hợp để đáp ứng tình trạng y tế của quý vị. Bác sĩ của quý vị phải điền vào mẫu Tuyên Bố Chứng Nhận của Bác Sĩ (Physician Certification Statement, PCS) để yêu cầu loại phương tiện chuyên chở quý vị cần.

Để lấy mẫu này, bác sĩ của quý vị có thể:

- Truy cập trang web của Alliance tại [www.alamedaalliance.org/members/medi-cal/benefits-and-covered-services](http://www.alamedaalliance.org/members/medi-cal/benefits-and-covered-services)
- Gọi cho Ban Dịch Vụ Nhà Cung Cấp Alliance theo số **1.510.747.4510**

Alliance phải chấp thuận trước yêu cầu NEMT trước cuộc hẹn được lên lịch của quý vị. Sau khi được chấp thuận, đơn chấp thuận sẽ có hiệu lực tối đa **12 tháng**, tùy thuộc vào nhu cầu y tế. Ngoài ra, không có giới hạn về số lượng chuyến đi quý vị có thể nhận được. Bác sĩ của quý vị sẽ cần đánh giá lại nhu cầu y tế của quý vị đối với dịch vụ chuyên chở y tế không khẩn cấp và chấp thuận lại ít nhất **12 tháng** một lần.





## DỊCH VỤ CHUYÊN CHỜ KHÔNG PHẢI Y TẾ (NMT) LÀ GÌ?

Dịch vụ chuyên chở không phải y tế (NMT) sử dụng ô tô, taxi, xe buýt hoặc phương tiện công cộng hoặc tư nhân khác để đến cuộc hẹn khám y tế của quý vị.

Quý vị có thể sử dụng NMT khi quý vị:

- Đi đến và trở về từ một cuộc hẹn khám y tế
- Mua thuốc theo toa và vật tư y tế

## SỬ DỤNG QUYỀN LỢI CHUYÊN CHỜ CỦA QUÝ VỊ

Hãy chuẩn bị sẵn sàng cho chuyến đi của quý vị. Để đến cuộc hẹn đúng giờ, hãy đảm bảo rằng quý vị chuẩn bị sẵn sàng và chờ sẵn tại địa điểm đã sắp xếp trước vào thời gian đã lên lịch.

## CÁCH ĐỂ NHẬN NEMT HOẶC NMT

Gọi trước ít nhất ba (3) ngày làm việc để lên lịch cho chuyến đi của quý vị.

Cung cấp thông tin chuyến đi của quý vị, bao gồm:

- Địa điểm đón
- Địa điểm đến
- Thời gian diễn ra cuộc hẹn
- Lý do hẹn thăm khám

Để yêu cầu NMT, vui lòng gọi cho Đường Dây Chuyên Chở của Alliance theo số điện thoại miễn phí **1.866.791.4158**.

Nếu quý vị cần trợ giúp lên lịch cho chuyến đi của mình, vui lòng gọi:

Ban Dịch Vụ Hội Viên Alliance

Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng – 5 giờ chiều

Số Điện Thoại: **1.510.747.4567**

Số Điện Thoại Miễn Phí: **1.877.932.2738**

Số điện thoại dành cho người khiếm thính và khiếm ngôn: **711/1.800.735.2929**

# NHỮNG SỐ ĐIỆN THOẠI QUAN TRỌNG

Dịch Vụ	Số Điện Thoại Liên Hệ
Cấp Cứu	911
Kiểm Soát Chất Độc	1.800.222.1222
Trung Tâm Medi-Cal của Cơ Quan Dịch Vụ Xã Hội Quận Alameda	1.800.698.1118 hoặc 1.510.777.2300
Ghi Danh/Thay Đổi Chương Trình Medi-Cal	1.800.430.4263

## ALAMEDA ALLIANCE FOR HEALTH (ALLIANCE)

Đường Dây Liên Hệ Chính	1.510.747.4500
Ban Dịch Vụ Hội Viên Thứ 2 – Thứ 6, 8 giờ sáng – 5 giờ chiều	1.510.747.4567
Số Điện Thoại Miễn Phí	1.877.932.2738
Số điện thoại dành cho người khiếm thính và khiếm ngôn (CRS/TTY)	711/1.800.735.2929

## DỊCH VỤ CHĂM SÓC

Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe Hành Vi	
Alameda Alliance for Health	1.855.856.0577
Cơ Quan Dịch Vụ Chăm Sóc Sức Khỏe Hành Vi Quận Alameda (Alameda County Behavioral Health Care Services, ACCESS)	1.800.491.9099
Dịch Vụ Chăm Sóc Nha Khoa	
Hội Viên Medi-Cal: Nha Khoa Medi-Cal	1.800.322.6384
Hội Viên Dịch Vụ Chăm Sóc Theo Nhóm: Vui lòng gọi Cơ Quan Công Quyền Quản Lý Dịch Vụ Hỗ Trợ Tại Gia (In-Home Supportive Service, IHSS)	1.510.577.3552
Dịch Vụ Chăm Sóc Nhãn Khoa	
Hội Viên Medi-Cal: MARCH Vision Care	1.844.336.2724
Hội Viên Dịch Vụ Chăm Sóc Theo Nhóm: Vui lòng gọi Cơ Quan Công Quyền Quản Lý Dịch Vụ Hỗ Trợ Tại Gia (IHSS)	1.510.577.3552
Đường Dây Y Tá Tư Vấn	
Hội Viên Medi-Cal	1.888.433.1876
Hội Viên Dịch Vụ Chăm Sóc Theo Nhóm	1.855.383.7873

GIỮ LIÊN LẠC VỚI CHÚNG TÔI VÀ THAM GIA TRÒ CHUYỆN!



[facebook.com/alamedaallianceforhealth](https://facebook.com/alamedaallianceforhealth)



[@alamedaalliance](https://twitter.com/alamedaalliance)



[@alamedaallianceforhealth](https://instagram.com/alamedaallianceforhealth)



[@alameda-alliance-for-health](https://linkedin.com/company/alameda-alliance-for-health)



[@alamedaalliance](https://youtube.com/alamedaalliance)

# THÔNG BÁO KHÔNG PHÂN BIỆT ĐỐI XỬ VÀ TIẾP CẬN NGÔN NGỮ

Phân biệt đối xử là hành vi trái pháp luật. Alliance tuân thủ các luật dân quyền của tiểu bang và liên bang. Alliance không phân biệt đối xử trái pháp luật, loại trừ hay đối xử khác biệt với mọi người vì lý do giới tính, chủng tộc, màu da, tôn giáo, tổ tiên, nguồn gốc quốc gia, nhận dạng sắc tộc, tuổi tác, tình trạng khuyết tật trí tuệ, tình trạng khuyết tật thể chất, bệnh trạng, thông tin di truyền, tình trạng hôn nhân, giới, bản dạng giới hay khuynh hướng tính dục.

## English

ATTENTION: If you need help in your language call **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**). These services are at no cost.

## Mensaje en Español (Tiếng Tây Ban Nha)

ATENCIÓN: Si necesita ayuda en su idioma, llame al **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**). Estos servicios son gratuitos.

## 简体中文标语 (Tiếng Trung)

请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电 **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**)。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如文盲和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电 **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**)。这些服务都是免费的。

## Khẩu Hiệu Tiếng Việt (Tiếng Việt)

CHÚ Ý: Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**). Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**). Các dịch vụ này đều miễn phí.

## Tagalog

ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa **1.877.932.2738** (TTY: **1.800.735.2929**). Libre ang mga serbisyonang ito.

# Alameda Alliance for Health

## Các Chương Trình và Tài Liệu Chăm Sóc Sức Khỏe



**Mẫu Yêu Cầu của Hội Viên** – Alameda Alliance for Health (Alliance) cung cấp chương trình giáo dục y tế miễn phí. Chúng tôi mong muốn quý vị chịu trách nhiệm về sức khỏe của mình bằng cách nắm rõ những thông tin phù hợp nhất có thể. Vui lòng chọn các chủ đề mà quý vị muốn chúng tôi gửi cho quý vị. Quý vị cũng có thể yêu cầu tờ thông tin ở các định dạng khác. Quý vị có thể xem thêm nhiều tờ thông tin tại [www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org).



### GIỚI THIỆU CÁC LỚP HỌC VÀ CHƯƠNG TRÌNH

- Bệnh Suyễn
- Hỗ Trợ Nuôi Con Bằng Sữa Mẹ
- Hồi Sức Tim Phổi (Cardiopulmonary Resuscitation, CPR)/Sơ Cứu
- Bệnh Tiểu Đường
- Chương Trình Phòng Ngừa Bệnh Tiểu Đường (*tiền tiểu đường*)
- Ăn Uống Lành Mạnh, Tập Thể Dục và Cân Nặng
- Sức Khỏe Tim Mạch
- Nuôi Dạy Con Cái
- Mang Thai và Sinh Con
- Cai Thuốc Lá (*vui lòng yêu cầu Đường Dây Tư Vấn Bỏ Thuốc Lá cho Người Châu Á gọi cho tôi*)



### ID Y KHOA

Chọn một phương án:

- Vòng Đeo Tay  Vòng Đeo Cổ
- Bệnh Suyễn
  - Trẻ Em  Người Lớn
- Bệnh Tiểu Đường
  - Trẻ Em  Người Lớn



### TÀI LIỆU VĂN BẢN

- Chỉ Thị Trước (*giấy ủy quyền về y tế*)
- Sử Dụng Rượu Bia và Chất Kích Thích Khác
- Bệnh Suyễn
- Đau Lưng
- Ngừa Thai
- Bệnh Phổi Tắc Nghẽn Mạn Tính (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)
- Bệnh Tiểu Đường
- Bạo Hành Gia Đình
- Ăn Uống Lành Mạnh, Tập Thể Dục và Cân Nặng
  - Trẻ Em  Người Lớn
- Sức Khỏe Tim
- Nuôi Dạy Con Cái
- Thai Nghén
- Chăm Sóc Phòng Ngừa
- Cai Thuốc Lá
- An Toàn
  - Trẻ Em  Người Lớn
- Sức Khoẻ Tình Dục
- Căng Thẳng và Trầm Cảm
  - Trẻ Em  Người Lớn

Tên (bản thân): \_\_\_\_\_

Số ID Hội Viên Alliance: \_\_\_\_\_

Tên Con (nếu có): \_\_\_\_\_

Số ID Hội Viên của Con: \_\_\_\_\_

Tuổi của Con: \_\_\_\_\_

Địa Chỉ: \_\_\_\_\_

Thành Phố: \_\_\_\_\_ Mã Bưu Chính: \_\_\_\_\_

Ngôn Ngữ Viết: \_\_\_\_\_

Ngôn Ngữ Giao Tiếp: \_\_\_\_\_

**Các tài liệu được yêu cầu sẽ được gửi qua đường bưu điện cho quý vị. Alliance có thể liên hệ với quý vị bằng cách nào?**

Vui lòng đánh dấu tất cả các phương án phù hợp:

Điện Thoại: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Tin Nhắn Văn Bản: \_\_\_\_\_



**Để yêu cầu, vui lòng điền vào biểu mẫu này trên cổng thông tin hội viên tại [www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org) hoặc gửi biểu mẫu này đến:**

**Ban Chương Trình Y Tế Alliance** • 1240 South Loop Road, Alameda, CA 94502

Số Điện Thoại: **1.510.747.4577** • **Số Điện Thoại Miễn Phí: 1.855.891.9169**

Người khiếm thính và khiếm ngôn (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**