101 8th Street, Suite 100
Oakland, CA 94607

Gusto Ka Naming Makausap

By Agnita Pal

Sa aming mga pasyente, sa Nobyembre, magte-text sa iyo ang AHS ng survey link. Gusto naming malaman kung ano ang nararamdaman mo tungkol sa amin at kung paano ang naging karanasan mo sa AHS sa huling 12 buwan. Alam naming binago ng pandemyang COVID ang iyong karanasan at gusto namin itong maunawaan. Ang iyong mga tugon ay pananatilihing kumpidensyal. Salamat sa pagsagot ng aming survey.

ASIAN HEALTH SERVICES
NEWSLETTER
FALL 2021

Mga Klinika ng Flu Shot Ngayong 2021 sa Asian Health Services

Lokasyon at Oras ng Klinika ng Flu Shot Para sa Adult*

Tumawag sa 510-735-3222 para sa appointment o anumang tanong.

Bukas sa sinumang **adult na may edad na hindi bababa sa 19 taon**. Hindi dapat buntis ang mga babae. Kung miyembro ka ng Asian Health Services, pakidala ng iyong membership card at photo ID.

Frank Kiang Medical Center
250 East 18th Street
Ika-6 ng Nobyembre
Sabado: 9:00 am - 1:00 pm

Rolland & Kathryn Lowe Medical Center
835 Webster Street
Ika-13 ng Nobyembre
Sabado: 9:00 am – 1:00 pm

Pangunahing Klinika ng Pagbabakuna – 416 8th Street
Tuwing Biyernes | 9:15 am – 12 pm at 1:30 pm – 4:00 pm mula 10/15 hanggang 12/17 (maliban sa 11/26)

Lokasyon at Oras ng Pampediyatrikang Klinika ng Flu Shot*

Tumawag sa 510-735-3222 para sa appointment o anumang tanong.

Bukas LANG sa kasalukuyang mga pasyente ng Asian Health Services na may edad na 6 na buwan hanggang 18 taon. Kailangang may kasamang magulang o legal na tagapangalaga ang pasyente. Pakidala ng AHS membership card at insurance card ng **bata**.

Chenming & Margaret Hu Medical Center: 818 Webster Street, Ika-3 Palapag

Ika-4 ng Disyembre
Sabado: 9:00 am – 1:00 pm

***Ang mga pasyenteng may anuman sa sumusunod na mga sintomas ay kailangang kumonsulta sa kanilang medical provider BAGO tumanggap ng flu vaccine:**

- Lagnat/Panlalamig
- Ubo
- Namamagang Lalamunan
- Hirap sa Paghinga
- Pananakit ng Kalamanan sa Buong Katawan
- Pagkawala ng Panlasa o Pang-amoy
- Baradong ilong o Sipon
- Pagduduwal o Pagsusuka
- Pagtatae

Maaaring makansela ang petsa o oras ng klinika depende sa availability ng flu vaccine. Ang $5 hanggang sa $10 na donasyon ay ikalulugod. Salamat sa iyong suporta.

Paano maproprotektahan ang ating komunidad sa COVID?

Ano ang alam natin tungkol sa COVID?

Variants

Ang mga viruses ay patuloy na nagbabago at ang mga bagong variants ng virus ay inaasahang darating. Upang maiwasan ang pagkalat ng mga bagong variants ng virus at mga impeksyon, pinakamainam na magsagawa ng mga hakbang upang maprotektahan natin ang sarili.

- Magsuot ng mask
- Manatili sa bahay kung maysakit
- Magpasuri kung may mga sintomas ka o kung nalantad sa taong may COVID-19
- Humiwalay o mag-kwarantin sang-ayon sa payo ng iyong "medical provider" kung ikaw ay malapitang nakipagugnayan sa taong nag-positibo sa COVID-19
- Ang pinakamahalaga ay magpabakuna laban sa COVID-19

Ang bakuna ay kritikal para sa iyong kalusugan at ng komunidad

- Ang COVID-19 vaccines ay nagbibigay ng proteksyon laban sa Delta at iba pang variants
- Ang COVID-19 vaccines ay nagbibigay ng proteksyon sa pagkakasakit, pagka-ospital, o pagkamatay mula sa COVID-19

Sino ang karapat-dapat magpabakuna?

Mayroong mga bagong rekomendasyong booster para sa Pfizer, Moderna, J&J. Ang mga bagong rekomendasyon mula CDC ay ang pagpayag sa paghalo at pagtugma ng bakuna para sa booster shots. Ang mga karapat-dapat na indibidwal ay maaaring piliin ang bakunang natanggap na nila bilang booster dose.

	Sino ang karapat-dapat tumanggap ng pangunahing bakuna(full vaccination, una at ikalawa)?	**Sino ang karapat-dapat sa karagdagang turok?**	**Sino ang karapat-dapat sa booster shot?**
Pfizer	12 taong-gulang pataas Mga edad 5- 11 ay naghihintay pa na maaprubahan	12 taong gulang pataas na may katamtaman o malalang immunocompromised Kailan: ang karagdagang turok ng Pfizer ay ibinibigay pagkalipas man lang ng 28 araw matapos ang ikalawang dose	• 65 taong gulang pataas • Residente ng long-term care facility • 18 taong gulang pataas na napapasailalim ng mga medikal na kondisyon • 18 taong gulang pataas na nagtratrabaho o nakatira sa high-risk settings Kailan: 6 na buwan o mahigit pagakatapos ng mga inisyal na serye ng bakuna
Moderna	18 taong gulang pataas	18 taong gulang pataas na may katamtaman o malalang immunocompromised Kailan: ang karagdagang turok ng Moderna ay ibinibigay pagkalipas man lang ng 28 araw matapos ang ikalawang dose	• 65 taong gulang pataas • Residente ng long-term care facility • 18 taong gulang pataas na napapasailalim ng mga medikal na kondisyon Kailan: 6 na buwan o mahigit pagakatapos ng mga inisyal na serye ng bakuna
Johnson and Johnson (J&J)	18 taong gulang pataas	Hindi pa available	Kung nakumpleto mo ang iyong J&J shot na may mahigit na 2 buwang nakalipas, ikaw ay maaaring magpa booster shot gamit ang J&J, Moderna, o Pfizer.

Saan sa Asian Health Servicesmaaring makukuha ang bakuna?

Para mag-skedyul ng appointment sa aming vaccine clinic, tumawag sa **(510) 735-3222**. Kami ay kasalukuyang nagbibigay ng Pfizer, Moderna, and J&J vaccines.

Pumunta sa Asian Health Services Covid-19 website: **https://asianhealthservices.org/covid19vaccine/** para sa mga pinakahuling impormasyon.

Pagtanggap ng Mga Bagong Pasyente at Pag-apply para sa Health Coverage

Ni Dinh Ly, Senior Member Services Manager

Bukas at handang tumulong ang Asian Health Services para maibigay ang iyong mga pangangailangang pangkalusugan. Kasalukuyan kaming tumatanggap ng mga bagong pasyente! Maaari ka rin naming tulungan sa malawak na hanay ng mga serbisyo mula sa enrollment assistance hanggang sa taunang renewal ng programa ng gobyerno, tulad ng Medi-Cal at Covered CA. Maaari ka rin naming tulungan sa pag-apply para sa heath coverage batay sa iyong katayuan, kabilang ang mga nabago ang pinansyal na katayuan.

a. Medi-Cal:

- Nag-aalok ng mura o libreng health coverage sa mga kuwalipikadong residente ng California na may limitadong kita. Maaari kang mag-apply sa programang ito buong taon (walang deadline). Kung kuwalipikado ka, makakukuha ka ng Medi-Cal hangga't patuloy kang nakatutugon sa kuwalipikasyon at sumusunod sa kanilang kinakailangan.
- Makatatanggap ng buong saklaw ng Medi-Cal sa ilalimng PRUCOL ang mga taong may DACA (Deferred Action for Childhood Arrivals) status at natutugunan ang lahat ng mga kinakailangan sa pagiging kuwalipikado.

b. Covered CA:

- Ito ang health insurance marketplace ng estado kung saan maaaring mamili ang mga taga-California ng mga health plans at maka-access ng pinansyal na tulong kung kuwalipikado sila para rito.
- **Bukas na pagpapa-enroll: Nobyembre 01 - Enero 31, 2022**
- **Magsisimula ang renewal period sa Oktubre 01 - Disyembre 31, 2021**. Kung hindi ka gagawa ng aksyon, awtomatikong mare-renew para sa susunod na taon ang taong naka-enroll sa Covered California.

c. Calfresh:

- Ang Calfresh (Dating kilala bilang Food Stamp) ay isang programang pang-nutrisyong nagbibigay ng pinansyal na tulong para makabili ng mga masustansyang pagkain ang mga residente ng California na may mababang kita at mamamayan ng Estados Unidos o Legal na Permanenteng residente.
- Magkakaroon ng bisa sa 10/01/2021, tataas nang 25% ang nakalaang mga benepisyo ng Calfresh.
- Ang mga benepisyo ng Calfresh ay maaaring magamit sa karamihan ng mga local grocery store, farmer's market, online delivery ng mga grocery tulad ng Amazon at Walmart.

Kasalukuyang bukas ang Mga Serbisyo sa Miyembro para sa mga walk-in pati na rin sa mga serbisyo gamit ang telepono. Mangyaring pumunta o makipag-ugnayan sa amin sa **(510) 986-6880** para sa tulong.

ASIAN HEALTH SERVICES
COMMUNITY HEALING UNIT

Bagong Community Healing Unit: Narito kami para sa iyo.

Napakahirap ng panahon ngayon. Nakararanas at nakasasaksi tayo ng mga pag-atake at pagbabanta sa ating komunidad na nagdudulot sa atin ng takot at pagkabalisa. Tunay ang trauma na ito at gusto namin sa Asian Health Services na malaman mong hindi ka nag-iisa. Kung biktima, miyembro ng pamilya, o miyembro ng komunidad man, narito kami para mag-alok sa iyo ng suporta. Mahalaga sa amin ang iyong kalusugan at kagalingan.

Malugod ka naming iniimbitahang tumawag sa aming bagong Community Healing Unit. Ibinibigay ang aming mga serbisyo sa Ingles at maraming Linggwaheng Asyano. Doon maaari kang makipag-usap sa mapagmalasakit na mga healthcare professional gamit ang iyong wika, na maaaring magbigay ng payo, wellness support, at case management support. Maaari ka naming isangguni sa iba pang uri ng serbisyo para matulungan ka, kabilang ang legal at panlipunang mga serbisyo kung kinakailangan. Bukas sa mga residente ng Alameda County ang mga serbisyong ito sa Community Healing Unit. Hindi mo kailangang maging kasalukuyang pasyente namin.

Bahagi kami ng minamahal na komunidad na ito – nagkakaunawaan at nahahabag tayo sa isa't isa. Sama-sama tayo rito.

Tawagan kami sa 510-735-3940

O mag-email sa ahshealingunit@ahschc.org

Lunes - Biyernes: 9 am – 5 pm

Hindi ito crisis hotline. Para sa mga emergency, mangyaring tumawag sa 911. Maaaring mag-iwan ng text message o mag-email sa ahshealingunit@ahschc.org ang mga after-hour caller.

Mga Video at Phone Visit

Ni George Lee

Alam mo bang maaari mong mabisita ang iyong provider sa pamamagitan ng video o phone?

Napakamaginhawang paraan nito para makatanggap ng pangangalagang medikal dahil nakatitipid ka ng oras. Hindi mo kailangang magbiyahe papunta sa klinika at maaalagaan ka sa sarili mong tahanan. Minsan mas madali rin para sa mga miyembro ng pamilyang lumahok.

Ang kailangan mo lang para sa video visit ay alinman sa Apple iphone o isang phone na may camera na makatatanggap ng mga text.

Napakainam ng mga video at phone visit kung mayroon kang malalang mga kondisyon tulad ng high blood pressure o diabetes na mahusay na nakokontrol. Mainam rin ang mga ito para sa mga simpleng isyu ng kagyat na pangangalaga tulad ng sipon.

Kung interesado ka, hilingin lang ito kapag nag-iiskedyul ng iyong appointment.