

Alameda County Area Agency on Aging  
**Guía de Recursos para Adultos Mayores**  
 Agencias no Lucrativas y Agencias Públicas Serviendo

**CONDADO NORTE**

**ALCOHOLISMO Y ABUSO DE DROGAS**

Alcoholics Anonymous (oficina central), Oakland.....	1-510-839-8900
Programas del Alcohol y Drogas del Alameda County, Oakland.....	1-510-567-8100

**ALIMENTOS Y NUTRICIÓN**

**Comida Entregada a Domicilio**

Alameda Meals on Wheels (solo Alameda) .....	1-510-865-6131
Bay Area Community Services (solo Oakland), Oakland .....	1-510-986-8916
Berkeley/Tri-City Nutrition Program (Albany, Berkeley y Emeryville) .....	1-510-981-5250

**Comedores para Adultos Mayores**

Bay Area Community Services (Alameda y Oakland) , Oakland .....	1-510-986-8900
Berkeley /Tri-City Nutrition Program (Albany, Berkeley, Emeryville) .....	1-510-981-5250

Alameda County Community Food Bank, Oakland .....	1-510-834-3663
Bolsas de Alimentos (Alameda, Emeryville, Oakland, San Leandro) .....	1-510-534-8540
Estampillas de Comida.....	1-510-268-2002
Senior Resources Food Co-op (comestibles), Oakland .....	1-510-444-0243
SHARE (comestibles), Richmond.....	1-800-773-7427

**ASISTENCIA CON SERVICIOS DE AGUA, GAS Y ELECTRICIDAD**

CAP, Salvation Army (descuentos para clientes de EBMUD), Oakland.....	1-510-532-6050
California Telephone Access Program .....	1-800-806-1191
Energy Assistance Programs (servicios especiales para clientes de P.G.&E.), Bilingual .....	1-800-743-5000
HEAP (asistencia para adultos mayores de bajos recursos) (Spectrum Community Services).....	1-510-881-0300 ext:214
Lifeline (descuentos telefónicos) .....	1-800-323-8587
REACH, (cuentas delincuentes de PG&E, solo Ciudad de Alameda) .....	1-510-522-5995
REACH, Salvation Army (cuentas delincuentes de PG&E), Oakland .....	1-510-532-5988
Weatherization (para gente de bajos recursos viviendo en Hayward), Hayward .....	1-510-889-0921

**ASISTENCIA FINANCIERA**

Aplazamiento de Impuestos de Propiedad.....	1-800-952-5661
Asistencia Financiera para dueños de casa u inquilinos de casa (anual) .....	1-800-852-5711
CANHR (planificación estatal para cuidados a largo tiempo y asesoramiento de derecho a pension), S.F. ....	1-800-474-1116
Consejo de Beneficios para Veteranos (Adult&Aging services) .....	1-510-383-8781
ECHO Housing (busca casa, asistencia rental) .....	1-510-836-4826
HICAP (consejos y abogación para seguro de salud), Oakland.....	1-510-839-0393
Medi-Cal .....	1-510-639-1000
Medicare.....	1-800-772-1213
Money Management Program (coordinación de finanzas para personas de bajos recursos) , Oakland .....	1-510-271-6075
QMB (Medicare prima de seguro para gente de bajos recursos), Oakland.....	1-510-383-8749
Social Security/Seguro Social.....	1-800-772-1213
Seguridad de Ingreso Suplementario (SSI).....	1-800-772-1213
Veterans Assistance Benefits Counseling (Adult & Aging services) (consejo de beneficios).....	1-510-383-8781

**ASISTENCIA PARA LOS RESIDENTES DE CASAS DE CONVALECENCIA**

CANHR (ayuda con la selección de casas), San Francisco .....1-800-474-1116  
 Ombudsman, Inc. (resolución de quejas), Oakland .....1-510-638-6878

**OFICINA DEL GUARDIAN DE LOS BIENES OAKLAND ...1-510-567-8000**

**ASISTENCIA PARA VIVIENDAS**

Berkeley Dispute Resolution Service (mediación de disputas), (Albany, Berkeley, Emeryville) .....1-510-428-1811  
 CIL (asistencia para viviendas para los incapacitados), Oakland .....1-510-763-9999  
 Conciliation Forum (mediación sobre disputas, solo Oakland), Oakland .....1-510-763-2117  
 ECHO Housing (encontrar casas, asistencia con le renta), Oakland .....1-510-836-4826  
 (consejo de conversión de equidad de casa), Oakland .....1-510-271-7931  
 Eden I & R (referencia para refugios de emergencia), Hayward .....1-510-537-2552  
 Sentinel (consejo para viviendas), Oakland .....1-510-836-2687  
 Project SHARE (ECHO)(compartir una casa, informacion), Norte .....1-510-845-9030

**ASISTENCIA EN EL HOGAR**

Affordable Home Care Services (registro) y Public Authority/  
 Servicios del Apoyo en el Hogar (IHSS) .....1-510-271-6078/6079  
 Alameda County Servicios de Apoyo en el Hogar, IHSS (para registrar), Oakland .....1-510-567-8080  
 Center for Independent Living (CIL), Public Authority – Servicios de Apoyo en el  
 Hogar (IHSS), Berkeley ....1-510-841-4776  
 .....TDD: 1-510-848-3101  
 Center for Independent Living (CIL), Oakland .....1-510-763-9999  
 .....TDD: 1-510-444-1837  
 North Oakland Parish, Inc. (solo Oakland del Norte) .....1-510-658-9869  
 Family Bridges, Inc. (formerly OCCC) Public Authority- Servicios de Apoyo  
 en el Hogar (IHSS), Oakland .....1-510-839-2270, ext: 204

**CENTROS PARA ADULTOS MAYORES (auspiciados por las ciudades)**

Alameda .....1-510-748-4587  
 Albany .....1-510-524-9122  
 Berkeley, Norte .....1-510-981-5190  
 Berkeley, Sur .....1-510-981-5170  
 Berkeley, Oeste .....1-510-981-5180  
 Emeryville .....1-510-596-3730  
 Oakland, en el centro .....1-510-238-3284  
 Oakland, Este .....1-510-615-5731  
 Oakland, Norte .....1-510-597-5085  
 Oakland, Oeste .....1-510-238-7016

**COORDINACIÓN DE SERVICIOS PARA ADULTOS MAYORES CONFINADOS EN CASA**

Linkages (solo Oakland), Oakland .....1-510-238-3931  
 MSSP (Medi-Cal), Oakland, Emeryville & parts of Berkeley .....1-510-238-3762  
 Over 60 Health Center, Berkeley .....1-510-597-8010 ext: 545

**CUIDADO DE DÍA PARA ADULTOS MAYORES**

BACS Adult Day Care, Oakland .....1-510-601-1074  
 Berkeley Adult Day Health Care (Albany, Berkeley, Emeryville, y Oakland) .....1-510-601-0167  
 Center for Elders Independence, Oakland .....1-510-433-1150  
 Hong Fook Adult Day Health Care, Oakland (14<sup>th</sup> St oficina) .....1-510-839-9673  
 Hong Fook Harrison Street site, Oakland .....1-510-302-0460  
 St. Peter's Community Adult Day Care, San Leandro .....1-510-562-4037  
 Summit Adult Day Health Care, Oakland .....1-510-869-8911  
 Summit Alzheimer's and Dementia Program .....1-510-869-6925

## CUIDADO MÉDICO/DENTAL

### **Agencias del Condado**

Central Health and Dental Clinic, Oakland.....	1-510-271-4263
Eastmont Wellness Center (Health/Dental Services), Oakland .....	1-510-577-5668
Native American Health Center, Oakland .....	1-510-261-1962
West Berkeley Health (y dental) Center.....	1-510-704-6000

### **Agencias no Lucrativas**

Alameda County Dental Society (dentistas en Alameda, Emeryville, Oakland, Piedmont).....	1-510-547-7188
Berkeley Dental Society (dentistas en Albany y Berkeley).....	1-510-644-9800
Berkeley Primary Care Access Clinic (a Herrick Hospital) .....	1-510-204-4666
Lifelong Medical Care Clinic (salud y dental), Oakland del Este .....	1-510-615-4870
Denti-Cal (información sobre beneficios dentales de Medi-Cal y dentistas) .....	1-800-322-6384
East Oakland Health (y dental) Center .....	1-510-430-9401
La Clinica De La Raza, Oakland .....	1-510-535-4000
Lifelong Medical Care Center (y dental) Center, Berkeley.....	1-510-601-6060
Lifelong Medical Care Clinic (y dental) East Oakland.....	1-510-615-4870
Senior-Dent .....	1-800-736-7071 ext: 4180
University of the Pacific Dental Care Center, Union City .....	1-510-489-5200
West Oakland Health (y dental) Center.....	1-510-835-9610

## EVITAR EL ABUSO DE ADULTOS MAYORES

Alameda County Adult Protective Services, Oakland .....	1-510-567-6894
Asistencia para Víctimas/Testigos, Oakland .....	1-510-272-6180
Elder Abuse Prevention (una asociación de agencias), Richmond .....	1-510-233-3427

## HOSPICES (servicios que proveen socorro emocional, espiritual y material para los incurables y sus familiares)

Community Grief Care (consejo en el dolor), Berkeley .....	1-510-540-0830
Pathways Hospice (y consejo en el dolor), Oakland .....	1-510-632-4390
Sutter VNA & Hospice (y consejo en el dolor), Emeryville.....	1-800-698-1273

## MEJORAMIENTO DE VIVIENDA PARA PERSONAS DE RECURSOS LIMITADOS

### **Préstamos a Intereses Bajos para Grandes Reparaciones**

Alameda County Housing & Community Development (todas las ciudades menos BK y OK), Hayward .....	1-510-670-5398
City of Berkeley Housing and Energy Services (solo Berkeley) .....	1-510-981-5400
Oakland Office of Housing & Neighborhood Development (solo Oakland) .....	1-510-238-3909

### **Prestamos sin Interés (máximo de \$5,000)**

Alameda County Housing & Community Development (Alameda, Albany y Emeryville) Hayward. ....	1-510-670-5398
--	----------------

### **Reparaciones Menores para la Casa**

Alameda County Housing & Community Development, (todas las ciudades menos BK) Hayward ..	1-510-670-5398
Berkeley Minor Home Repair (solo Berkeley) .....	1-510-644-8546
Reconstruir Juntos (Albany, Berkeley, Emeryville).....	1-510-644-8979
Reconstruir Juntos (Oakland).....	1-510-482-6370

**PROGRAMAS ETNICOS PARA ADULTOS MAYORES** (determinado por el gobierno federal)

Centro Comunitario Koreano de la Bahia Este, Oakland (Ingles) .....	1-510-763-1879
Centro Comunitario Koreano de la Bahia Este, Oakland (Koreano) .....	1-510-763-0736
Servicios para los Japoneses-Americanos de la Bahia Este, Berkeley.....	1-510-848-3560
Centro de Adultos Mayores Koreanos de la Bahia Este Senior Service Center, Oak..	1-510-547-2662
Family Bridges, Inc.(formerly OCCC), Oakland (informacion y asistencia) .....	1-510-839-2022
Family Bridges, Inc.(formerly OCCC), Oakland (centro para un adulto mayor).....	1-510-763-9017
The Unity Council, Oakland (se habla espanol) .....	1-510-535-6123
Centro de Adultos Mayores Vietnamitas de la Bahia Este, Oakland .....	1-510-663-8681

**SERVICIOS DE SALUD MENTAL**

Alameda County Health Care ACCESS (referencias a las clinicas de salud mental y psiquiatras).....	1-800-491-9099
Alta Bates Medical Center (emergencia, pacientes residentes y servicios de dia), Berkeley.....	1-510-204-4405
Asian Community Mental Health Services, Oakland .....	1-510-451-6729
Berkeley/Albany Mental Health Services (incluyendo consejeros quienes son personas mayores).....	1-510-981-5290
Crisis Support Services of Alameda Co. (Da consejos en casa para hente de mayor edad) .....	1-510-889-1104
La Clinica De La Raza, Oakland .....	1-510-535-4000
Suicide Prevention/Crisis Support (Prevencion de suicidios) .....	1-510-849-2212

**SERVICIOS LEGALES**

Bay Area Legal Aid, Oakland .....	1-510-663-4744
CANHR (planeamiento de heredad para cuidado a largo tiempo, referencias a abogados), SF .....	1-800-474-1116
Legal Assistance for Seniors, Oakland.....	1-510-832-3040
Volunteer Legal Services, Oakland .....	1-510-893-7160
Senior Legal Hotline of Northern California (para preguntas legales).....	1-800-222-1753

**SERVICIOS PARA ADULTOS INCAPACITADOS**

American Diabetes Association.....	1-510-654-4499
Americans with Disabilities Act (ADA), General Informacion.....	1-800-949-4232
Aphasia Center de California (servicios para los que han sufrido un derrame cerebral) .....	1-510-336-0112
Arthritis Foundation .....	1-800-464-6240
Bay Area Hearing Society, San Francisco.....	1-415-693-5870
Berkeley Place Hearing Project, Berkeley.....	1-510-644-2003
Biblioteca de Braille y Libros Gravados.....	1-800-952-5666
Center for Independent Living (CIL), Berkeley .....	1-510-841-4776
California Telephone Access Program (servicios y productos accesibles telefonicos) .....	1-800-806-1191
Easter Seal, Oakland.....	1-510-835-2131
Lighthouse for the Blind (productos para consumidores), San Francisco .....	1-415-431-1481
Lions Blind Center, Oakland.....	1-510-450-1580
National Multiple Sclerosis Society.....	1-800-344-4867

**SERVICIOS PARA PERSONAS CON ALZHEIMER'S Y SUS FAMILIARES**

Alzheimer's Association Hotline.....	1-800-660-1993
Alzheimer's Services of the East Bay (cuidado/descanso/registro), Berkeley.....	1-510-644-8292
Claremont Center, Berkeley .....	1-510-444-0243
Family Caregiver Alliance (alivio para cuidadores), San Francisco .....	1-415-434-3388
U.C Davis Alzheimer's Disease Center, Martinez.....	1-925-372-2485

## TRANSPORTACIÓN

AC Transit Descuentos para Adultos Mayores, Oakland .....	1-510-891-4706
American Cancer Society (pacientes con cáncer), Oakland .....	1-510-832-7012
American Red Cross (solo Alameda) .....	1-510-814-4200
BART Descuentos para Adultos Mayores, Oakland.....	1-510-464-7133
East Bay Paratransit Service (para los que cumplen con los criterios de ADA) .....	1-510-287-5040
Placas de Estacionamiento para Incapacitados (DMV), Oakland .....	1-800-777-0133
Travel Information (información de transporte público para el área de la Baya) .....	1-510-817-1717
<b>Taxis y Autobuses</b>	
Albany .....	1-510-524-9122
Berkeley.....	1-510-644-6607
Oakland .....	1-510-238-3036

## VISITAS AMIGABLES/LLAMADAS POR TELÉFONO

CARH (visitas por voluntarios a casas de convalecencias), Castro Valley .....	1-510-537-6611
Lavender Seniors (Grupo de apoyo para personas homosexuales) .....	1-510-667-9655
Library Outreach and Information Services, Berkeley .....	1-510-981-6160
North Oakland Parish, Oakland.....	1-510-658-9869
St. Mary's Center, Oakland .....	1-510-893-4723
Senior Companions (solo Oakland), Oakland .....	1-510-238-3080
Servicios de Información de la Biblioteca, Berkeley.....	1-510-644-6160
Telecare (Alta Bates Medical Center), Berkeley .....	1-510-204-4487

## NÚMEROS DE TELÉFONO IMPORTANTES PARA CONSEGUIR INFORMACIÓN Y ASISTENCIA

<b>Alameda County Area Agency on Aging Senior Information.....</b>	<b>1-800-510-2020</b>
Alameda/Contra Costa County Medical Association (como localizar un doctor que acepta Medi-Cal) .....	1-510-654-5383
Alameda County Social Services Index.....	1-510-268-2002
Contra Costa County Senior Information (Martinez).....	1-925-335-8720
Eden I & R .....	1-510-537-2552
Eldercare Locator (información sobre servicios fuera del Condado).....	1-800-677-1116
Foster Grandparent Program, Oakland .....	1-510-238-3080
Servicios de Inmigración:	
Instituto Internacional de la Bahía Este .....	1-510-451-2846
Inglés, Español .....	1-415-543-6767
Chino, Japonés, Mandarín.....	1-415-543-6769
Respite Registry (servicios limitados de intervalo para cuidadores) .....	1-510-768-3147
Retired Senior Volunteer Program (RSVP), Oakland .....	1-510-464-3179
State of California Community Care Licensing (para personas que desean aplicar para abrir una residencia de cuidado) .....	1-510-286-4201
U.S. Department of Veteran's Affairs Counseling (Departamento de asuntos veteranos consejo) .....	1-800-827-1000

