

老年人資源指南 (亞拉米達縣中部)

非盈利性和公共機構服務區域

Castro Valley ● Hayward ● San Leandro ● San Lorenzo

亞拉米達縣地區老年人服務社

6955 Foothill Boulevard, 3rd Floor, Oakland CA 94605, 1-800-510-2020

<http://alamedasocialservices.org> (2007年5月修訂)

成人日間護理/暫時休息 (有用網址: www.adsnac.org)

亞拉米達成人日間服務網 (個性化推介和社區教育)	510-883-0874
東灣成人日間健康護理服務的老年性癡呆 (Alzheimer) 護理服務, Hayward	510-888-1411
灣區社區服務成人日托 (服務於 Hayward), Fremont	510-656-7742
Boston House (波士頓房子) 成人日托, Hayward	510-276-1018
老年獨立中心 (PACE-老年全方位護理計劃), Oakland	510-433-1150
East Island 成人日托 (包括週末成人日間護理服務), Alameda	510-865-3380
終身成人日間健康護理, East Oakland	510-563-4390
St. Peter 社區成人日托, San Leandro	510-562-4037

酗酒和吸毒的預防計劃

亞拉米達健康護理通道 (針對亞拉米達縣的反吸毒計劃的推介服務)	1-800-491-9099
戒酒中心辦公室, Oakland	510-839-8900

老年性癡呆 (ALZHEIMER) 服務

老年癡呆協會線上服務	1-800-272-3900
東灣老年性癡呆服務, Berkeley	510-644-8292
少數民族老年人護理	www.ethnicelderscare.net
家庭看護員聯盟 (看護員暫修), San Francisco	1-800-445-8106
加州大學 (Davis) 老年性癡呆疾病控制中心, Martinez	1-925-372-2485

看護援助計劃

亞拉米達成人日間服務網	510-883-0874
北加州老年性癡呆協會	1-800-272-3900
家庭看護員聯盟	1-800-445-8106
林肯兒童中心親情支援計劃 (祖父母和親人看護員)	510-583-8026
Spectrum (光譜) 社區服務	510-881-0300

居家老人的案件管理及協調服務

東灣老年性癡呆服, Berkeley	510-644-8292
灣區社區服務 (BACS)	510-271-8843
MSSP (Medi-Cal; 為 Hayward 服務)	510-574-2041

殘疾成年人援助服務/計劃

美國癌症協會.....	1-800-227-2345
美國糖尿病協會.....	510-654-4499
美國心臟病協會/美國中風協會.....	510-904-4000

殘疾成人服務機構/計劃(續)

美國殘疾人法 (ADA), 資訊總則.....	1-800-949-4232
加州失語中心 (為中風者服務).....	510-336-0112
關節炎基金會.....	1-800-464-6240
盲文和語音書籍圖書館.....	1-800-952-5666
加州電話接入計劃 (可接入的電話產品/服務).....	1-800-806-1191
獨立生活社區資源 (CRIL).....	510-881-5743
DCARA (聾人輔導、擁護和推介機構).....	1-800-970-8652
.....	TTY 1-877-322-7288
北加州聽力和言語中心, San Francisco.....	1-415-921-7658
盲人燈塔 (消費品), San Francisco.....	1-415-431-1481
Lions 盲人中心, Oakland.....	510-450-1580
多發性硬化症全國協會.....	1-800-344-4867
帕金森學院.....	1-800-786-2958
區域中心	
輪椅故障服務 (緊急輪椅運送和故障排除).....	1-877-509-4335

預防老人虐待的計劃

亞拉米達縣成人保護服務, Oakland.....	1-866-225-5277
地方檢查官消費者和環境保護部門-老年虐待支部.....	510-569-9281
地方檢查官受害者/目擊證人援助部門.....	510-272-6180
老年法律援助(為 60 歲及以上的老人服務), Oakland.....	1-800-393-0363

就業計劃

ASSETS 老年人就業計劃 (為 55 及以上的老年人).....	510-238-3535
東灣工作一站式商業和就業中心:	
Eden 地區 (24100 Amador St., Hayward, 94544).....	510-670-5700
北加州 40 以上 (為 40 歲以上準備轉型的專業人士和行政人員服務; 收費服務).....	510-568-7587
SCORE—退休員工服務中心 (提供免費的商務諮詢).....	510-273-6611

少數民族/具體文化的老年計劃

東灣天主教慈善會, Oakland (移民和歸化事務, 難民安置計劃和東南亞老年人服務).....	510-768-3100
少數民族老年人護理.....	www.ethnicelderscare.net
東灣國際學院 (有關移民的法律服務).....	510-451-2846
東灣猶太家庭和兒童服務部-老人服務.....	510-558-7800
Lavender Seniors (淡紫色老人) (為 LGBT—女同性戀/男同性戀/雙性/變性的老人提供幫助).....	510-667-9655

經濟援助 (有用的網址: www.benefitscheckup.org 和 www.govbenefits.gov)

亞拉米達縣社會服務處:	
Eden 區多元服務中心 (24100 Amador St., Hayward, 94544).....	510-670-6000

CANHR, San Francisco (加州護養院改革擁護者),	1-415-974-5171
(為長期護理者提供財產計劃服務).....(消費者專線)	1-800-474-1116
CAPI (移民現金援助計劃).....	1-800-648-0954
ECHO 住房管理處 (租金援助; 僅對 Hayward & San Leandro 適用)	510-581-9380
理財援助計劃 (為低收入者提供代收和代付款業務服務).....	510-271-4149
物業稅延期	1-800-952-5661
出租者/房東援助 (每年).....	1-800-868-4171
社會安全/ SSI	1-800-772-1213
退休軍人援助福利輔導 (成人及老人服務).....	510-577-3547

食物和營養

家庭送餐

S.O.S. Meals on Wheels 送餐服務..... 510-582-1264

老年團體就餐 (聚餐)

Hayward 老年中心 (週二和週四: 現場準備餐)..... 510-881-6766

K.C. Aitken 老年中心 (週一和週三: 現場準備餐)..... 510-881-6738

Spectrum (光譜) 社區服務 (老年社區就餐; 來電諮詢地點)..... 510-881-0300

亞拉米達縣社區食品銀行..... 510-635-3663, 1-800-870-3663

棕色紙袋計劃..... 510-534-8540

糧食券

友好訪問者/電話慰問計劃

Lavender Seniors (淡紫色老人) (為 LGBT—女同性戀/男同性戀/雙性/變性的老人提供幫助)..... 510-667-9655

Senior Center Without Walls (無牆老年中心)(以電話會議形式為行動不便的居家老人組織小組活動) ... 510-444-0243

老年服務基金會友好訪問計劃

Tele-Care, 電話看護 (每天電話慰問居家或孤居者), Alta Bates 醫療中心

健康保險計劃

HICAP (健康保險輔導和擁護計劃)

Medi-Cal (亞拉米達社會服務處):

Eden 區多元服務中心 (24100 Amador St., Hayward, 94544)

.....

Medicare

亞拉米達縣成年和老年服務部:

Medi-Cal 長期醫療護理 (新申請者聯繫本縣 Medi-Cal 醫療中心)

Medi-Cal 長期醫療護理 (適用於正在接受護理的人)

Medicare 醫療儲蓄計劃 (QMB, SLMB, QI-1).....

(QMB—符合資格的醫療福利計畫, SLMB—具體的低收入 Medicare 受益人,
QI—符合資格的個人)

中低收入家庭的住房改善計劃

亞拉米達住房和社區發展..... 510-670-5398

Hayward 市住房保護計劃 (只對 Hayward 居民適用, 及小的修補)..... 510-583-4225

San Leandro 市

善終計劃

亞拉米達縣危機援助服務 (悲傷輔導計劃).....	1-800-260-0094
Kaiser Hayward 善終 (和喪事服務).....	510-675-5777
Pathways 善終 (悲傷輔導), Oakland	510-632-4390
Sutter VNA 善終 (悲傷援助), Emeryville	1-800-698-1273

住房援助計劃

住房管理處:

亞拉米達 (縣) – 亞拉米達縣住房管理處	510-538-8876
獨立生活社區資源(CRIL) (殘疾人住房援助)	510-881-5743
東灣社區調解.....	510-548-2377
ECHO 住房 (找房和租房援助)	510-581-9380
ECHO 住房 (逆按揭貸款輔導).....	510-271-7931
Eden 資訊和推介 (出租資訊和緊急庇護所推介服務).....	510-537-2552

居家服務

亞拉米達縣居家援助服務 (IHSS)(接受居家援助服務和客戶資訊服務).....	510-577-1800
獨立生活社區資源 (CRIL) –政府當局登記名冊 (IHSS 和自費推介)	510-881-5743
.....	TTY – 510-881-0218
Rapid Response (迅速反應) (為 IHSS 消費者緊急替換員工)	510-357-4222

受傷預防

灣區社區服務 (家居改裝計劃)	510-271-8843
Spectrum (光譜) 社區服務 (鍛煉和用藥管理計劃)	510-881-0300
老年人受傷預防計劃 (預防跌倒和老年人安全駕駛討論組).....	510-577-3535

法律服務

AARP 法律援助服務網 (為 AARP 會員推介當地律師: www.aarp.org/lcn/California)	
亞拉米達律師協會 / 律師推介服務 (每半個小時收取\$30 的諮詢和推介費)	510-302-2222
亞拉米達律師協會 / 法律志願者服務 (為低收入者提供免費幫助).....	510-302-2222
灣區法律援助, Oakland	510-663-4744
CANHR (加州護養院改革擁護者), San Francisco	1-415-974-5171
(為長期護理者提供財產計劃, 律師推介服務).....	(消費者專線) 1-800-474-1116
驅逐防衛中心.....	510-452-4541
老年法律協會 (為 60 歲及以上的老人服務), Oakland	510-832-3040
北加州老年人法律服務熱線 (為 60 歲以上的老人提供免費法律建議)	1-800-222-1753

醫療/牙科診所和服務機構

亞拉米達縣-Contra Costa 縣醫療協會 (醫生推介)	510-654-5383
Denti-Cal (有關 Medi-Cal 牙科保險和牙醫的資訊)	1-800-322-6384
家庭護理設備回收	510-251-2273
亞拉米達縣南部牙科協會 (推介).....	510-782-5442
Tiburcio Vasquez 健康中心	510-471-5880
加州大學 Berkeley 眼科學校診所	510-642-2020

太平洋大學牙科護理中心, Union City	510-489-5200
Winton 健康中心	510-266-1700

心理健康/輔導計劃

亞拉米達健康中心通道 (亞拉米達心理健康推介服務).....	1-800-491-9099
亞裔社區心理健康服務, Oakland.....	510-451-6729
亞拉米達危機援助服務 (老年人居家輔導服務; 悲傷輔導服務).....	1-800-260-0094
Eden 醫院成人精神病服務.....	510-889-5016
家庭服務輔導中心 (門診和危機應對).....	510-483-6715
La Familia 輔導服務 (只有推介服務)	510-881-5921
自殺預防/危機援助 (24 小時線上).....	1-800-309-2131

家庭護理援助 / 長期護理設施

(有用的網址: www.calnhs.org, www.canhr.org, www.acombuds.org, 和 www.nursinghomeguide.org)

CANHR (加州護養院改革擁護者), San Francisco	1-415-974-5171
(選擇護養院的建議; 居民權利的宣傳)	(消費者專線) 1-800-474-1116
Ombudsman 公司.....	510-638-6878
..... (護理機構投訴問題的解決和擁護; 羅列老人居住護理設施(RCFEs)和熟練護理設施(SNFs)的名單)	
加州社區護理執照 (老人居住護理設施執照)	650-266-8800
加州健康服務部 (熟練護理機構和家庭健康護理院執照).....	1-800-554-0352

公共監護人辦公室 (法庭指定的監督關係)

510-577-1900

老年中心 同時參見：少數民族/具體文化的老年計劃

Castro Valley (17800 Redwood Rd., Castro Valley, 94546)	510-881-6738
Hayward (22325 North 3 rd St., Hayward, 94546)	510-881-6766
Bancroft 老年中心 (14235 Bancroft Ave., San Leandro, 94577), San Leandro	510-351-3299
Marina 社區中心 (15301 Wicks Blvd., San Leandro, 94579), San Leandro.....	510-577-3462
Senior Center Without Walls (以電話會議形式為行動不便的居家老人組織小組活動)	510-444-0243

交通援助計劃和服務機構

AC 交通老年折扣.....	510-891-4706
美國癌症協會 (為癌症患者服務), Oakland.....	510-832-7012
BART (灣區捷運) 老年人折扣.....	510-464-7133
DMV 殘疾司機停車牌	1-800-777-0133
East Bay Paratransit Service (東灣輔助客運服務) (為符合殘疾人法標準的人士服務).....	510-287-5040
Flex Route 班車 (僅為 San Leandro 服務).....	510-577-3462
Hayward 輔助客運計劃 (B 提案中的門到門的服務, 除 San Leandro 外).....	510-583-4230
旅行資訊 (海灣地區公共交通資訊, 撥 511).....	510-817-1717

水電援助

CAP, Salvation Army (為低收入的 EBMUD 消費者提供水費折扣), Oakland.....	510-268-0647
加州電話接入計劃.....	1-800-806-1191
能源援助計劃, PG&E 消費者服務 (醫療基礎線服務, 多國語言).....	1-800-743-5000
能源夥伴 (為符合低收入標準的 PG&E 消費者提供能源效率措施和節能電器)	1-800-989-9744
HEAP, Spectrum 社區服務 (為收入低於貧困線 130%的人提供能源援助).....	
.....	510-881-0300,ext. 214

普濟電話線 (電話折扣)	1-800-310-2355
REACH, Davis 街社區中心 (拖欠的 PG&E 帳單, 僅限 San Leandro)	510-635-8200
REACH, Salvation Army (拖欠的 PG&E 帳單, 僅限 Hayward & Castro Valley)	510-581-6444
能源效率 (低收入家庭)	510-889-0921

退休軍人服務機構

退休軍人援助福利輔導 (成人和老人服務)	510-577-3547
退休軍人援助, Hayward 辦公室	510-265-8271
美國退休軍人事務輔導部	1-800-827-1000

義工機會

(同時參見友好訪問/電話慰問/食物和營養等項)

亞拉米達縣圖書館 Homeword Bound Program (家庭遞送圖書服務)	510-745-1491
Ombudsman 公司 (為長期護理設施裏的人做志願擁護)	510-638-6878
退休老人志願者服務計劃 (RSVP), Oakland	510-452-0868
Stagebridge (老年演員和講故事者), Oakland	510-444-4755
東灣志願者中心	510-232-0163

其他重要的電話號碼

亞拉米達縣地區老人服務社資訊	510-577-3530 / 1-800-510-2020
亞拉米達縣-Contra Costa 縣醫療協會 (查找接受 Medi-Cal 的醫生)	510-654-5383
亞拉米達縣圖書館老年服務 (家庭遞送圖書服務, 圖書館電腦培訓等計劃)	510-745-1499
亞拉米達縣社會服務處 (自給中心/糧食券)	510-670-6000
Contra Costa 縣老年資訊	1-925-335-8720
Eden 資訊和推介	510-537-2552
老年護理資訊搜索 (亞拉米達縣加州之外的服務資訊)	1-800-677-1116
55 Alive Driving Classes (55 活着駕駛課): 請上 www.aarp.org/55alive 查詢附近的課程	1-888-227-7669
移民問題: 東灣國際學院	510-451-2846
醫療告警服務 (為需要特殊醫療的人服務; 來電諮詢資訊)	1-800-432-5378
政府當局 (IHSS 居家服務員工團體福利)	510-577-3551
政府當局 (IHSS 居家服務員工和消費者培訓)	510-577-3554
政府當局 (IHSS 居家服務登記名冊推介)	510-577-3550
退休老人志願者工程 (RSVP)	510-464-3179
老年人受傷預防項目 (SIPP)	510-577-3535
社會安全/ SSI	1-800-772-1213