

## رهنمای منابع برای بزرگسالان در کونتی امیدای شرقی

خدمات موسسات عامه و غیر انتفاعی

دبلن • لیورمور • پلیزنتن • سونول

نمایندگی کونتی امیدای برای سالمندان

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

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

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

510-883-0874

شبکه خدمات روزمره سالمندان در کونتی امیدای (ارجاع شخصی و آموزش کمونیتی)

510-888-1411

خدمات مواظبت صحتی الزایمر سالمندان ایست بی هیوارد

510-276-1018

مواظبت صحتی سالمندان باستان • هیوارد

925-960-2420

مرکز دوستی لیورمور

### پروگرامهای جلوگیری از اعتیاد الکحول، و مواد مخدره

1-800-491-9099

مرکز ارتباطی مواظبت صحتی کونتی امیدای ( به خدمات معتادین مواد مخدر کونتی امیدای- محول میشود)

510-839-8900

فتر مرکزی معتادین مجهول المویه الکحول اوکلند

925-931-5379

مرکز حمایت بزرگسالان ترای ویلی Tri-Valley

### خدمات مربوط به الزایمر

1-800-272-3900

انجمن خط ارتباطی الزایمر (Alzheimer)

925-931-5379

گروپ حمایتی الزایمر

[www.ethnicelderscare.net](http://www.ethnicelderscare.net)

مواظبت صحتی سالمندان نژادی

1-800-445-8106

اتحادیه مواظبت و پرستاری فامیلی (مراقبت و استراحت) سانفرانسیسکو

925-931-5379

پروگرام گروپ حمایتی ترای ویلی

1-925-372-2485

مرکز امراض الزایمر یونورستی دیوس در مارتینیز

### پروگرامهای حمایتی مواظبت و پرستاری

510-883-0874

شبکه خدمات روزمره سالمندان کونتی امیدای

1-800-272-3900

انجمن مواظبت صحتی الزایمر شمال کلفورنیا

1-800-445-8106

انجمن مواظبت کنندگان فامیلی

510-583-8026

پروگرام خدمات حمایتی مرکز کینشپ تربیه اطفال لینکن

925-931-5379

پروگرام حمایتی سالمندان برای ویلی . حمایت و نگهداری

925-931-5379

پروگرام حمایت و مواظبت سالمندان برای ویلی

CASE تنظیم و ترتیب دوسیه خدمات برای سالمندان محدود بمنزل

925-931-5379

پروگرام حمایت و مواظبت سالمندان برای ویلی

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 داشته اند

1-800-464-6240

ارترایتیس فوندیشن (Arthritis Foundation)

510-644-2003 TTY -510-644-2000

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)

510-841-4776

مرکز برای زندگی مستقلانه (CIL) برکلی

1-800-970-8652 TTY 1-877-322-7288

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

انجمن ملی مرض مضاعف سکلورسيز

1-800-786-2958

انسیتیتوت مرض پارکنسس Parkinson ( رعشه)

1-877-509-4335

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

پروگرام جلوگیری از بد رفتاری با سالمندان

1-866-225-5277

خدمات حمایتی سالمندان کونتی الامیدا - اوکلند

510-569-9281

مدعی العموم حوضه 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 و بالاتر) - اوکلند

### پروگرام های استخدام

510-238-3535

پروگرام استخدام سالمندان - اوکلند (ASSETS)

510-841-4776

مرکز زندگی مستقلانه (پروگرام برای اشخاص معیوب که میخواهند کار کنند)

(ون ستاپ) کار بار تباط مشاغل و مسلک در ایست بی

925-485-5262

ترای ویلی (۵۰۲۰ فرانکلن ۰ پلیزنتن ۹۴۵۸۸

فورتی پلس شمال کلفورنیا) برای اشخاص مسلکی بالا تراز ۴۰ سال و کارمندان اداری متحرک و پروگرام فیس (

510-568-7587

510-273-6611

SCORE (خدمات گروهی کارمندان متقاعد) مشورت بدون فیس)

### پروگرامهای مخصوص کلتوری و نژادی

510-768-3100

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

510-763-1879

مرکز خدمات سالمندان کمونیتی کوریایی ها در اوکلند (انگلیسی)

510-763-0736

مرکز خدمات سالمندان کمونیتی کوریایی های ایست بی اوکلند (زبان کوریایی)

www.ethnicelderscare.net

مواظبت سالمندان نژادی

510-451-2846

انترنشنل انستیتیوت اف ایست بی (امیگریشن وقوانین)

510-558-7800

موسسه خدمات فامیلهها - اطفال و سالمندان یهودی های (ایست بی)

510-667-9655

خدمات حمایتی به کلان سالان لیزبین و گی

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

اداره خدمات اجتماعی امید کونتی

925-455-0747

لیورمور خارج از مرکز (۳۳۱۱ پسیفیک ۰ لیورمور ۹۴۵۵۰)

1-415-974-5171

CANHR (مدافعین کلفورنیا برای ریفورم پرستاران منازل) سانفرانسیسکو

1-800-474-1116

صرف مصرف کنندگان (پلان ترک برای مواظبت طولانی))

925-449-7340	اسکان (مساعت کرایه) ECHO
1-800-648-0954	پروگرام کمک نقدی برای مهاجرین CAPI
510-271-4149	( همکاری بارتباط اداره ونظم پولی) پروگرام تادیه بل ها برای اشخا ص کم درآمد
1-800-952-5661	به تعویق انداختن مالیه ملکیت
1-800-868-4171	مساعت اجاره مالکین (سال یکبار)
1-800-772-1213	سوشیل سیکیوریتی ( SSI )
510-577-3547	مشاورت مبنی بر مساعت مزایای وترن VETERANS (خدمات کلانها و سالمندان)
510-795-2688	

### FOOD مواد غذایی و تغذی

نتقال غذا به خانه)

لامیدا میلز ان ویلز (صرف الامیدا)

925-373-5764	مرکز خدمات سالمندان لیورمور
925-931-5385	مرکز خدمات سالمندان پلینتن
	نان شام گروپ سالمندان ( بصورت دسته جمعی)
925-556-4511	مرکز سالمندان شهر دبلن
925-373-5764	مرکز بزرگسالان لیورمور
925-931-5385	مرکز سالمندان پلینتن
925-580-1616	( Open Hearth Kichen ) مطبخ قلب باز
510-635-3663, 1-800-870-3636	بانک مواد غذایی کمیونیتی الامیدا

925-455-0747 فود ستمپ

### پروگرام بیمه صحی دوستانه و پروگرام تلفونهای مطمین

925-931-5100	شما خوب هستید؟ (پلیس پلزنتن به سالمندان بخاطر معاینات صحی شان تلفون میکند
510-667-9655	خدمات حمایتی به سالمندان گی و لیزبین
510-444-0243	ماکز سالمندان بدون دیوار (فعالیت های دسته جمعی سالمندان محاط به خانه از طریق کنفرانس های تلفونی)
510-204-4487	مواظبت ازورای تلفون (تماسهای تلفونی روزمره به سالمندان محاط به خانه) مرکز طبی شفاخانه التا بیت پروگرام کمک و حمایت با سالمندان ترای ویلی

### HEALTH INSURANCE PROGRAMS پروگرامهای بیمه صحی

510-839-0393

پروگرام مشاورتی و حمایتی بیمه صحی HICAP

510-777-2300

مدیکل ( اداره خدمات اجتماعی کونتی امید ) MEDI-CAL

925-455-0747

لیورمور خارج از مرکز ( ۳۳۱۱ پستفٹک ۰ لیورمور ۹۴۵۵۰ )

1-800-698-1118

1-800-633-4227

مدیکیر MEDICARE

اداره کلان سالان و سالندان 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 های نگهداشت مدیکیر ( QMB,SLMB,QI-1 )

( QMB ) پروگرام مستحقین مدیکیر- ( SLMB ) مستحقین کم عاید مشخص مدیکیر- ( QI ) فرد مستحق

**HOME IMPROVEMENT PROGRAMS FOR** پروگرام اصلاح و بهبود منزل به مالکین کم درآمد و متوسط

925-551-6770

هوسنگ و انکشاف کمیونیتی کونتی الامیدا

**HOSPICE PROGRAMS** پروگرام پناه گاه

1-800-260-0094.....(خدمات حمایتی بحران کونتی الامیدا(پروژه مشورتی در موارد تاثیر وتالم)).

925-829-8770

پناهگاه امید ( HOPE ) در دبلن

510-675-5777

( KAISER ) پناه گاه بیمارستان کیزر در هیوارد خدمات لازم به محرومین).

510-632-4390.....

پناه گاه پتویز ( PATHWAYS ) اوکلند( مشاورت مبنی بر غم و تالم)...

1-800-698-1273.....

( Sutter VNA ) و پناه گاه بخاطر دلداری در غم وتالم) امری ویل

**پروگرام کمک های هوسنگ (اسکان)**

مقامات هوسنگ:

510-538-8876.....

الامیدا( کونتی) مقامات هوسنگ کونتی الامیدا.....

510-881-5743

منابع کمیونیتی برای زندگی مستقلانه(CRIL)

925-828-3132

اداره هوسنگ دبلن(معلومات صرف درباره منازل عامه ۰ نه سکشن ۸ )

510-548-2377.....

وساطت و میانجی گری کمیونیتی ایست بی.....

510-836-4826.....

( ECHO ) مساعدت در مورد کرایه و جستجوی منزل

510-271-7931.....

( ECHO ) هوسنگ ( دادن مشوره در مورد تعویض اجاره منزل)...

510-537-25

E DEN INFORMATION ارایه معلومات وارجاع (ایدن) بر کرایه وپناهگاه بصورت عاجل

925-447-3600

اداره هوسنگ لیورمور

خدمات مواظبتی در منزل

510-577-1800.....خدمات مواظبتی در منزل ( IHSS ) الامیدا کونتی- پذیرش و معلومات برای متقاضی.

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

925-931-5379 مرکز مواظبت و حمایت سالمندان ترای ویلی ( اداره ثبت عامه) تادیه انفرادی

925-931-5384 پروگرام حمایتی سالمندان ترای سیتی ( IHSS )

جلوگیری از آسیب و صدمه

925-931-5384 پروگرام حمایتی سالمندان ترای ویلی ( آموزش درباره خطرات افتادن . اصلاحات منزل)

510-577-3535 پروژه جلوگیری از آسیب و صدمه سالمندان ( افتادن سالمندان وگفت و شنود درباره محفوظیت در ثوران سالمند)

(www.aarp.org/Isn/California: شبکه خدماتی کمک قانونی (معرفی اعضای به وکلای داخلی

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

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

510-663-4744 بی اریا لیگل اید- اوکلند

1-415-974-5171 ( CANHR ) مدافعین کلفورنیا برای بهبود نرسنگ هومچ سانفرانسسکو

1-800-474-1116 (1-لایین مخصوص متقاضیان) پلان املاک برای مواظبت طولانی وخدمات وکلا

510-548-4040 مرکز مدافعه از اخراج منزل

510-452-4541 مرکز حقوقی کمیونیتی ایست بی ( برای کم بضاعتان که به مشورت حقوقی نیاز دارند)

510-451-2846 انتر نشنل انستیتوت ایست بی ( خدمات قانونی)

510-832-3040 قانونی برای سالمندان ( برای سالمندان ۶۰ سال ویالاتر) اوکلند

1-800-222-1753 خط ارتباطی حقوقی برای سالمندان شمال کلفورنیا ( خدمات تلفونی رایگان برای اشخاص بالا تراز ۶۰ سال)

خدمات و کلینیک های طبی و دندان

510-654-5383 انجمن طبی الامیدا و کانتر اکاستا ( ارجاع دکتوران)

925-462-1755

اکسس کمیونیتی هیلت ( Axis Community Health )

1-800-322-6384

Denti-Cal دنتال کال (معلومات در باره امتیازات مدیکل دندان و دندان ساز)

ادامه خدمات طبی و کلینیک دندان

510-251-2273

ریسایکل سامان الات مواظبت در منزل (CARES)

925-931-5383

پروگرام حمایتی سالمندان ترای ویلی (تمرین جسمانی • تغذی • وسایل مربوط به صحت

510-78 2-5442

انجمن طب دندان کونتی امیدای جنوبی (معرفی و ارجاع)

510-471-5880

مرکز صحتی ( TIBURCIO VASQUEZ HEALTH CENTER )

510-770-8040

مرکز صحتی ترای سثتی

510-642-2020

کلینیک چشم مکتب ( OPTOMETRY ) یونورستی برکلی

510-489-5200

مرکز مواظبت دندان یونورستی پسیفیک - یونین سیتی

پروگرام های مشاورتی صحت دماغی

1-800-491-9099

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

510-451-6729

خدمات صحت دماغی کمیونیتی آسیایی ( Asian Community Health )

925-462-5544

اکسس کمیونیتی هیلت ( AXIX COMMUNITY HEALTH )

1-800-260-0094

پروژه مشورتی تائر و تالم

1-800-309-2131

جلوگیری از انتحار و حمایت در مواقع بحران ( خط ارتباطی ۲۴ ساعت

925-931-5379

حمایت سالمندان ترای ویلی • مشاورت در منزل

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 ریفورم بیمارستانهای خانگی سانفرانسیسکو

1-800-474-1116

(صرف برای مصرف کنندگان (مشورت در باره انتخاب بیمارستانهای خانگی)

510-638-6878

اومبودسمن کارپوریشن ( Ombudsman ,Inc. )

قیمومیت (نگهداری) عامه (نگهداری تعیین شده از طرف محکمه (حل و فصل شکایات تسهیلات مواظبتی سالمندان و تسهیلات مسلکی پرستاران

650-266-8800

لایسانس مواظبتی کمیونیتی ایالت کلفورنیا ( RCFE Licensing )

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

### مراکز سالمندان

- 925-556-4511 دبلن ( ۷۶۰۰ امادور ویلی بلووارد . دبلن ۹۴۵۶۸ )
- 925-373-5760 لیورمور ( ۴۴۴۴ نیست اوینو . لیورمور ۹۴۵۵۰ )
- 925-931-5365 پلزنتن ( ۵۳۵۳ سونول بلووارد . پلزنتن ۹۴۵۶۶ )
- 510-444-0243 مرکز سالمندان بدون دیوار (فعالیت های دسته جمعی برای سالمندان محاط بخانه از ورای گفت و شنود های تلفونی)

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

- 510-891-4706 AC ترانزیت با تخفیف برای سالمندان
- 510-832-7012 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 )
- 510-817-1717 معلومات و سفر ( معلومات مبنی بر حمل و نقل عامه در بی اریا ۵۱۱ را دایل کنید
- 925-931-5376 پاراترانزیت پلزنتن
- 925-455-7510 Wheels Dial A - Ride ( دبلن . لیورمور . و پلزنتن بعداز ساعات پلزنتن پاراترانزیت )

### Utilities Assistance کمک های سودمند ( آب ، برقه ، 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 هیپ ( HEAP ) اوکلند - کمک انرژی برای اشخاص کم بضاعت زیر ۱۳۰ فیصد غربت
- 510-981-7770 هیپ ( HEAP ) برکلی - البانی و امری ویل
- 1-800-310-2355 لایف لاین ( LIFELINE ) تخفیف در تلفون
- 510-268-0671 ریچ ( REACH ) سلویشن ارمی ( غفلت در پرداخت بل گاز و برق
- 510-889-0921 تثبیت و تخمین حرارت منزل برای مسکونین کم عاید

### خدمات کار از موده ها

510-577-3547  
1-800-827-1000

مشورت درباره مزایای کمکی کارازموده های دوران جنگ  
دیپارتمنت مشورتی مسایل مربوط به کارازموده های جنگ ایالات متحده

فرصت های مناسب از رضاکاران

علاوتاً به بازدید کنندگان دوستانه - منابع تلفونی - و ردیف مواد غذایی و تغذی مراجعه کنید

510-745-1491 کتابخانه کونتی الامیدا بارتباط کسانیکه در منازل شان مطالعه میکنند( انتقال کتب و مواد قابل مطالعه بمنزل )  
پروگرام  
510-638-6878 امبوسمن اینکارپوریشن( Ombudsman ) مدافیین داوطلب برای تسهیلات اشخاص که برای مدت طولانی مواظبت میشوند  
510-452-0868 پروگرام سالمندان متقاعد ( RETIRED ) اوکلند  
510-444-4755 استیت بریج ( STATEBRIDGE ) اکتور های سالمند و قصه گوینان اوکلند  
510-232-0163 مرکز رضاکاران ایست بی - اوکلند

نمبر تلفون های مهم - دیگران

510-577-3530/1-800-2020 اجنسی معلومات درباره سالمندان کونتی الامیدا  
510-654-5383 انجمن طبی کونتی الامیدا وکانترا کاستا ( درجستجوی داکتران کهمدیکل 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 کانتر 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  
1-888-227-766955 صنوف دریوری ۵۵ ساله های سر حال (55 Alive Driving Classes)  
510-451-2846 سوالات درباره امیگیشن - انتر نشنل انستیتیوت 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 سالمند  
1-800-772-1213 سوشل سیکیوریتی( SSI )