



# ASIAN HEALTH SERVICES

101 8TH STREET, SUITE 100  
OAKLAND, CA 94607

NON-PROFIT  
ORG. US  
POSTAGE PAID  
OAKLAND, CA  
PERMIT NO.  
3630

## THÔNG ĐIỆP CỦA



## GIÁM ĐỐC VÀ CHỦ TỊCH

Đây là một năm lịch sử đối với Cơ Quan Y Tế Á Châu (CQYTAC) vì cột mốc này đánh dấu 50 năm phục vụ và ủng hộ tích cực của chúng tôi. Năm thập kỷ trôi qua với muôn vàn những khoảng khắc khó quên, từ những thách thức của đại dịch đến chiến thắng đại dịch và các thành tựu như Luật Chăm Sóc Sức Khỏe Giá Phải Chăng và việc mở rộng phòng khám của chúng tôi sang các dịch vụ y tế, nha khoa và sức khỏe hành vi. Qua đó, các công việc của CQYTAC chúng tôi luôn tập trung vào bệnh nhân và cộng đồng. Bởi chúng tôi đang hướng tới kỷ niệm 50 năm lần thứ hai, chúng tôi thật may mắn khi có một đội ngũ tuyệt vời gồm hơn 500 nhà cung cấp và cán bộ nhân viên, cũng như các thành viên hội đồng tận tâm và những người ủng hộ cộng đồng.

Năm 2024 là một năm quan trọng để xác định tương lai của chúng tôi. Chúng tôi kêu gọi tất cả các cử tri đủ điều kiện hãy bỏ phiếu vì điều này rất quan trọng. Hãy bỏ phiếu vì sức khỏe và hạnh phúc

của cộng đồng, cho chính gia đình và bản thân của quý vị. Một vấn đề quan trọng trên lá phiếu là Dự Luật 35, dự luật này sẽ đảm bảo nguồn tài trợ dành riêng để giúp các bệnh viện, phòng khám (như CQYTAC) và các văn phòng bác sĩ tiếp tục mở cửa và hỗ trợ chăm sóc sức khỏe cho 15 triệu người dân California nhận Medi-Cal.

Dự luật này sẽ giúp đảm bảo nguồn tài trợ cần thiết để mở rộng khả năng tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe mà không cần tăng thuế. Chúng tôi kêu gọi quý vị bỏ phiếu có cho Dự Luật 35 vào tháng Mười Một này vì một California khỏe mạnh hơn. Còn rất nhiều vấn đề khác trong cuộc bỏ phiếu này. Việc lựa chọn các nhà lãnh đạo tương lai của chúng ta ở cấp địa phương, cấp tiểu bang và quốc gia cũng vô cùng quan trọng. Chúng tôi sẽ chia sẻ các hướng dẫn cử tri bằng nhiều ngôn ngữ khác nhau để cung cấp thêm thông tin để thông báo cho quý vị về việc bỏ phiếu. Cho dù quyết định bỏ phiếu cho điều gì, hãy đảm bảo rằng quý vị đã bỏ phiếu!

Chúng tôi sẽ tổ chức lại cuộc họp toàn thể bệnh nhân vào ngày 30 tháng 10 tại Oakland! Cuộc đối thoại quan trọng này cho phép CQYTAC kết nối với các bệnh nhân, chia sẻ với quý vị những gì chúng tôi đang làm và lắng nghe trực tiếp các ý kiến từ quý vị. Tại cuộc họp toàn thể này, chúng tôi sẽ chia sẻ một số tin tức thú vị về việc mở rộng trong thời gian tới. Vui lòng xem thêm thông tin về cách thức tham gia cuộc họp của chúng tôi.

Chúng tôi rất vinh dự được phục vụ cộng đồng của chúng ta trong 50 năm qua và chúng tôi mong muốn được tiếp tục phục vụ quý vị trong nhiều năm tới. Xin cảm ơn quý vị đã tin tưởng giao phó cho chúng tôi trách nhiệm chăm sóc sức khỏe của quý vị và nhiều hơn thế nữa.



Julia Liou, **Tổng Giám Đốc**



Thu Quach, **Chủ tịch**

### Phản hồi sau buổi khám của bệnh nhân

CQYTAC đã triển khai "Bản phản hồi sau buổi khám"! Bản phản hồi này bao gồm sáu câu hỏi ngắn được thiết kế để ghi lại ngay lập tức ấn tượng và trải nghiệm của quý vị sau buổi khám. Phản hồi của quý vị vô cùng có quan trọng trong việc giúp chúng tôi cải thiện dịch vụ và cung cấp dịch vụ chăm sóc tốt nhất có thể. Vui lòng dành chút thời gian để hoàn thành khảo sát trước khi quý vị rời đi.



ASIAN HEALTH SERVICES

#### After Visit feedback

Site: \_\_\_\_\_  
Date of Visit: \_\_\_\_\_



|  | Poor | Fair | Good | Great |
|--|------|------|------|-------|
| 1. Please rate your overall satisfaction with your visit today.                                    | 1    | 2    | 3    | 4     |
| Please share any comments about your visit – was there anything that we did well or could improve? |      |      |      |       |



# BẢN TIN MÙA THU 2024



Cơ Quan Y tế Châu Á ACCESS cam kết thúc đẩy sức khỏe toàn diện bằng cách tích cực tham gia vào các chiến dịch truyền thông và tiếp cận cộng đồng. Chúng tôi cũng cung cấp dịch vụ tư vấn sức khỏe tâm thần qua số 510-735-3939. Phương thức tiếp cận sức khỏe toàn diện của chúng tôi nhấn mạnh vào sự kết nối quan trọng giữa việc tự chăm sóc, các mối quan hệ, và sức khỏe tâm thần, vì ba yếu tố này đều quan trọng đối với sức khỏe toàn diện.



## Dưới đây là tất cả mọi thông tin:

Mô tả CQYTAC ACCESS, các liên kết video trên YouTube, và đường liên kết tổng của cơ quan.

IVui lòng cho chúng tôi biết nếu quý vị còn cần thêm điều gì. Đường liên kết tổng: [linktr.ee/ahsaccess](https://linktr.ee/ahsaccess)

Quét mã QR bên dưới để truy cập vào 3 video hữu ích của chúng tôi (bằng tiếng Anh, tiếng Quan Thoại, tiếng Quảng Đông, tiếng Việt)

- Tự chăm sóc:** Kỹ thuật tự xoa dịu - Kỹ thuật trú ẩn
- Các mối quan hệ:** Qua lăng kính của xã hội
- Sức khỏe tâm thần:** Dấu hiệu cảnh báo về nhu cầu Sức khỏe Tâm Thần



## Phòng khám chích ngừa cúm năm 2024

**Hãy gọi 510-986-6828 để lấy hẹn hoặc quét mã QR bên dưới**



\*Địa điểm/Thời gian của Phòng khám chích ngừa cúm cho người lớn\*

**Dành cho bất kỳ ai ít nhất 19 tuổi (không mang thai)**  
Nếu quý vị là thành viên của CQYTAC, vui lòng mang theo thẻ thành viên và thẻ ID có hình.

**Trung tâm Y tế Frank Kiang (Mã QR #1)**

250 đường số 18 East, Oakland, CA  
12/10/24 & 16/11/24 (Thứ bảy: 9 giờ sáng – 1 giờ chiều)

**Trung tâm Y tế Rolland & Kathryn Lowe (Mã QR #2)**

835 đường Webster, Oakland, CA  
19/10/24 & 02/11/24 (Thứ bảy: 9 giờ sáng – 1 giờ chiều)

**Trung tâm Y tế Chenming & Margaret Hu (Mã QR #3)**

818 đường Webster, lầu 3, Oakland, CA  
07/12/24 (Thứ bảy: 9 giờ sáng – 1 giờ chiều)

**Trung tâm Tài nguyên Á Châu**

317 đường số 9, phòng 101, Oakland, CA  
10/12/24 & 17/12/24 (Thứ ba: 9 giờ sáng – 12 giờ trưa)



#1



#2



#3

\*Địa điểm và thời gian của Phòng chích Vắc-xin Cúm cho trẻ em\*

**CHỈ DÀNH cho bệnh nhân hiện tại của CQYTAC từ 6 tháng đến 18 tuổi. Phải có cha mẹ/người giám hộ hợp pháp đi cùng. Vui lòng mang theo thẻ thành viên CQYTAC và thẻ bảo hiểm của trẻ.**

**Trung tâm Y tế Chenming & Margaret Hu (Mã QR #A)**

818 đường Webster, lầu 3, Oakland, CA  
26/10/2024 & 09/11/2024, 07/12/2024  
(Thứ bảy: 9 giờ sáng – 1 giờ chiều)



#A

**\*Bệnh nhân có bất kỳ triệu chứng nào sau đây nên tham khảo ý kiến bác sĩ của mình TRƯỚC KHI chích vắc-xin:**

- Sốt/Ớn lạnh,
- Bắt đầu đau cơ
- Nghẹt mũi hoặc
- Ho
- Bắt đầu đau cơ bắp khắp thân thể
- Chảy nước mũi
- Đau cổ họng
- Bắt đầu mất vị
- Buồn nôn, Nôn mửa
- Khó thở
- giác/khứu giác
- Tiêu chảy

Ngày/Giờ khám có thể bị hủy tùy thuộc vào tình trạng vắc-xin cúm. Xin cảm ơn.



## Bảo Vệ Quyền Riêng Tư Của Bệnh Nhân

Bảo vệ thông tin y tế cá nhân của quý vị, ví dụ như tên, ngày sinh và số điện thoại, là điều quan trọng đối với chúng tôi tại Cơ Quan Y tế Á Châu! Khi đến khám bệnh, quý vị có thể sẽ được các nhân viên cung cấp chăm sóc và dịch vụ khác nhau hỏi để xác nhận thông tin cá nhân (ví dụ: tên, ngày sinh, số điện thoại). Đây là phương thức tốt nhất để bảo vệ quyền riêng tư và đảm bảo giấy tờ được giao cho đúng người (ví dụ: thư, yêu cầu xét nghiệm, thư giới thiệu, kết quả xét nghiệm, v.v). Mặc dù quý vị có thể bị hỏi đi hỏi lại nhiều lần, xin hãy lưu ý rằng chúng tôi làm việc này để bảo vệ quyền riêng tư của quý vị bằng cách đảm bảo rằng chúng tôi chỉ chia sẻ thông tin cá nhân với quý vị.



## Tập sử dụng điện thoại thông minh của quý vị:

Thông qua Nhóm Công nghệ CQYTAC, quý vị sẽ học những chức năng cơ bản của điện thoại để giúp quý vị nâng cao cuộc sống hàng ngày và trải nghiệm chăm sóc sức khỏe, như kết nối Wi-fi, thêm số điện thoại vào danh bạ, sử dụng google dịch, và hơn thế! Ghi danh cho buổi tiếp theo qua (510)-735-3222

## Hãy chuẩn bị cho mọi thảm họa!

*Chỉ với một vài bước đơn giản, quý vị có thể đảm bảo mình và người thân được an toàn trong trường hợp khẩn cấp.*

1. Đăng ký để nhận cảnh báo về thảm họa: Truy cập [CalAlerts.org](http://CalAlerts.org) để nhận thông tin cập nhật / Tải ứng dụng MyShake / Gọi hoặc nhắn tin đến số 211 để biết các tuyến đường sơ tán và nơi trú ẩn khẩn cấp
2. Lập kế hoạch! Tạo một danh sách liên lạc (gia đình, bạn bè, v.v.), danh bạ các nguồn lực tại địa phương (sở cứu hoả, cảnh sát, điện, ga, v.v..) và lên kế hoạch về tuyến đường sơ tán của quý vị.
3. Chuẩn bị một TÚI MANG ĐI với những đồ vật mà quý vị sẽ cần dùng nếu quý vị phải nhanh chóng sơ tán khỏi nhà.
4. Làm một HỘP VẬT DỤNG Ở NHÀ nếu quý vị phải ở trong nhà mà không có điện hay nước. (quét mã QR danh sách chi tiết những thứ cần chuẩn bị)
5. Giúp người khác chuẩn bị bằng cách trò chuyện với những người hàng xóm của quý vị

(Hãy quét mã QR để biết thêm thông tin)

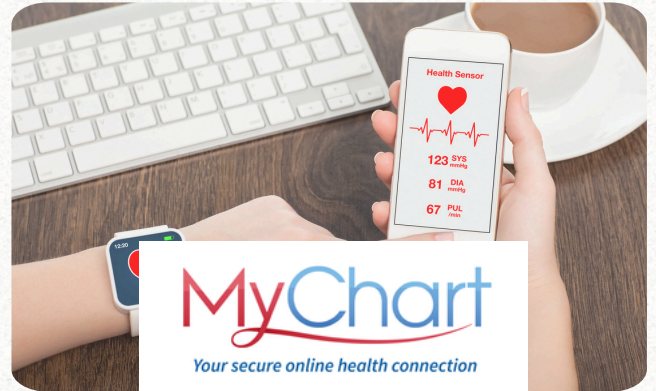


### **Hãy hành động để giữ an toàn trong thời tiết quá nóng:**

- Uống đủ nước, bôi kem chống nắng và ở trong bóng râm, mặc quần áo rộng rãi, thoải mái, tránh tập thể dục vào những thời điểm nóng nhất trong ngày, ở trong những khu vực có điều hoà, để ý tới những người từ 65 tuổi trở lên, nắng nóng đặc biệt nguy hiểm đối với họ

(Truy cập [ListosCalifornia.org/resources](http://ListosCalifornia.org/resources) để biết thêm các mẹo giữ mát cho cơ thể)

## Cổng thông tin bệnh nhân MyChart



Vào Tháng Mười Một, 2023, Cơ Quan Y Tế Á Châu đã ra mắt cổng thông tin bệnh nhân MyChart và nhận được phản hồi tích cực từ bệnh nhân của chúng tôi. Nó cho phép quý vị truy cập trực tuyến vào hồ sơ y tế của mình, chẳng hạn như đặt hẹn thăm khám không khẩn cấp, kiểm tra kết quả xét nghiệm hoặc mua thêm thuốc. Thật thuận tiện, dễ điều hướng và giúp quý vị kiểm soát hành trình chăm sóc sức khỏe của mình.

### **Nếu quý vị chưa ghi danh, dưới đây là cách để bắt đầu:**

- Nếu quý vị chưa từng sử dụng MyChart, chỉ cần yêu cầu một trong các nhân viên của chúng tôi cung cấp mã kích hoạt trong lần thăm khám tiếp theo của quý vị. Ngoài ra, quý vị có thể đăng ký trực tuyến bằng địa chỉ email của mình.
- Sau khi quý vị có mã kích hoạt, hãy truy cập trang web MyChart hoặc tải xuống ứng dụng để tạo tài khoản của quý vị. Làm theo hướng dẫn để nhập mã kích hoạt và hoàn tất quá trình ghi danh.
- Bây giờ quý vị đã sẵn sàng khám phá tất cả những gì MyChart mang lại!

Hãy tự làm quen với các tính năng và chức năng của ứng dụng để chủ động quản lý sức khỏe của quý vị và duy trì kết nối với đội ngũ chăm sóc sức khỏe của quý vị. Hãy bắt đầu khám phá MyChart ngay hôm nay và tận mắt trải nghiệm những lợi ích của việc quản lý chăm sóc sức khỏe hợp lý!

Đó không chỉ là một cổng thông tin dành cho bệnh nhân - mà còn là cánh cổng dẫn quý vị đến dịch vụ chăm sóc sức khỏe thuận tiện, dễ tiếp cận.



**Ngày 5 tháng Mười Một, 2024, quý vị có thể ủng hộ CQYTAC để bảo vệ và mở rộng khả năng tiếp cận các dịch vụ chăm sóc sức khỏe!**

Vui lòng Bỏ phiếu CỎ cho Dự luật 35 - Đạo luật Bảo vệ Khả năng Tiếp cận Chăm sóc Sức khỏe 2024. Dự luật 35 sẽ đảm bảo doanh thu liên tục cho các dịch vụ chăm sóc sức khỏe thiết yếu bằng cách gia hạn loại thuế hiện tại đối với các công ty bảo hiểm y tế - mà không tăng thuế với các cá nhân - và dành khoản tiền này để bảo vệ và mở rộng khả năng tiếp cận dịch vụ chăm sóc cho tất cả người dân California bao gồm cả CQYTAC và các bệnh nhân của chúng tôi.



## TỔNG TUYỂN CỬ 2024 - BỎ PHIẾU VÌ SỨC KHỎE CỦA CHÚNG TA

Bỏ phiếu rất quan trọng! Nó quan trọng đối với sức khỏe và phúc lợi của mỗi chúng ta cũng như những người trong cộng đồng của chúng ta. Vào Ngày 5 Tháng Mười Một, 2024, những công dân Hoa Kỳ đủ ít nhất là 18 tuổi mới đủ điều kiện để bầu. Có rất nhiều vấn đề đang gây khó khăn đến bốn cộng đồng của chúng ta, bao gồm cả việc quyết định ai sẽ làm thống đốc văn phòng thành phố, quận, tiểu bang và liên bang của chúng ta. Năm nay, chúng ta cũng sẽ bỏ phiếu cho vị Tổng Thống tiếp theo của mình.

### Kỳ bầu cử có thể ảnh hưởng đến những gì?

Khi bỏ phiếu cho các viên chức dân cử như ủy viên hội đồng thành phố, Hội Đồng Giám Sát Quận và thống đốc, quý vị đang đưa ra quyết định về các vấn đề như tài trợ cho trường học, nhà ở giá phải chăng, sức khỏe tâm thần và chăm sóc y tế.

Người Mỹ gốc Á đã phát triển đáng kể và chúng ta có quyền bỏ phiếu. Vào năm 2020, trong kỳ bầu cử tổng thống, người Mỹ gốc Á có tỷ lệ cử tri đi bỏ phiếu tăng cao nhất, 15% hay khoảng 2 triệu cử tri hợp lệ, so với năm 2016. Nhóm dân số này thực sự có thể tạo ra tác động nếu tất cả cử tri hợp lệ đều đi bỏ phiếu.

**Để bỏ phiếu, cử tri đã ghi danh tại California sẽ nhận được lá phiếu bầu qua thư cho Tổng Tuyển Cử Ngày 5 Tháng Mười Một:**

- Văn phòng bầu cử quận của quý vị sẽ gửi phiếu bầu qua thư chậm nhất vào Ngày 7 Tháng Mười, 2024.
- Hạn chót để ghi danh bỏ phiếu cho Tổng Tuyển Cử này là Ngày 21 Tháng Mười, 2024.
- Yêu cầu thay thế lá phiếu Bầu-Qua-Thư có hạn chót là Ngày 29 Tháng Mười, 2024.



### Điều Kiện Để Ghi Danh Bầu Cử

**Để ghi danh bầu cử ở California, quý vị phải:**

- Là công dân Hoa Kỳ và là cư dân của California (để biết thông tin về cử tri tại ngũ hoặc ở nước ngoài ([Mã QR code #1](#)).
- 18 tuổi trở lên vào Ngày Bầu Cử
- Đã ghi danh tại nơi quý vị đang cư ngụ
- Hiện không đang chấp hành án tù tiểu bang hoặc liên bang vì bị kết án trọng tội (để biết thêm thông tin ([Mã QR #2](#)).
- Hiện không bị tòa đánh giá là có vấn đề về sức khỏe tâm thần để bầu cử (để biết thêm thông tin ([Mã QR #3](#)).



#1



#2



#3



#4

**Ghi Danh Cử Tri Trực Tuyển California: ([Mã QR #4](#)).**

Ghi Danh Cử Tri Trực Tuyển cung cấp 9 ngôn ngữ bên cạnh tiếng Anh: tiếng Trung, tiếng Hindi, tiếng Nhật, tiếng Khmer, tiếng Hàn, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Tagalog, tiếng Thái và tiếng Việt.

**Để ghi danh trực tuyến, quý vị sẽ cần:**

- Giấy phép lái xe California hoặc số thẻ căn cước California của quý vị
- Bốn chữ số cuối của số an sinh xã hội của quý vị
- Ngày sinh của quý vị.

**Quý Vị Có Thắc Mắc hoặc Muốn Báo Cáo Gian Lận?**

Hãy gọi cho Đường Dây Nóng Cử Tri của Tổng Thư Ký Tiểu Bang tại ([800](tel:800345VOTE)) [\(345-VOTE\(8683\)\)](tel:345-VOTE(8683)) hoặc

<https://www.sos.ca.gov/elections/voting-resources/county-elections-offices>.

### CUỘC HỌP TOÀN THỂ BỆNH NHÂN CƠ QUAN Y TẾ Á CHÂU NĂM 2024

Ngày 30 tháng 10, năm 2024: 9:00 giờ sáng tới 12:00 giờ trưa  
Trung tâm Văn Hoá Á Châu thành phố Oakland (388 đường số 9, phòng 290, thành phố Oakland, CA 94607)

Nếu quý vị muốn tham gia, xin vui lòng gọi số [\(510\)735-3222](tel:5107353222)

