



FORMULARIO DE SOLICITUD PARA EL PROGRAMA DE BIENESTAR

Alameda Alliance for Health provee educación de la salud gratuita. Queremos que usted se haga cargo de su salud con la mejor información posible. Marque los temas que le interesan.

MATERIALES ESCRITOS:

- instrucción anticipada (carta poder médica)
- alcohol y otras sustancias
- asma en adultos en niños
- cuidados de la espalda
- anticoncepción y planificación familiar
- lactancia
- seguridad de los asientos para automóviles
- diabetes
- violencia doméstica
- ejercicio bandas elásticas
- alimentación sana
- salud del corazón
- ser padre y la disciplina
- embarazo y parto
- dejar de fumar
- seguridad bebé niño adulto mayor
- salud sexual
- estrés y depresión

CLASES Y PROGRAMAS SOBRE:

- asma
- alcohol y otras sustancias
- apoyo para el amamantamiento
- diabetes

- resucitación cardiopulmonar/primeros auxilios
- peso saludable
- salud del corazón
- ser padre
- embarazo y parto
- dejar de fumar (estoy de acuerdo recibir una llamada de la línea de ayuda al fumador)
- centro/programas de adultos mayores

BRAZALETES DE IDENTIFICACIÓN:

- asma
- diabetes

DVD:

- atención del asma adultos niños
- ejercicio niños
- ser padre y la disciplina (edades de 0 a 3 años)

LIBROS ESPECIALES:

- Guía de autocuidado familiar Familia Adolescente Adultos mayores
- What to Do When Your Child Gets Sick (Qué hacer cuando su hijo se enferma)
- When Your Child is Heavy (Cuando su hijo tiene sobrepeso)
- Recetario (elija uno) Latino Comidas saludables
- Ejercicio (elija uno) Yoga Fuerza Adulto mayor

Nombre (personal): _____ Número de identificación de Alliance: _____

Nombre del hijo (si es necesario): _____ Número de identificación del hijo: _____

Dirección: _____

Ciudad: _____ Código postal: _____

Número de teléfono durante el día: _____ Idioma de preferencia: _____

Nombre del proveedor (si es necesario): _____ Dirección de correo electrónico: _____

Los materiales son para: adultos personas de edad avanzada niños Edad del niño: _____

Envíe este formulario a: Alameda Alliance for Health, Health Education, 1240 South Loop Road, Alameda, CA 94502

Fax: 1-877-813-5151 ■ Llame al: (510) 747-4577 o a las líneas CRS/TTY: 711

■ Correo electrónico: livehealthy@alamedaalliance.org