

عضو گرامی،

در Alameda Alliance for Health (Alliance) هدف ما این است که همراه شما در مسیر سلامت باشیم.

از علاقه شما به کلاس‌ها و برنامه‌های دیابت سپاسگزاریم. تمام خدمات مذکور در زیر برای اعضای ما رایگان هستند. برای کسب اطلاعات بیشتر یا ثبت نام لطفاً با برنامه تماس بگیرید.

برنامه‌های خودمدیریت بیماری

کلاس‌ها و پشتیبانی فردی برای یادگیری نحوه مراقبت از دیابت‌تان.

مرکز دیابت Alta Bates Summit

برای ثبت نام تماس بگیرید و شماره شناسایی عضویت Alliance خود را جهت ارائه در دسترس داشته باشید. (خدمات ترجمه ارائه می‌شود).

2450 Ashby Avenue., Berkeley (حضوری، آنلاین)

شماره تلفن: **1.510.204.1081**

مرکز پزشکی Eden – دفتر آموزش دیابت

دوره‌های کلاس مقدماتی. (خدمات ترجمه ارائه می‌شود).

20101 Lake Chabot Rd., Castro Valley (حضوری، آنلاین)

شماره تلفن: **1.510.727.3032**

برنامه دیابت بیمارستان Washington

(خدمات ترجمه ارائه می‌شود).

1900 Mowry Ave., Suite 305, Fremont (حضوری، آنلاین)

شماره تلفن: **1.510.818.6556**

www.whhs.com/diabetes

پشتیبانی تلفنی

مربیگری سلامت

با وجود دیابت، به بهترین شکل زندگی کنید

دریافت پشتیبانی فردی از مربی سلامت در مسیر دستیابی به هدف‌های بهداشتی دیابت‌تان. (خدمات ترجمه ارائه می‌شود).

یک (1) تا سه (3) جلسه تماس تلفنی، هر جلسه 30-45 دقیقه

شماره تلفن: **1.510.747.4512**

کلاس‌ها و گروه‌های پشتیبانی

کلاس دیابت

برنامه دیابت کانفی Alameda

دوره کلاس‌ها برای آشنایی با نحوه مراقبت از دیابت‌تان. (به زبان‌های انگلیسی، کانتونی، ماندالین و اسپانیایی موجود است.)

شهرهای مختلف (حضور، آنلاین)

دوره کلاس‌های 8 هفته‌ای، هر کلاس دو (2) ساعت

شماره تلفن: **1.510.383.5185**

acphd.org/nutrition-services/diabetes

گروه پشتیبانی دیابت

برنامه دیابت کانفی Alameda

گروه‌های پشتیبانی برای آشنایی با نحوه مراقبت از دیابت‌تان.

شهرهای مختلف (حضور، تلفنی)

ماهانه، 10 صبح - 12 بعدازظهر

شماره تلفن: **1.510.383.5185**

acphd.org/nutrition-services/diabetes

گروه پشتیبانی و سمینار

برنامه دیابت بیمارستان Washington

گروه پشتیبانی هر ماه تشکیل می‌شود. سمینارهای دیابت مهم است (Diabetes Matters) توسط سخنرانان هر دو ماه یک‌بار در ساعت 7 بعدازظهر، یک (1) ساعت پس از گروه پشتیبانی برگزار می‌شوند.

2500 Mowry Ave., Fremont (آنلاین)

اولین دوشنبه ماه، ساعت 6 بعدازظهر - 7 بعدازظهر

شماره تلفن: **1.510.818.6556**

www.whhs.com/services/outpatient-diabetes-center/diabetes-matters

برای اطلاع از اینکه آیا برنامه یا کلاس، خدمات ترجمه ارائه می‌دهد یا خیر، یا برای درخواست مترجم، لطفاً با این شماره‌ها تماس بگیرید:

بخش خدمات اعضای Alliance

شماره تلفن: **1.510.747.4567**

خط تلفن رایگان: **1.877.932.2738**

افراد دارای اختلال شنوایی و گفتاری (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

امیدواریم این کلاس‌ها به برآورده کردن نیازهای سلامت شما کمک کنند.

با آرزوی سلامتی و تندرستی،

برنامه‌های سلامت Alliance

پیوست:

- اطلاعیه عدم تبعیض
- خدمات کمک زبانی

Please include this statement for Alliance members with Medi-Cal Coverage]

مدیریت شده	Medi-Cal	اداره	خدمات	مراقبت های	بهداشتی
------------	----------	-------	-------	------------	---------

California (Department of Health Care Services, DHCS) نیز می تواند کمک کند. شما می توانید از دوشنبه تا جمعه، بین ساعت 8:00 صبح تا 5:00 بعدازظهر، با بازرس به شماره 1-888-452-8609 تماس بگیرید.