

# 老年人資源指南 (亞拉米達縣東部)

非盈利性和公共機構服務區域  
Dublin ● Livermore ● Pleasanton ● Sunol

亞拉米達縣地區老年人服務社  
6955 Foothill Boulevard, Suite 300, 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(有用的網址: [www.adsnac.org](http://www.adsnac.org))

亞拉米達縣成人日間服務網路 (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
Boston House (波士頓房子) 成人日托, Hayward.....	510-276-1018
友誼中心, Livermore.....	925-960-2420

## 酗酒和吸毒的預防計劃

亞拉米達縣健康護理機構通道 (針對亞拉米達縣的反吸毒計劃的推介服務).....	1-800-491-9099
戒酒中心辦事處, Oakland.....	510-839-8900
Tri-Valley 老人援助中心.....	925-931-5379

## 老年性癡呆 (ALZHEIMER) 服務

老年性癡呆協會線上服務.....	1-800-272-3900
老年性癡呆支援組.....	925-931-5379
少數民族老年人護理.....	<a href="http://www.ethnicelderscare.net">www.ethnicelderscare.net</a>
家庭看護員聯盟 (看護員暫休), San Francisco.....	1-800-445-8106
Tri-Valley 老年人援助計劃.....	925-931-5379
加州大學 (Davis) 老年性癡呆疾病控制中心, Martinez.....	925-372-2485

## 看護援助計劃

亞拉米達縣成人日間服務網, Berkeley.....	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
Tri-Valley 看護員支援的老人援助計劃.....	925-931-5379

## 居家老人的案件管理及協調服務

Tri-Valley 老年人援助計劃.....	925-931-5379
-------------------------	--------------

## 殘疾成人援助服務/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 / 美國中風偏癱協會.....	510-904-4000
美國殘疾人法案 (ADA), 資訊總則.....	1-800-949-4232

## 殘疾成人援助服務/計劃 (續)

加州失語中心 (為患中風者服務).....	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.....	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
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

亞拉米達縣成人保障服務, 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 老人就業計劃 (為 55 歲及以上的老年人).....	510-238-3535
東灣工作一站式商業和就業中心: Tri-Valley (5020 Franklin Dr., Pleasanton, 94588).....	925-485-5262
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 (移民和歸化事務, 難民安置計劃和東南亞老人服務), Oakland.....	510-768-3100
少數民族老人服務.....	www.ethnicelderscare.net
東灣國際學院 (有關移民的法律服務).....	510-451-2846
東灣猶太人家庭和兒童服務—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](http://www.benefitscheckup.org) 和 [www.govbenefits.gov](http://www.govbenefits.gov))

亞拉米達縣社會服務處 Livermore Outstation (3311 Pacific Ave., Livermore, 94550).....	925-455-0747
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 (租房援助).....	925-449-7340
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 (成人和老人服務)..... 510-577-3547

### 食物和營養

#### 家庭送餐

Livermore 老年服務中心..... 925-373-5764

Pleasanton 老年中心 (Pleasanton, Dublin, and Sunol) ..... 925-931-5385

#### 老年小組就餐 (聚餐)

Dublin 老年中心..... 925-556-4511

Livermore 老年服務中心..... 925-373-5764

Pleasanton 老年中心..... 925-931-5385

Ridgeview Commons, Open Heart Kitchen (敞開之心廚房)..... 925-580-1616

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

糧食券 ..... 925-455-0747

### 友好訪問者/電話慰問計劃

你好嗎? (Pleasanton 警察局將對老年人健康和 safety 進行電話追蹤檢查)..... 925-931-5100

Lavender Seniors (淡紫色老年人) (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

Tri-Valley 老年援助計劃..... 925-931-5379

電話看護 (每天電話慰問居家或孤居者), Alta Bates 醫療中心..... 510-204-4487

### 健康保險計劃

HICAP (健康保險輔導和擁護計劃) ..... 1-800-393-0363

Medi-Cal (亞拉米達縣社會服務處):

Livermore 分站 (3311 Pacific Ave., Livermore, 94550)..... 925-455-0747

..... 1-800-698-1118

Medicare ..... 1-800-633-4227

Medicare 成人和老年人服務部:

Medi-Cal 長期醫療護理 (新申請者聯繫本縣 Medi-Cal 醫療中心) ..... 510-777-2300, 1-800-698-1118

Medi-Cal 長期醫療護理 (適用於正在接受護理的人) ..... 510-577-1900

Medicare 醫療儲蓄計劃 (QMB, SLMB, QI-1)..... 510-577-1900

(QMB—符合資格的醫療福利計劃, 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

亞拉米達縣住房和社區發展 ..... 925-551-6770

### 善終計劃

亞拉米達縣危機支援服務 (悲傷輔導計劃)..... 1-800-260-0094

善終希望公司, Dublin ..... 925-829-8770

Kaiser Hayward 善終公司 (及喪事服務)..... 510-675-5777

Pathways 善終服務 (和悲傷輔導), Oakland ..... 510-632-4390

Sutter VNA 和善終公司 (悲傷支援), Emeryville ..... 1-800-698-1273

## 住房援助計劃

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
Dublin 住房管理處 (僅提供公共住房資訊; 沒有第 8 款憑單的行政管理) .....	925-828-3132
ECHO 住房 (找房, 租房援助) .....	925-449-7340
ECHO 住房 (逆按揭貸款輔導) .....	510-271-7931
Eden 資訊和推介 (緊急庇護所推介) .....	510-537-2552
Livermore 住房管理處 .....	925-447-3600

## 居家服務

亞拉米達縣居家援助服務 (接受 IHSS 居家援助服務和客戶資訊服務) .....	510-577-1800
Rapid Response (迅速反應) (為 IHSS 消費者緊急替換員工) .....	510-357-4222
Tri-Valley 老人援助計劃 - 政府當局登記名冊 (自費付款推介) .....	925-931-5379
Tri-Valley 老人援助計劃 - 政府當局登記名冊 (IHSS 推介) .....	925-931-5384

## 受傷預防

Tri-Valley 老人援助計劃 (對跌倒危險進行篩選教育和推介、家居改裝、身體行動支援和用藥管理服務) .....	925-931-5379
老人受傷預防項目 (預防跌倒和老年司機安全討論小組) .....	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: <a href="http://www.aarp.org/lsn/California">www.aarp.org/lsn/California</a> )	
亞拉米達縣法律協會 / 律師推介服務 (每半小時收取\$25 的諮詢和推介費) .....	510-302-2222
亞拉米達縣法律協會 / 志願者法律服務 (為低收入者提供免費服務) .....	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
老人法律援助 (為 60 歲及以上的老年人服務), Oakland .....	1-800-393-0363
北加州老年人法律熱線 (為 60 歲及以上的老年人提供免費法律建議) .....	1-800-222-1753

## 醫療/牙科診所及服務

亞拉米達縣-Contra Costa 縣醫療協會 (醫生推介) .....	510-654-5383
Axis 社區健康 .....	925-462-1755
Denti-Cal (有關 Medi-Cal 牙科保險福利和牙醫的資訊) .....	1-800-322-6384
家庭護理設備回收 .....	510-251-2273
Tri-Valley 的老年人援助計劃 (提高健康/健身/營養、流動式健康檢查) .....	925-931-5383
亞拉米達縣南部牙科協會 (推介服務) .....	510-782-5442
Tiburcio Vasquez 健康中心 .....	510-471-5880
Tri-City 健康中心 .....	510-770-8040
加州大學 Berkeley 眼科學校診所 .....	510-642-2020
太平洋大學牙齒護理中心, Union City .....	510-489-5200

## 心理健康/心理輔導

亞拉米達縣健康護理通道 (亞拉米達縣心理健康推介服務) .....	1-800-491-9099
亞裔社區心理健康服務, Oakland .....	510-451-6729
Axis 社區健康 .....	925-462-5544
悲傷輔導項目 .....	1-800-260-0094

自殺預防/危機援助 (24 小時線上).....1-800-309-2131  
 Tri-Valley 老年人上門諮詢援助..... 925-931-5379

**護養院援助 / 長期護理設施**

(有用的網址: [www.calnhs.org](http://www.calnhs.org), [www.canhr.org](http://www.canhr.org), [www.acombuds.org](http://www.acombuds.org), 和 [www.nursinghomeguide.org](http://www.nursinghomeguide.org))  
 CANHR (加州護養院改革擁護者), San Francisco .....1-415-974-5171  
 (為選擇護養院提供建議; 居民權利) .....(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 (熟練護理設施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**

Dublin (7600 Amador Valley Blvd., Dublin, 94568)..... 925-556-4511  
 Livermore (4444 East Avenue, Livermore, 94550) ..... 925-373-5760  
 Pleasanton (5353 Sunol Blvd., Pleasanton, 94566) ..... 925-931-5365  
 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**

AC 交通老年折扣..... 510-891-4706  
 美國癌症協會 (為癌症患者的計劃), Oakland..... 510-832-7012  
 BART (灣區捷運) 老年折扣 ..... 510-464-7133  
 DMV 殘疾司機停車牌 .....1-800-777-0133  
 Pleasanton Paratransit (輔助客運)..... 925-931-5376  
 旅行資訊 (灣區公交資訊, 撥 511) ..... 510-817-1717  
 Wheels Dial-A-Ride (Dublin, Livermore, Pleasanton, 在 Pleasanton 輔助客運服務時間之前或之後預約) .... 925-455-7510

**水電費援助**

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 (為收入低於貧困線 130%的人提供能源協助)..... 510-881-0300,ext. 214  
 普濟電話線 (電話折扣) .....1-800-310-2355  
 REACH, Salvation Army (拖欠的 PG&E 帳單) ..... 925-676-6180  
 能源效率 (低收入家庭)..... 510-889-0921

**退休軍人服務機構**

退休軍人福利資助輔導 (成人和老人服務)..... 510-577-3547  
 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

<b>亞拉米達縣地區老人服務社資訊.....</b>	<b>510-577-3530 / 1-800-510-2020</b>
亞拉米達縣-Contra Costa 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機構 (自給中心 / 糧食券).....	925-455-0747
Contra Costa 縣老年資訊 .....	1-925-335-8720
Eden 資訊和推介 .....	510-537-2552
老年護理搜索(亞拉米達縣/加州之外的服務資訊).....	1-800-677-1116
<b>55 Alive Driving Classes (55 活着駕駛課): 請上 <a href="http://www.aarp.org/55alive">www.aarp.org/55alive</a> 查詢附近的課程 .....</b>	<b>1-888-227-7669</b>
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
退休老人志願者計劃 (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