

# رهنمای منابع برای بزرگسالان در کونتی امیدای مرکزی

خدمات موسسات عامه و غیر انتفاعی

کاستروولی • هیوارد • سان لیندرو • سان لورینزو

نمایندگی کونتی امیدای برای سالمندان

۶۹۵۵ فوت هیل بلووارد - منزل سوم - اوکلند - کلفورنیا ۹۴۶۰۵

<http://alamedasocialservices.org> (Revised 5/2007)

مواظبت روزانه و آسایش سالمندان ( WWW.adsnac.org )

- 510-883-874 خدمات روزمره سالمندان در کونتی امیدای (ارجاع شخصی و آموزش کمونیتی)
- 510-888-1411 خدمات مواظبت صحتی الزایمر سالمندان ایست بی در هیوارد
- 510-656-7742 مواظبت روزمره صحتی سالمندان کمونیتی بی اریا در فریمان
- 510-865-3380 مرکز مواظبت روزانه ایست ایلند امیدای (شامل خدمات شنبه و یکشنبه)
- 510-276-1018 مواظبت صحتی سالمندان باستان در هیوارد
- 510-433-1150 مرکز کلانسالان مستقل ( خدمات مواظبت کلی به سالمندان AOKLAND )
- 510-563-4390 مرکز مواظبت روزانه صحتی ( لایف لانگ ) اوکلند شرقی
- 510-562-4037 مرکز مواظبت روزانه کمونیتی ( سانت پیتر ) سان لیندرو
- پروگرام های جلوگیری از اعتیاد از الکل و مواد مخدر**

1-800-491-9099 مرکز ارتباطی مواظبت صحتی کونتی امیدای (به خدمات معتادین مواد مخدر کونتی امیدای محول شود)

510-839-8900 دفتر مرکزی معتادین مجهول الهویه الکل در اوکلند-

## خدمات مربوط به الزایمر

- 1-800-272-3900 انجمن خط ارتباطی الزایمر (Alzheimer)
- 510-644-8292 خدمات مربوط به الزایمر در ایست بی - برکلی
- [www.ethnicelderscare.net](http://www.ethnicelderscare.net) مواظبت صحتی سالمندان نژادی
- 1-800-445-8106 اتحادیه مواظبت و پرستاری فامیلی (مراقبت و استراحت) سانفرانسیسکو
- 1-925-372-2485 مرکز امراض الزایمر یونورستی دیوس در مارتینیز MARTIMEZ

پروگرامهای حمایتی مواظبت و پرستاری

510-883-0874	شبکه خدمات روزمره سالمندان کونتی امید
1-800-272-3900	انجمن مواظبت صحتی الزایمر شمال کلفورنیا
1-800-445-8106	اتحادیه مواظبت فامیلی

510-583-8026	پروگرام خدمات حمایتی مرکز کینشپ تربیه اطفال لینکن
510-881-0300	خدمات کمیونیتی سپیکت ترم SPECTRUM

ترتیب و تنظیم دوسیه های خدمات مربوط به سالمندان محدود بمنزل

510-644-8292	خدمات صحتی الزایمر در برکلی
510-271-8843	خدمات کمیونیتی بی اریا ( BACS )
510-574-2041	ام اس اس پی (مدیکل - صرف هیوارد) - MSSP

پروگرام های خدمات برای سالمندان معیوب

1-800-227-2345	کنسر سوسایتی امریکا (American Cancer Society)
510-654-4499	انجمن امراض شکر امریکا ( American Diabetes Association )
510-904-4000	American Heart Association / American Stroke Association
1-800-949-4232	امریکایی ها با قانون معلولیت ( ADA ) معلومات عمومی
510-336-0112	مرکز ( Stroke ) کلفورنیا ( خدمات لازم به اشخاصیکه استروک داشته اند
1-800-464-6240	ارترایتیس فوندیشن (Arthritis Foundation)
510-644-2003	پروژه محل نا شنوایان برکلی - دربرکلی
1-800-952-5666	کتابخانه ( Braille & Talking )
1-800-806-1191	پروگرام دسترسی (ارتباطی) تلفون کلفورنیا ( محصولات تلفون و خدمات)
510-881-5743	مرکز برای زندگی مستقلانه ( CRIL )
1-800-970-8652	DCARA (موسسه مشاورتی - حمایتی و ارجاع ناشنوایان )
1-415-921-7658	مرکز شنوایی و مکالمه کلفورنیای شمالی - سانفرانسیسکو
1-415-431-1481	خانه روشن ( Light houser ) برای نابینایان ( تولیدات مصرفی ) سانفرانسیسکو
510-450-1580	خانه شیران ( Lions Center ) برای نابینایان اوکلند
1-800-344-4867	1 انجمن ملی مرض مضاعف سکولورسيز

800-786-2958

انستیتوت مرض پارکنسون (رعشه) Parkinson

1-877-509-4335

خدمات مبنی بر شکستن چوکی چرخدار (حمل و نقل چوکی طور عاجل)

1-800-786-2958

مرکز ناحیوی (محلی)

پروگرام جلوگیری از بدرفتاری با سالمندان

1-866-225-5277

خدمات حمایتی سالمندان کونتی الامیدا - اوکلند

510-569-9281

مدعی العموم ساحه مصرف کنندگان و حمایت محیطی - بخش خشونت در برابر سالمندان

510-272-6180

مدعی العموم بخش همکاری باشاهد و شخص مظلوم

1-800-393-0363

همکاریهای قانونی برای سالمندان (خدمات برای اشخاص ۶۰ سال وبالاتر) - اوکلند

پروگرام های استخدام

510-238-3535

(ASSETS) برای اشخاص بالاتر از ۵۵ سال

مرکز (ون ستاپ) کار بار تباط مسلك و مشاغل EAST BAY ONE STOP

510-670-5700

ناحیه ایدن (EDEN)

510-568-7587

فورتی پلس شمال کلفورنیا (برای اشخاص مسلکی بالا تر از ۴۰ سال)

510-273-6611

SCORE (خدمات گروهی کارمندان متقاعد) (مشورت بدون فیس)

ETHNIC / پروگرامهای مخصوص کلتوری و نژادی

510-768-3100

کاتولیک چریتی ایست بی اوکلند (خدمات مهاجرت - سیتیزنشپ - اسکان مهاجرین و سالمندان جنوب شرق اسیا)

WWW.ethnicelderscare-net

مواظبت سالمندان نژادی

510-558-780

موسسه خدمات فامیل و اطفال یهودی ایست بی - خدمات کلانسالان

510-451-2846

انترنشنل انستیتوت اف ایست بی (امیگریشن وقوانین)

510-667-9655

Lavender Seniors (support services for LGBT) (خدمات حمایتی به سالمندان لیزبین - گی و غیره)

useful websites: [www.benefitscheckup.org](http://www.benefitscheckup.org) & [www.govbenefits.gov](http://www.govbenefits.gov) مساعدت های مالی

## اداره خدمات اجتماعی الامیدا کونتی

خدمات مضاعف نواحی ایدن (۲۴۱۰۰ خیابان امادور هیوارد ۹۴۵۴۴)

1-415-974-5171	CANHR	مدافعین کلفورنیا برای ریفورم پرستاران منازل) سانفرانسیسکو
1-800-474-1116		صرف مصرف کنندگان (پلان ترکه برای مواظبت طولانی))
510-581-9380		اسکان (مساعدت کرایه) ECHO
1-800-648-0954		پروگرام کمک نقدی برای مهاجرین CAPI
510-271-4149		همکاری بارتباط اداره و نظم پولی (پروگرام تادیه بل ها برای اشخاص کم درآمد)
1-800-952-5661		به تعویق انداختن مالیه ملکیت
1-800-868-4171		مساعدت اجاره مالکین (سال یکبار)
1-800-772-1213		سوشیل سیکیوریتی ( SSI )
510-795-2686	VETERANS	مشاورت مبنی بر مساعدت مزایای و ترن (فریمانت روزهای سه شنبه و پنجشنبه)

### FOOD مواد غذایی و تغذی

تتقال غذا بهه خانه

( SOS ) میلز ان ویلز

ان شام گروپ سالندان ( بصورت دسته جمعی)

510-881-6766 مرکز سالندان هیوارد ( سه شنبه و پنجشنبه در داخل محل)

510-881-6738 مرکز سالندان ( K.C.AITKEN ) ( دوشنبه و چهارشنبه

510-881-0300 خدمات کمیونیتی ( SPECTRUM )

510-635-3663- 1-800-670-3663 بانک مواد غذایی کمیونیتی کونتی الامیدا

510-742-4840 پروگرام براون بگ ( BROWN BAG )

510-795-2428 فود ستمپ FOOD STAMP

### پروگرام بیمه صحی دوستانه و پروگرام تلفونهای مطمین

510-667-9655 ( LAVENDER SENIOR ) خدمات حمایتی به لیزبین ها و گی های مسن

- 510-444-0243 مرکز سالمندان بدون دیوار (فعالیت های دسته جمعی سالمندان محاط به خانه از طریق کنفرانس های تلفونی)
- 510-347-4620 پروگرام دید و بازدید های دوستانه نهاد خدمات سالمندان
- 510-204-4487 مواظبت ازورای تلفون (تماسهای تلفونی روزمره به سالمندان محاط به خانه) مرکز طبی شفاخانه التا بیت

### HEALTH INSURANCE PROGRAMS پروگرامهای بیمه صحی

- 1-800-393-0363 پروگرام مشاورتی و حمایتی بیمه صحی HICAP  
مدیکل (اداره خدمات اجتماعی کونتی امیدا) MEDI-CAL
- 
- 1-800-698-1118 مرکز خدمات مضاعف ایدن (۲۴۰۰ خیابان امادور هیوارد ۹۴۵۴۴)
- 1-800-633-4227 مدیکیر MEDICARE  
اداره کلان سالان و سالمندان کونتی الامیدا
- 510-777-2300, 1-800-698-1118 مدیکل مواظبت صحی طویل المدت (مرکز ارطباتی مدیکل درخواست کنندگان جدید کونتی)
- 510-577-1900 مدیکل مواظبت صحی طویل المدت ( صرف دوسیه های موجوده)
- 510-577-1900 پروگرام نگهداشت مدیکیر ( QMB,SLMB,QI-1 )  
( QMB ) پروگرام مستحقین مدیکیر- ( SLMB ) مستحقین کم عاید مشخص مدیکیر- ( QI ) فرد مستحق
- پروگرام اصلاح و بهبود منزل بمالکین کم درآمد و متوسط
- 510-670-5398 توسعه و پیشرفت کمیونیتی و هوسنگ الامیدا کونتی
- 510-583-4225 پروگرام محافظت هوسنگ شئر هیوارد ( صرف مسکونین هیوارد با مصارف قلیل)
- 510-577-6008 شهر سان لیندرو

### OSPICE PROGRAMS پروگرام پناه گاه

- 1-800-260-0094.....(خدمات حمایتی بحران کونتی الامیدا) (پروژه مشورتی درموارد تاثر وتالم).....
- 510-675-5777.....پناه گاه بیمارستان کیزر در اوکلند (و خدمات لازم به محرومین).....
- 510-632-4390.....پناه گاه پتویز ( PATHWAYS ) اوکلند (مشاورت مبنی بر غم و تالم).....
- 1-800-698-1273.....( sutter VNA ) پناه گاه بخاطر دلداری در غم وتالم) امری ویل.....

### پروگرام کمک های هوسنگ (اسکان)

ادارات هوسنگ

510-538-8876.....الامیدا( کونتی) مقامات هوسنگ کونتی الامیدا.....

510-881-5743 منابع کمیونیتی برای زندگی مستقلانه ( CRIL)(کمک هوسنگ به معیوبین)

**HOUSING ASSISTANCE PROGRAMS (continued) ادامه پروگرام کمک های هوسنگ**

510-548-2377.....وساطت و میانجی گری کمیونیتی ایست بی.....

510581-9380..... ( ECHO ) مساعدت در مورد کرایه و جستجوی منزل

510-271-7931..... ( ECHO ) هوسنگ ( دادن مشوره در مورد تعویض اجاره منزل)...

510-537-25 52 E DEN INFORMATION ارایه معلومات وارجاع (ایدن) بر کرایه و پناهگاه بصورت عاجل

**خدمات مواظبتی در منزل**

510-577-1800.....خدمات مواظبتی در منزل ( IHSS ) الامیدا کونتی- پذیرش و معلومات برای متقاضی.....  
منابع کمیونیتی برای زندگی مستقلانه ( اداره ثبت عامه )

510-357-4222 پاسخ عاجل (تعویض و نصب کارمند برای متقاضیان ( IHSS )

**جلوگیری از آسیب و صدمه**

510-271-8843 خدمات کمیونیتی بی اریا( تمرین ( پروگرام اصلاحات در منزل)

510-881-0300 خدمات کمیونیتی اسپیکت تورم( تمرین ۰ و پروگرام منجمنت و ساطت)

510-577-3535 پروژه جلوگیری از آسیب و صدمه سالندان( افتادن سالندان وگفتو شنود درباره محفوظیت دریوران سالند)

**خدمات حقوقی(قانونی)**

شبکه خدماتی کمک قانونی AAPR (معرفی اعضای AAPR به وکلای داخلی

[www.aapr.org/Isn/California](http://www.aapr.org/Isn/California))

510-302-2222 (بار اسوسیشن کونتی الامیدا) خدمات ارجاع وکلا - ۳۰۰ دالر فیس برای نیم ساعت)

510-302-2222 (بار اسوسیشن کونتی الامیدا)رضاکاران خدمات قانونی(مشورت رایگان برای اشخاص کم عاید)

بی اریا لیگل اید- اوکلند

510-663-4744

1-415-974-5171

( CANHR ) مدافعین کلفورنیا برای بهبود نرسنگ هوم سانفرانسسکو

1-800-474-1116 (1-لاین مخصوص متقاضیان)

پلان املاک برای مواظبت طولانی و خدمات وکلا)

510-832-3040

کمک های حقوقی برای سالمندان ۰ اوکلند) برای اشخاص بالاتر از ۶۰ سال

510-452-4541

مرکز مدافعه از اخراج منزل

0-222-1753

خط ارتباطی حقوقی برای سالمندان شمال کلفورنیا) خدمات تلفونی رایگان برای اشخاص بالا تر از ۶۰ سال)

### خدمات و کلینیک های طبی و دندان

510-654-5383

انجمن طبی الامیدا و کانتراکاستا ( ارجاع دکتوران)

1-800-322-6384

دنتی کال ( Denti-Cal ) معلومات مبنی بر منفعت مدیکل دندان وداکتران

510-251-227

سایکل سامان الات مواظبت در منزل ( Recyclers )

510-505-1600

مرکز صحت نیوارک

510-782-5442

انجمن مواظبت طب دندان کونتی الامیدای جنوبی

510-471-5880

مرکز ( Tiburcio Vasquez Health Center )

510-266-1700

مرکز وینتن ویلنسیس ( WINTON WELLNESS )

### ادامه خدمات طبی و کلینیک دندان

510-642-2020

کلینیک چشم مکتب ( OPTOMETRY ) یونورستی برکلی

510-489-5200

مرکز مواظبت دندان یونورستی پسیفیک - یونین سیتی

510-797-1111

شفاخانه واشنگتن ( کلینیک فریمانته ۰ نیوارک و یونین سیتی)

### پروگرام های مشاورتی صحت دماغی

1-800-491-9099

مواظبت صحتی کونتی الامیدا ( ACCESS ) ارجاع به خدمات صحت دماغی کونتی الامیدا

510-451-6729	صحت دماغی کمیونیتی آسیایی (Asian Community Health) اوکلند
800-260-0094	1 خدمات حمایتی درمقع بحران کونتی الامیدا
510-889-5016	خدمات روانی کلان سالان شفاخانه ایدن
510-483-6715	مرکز خدمات مشورتی فامیلی (مراجعیین دیگر و پاسخ به بحران)
510-881-5921	مرکز خدمات مشورتی لا فامیلیا
1-800-309-2131	جلوگیری از انتحار و کمک در موقع بحران (24 hours line)

### مساعدت بیمارستان خصوصی و تسهیلات مواظبت طولانی

(useful web sites: [www.calnhs.org](http://www.calnhs.org), [www.canhr.org](http://www.canhr.org), [www.acombuds.org](http://www.acombuds.org), and [www.nursinghomeguide.org](http://www.nursinghomeguide.org))

1-800-491-9099	CANHR) مدافعین کلفورنیا بخاطر ریفرم بیمارستانهای خانگی - سانفرانسیسکو
1-800-474-1116	(صرف برای مصرف کنندگان (مشورت درباره انتخاب بیمارستانهای خانگی)
510-638-6878	اومبودسمن کارپوریشن (Ombudsman, Inc.)
650-266-8800	قیومیت (نگهداری) عامه (نگهداری تعیین شده از طرف محکمه) حل و فصل شکایات تسهیلات مواظبتی سالمندان و تسهیلات مسلکی پرستاران
1-800-554-0352	لایسانس مواظبتی کمیونیتی ایالت کلفورنیا (RCFE Licensing)
	اداره خدمات صحتی ایالت کلفورنیا

**PUBLIC GUARDIAN'S OFFICE (court appointed conservator)** دفتر نگهداری عامه ( و انهاییکه از طرف محکمه تعیین گردیده اند)

### مراکز سالمندان

510-881-6738	کاسترو ولی ( ۱۷۸۰۰ رید وود رود . کاسترو ولی ۹۴۵۴۶
510-881-6766	هیوارد ( ۲۲۲۲۵ نارت . سرک ۳ هیوارد . ۹۴۵۴۵ )
510-351-3299	سان لیندرو . مرکز سالمندان بنکرافت ( ۱۴۲۳ خیابان بنکرافت . سان لیندرو ۹۴۵۷۷ )
510-577-3462	سان لیندرو . مرکز کمیونیتی مرینا ( ۱۵۳۰۱ ویک بلووارد . سان لیندرو ۹۴۵۷۹ )
510-444-0243	مرکز سالمندان بدون دیوار ( شامل فعالیت های دسته جمعی . صحبت های تلفونی توسط سالمندان که در منزل میباشند

### خدمات و پروگرام های حمل و نقل ( ترانسپورتی)

510-891-4706	AC ترانزیت با تخفیف برای سالمندان
--------------	-----------------------------------

510-832-7012 AMERICAN CANCER امریکن کنسر سوساییتی (انجمن کنسر امریکا) اوکلند

510-464-7133 تخفیف بارت برای سالمندان (BART)

1-800-777-0133 کارت پارکینگ برای دریوران معلول و معیوب ( DMV )

510-287-5040 خدمات ایست بی پارا ترانزیت ( مخصوص کسانی که ( ADA )

510-817-1717 معلومات سیر و سفر ( معلومات مبنی بر حمل و نقل عامه در بی اریا ۵۱۱ را دایل کنید

510-577-3462 فلکس روت شتل ( FLEX ROUT SHUTTLE ) صرف سان لیندرو

510-583-4230 پروگرام پارا ترانزیت هیوارد ( بحکم فیصله (ب) منزل بمنزل به غیر از شهر سان لیندرو)

Utilities Assistance کمک های سودمند ( اب . برق . گاز و تلفون)

1-800-806-1191 پروگرام تلفون اکسس کلفورنیا ( ACCESS )

1-800-743-5000 (پروگرام کمک انرژی - خدمات مصرف کنندگان گاز و برق

1-800-989-9744 انرژی پارتنر Energy Partners (اندازه گیری حرارت - وسایل لازم برای مصرف کنندگان کم بضاعت گاز و برق)

510-881-0300,ext. 214 (HEAP) اوکلند - کمک انرژی برای اشخاص کم بضاعت زیر ۱۳۰ فیصد غربت

1- 800-310-2355 لایف لاین (LIFELINE) تخفیف در تلفون

510-581-6444 ریچ ( REACH ) سلویشن ارمی ( غفلت در پرداخت بل گاز و برق

510-889-0921 ثبیت حرارت ( Weatherization ) برای اشخاص کم عاید

510-635-8200 ( REACH ) خیابان دیویس ۰ مرکز کمیونیتی ( ندادن بل گاز و برق (هیوارد و کاسترو)

خدمات کارازموده ها

510-577-3547 مشورت درباره مزایای کمکی کارازموده های دوران جنگ

510-265-8271 کمک و مساعدت با متجربین دوران جنگ هیوارد

1-800-827-1000 دیپارتمنت مشورتی مسایل مربوط به کارازموده های جنگ ایالات متحده

علاوتاً به بازدید کنندگان دوستانه - منابع تلفونی - و ردیف مواد غذایی و تغذی مراجعه کنید  
پروگرام کتابخانه کونتی الامیدا بار تباط کسانیکه در منازل شان مطالعه میکنند (انتقال کتب و مواد قابل مطالعه بمنزل)

510-745-1491

510-793-5683

مجمع رضاکاران نیوارک

امبوسمن انکارپوریشن (مدافعیین داوطلب برای تسهیلات اشخاص که برای مدت طولانی مواظبت میشوند

510-638-6878

510-452-0868

پروگرام سالمندان متقاعد (RETIRED) اوکلند

510-444-4755

استیت بریج (STATEBRIDGE) اکتور های سالمند و قصه گوین اوکلند

510-232-0163

مرکز رضاکاران ایست بی - اوکلند

نمود تاقیم ها و خدمات دیگر

**510-577-3530/1-800-2020**

اجنسی معلومات درباره سالمندان کونتی الامیدا

510-654-5383

انجمن طبی کونتی الامیدا وکانترا کاستا (در جستجوی داکتران که مدیکل را بپذیرند

510-745-1499

خدمات کتابخانه کونتی الامیدا به کلانسالان (اشخاص در داخل منزل) (تدریس کمپیوتر و غیره

510-891-0700

(Eastmont Ctr. 510-383-5300), (اداره خدمات اجتماعی کونتی الامیدا

1-925-335-8720

مرکز معلوماتی سالمندان کونتی کانترا کاستا

510-537-2552

ارایه معلومات و معرفی موسسه ایدن (EDEN)

1-800-877-1116

تثبیت کنندگان مرکز مواظبت سالمندان (معلومات درباره خدمات خارج کونتی الامیدا و کلفورنیا

1-888-227-7669<sup>55</sup>

صنوف دریوری ۵۵ ساله های سر حال (55 Alive Driving Classes)

510-451-2846

سوالات درباره امیگریشن - انتر نشنل انسیتیوت اف ایست بی

1-800-432-5378

خدمات طبی برای اشخاصیکه به طبابت مخصوص نیاز دارند

510-577-3551

اداره نیصلاح عامه (امتیازات گروپ کارمندان IHSS) Public Authority

510-577-3554

اداره عامه (تربیه کارمند و مشتری) IHSS

510-577-3550

اداره عامه (ارجاع ثبت شده (IHSS Registry Referral)

510-577-3535

پروژه جلوگیری از صدمه سالند

1-800-772-1213

سوشل سیکیوریتی (SSI)