



UPDATE MULA SA CEO AT PRESIDENTE



Noong Enero ng 2022, nagkaroon ng mga makasaysayang pagbabago sa pamumuno sa AHS. Bumaba na ang ating matagal nang CEO na si Sherry Hirota, na nanilbihan sa AHS nang 46 na taon, at naging Pangunahing Opisyal sa Estratehiya (Chief Strategy Officer) at maalam na tagapayo natin. Pagkalipas ng maraming taon ng pagtatrabaho sa ilalim ni Sherry, ikinararangal namin ang pagkakaroon ng mga bagong tungkulin sa pagkapanuno, si Julia Liou bilang CEO at Thu Quach bilang Presidente.

Mula kaliwa papuntang kanan: Si Julia Liou, CEO ng AHS at si Dr. Thu Quach, Presidente ng AHS

Para kay Julia: Naakit ako sa magkaparehong misyon na adbokasiya at mga serbisyo ng AHS noong dumating ako rito para magtrabaho halos 22 taon na ang nakalipas. Bilang anak ng mga imigrante mula sa Taiwan at Hong Kong, nakita ko kung paano nagbenepisyo nang husto ang sarili kong imigranteng lolo na hindi nagsasalita ng Ingles mula sa pangangalagang pangkalusugan na maa-access sa sariling wika. Nais kong dalhin ang mga positibong epekto na naranasan niya sa sarili kong trabaho. Nais kong maging bahagi ng magandang organisasyon na ito para kasama ang ating mga kawani, makakatulong kami kasama ninyo para lumikha ng isang lugar na may mga positibong epekto sa buhay ng ating mga pasyente. Napakalaking karangalan para sa akin na makapagtrabaho sa AHS para makapagsilbi at makatulong sa ating mga pasyente.

Para kay Thu: Bilang isang refugee mula sa Vietnam na dumating dito kasama ang aking pamilya noong ako ay halos limang taong gulang, nakita ko ang maraming pagkakahalintulad sa pagitan ng aking pamilya at ng ating mga pasyente sa AHS. Hindi nagsasalita ng Ingles ang aking mga magulang, at nahirapan din kami sa pananalapi. Nagsimula akong magtrabaho sa AHS noong ako ay nasa kolehiyo noong 1996 dahil nahihikayat ako nang husto ng ideya ng pagkakaroon ng mga serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan na nasa wika ng pasyente. Bilang bata, madalas akong nagsilbing tagapagsalin para sa aking mga magulang, at alam ko kung gaano kahirap iyon para sa buong pamilya. Muli akong sumali sa AHS noong 2011, at labis kong ikinararangal na magtrabaho rito kasama ang napakahusay at napakabait na mga kawani na talagang may pagtingin sa ating mga pasyente. Sana may lugar ding mapupuntahan ang aking pamilya noon para alagaan sila. Ito ang dahilan kung bakit sobrang naninindigan ako sa misyon ng AHS na serbisyo at adbokasiya.

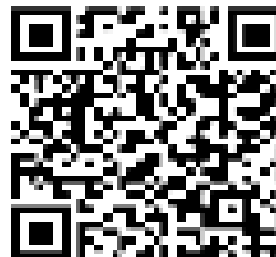
Sama-sama, nakatuon tayo sa pagsasagawa ng mahalagang trabahong ito na manilbihan at tumulong sa ating mga pasyente, lalo na noong naharap tayo sa mga bagong oportunidad at hamon sa ating sistema ng pangangalagang pangkalusugan, sa patuloy na pandemya, at isang nagbabagong ekonomiya. Hindi alintana ang mga hindi masabing panahon, patuloy na narito ang AHS para sa ating mga pasyente.

Mga Digital na Inobasyon: Mga Bagong Paraan para Makatanggap ng Pangangalagang Pangkalusugan at Manatiling Malusog

Sana alam ninyo na maaari ang mga telehealth na konsultasyon para sa sinuman na nais na magpatingin sa kanilang tagapagkaloob o doktor mula sa bahay – hindi kailangang bumiyahé o maghintay sa waiting room!

Nais naming gamitin ang teknolohiya para mapabuti ang aming mga komunikasyon sa inyo at matulungan kayong manatiling malusog! Sinimulan namin ang isang bagong programa para sa aming mga pasyente na may mataas na presyon ng dugo. Nagbigay kami ng aparato para sa pagtingin ng presyon ng dugo na maaaring i-link sa inyong smartphone. Mapapadala ng inyong telepono sa amin ang mga resulta ninyo para madaling makita ito ng inyong tagapagkaloob. Ipaalam sa inyong tagapagkaloob kung interesado kayo na makilahok!

I-scan ang QR code na ito para sa higit na detalye sa aming pangmalayuang programa ng pagsusubaybay sa presyon ng dugo. (Tagubilin: Kung may smart phone kayo, buksan ang inyong camera at itutok ito sa code. I-click ang link na lilitaw para mapanood ang video sa YouTube.)



Ano ang Alam Namin Tungkol sa Monkeypox

Mga Katotohanan tungkol sa panganib ng Monkeypox:

- Nananatiling napakadalang ng monkeypox
 - Sa pagtatapos ng Agosto, kasalukuyang wala pang 150 ang natukoy na kaso sa 1.7 milyong residente ng Alameda County.
- Napakababa ng panganib na makakuha ng monkeypox ang pangkalahatang publiko
 - Ang mga casual na pakikipag-ugnay sa isang taong may monkeypox, tulad ng pakikipag-usap o pagkakasalubong sa isang pampublikong lugar, ay hindi nagbibigay ng panganib na mahawa.
- Ang mga indibidwal ay maaaring mahawa ng monkeypox sa pamamagitan ng:
 - Paghawak sa mga sugat sa balat ng isang taong may sakit nito
 - Pagkontak sa mga likido ng katawan, halimbawa, sa pakikipaghalikan o sekswal na aktibidad
 - Paggamit ng mga nakontaminang sapin/tuwalya na ginagamit din ng taong may sakit nito
 - Pag-absorb ng mga secretion ng respiratoryo sa pamamagitan ng mas matagal na harap-harapang pakikipag-ugnay, tulad ng pagiging kasama sa bahay/pag-aalaga sa isang taong may monkeypox
- Bagaman maaaring makakuha ng monkeypox ang kahit sino, sa ngayon, ang monkeypox ay may mas malaking epekto sa social network/komunidad ng mga lalaki na nakikipagtalik sa kapwa lalaki (MSM). Bilang resulta, ang mga indibidwal sa komunidad na ito ay may mataas na panganib na malantad sa sakit na ito.

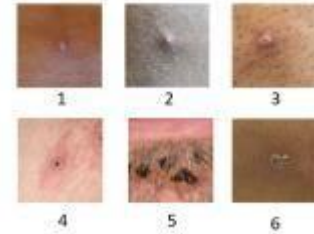
Mga paraan para maiwasan ang monkeypox:

- Iwasan ang malapitang kontak tulad ng pagyakap, paghalik, paghawak, at sekswal na aktibidad sa mga taong may mga sugat o pamamantal
- Huwag gumamit ng bagay (halimbawa, mga kubyertos, baso, damit, tuwalya, sapin) na ginagamit din ng isang taong may mga sintomas

- Hugasan ang iyong mga kamay, gumamit ng sabon at tubig o alcohol-based na hand sanitizer kung sa tingin mo nalantad ka sa sakit na ito
- Magsuot ng mask, gown, at guwantes kapag nag-aalaga ng ibang taong may mga sintomas

Mga sintomas ng monkeypox:

- Masama ang pakiramdam na may lagnat, namamagang lymph node, pananakit ng katawan, ubo, pagkapagod
- Isang pamamantal na nagbabago mula sa mga umbok na nagiging paltos hanggang maging langib sa pagkakasunod-sunod na ito:



Kung sa tingin mo maaaring may monkeypox ka:

- Huwag umalis ng bahay at mag-isolate sa isang pribadong silid
- Kontakin ang iyong tagapagkaloob ng medikal na pangangalaga

Ang mga indibidwal na nagkaroon ng kontak sa isang taong may monkeypox o nasa social network/komunidad na mataas ang panganib na malantad sa sakit na ito ay:

- Dapat makipag-ugnay sa kanilang tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa pagpapabakuna ng JYNNEOS para maiwasang mahawa
- Ang bakuna laban sa monkeypox ay kasalukuyang may napakalimitadong suplay. Ibinibigay lang ito sa mga manggagawa ng pangangalagang pangkalusugan na may mataas na pagkakalantad sa sakit, mga indibidwal na nalantad sa monkeypox, o mga nasa mataas na panganib na MSM at kasarian na may HIV

2022 Pangkalahatang Halalan

Handa na ba kayong gumawa ng kaibahan sa Nobyembre 8, 2022? Oras na para bumotong muli, at mahalagang desisyon ang gagawin ng mga pasyente ng AHS sa Kalagitnaan ng halalan (halalan sa gitna ng termino) na ito. Malaki ang nakasalalay para sa ating mga komunidad, kabilang ang pagpapasya kung sino ang mamumuno sa ating mga pamahalaan ng lungsod, county at estado.

Ano ang maaaring maapektuhan ng mid-term elections? Kapag bumoboto para sa mga opisyal ng estado at lokal tulad ng alkalde o gobernador, gumagawa kayo ng pagpapasya sa mga isyu na tulad ng pagpopondo ng paaralan, abot-kayang pabahay, at saklaw sa kalusugan.

Lumago nang husto ang mga Asyanong Amerikano, at mayroon tayong kapangyarihan sa pagboto. Noong 2020, sa panahon ng halalan para sa pangulo, ang mga Asyanong Amerikano ay ang may pinakamalaking itinaas sa pagdalo ng mga bumoto, mula 49.3 % noong 2014 at naging 59.5% noong 2020. Nangangahulugan ito na kaya natin talagang maimpluwensyahan ang halalan kung tayo ay lumabas para bumoto. Kung ikaw ay isang mamamayan at hindi bababa sa 18 taong gulang, tiyaking nakarehistro ka para bumoto. Ang lahat ng mga nakarehistrong botante ng California ay makakatanggap ng vote-by-mail ballot (balota para sa pagboto sa pamamagitan ng koreo) para sa Pangkalahatang Halalan sa Nobyembre 8. Ang inyong opisina ng halalan ng county ay magpapadala ng mga balota sa koreo nang hindi lalampas sa Oktubre 10, 2022. Pero pwede kayong magrehistro hanggang sa araw ng pagboto, Nobiyembre 8, 2022 sa isang lugar ng pagboto. Maaari kayong magsumite ng mga balota sa AHS. Ang huling araw para magrehistro para makaboto sa Pangkalahatang Halalan ay Oktubre 24, 2022. Magparehistro o tingnan ang inyong pagpaparehistro dito.



Pagsunod sa Pagiging Miyembro

Pagpapalawig para sa mas Nakatatanda para sa mga taong walang papeles

- Epektibo noong 05/01/2022, ang mga indibidwal na higit 50 taong gulang pataas, di alintana ang kanilang katayuan sa imigrasyon, ay maaaring magkwalipika para sa buong saklaw (full-scope) na mga serbisyo ng Medi-Cal.

Mga Pagbabago sa Limitasyon sa kayamanan para sa mga Programa ng Medi-Cal na Hindi MAGI

- Epektibo noong 07/01/2022, ang limitasyon sa kayamanan ay nagtaas mula \$2000 at naging \$130,000 kada indibidwal at karagdagang \$65,000 para sa bawat dagdag na miyembro ng pamilya.
- Ang bagong mga limitasyon sa kayamanan ay naaangkop sa sumusunod na programa:

Mga Programang Medi-Cal kasama ang mga Limitasyon sa kayamanan	
Pangalan ng Programa	Paglalarawan ng Programa
Pederal na Programa para sa Matatanda, mga Bulag at May Kapansanan na nasa Antas ng Kahirapan	Para sa mga taong lampas sa 65 taong gulang, may kapansanan, at/o bulag. Libre ang programang ito.
250% na Programa para sa Nagtatrabahong May Kapansanan	Para sa mga taong may kapansanan na nagtatrabaho rin.
Pangmatagalang Pangangalaga	Para sa mga taong nakatira sa isang pasilidad para sa pangmatagalang pangangalaga.
Mga Medikal na Nangangailangan na May Bahagi sa Gastusin	Para sa mga taong lampas sa 65 taong gulang, may kapansanan, at/o bulag. May buwanang bayad ang programang ito.
Medicare Savings na Programa	Para sa mga taong tumatanggap ng Medicare. Ang mga programang ito ay tumutulong sa pagbayad ng mga gastusin sa Medicare, tulad ng mga copay at premium.

ANG COVERED CALIFORNIA ay ang iyong alternatibong opsyon kung hindi ka kwalipikado para sa Medi-Cal. Ito ang bilihan ng segurong pangkalusugan na nagpapahintulot sa mga kwalipikadong indibidwal at maliliit na negosyo na bumili ng pribadong pagsaklaw sa segurong pangkalusugan sa mga presyong binabayaran ng pamahalaan ng pederal. Nag-aalok ito ng 4 na magkakaibang antas ng metal: Bronze, Silver, Gold at Platinum.

Para sa higit na detalye tungkol sa pagiging kabilang sa aming mga pasyente o kung interesadong mag-apply para sa pagsaklaw sa kalusugan at Calfresh,

Tawagan kami sa 510-986-6880 | Pumunta sa: 818 Webster St, Oakland CA 94607 | email sa: membersvcgrp@ahschc.org
Lunes – Biyernes: 9am – 5pm (sarado tuwing tanghali mula 12pm-1pm)

Magsunod sa COVID

Bakuna laban sa COVID - Upang magpa-appointment:

Tumawag sa 510-735-3222

Pagpapa-test sa COVID - Upang Magpa-appointment: Tumawag sa 510-735-3222, o I-scan ang QR Code



Iskedyul

Lunes	Clinton Park I 1-4PM 655 International Blvd. Oakland, CA
Martes	AHS Clinic I 9:15AM – 4PM 416 8 th St. Oakland, CA
Miyerkules	AHS Clinic I 1:30PM – 4PM 416 8 th St. Oakland, CA
Biyernes	AHS Clinic I 9:15AM – 4PM 416 8 th St. Oakland, CA

Iskedyul

Lunes	Clinton Park I 1-4PM 655 International Blvd. Oakland, CA
Martes	Wilma Chan Park I 8:30AM – 4PM 810 Jackson St. Oakland, CA
Miyerkules	Wilma Chan Park I 1PM – 4PM 810 Jackson St. Oakland, CA
Huwebes	Wilma Chan Park I 8:30AM – 4PM 810 Jackson St. Oakland, CA

Mga Madalas Itanong tungkol sa Pagpapa-test - Kailan ako dapat gumamit ng PCR kaysa sa pagsubok na Antigen?

Ang ibig sabihin ng PCR ay Polymerase Chain Reaction at nakakatukoy ito ng maliliit na trace ng viral genetic information.

Pinakamainam na panahon kung kailan dapat gamitin ay kapag: walang sintomas, pag-test pagkatapos magpositibo para tapusin ang panahon ng paghihiwalay sa Ika-6 na Araw



101 8th Street, Suite 100
Oakland, CA 94607

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

Narito na Naman ang Panahon ng Trangkaso!

Ang mga virus ng influenza (“flu” o trangkaso) ay karaniwang lumalaganap nang husto mula sa huling bahagi ng taglagas hanggang sa unang bahagi ng tagsibol. Ang mga taong pinakananganganib sa pagkakaroon ng malubhang pagkakasakit o kahit pa kamatayan ay ang mga maliliit na bata, buntis, nakatatanda at iyong may mga paulit-ulit o hindi gumagaling na mga kondisyong medikal.

Paano mo mapoprotektahan ang iyong sarili?

- Magpabakuna laban sa trangkaso. Dapat magpabakuna laban sa trangkaso ang lahat ng tao na higit sa 6 na buwan ang edad. Tawagan ang AHS para magpa-appointment sa isa sa kanilang paparating na Mga Klinika sa Trangkaso (Flu Clinics) simula sa Oktubre: (510) 735-3222.

Inisyatibo na Pagpapagaling ng Komunidad

Noong 2021, binuo ng Asian Health Services ang programa na Mga Inisyatiba sa Pagpapagaling ng Komunidad (Community Healing Initiatives, CHI) bilang tugon sa mga insidente ng krimen at pagkamuhi na nakakaapekto sa mga pasyente, kawani, at miyembro ng komunidad ng AHS. Ang layunin ng programa ay bawasan ang karahasan at itaguyod ang pagpapagaling sa pamamagitan ng pagtuon sa kalusugan. Ang pamamaraan ng CHI tungo sa komprehensibo na pagpapagaling ay ang magkaloob ng agarang mga serbisyo na may kabatiran sa masamang karanasan at patuloy na suporta sa pangkulturang pagpapagaling. Ang kamakailang kolaborasyon ay kasama ang Cantonese na tagapagturo ng yoga na si Sasanna Yee, na nag-aalok ng libreng paggamit ng kompiyuter na mga klase sa yoga kada linggo sa Zoom. Isinasagawa ng CHI ang bukod-tangi at komprehensibong pamamaraan tungo sa pagbibigay lunas at paggaling na nakaangkop para matugunan ang mga pangangailangan ng ating mga miyembro ng komunidad na Asyano.

Ang aming mga serbisyo ay isa lamang na bahagi ng proseso ng pagpapagaling; maaaring suportahan ng lahat ang mga nakaligtas sa krimen sa pamamagitan ng maliliit at makahulugang pakikipag-ugnayan. Maaari ninyong suportahan ang mga nakaligtas sa pamamagitan ng:

Pagtawag sa kanila at pangungumusta

Pagtitiyak na hindi nila ibinubukod ang kanilang mga sarili

Pagsuporta sa kanilang proseso ng pagpapagaling sa pamamagitan ng pagkonekta sa kanila sa mga angkop at propesyonal na tulong.

Tawagan kami sa 510-735-3940 para sa mga karagdagang impormasyon