



## 首席執行官與總裁更新



從左至右：Julia Liou，亞健社首席執行官，Thu Quach 博士，亞健社總裁

2022 年 1 月，亞健社迎來了歷史性的領導層變動。為亞健社衷心服務 46 年的長任首席執行官廣田美代子(Sherry Hirota) 宣佈卸任，成為我們的首席戰略官和智慧顧問。在 Sherry 的帶領下歷練多年之後，我們很榮幸地接受了新的領導職務，由 Julia Liou 擔任首席執行官，Thu Quach 擔任總裁

**Julia**：大約 22 年前，當我剛來到這裡工作時，我被亞健社倡導和服務的雙重使命所吸引。作為台灣和香港移民的後代，我看到自己不會說英語的移民祖父卻從提供各種語言服務的醫療保健中受益匪淺。我想將他所經歷的積極影響融入到我自己的工作中。我想成為這個優秀組織的一員，與我們的員工共聚一堂，與您攜手並肩為患者的生活帶來更積極的影響。我很榮幸能夠效力於亞健社，為患者提供倡導與服務。

**Thu**：我是一名越南難民，五歲時隨家人移民到這裡，我看到我的家庭和我們的亞健社患者有很多共同之處。我的父母不會說英語，我們的生活一直很拮据。我在 1996 年上大學時就開始在亞健社工作，因為我對語言模式的健康保健服務非常有興趣。小時候，我經常做父母的翻譯，深知全家因為語言的問題負擔有多大。我於 2011 年重新加入亞健社，很榮幸能在這裡與如此出色的員工一起工作，他們非常關心我們的患者。我希望我的家人有像亞健社這樣的地方來照顧他們。這就是為什麼我如此致力於亞健社的服務和宣傳使命。

我們將共同致力於開展這項重要工作，為我們的患者提供服務和倡導，尤其是在我們面臨醫療保健系統、持續的疫情和不斷變化的經濟所帶來的新機遇和新挑戰的當下。無論時局如何變幻莫測，亞健社都將一如既往地為患者提供服務。

## 數碼創新：接受醫療護理並保持健康的新方式

希望大家知道，我們為想要在家中就診的任何人提供遠距就醫 — 您無需親自到診所或候診室！

我們希望用科技改善與您的溝通，幫助您保持健康！我們為高血壓患者啟動了一項創新計劃。我們提供血壓測量儀器，可連接至您的智慧手機。

您的手機可以將測量結果發送給我們，

這樣您的醫療提供者就可以輕鬆看到結果。

請告訴您的醫療提供者，您是否有意願參與！

請掃描此二維碼以了解關於遠距血壓監測計劃的詳細資訊。

(說明：如果您有智能手機，

請開啟攝像頭並對準二維碼。然後按下快顯連結，

查看 YouTube 上的視訊。)



## 猴痘相關知識

### 感染猴痘的風險：

- 猴痘依然十分罕見
  - 截至 8 月底，阿拉米達縣 170 萬居民中已發現病例不足 150 例。
- 公眾普遍感染猴痘的風險非常低
  - 與感染猴痘的患者隨意接觸，例如在公共場所交談或偶遇，不會有感染的風險。
- 個人感染猴痘的途徑如下：
  - 觸摸感染患者的皮膚損傷部位
  - 接觸體液，例如在接吻或性活動期間
  - 共用受污染的床單/毛巾
  - 透過長時間面對面互動吸收呼吸道分泌物，通常是居住/照顧患有猴痘的患者
- 儘管任何人都可能感染猴痘，但目前來看，猴痘對男同性戀 (MSM) 社交人群的影響力更大。因此，屬於該人群的個人會暴露於高風險中。

### 預防猴痘的方法：

- 避免與患有潰瘍或皮疹的人近距離接觸，例如擁抱、親吻、撫摸和性行為
- 不要與有症狀的個人共用物品（例如，餐具、杯子、衣服、毛巾、床單被罩）

- 如果懷疑自己接觸過病毒，請用肥皂和水或含酒精的洗手液清洗雙手
- 在照顧有症狀的患者時佩戴口罩和手套、穿防護服

### 猴痘的症狀：

- 發燒、淋巴結腫大、全身酸痛、咳嗽、疲憊
- 皮疹會按如下順序從腫塊變為水泡再到結痂：



### 如果您覺得自己可能感染了猴痘：

- 請留在家中，在一間單獨房間中隔離
- 聯絡您的醫療保健提供者

### 接觸過猴痘患者或處於高暴露風險社交網絡/群體的個人：

- 應聯絡他們的醫療保健提供者以接種 JYNNEOS 疫苗以防止被感染
- 目前，猴痘疫苗的供應極為有限。目前僅允許處於高暴露風險的衛生保健工作者、接觸過猴痘的個人、高危男同性戀者和感染 HIV 的跨性別者接種

## 2022 年大選

您為 2022 年 11 月 8 日做好準備了嗎？屆時，我們又一次迎來投票，亞健社患者將在此次中期選舉中做出重要決定。我們的社區面臨很多風險，包括決定讓誰領導我們的市、縣和州政府。

中期選舉的影響如何？在為市長或州長等州和地方官員投票時，您就等於為學校資金、經濟適用房和醫療保險等問題做出了決定。

亞裔美國人群體日益擴大，我們擁有投票權。2020 年總統大選期間，亞裔美國人的投票率增幅最大，從 2014 年的 49.3% 上升到 2020 年的 59.5%。

這意味著當我們站出來投票時，我們就可以真正影響選舉。

如果您是公民且年滿 18 歲，請確保您已登記投票。

所有加州登記選民都將收到一張郵寄選票，

用於 11 月 8 日的大選。您的縣選舉辦公室將在

2022 年 10 月 10 日之前郵寄選票。您可在亞健社提交投票。

本屆大選登記投票的截止日期是 2022 年 10 月 24 日。請在此處登記或查看您的登記資訊：



## 會員更新

### 非法身份年長者放寬政策

- 自 2022 年 5 月 1 日起，50 歲或以上個人，無論其移民身份如何，均可能有資格獲得全面的醫療補助服務。

### 非 MAGI 醫療補助計劃的資產限額變更

- 自 2022 年 7 月 1 日起，資產限額從每人 2000 美元增長至 130,000 美元，每個額外家庭成員另額外增加 65,000 美元。
- 此新資產限額適用於以下計劃：

醫療補助計劃及資產限額	
計劃名稱	計劃說明
年長者、盲人及殘障人士聯邦扶貧計劃	適用於65歲以上年長者、殘障人士及/或盲人。此計劃免費。
250%工作殘障計劃	適用於有工作的殘障人士。
長期護理	適用於長期生活在護理機構的人士。
貧困醫療費用分攤	適用於65歲以上年長者、殘障人士及/或盲人。此計劃需按月支付費用。
醫療保險儲蓄計劃	適用於參與醫療保險計劃的人士。這些計劃幫助支付醫療保險費用，例如共付額和保費。

如果您沒有資格申請醫療補助計劃，可以選擇 **COVERED CALIFORNIA** 計劃。這是健康保險市場，使符合條件的個人和小企業能夠以聯邦補貼的價格購買私人健康保險。它提供 4 種以金屬命名的級別；青銅、白銀、黃金和鉑金。

有關如何成為我們的患者或有意申請健康保險和 Calfresh 的更多資訊，

請致電 510-986-6880 | 地址：818 Webster St, Oakland CA 94607 | 電子郵箱：[membersvcgrp@ahschc.org](mailto:membersvcgrp@ahschc.org)  
週一至週五：上午 9 点至下午 5 点（12 點至 1 點午休）

## COVID-19 更新

新冠肺炎疫苗 - 預約：致電 510-735-3222

新冠病毒檢測 - 預約：致電

510-735-3222 或 掃描二維碼 \



### 疫苗時間表

週一	克林頓公園- 下午 1-4 點 655 International Blvd, Oakland, CA
週二	亞健社診所- 9:15 - 下午 4 點 416 8 <sup>th</sup> St, Oakland, CA
週三	亞健社診所- 1:30 - 下午 4 點 416 8 <sup>th</sup> St, Oakland, CA
星期五	亞健社診所- 9:15 - 下午 4 點 416 8 <sup>th</sup> St, Oakland, CA

### 時間編排

週一	克林頓公園   下午 1 - 4 點 655 International Blvd. Oakland, CA
週二	陳煥英公園   上午 8:30 - 下午 4 點 810 Jackson St. Oakland, CA
週三	陳煥英公園   下午 1 - 4 點 810 Jackson St. Oakland, CA
週四	陳煥英公園   上午 8:30 - 下午 4 點 810 Jackson St. Oakland, CA

### 關於檢測的常見問題解答 - 我應該何時進行核酸與抗原測試？

核酸測試是聚合酶鍊式反應的縮寫，可檢測少量病毒遺傳資訊。最佳使用時間：無症狀、陽性結果後檢測到第 6 天隔離期結束





101 8<sup>th</sup> Street, Suite 100  
Oakland, CA 94607

Non-Profit  
Org. US  
Postage PAID  
Oakland, CA  
Permit No.  
3630

## 流感季節已到來！

流感病毒通常在秋末至春初時節廣泛傳播。幼童、孕婦、婦女、年長者及患有慢性病的人群最容易因感染流感病毒而導致嚴重甚至致死的疾病。

如何做好自我防護？

- 接種流感疫苗。6個月以上所有人均應接種流感疫苗。從十月起，請致電亞健社以預約到即將開設的診所之一接種疫苗，電話：(510) 735-3222

## 社區療愈計劃 (CHI)

2021年，亞洲健康服務部成立了社區療愈倡議 (CHI) 計劃，以應對影響亞健社患者、員工和社區成員的犯罪和仇恨事件。該計劃的目標是透視健康主題給公眾學習，從而減少暴力並促進療愈。CHI 的整體療愈方法是提供即時的創傷資訊服務和持續的文化療愈支援。最近，該計劃與廣東語瑜伽教練余嘉雯 (Sasanna Yee) 合作，後者透過視頻Zoom 每週提供免費的線上瑜伽課程。CHI 採用獨特而全面的方法實現療愈和恢復，依據亞裔社區成員的需求量身定造，從而滿足服務目標的需求。

我們的服務只是療愈過程的一部分；每個人都可以透過小型而有意義的互動來支援犯罪倖存者。您可以透過以下方式支援倖存者：

- 請致電他們並簽入以查看他們是如何進行的
- 務必確保他們沒有孤立自己
- 透過讓他們接觸適當和專業的幫助，支援他們順利完成療愈。

致電 510-735-3940 了解更多信息