

## راهنمای منابع سالمندان ویژه کانتی شمالی (North)

آژانس های خدماتی غیرانتفاعی و دولتی

Alameda ● Albany ● Berkeley ● Emeryville ● Oakland ● Piedmont

اداره منطقه کانتی آلامیدا برای سالمندان

6955 Foothill Boulevard, 3<sup>rd</sup> Floor, Oakland CA 94605, 1-800-510-2020 / 510-577-3530

(بازبینی مورخ 2010/10) <http://alamedasocialservices.org>

### محل مراقبت/استراحت افراد مسن (وب سایت مفید: [www.adsnac.org](http://www.adsnac.org))

- شبکه خدمات مراقبت از افراد مسن کانتی آلامیدا (ارجاعات فردی و آموزش جامعه) ..... 510-883-0874
- خدمات آلازایمر خانه سالمندان "ایست بی"، شهر برکلی ..... 510-644-8292
- خدمات آلازایمر خانه سالمندان "ایست بی"، شهر اوکلند ..... 510-268-1410
- خانه سالمندان انجمن منطقه ای "بی" (محل ارائه خدمات: "بی")، شهر اوکلند ..... 510-601-1074
- مرکز مراقبت از افراد مسن برکلی در شهر برکلی ..... 510-601-0167
- مرکز استقلال سالمندان (پیس - برنامه شامل تمامی خدمات ویژه سالمندان) ..... 510-433-1150
- مرکز هنگ فوک مراقبت از افراد مسن در اوکلند (در خیابان 14) ..... 510-839-9673
- مرکز هنگ فوک مراقبت از افراد مسن در اوکلند (در خیابان هاریسون) ..... 510-302-0460
- خانه سالمندان ارائه دهنده خدمات پزشکی مادام العمر، اوکلند ..... 510-563-4390
- انجمن خانه سالمندان سن پیتر، سان لئوناردو ..... 510-562-4037

### برنامه های پیشگیری از سوء مصرف الکل و مواد مخدر

- دسترسی خدمات بهداشتی کانتی آلامدا (ارجاع به خدمات سوء مصرف مواد مخدر در شهرستان آلامیدا) ..... 1-800-491-9099
- اداره مرکزی الکی های گمنام، اوکلند ..... 510-839-8900

### خدمات آلازایمر

- خط کمکرسانی انجمن آلازایمر ..... 1-800-272-3900
- خدمات آلازایمر "ایست بی"، شهر برکلی ..... 510-644-8292
- مرکز مراقبت محلی سالمندان (این وبسایت بر سالمندان محلی تاکید می کند که از آلازایمر و اختلالات مربوطه رنج می برند) ..... [www.ethnicelderscare.net](http://www.ethnicelderscare.net)
- اتحاد ارائه دهنده خدمات مراقبتی خانوادگی (محل استراحت و ارائه خدمات مراقبتی)، سانفرانسیسکو ..... 1-800-445-8106
- مرکز بیماری آلازایمر "یوسی دیویس"، شهر مارتینز ..... 1-925-372-2485

### برنامه های حمایتی ارائه خدمات مراقبتی

- شبکه خدمات مراقبتی سالمندان کانتی آلامیدا ..... 510-883-0874
- انجمن آلازایمر کالیفرنیا شمالی ..... 1-800-272-3900
- پیمان ارائه خدمات مراقبتی خانواده ..... 1-800-445-8106
- مرکز آموزش و امکانات خانواده (حمایت از خانواده/ارائه دهندگان خدمات مراقبتی بیماران روانی) ..... 510-746-1700
- برنامه خدمات حمایتی خویشاوندی منطقه «بی» (پدر و مادر بزرگ ها و خویشاوندان مراقب هستند) ..... 510-834-2443

### مدیریت/همکاری موردی خدمات سالمندان خانه نشین

- خدمات جامعه محلی "بی" (بی ای سی اس) ..... 510-271-8843
- شهر برکلی (مدیریت امور افراد 55 ساله و بیشتر مستقر در مرکز سالمندان برکلی) ..... 510-981-7700
- ام اس پی (میکل؛ اوکلند، امری ویل، و بخشی از برکلی) ..... 510-238-3762
- مدیریت امور سالمندان بی خانمان سنت مری ..... 510-923-9600

### خدمات/برنامه های ویژه سالمندان معلول

- برنامه دیابت بخش مراقبت بهداشتی دولتی کانتی آلامیدا .....  
(کلاس های رایگان ویژه ساکنان آلامیدا مبتلا به دیابت نوع 2) ..... 510-383-5185
- مرکز دیابت آلتا بییتس سامیت (کلاسهای مدیریت شخصی بیماری دیابت، گروه پشتیبانی) ..... 510-204-1081
- جامعه سرطان آمریکا ..... 1-800-227-2345
- جامعه دیابت آمریکا ..... 510-654-4499
- انجمن قلب آمریکا \ انجمن سکنه آمریکا ..... 510-904-4000
- قانون آمریکایی های معلول (ای دی ای)، اطلاعات عمومی ..... 1-800-949-4232
- مرکز زبان پریشی کالیفرنیا (خدمات ویژه افرادی که دچار سکنه شده اند) ..... 510-336-0112
- بنیاد ارتزیت ..... 1-800-644-2003

برنامه برکلی پلیس برای شنوایی، در برکلی ..... تله تایپ  
1-800-644-2000

### خدمات/برنامه های ویژه سالمندان معلول (ادامه)

بریل و کتابخانه گویا ..... 1-800-952-5666  
برنامه دسترسی به تلفن کالیفرنیا (سی تی آ پی) ..... 1-800-806-1191

تله تایپ 1-800-806-4474

"دی سی ای آر ای" (آژانس مشاوره، حمایت و ارجاع ناشنوايان) ..... 1-866-680-0515  
تله تایپ 1-877-322-7288  
حقوق معلولیت کالیفرنیا (پیشتر شرکت حفاظت و حمایت) ..... 510-267-1200  
تله تایپ 1-800-649-0154  
«ایزی داز ایت» (خدمات اضطراری افرادی که دچار معلولیت های شدید هستند و افراد مسن در برکلی) ..... 510-704-2111  
مرکز شنوایی و گویایی کالیفرنیا شمالی، سانفرانسیسکو (اطلاعات معاینه و محصول) ..... 1-415-921-7658  
فانوس نابینایان (محصولات ویژه مصرف کننده)، سانفرانسیسکو ..... 1-415-431-1481  
مرکز لاینز ویژه نابینایان، اکلند (شامل خدمات ویژه سالمندانی که به تازگی نابینا شده اند) ..... 510-450-1580  
خط پشتیبانی دوستان "ام اس" (خط کمکرسانی بیماران مبتلا به تصلب چنگانه) ..... 1-866-673-7436  
جامعه ملی بیماران مبتلا به تصلب چنگانه ..... 1-800-344-4867  
موسسه پارکینسون ..... 1-800-786-2958  
خدمات خرابی ویلچیر (خدمات اورژانسی حمل و نقل و یا تعمیر ویلچر) ..... 1-877-509-4335  
مرکز خدمات سرطان زنان، اکلند ..... 510-420-7900

### آموزش (همچنین مراجعه کنید به مراکز سالمندان)

مدرسه سالمندان ..... 510-552-3858  
مدرسه سالمندان آلبانی ..... 510-559-6580  
مدرسه سالمندان برکلی ..... 510-644-6130  
مرکز رایه ایستمنت در اکلند ..... 510-382-0555  
مدرسه سالمندان پیدمونت ..... 510-594-2716  
یو. سی. برکلی (موسسه آموزش مادام العمر آشر - "او. ال. ال. آی."، [www.oli.berkeley.edu](http://www.oli.berkeley.edu)) ..... 510-642-9934

### برنامه های پیشگیری از سوء رفتار با سالمندان

خدمات کانتی آلامیدا برای محافظت از افراد مسن در اکلند ..... 1-866-225-5277  
بخش محافظت مصرف کننده و امور محیطی بازپرس ناحیه قضایی - دایره سوء رفتار با افراد مسن ..... 510-569-9281  
دایره امداد قربانی/شاهد بازپرس ناحیه قضایی ..... 510-272-6180  
مشاوره قضایی ویژه سالمندان (خدمات ویژه سالمندان 60 ساله و بالاتر)، اکلند ..... 510-832-3040

### برنامه های سازماندهی اورژانسی

(توجه: با اداره آتش نشانی و خدمات اورژانس محلی خود تماس بگیرید)

صلیب سرخ آمریکا (آموزش آمادگی تیم ها) ..... 510-595-4459  
"سی ای آر دی یا کارد" (آژانس های همکار ویژه واکنش به حوادث)  
(سازماندهی آژانس های غیر انتفاعی/انجمنی) ..... 510-451-3140  
"سی او آر ای یا کور" (پاسخگویی شهروندان اکلند به امور اورژانسی) (آموزش برای ساکنین اکلند) ..... 510-238-6351  
شرکت تضامنی پیشگیری از آسیب سالمندان (تیم های مناظره ویژه سالمندان) ..... 510-577-3535

### برنامه های اشتغال

برنامه استز اشتغال سالمندان (ویژه افراد 55 ساله و بالاتر) ..... 510-238-3535  
مرکز زندگی مستقل (برنامه ای برای افراد معلولی که می خواهند شاغل باشند) ..... 510-841-4776  
مراکز تجاری و کاری تک ایستگاهی "ایست بی":  
در آلامیدا (555 Appezato Memorial Parkway, Alameda, 94501) ..... 510-748-2208  
شهرهای شمالی (1918 Bonita Ave., Berkeley, 94704) ..... 510-982-7128  
اوکلند:

خدمات اجتماعی کانتی آلامیدا/مرکز شغلی اوکلند شمالی (2000 San Pablo Ave., Oakland, 94612) ..... 510-208-0903  
خدمات اجتماعی کانتی آلامیدا/مرکز شغلی ایست مونت (7200 Bancroft Ave., Oakland, 94605) ..... 510-568-8349  
مرکز شهر (1212 Broadway, Suite 100, Oakland, 94612) ..... 510-622-4333  
مرکز انگلیسی (مدرسه انگلیسی به عنوان زبان دوم) (66 Franklin, suite 300, Oakland, 94607) ..... 510-836-6700

- مرکز توسعه اجتماعی خانواده لائو (2325 East 12<sup>th</sup> St., Oakland, 94601) ..... 510-533-8850  
 مرکز چند فرهنگی شورای اتحاد (1900 Fruitvale Ave., Oakland, 94601) ..... 510-535-6101  
 "اسکور" — گروه های خدماتی کارکنان بازنشسته (ارائه خدمات مشاوره شغلی رایگان) ..... 510-273-6611

**برنامه ریزی و ترتیبات انتهای عمر**

(توجه: آژانس های آسایشگاهی خدمات حمایتی و مراقبتی ویژه افرادی ارائه می دهند که با بیماری های ناعلاج روبرو هستند. جهت دریافت فهرستی از آژانس های آسایشگاهی محلی با اداره اطلاعات سالمندان تماس بگیرید.)  
 کانون وکلای کانتی آلامیدا (خدمات ارجاعی وکالت - 30 دلار برای 30 دقیقه مشاوره —

- در رابطه با برنامه ریزی دارایی، وصیت نامه و امانات) ..... 510-302-2222  
 پزشک قانونی کانتی آلامیدا (تدفین/مرده سوزانی فرد فقیر در صورت نداشتن وارث یا وسیع مالی —  
 واجد شرایط بودن طبق درخواست تعیین می گردد) ..... 510-268-7300  
 متولی دولتی کانتی آلامیدا (سرپرستی اموال متوفیانی را بر عهده دارد که وارث و یا  
 قیمی ندارند) ..... 510-577-1979  
 انجمن تدفین منطقه "بی" آموزش مصرف کننده بعلاوه بر آورد هزینه مراسم تدفین:  
 (www.bafswb.org) ..... 510-841-6653  
 حامیان کالیفرنایی اصلاحات خانه های سالمندان (ارائه خدمات وکالتی و اطلاعات  
 در رابطه با بازیابی وضعیت "مدیکال" به سالمندان) ..... 1-415-974-5171, 1-800-474-1116

**دفتر آرامگاه و تدفین اداره امور مصرف کننده کالیفرنیا**

- (آژانس های مجاز تدفین، انتشار راهنمای مصرف کننده: (www.cfb.ca.gov) ..... 1-800-952-5210  
 خدمات حمایت بحران کانتی آلامیدا (ارائه خدمات مشاوره در رابطه با غم و اندوه، گروه حمایتی غم و اندوه ویژه سالمندان) ..... 1-800-309-2131  
 مشاوره قضایی ویژه سالمندان (برگزاری کارگاه های آموزشی در رابطه با بخشنامه خدمات درمانی پیشرفته) ..... 510-832-3040

**برنامه های ویژه سالمندان از قومیت و فرهنگ خاص**

مؤسسات خیره کاتولیک "بی شرقی"، اوکلند (خدمات مهاجرت و اعطای تابعیت،

- برنامه استقرار مجدد پناهندگان، خدمات سالمندان جنوب شرق آسیا) ..... 510-768-3100  
 مرکز مراقبت محلی سالمندان (این وب سایت بر سالمندان محلی تاکید می کند که از آژانس و اختلالات مربوطه رنج می برند) .... [www.ethnicelderscare.net](http://www.ethnicelderscare.net)  
 مرکز جامعه سالمندان کره ای "ایست بی" در اوکلند (انگلیسی) ..... 510-763-1879  
 مرکز جامعه سالمندان کره ای "ایست بی" در اوکلند (کره ای) ..... 510-763-0736  
 مرکز اجتماعی و فرهنگی اتیوپی در اوکلند ..... 510-268-4770  
 مرکز مراقبت از سالمندان قومی (وب سایت بر سالمندان قومی مبتلابه آژانس و اختلالات وابسته تمرکز دارد) [www.ethnicelderscare.net](http://www.ethnicelderscare.net)  
 شرکت فامیلی بریجس (تکلم به زبانهای اسپانیایی) در اوکلند (اطلاعات و کمک) ..... 510-839-2022  
 شرکت فامیلی بریجس (تکلم به زبانهای اسپانیایی) در اوکلند (مرکز سالمندان هنگ لاک) ..... 510-763-9017  
 موسسه فیلیپینی برای اعمال مثبت در اوکلند (کمکهای رایگان برای تابعیت) ..... 510-465-9876  
 مرکز سالمندان فروت ویل سان آنتونیو در اوکلند (تکلم به انگلیسی/اسپانیولی و خمر) ..... 510-535-6123  
 موسسه بین المللی "ایست بی" (خدمات حقوقی مهاجرت) ..... 510-451-2846  
 جی سی (خدمات ژاپنی آمریکایی سابق در ایست بی)، برکلی ..... 510-848-3560  
 خدمات خانواده و کودکان یهودی "ایست بی" - خدمات سالمندان ..... 510-558-7800  
 مرکز جامعه کره ای "ایست بی" در اوکلند ..... 510-547-2662  
 شرکت توسعه اجتماعی خانواده لائو - کلوب سالمندان پناهنده در اوکلند ..... 510-533-8850  
 سالمندان "لوندرا" (ارائه خدمات حمایتی ویژه سالمندان گروه های "ال. جی. بی. تی" - لژیون/گی/دو جنسی/تغییر جنسیت داده ها) ..... 510-667-9655  
 موسسه فیلیپینی برای اعمال مثبت در اوکلند (کمکهای رایگان برای تابعیت) ..... 510-465-9876  
 مرکز اجتماعی ویتنامی آمریکایی در ایست بی (مرکز سالمندان ستون قلبی) ..... 510-663-4681

**کمک مالی (وبسایت های مفید: [www.govbenefits.gov](http://www.govbenefits.gov) و [www.benefitscheckup.org](http://www.benefitscheckup.org))**

آژانس خدمات اجتماعی کانتی آلامیدا:

- مرکز خدمات خودکفایی ایست مونت (6955 Foothill Blvd., 1<sup>st</sup> Floor, Oakland, 94605) ..... 510-383-5300  
 مرکز خدماتی نورت کانتی (2000 San Pablo Ave., Oakland, 94612) ..... 510-263-2420  
 "سی. ای. ان. اچ. آر یا کانر" (حامیان کالیفرنایی اصلاحات خانه های سالمندان)، سانفرانسیسکو  
 (برنامه ریزی املاک ویژه سرپرستی دراز مدت) ..... 1-415-974-5171, 1-800-474-1116  
 "سی. ای. پی. آی یا کپی" (برنامه کمک نقدی ویژه مهاجران) ..... 510-268-2332, 1-800-648-0954  
 مسکن "اکو" (ارائه خدمات اجاره مسکن) ..... 510-836-4826  
 تأمین اجتماعی اس. اس. آی ..... 1-800-772-1213  
 مشاوره مزایای حمایت از کهنه سربازان (خدمات سالمندان و سالمندی) ..... 510-577-3547

## غذا و تغذیه

### غذاهای تحویل در منزل

- 510-865-6131 ..... تحویل غذا در خانه (فقط برای آلامیدا)
- 510-524-9124 ..... تحویل غذا در خانه (فقط برای آلبانی)
- 510-986-8916 ..... خدمات اجتماعی منطقه «بی» (فقط اوکلند)
- 510-981-5250 ..... برنامه تغذیه برکلی/ترای سیتی (فقط برکلی)
- 510-596-3730 ..... برنامه تغذیه امری ویل/ترای سیتی (فقط امری ویل)
- غذاهای گروه سالمندان (غذاهای جمعی)**
- 510-986-8909 ..... خدمات اجتماعی منطقه «بی» (فقط آلامیدا و اوکلند)، اوکلند
- کافه ترای سیتی (با مرکز سالمندان در آلبانی، برکلی، امری ویل تماس بگیرید):
- 510-524-9122 ..... مراکز سالمندان آلبانی
- مراکز سالمندان برکلی شمالی: 510-981-5190، ساوت: 510-981-5170، وست: 510-981-5180
- 510-596-3730 ..... مرکز سالمندان امری ویل
- 510-635-3663, 1-800-870-3663 ..... بانک غذای جامعه کانتی آلامیدا
- 510-534-8540 ..... برنامه "براون بگ" ..... کوپن غذا
- (مرکز کانتی)
- شمالی): 510-891-0700، 510-383-5300 (مرکز ایستمنت)
- 1-877-797-7299 ..... تعاونی غذایی منابع سالمندان (عمده فروشی) در سنت پل چرج، اوکلند

### برنامه های اطمینان آفرینی ملاقات /تلفن دوستانه

- 510-748-0342 ..... برنامه ویزیتور آلامیدا (ویزیت های رایگان هفته ای؛ ساکنین کانتی آلامیدا)
- 510-667-9655 ..... سالمندان "لوند" (ارائه خدمات حمایتی ویژه سالمندان گروه های "ال. جی. بی. تی" - لزبین/هم جنس گرا/دو جنسی/تغییر جنسیت داده ها)
- 510-981-6160 ..... خدمات کمکی کتابخانه ای و اطلاعاتی در برکلی
- 510-923-9600 ..... مرکز سنت مری - اوکلند
- 1-877-797-7299 ..... مرکز سالمندان بدون مرز (فعالیت های گروهی ویژه سالمندان خانه نشین از طریق کنفرانس های تلفنی رایگان)
- 510-238-3080 ..... برنامه ملاقات دوستانه سالمندان
- 510-204-4487 ..... مراقبت تلفنی (تماس های تلفنی روزانه به افراد خانه نشین و منزوی) مرکز پزشکی "آلتا بیتس"

### برنامه های بیمه خدمات درمانی (وبسایت مفید: [www.cahealthadvocates.org](http://www.cahealthadvocates.org))

- 510-839-0393 ..... "ا.ج. ای. سی. ای. پی." (برنامه مشاوره و حمایتی بیمه خدمات درمانی)
- مدیکال (آژانس خدمات اجتماعی کانتی آلامیدا):
- 510-777-2300 ..... مرکز مدیکال (Enterprise Office, 8477 Enterprise Way, Oakland, 94621)
- 1-800-698-1118 ..... مدیکر
- 1-800-633-4227 ..... بخش خدمات سالمندان و سالمندی کانتی آلامیدا
- 510-777-2300, 1-800-698-1118 ..... خدمات مراقبتی دراز مدت مدیکال (متقاضیان جدید با مرکز مدیکال شهرستان تماس بگیرید)
- 510-577-1900 ..... خدمات مراقبتی دراز مدت مدیکال (ویژه پرونده های جاری)
- 510-577-1900 ..... برنامه های ذخیره مدیکر ("کیو. ام. بی"، "اس. ال. ام. بی"، "کیو. آی. 1")
- ("کیو. ام. بی." - برنامه مزایای مدیکر با صلاحیت، "اس. ال. ام. بی." - مزایای مدیکر ویژه قشر کم درآمد، "کیو. آی." - افراد مجاز)
- 1-800-234-1317 ..... خط کمکرسانی بیمه نشدگان

### برنامه های بهبود شرایط زندگی ویژه خانوارهای کم درآمد و با درآمد متوسط

#### کمکهای جزئی برای انجام تعمیرات

- 510-670-5398 ..... توسعه مسکن و جامعه کانتی آلامیدا
- برنامه کانتی آلامیدا برای مسکن و توسعه اجتماعی (برنامه تعمیرات جزئی منزل برای آلبانی، دابلین، فریمونت، لیومور، نیوارک، اوکلند، پیدمونت، پلزانتون، سن لیاندرو، یونیون سیتی، یونیک، کانتی آلامیدا)
- 510-747-6897 ..... تعمیرات جزئی شهر برکلی (فقط برای مالکین برکلی)
- 510-981-7760 ..... برنامه بازسازی بایکدیگر (آلبانی، برکلی، امریویل)
- 510-644-8979 ..... برنامه بازسازی بایکدیگر (اوکلند)
- 510-625-0316 ..... **وام هایی با بهره پایین برای بازسازی عمده**
- 510-670-5398 ..... توسعه مسکن و اجتماعی کانتی آلامیدا (اوکلند)
- 510-749-5814 ..... برنامه توانبخشی کانتی آلامیدا
- 510-981-5400 ..... برنامه مسکن و خدمات انرژی برکلی (فقط برکلی)
- 510-238-3909 ..... توسعه مسکن و اجتماعی اوکلند (فقط اوکلند)

## برنامه های حمایتی مسکن

بنیاد مسکن:

- 510-538-8876..... کانتی آلامیدا—بنیاد مسکن کانتی آلامیدا  
( برای آلبانی دابلین، امری ویل، فریمونت، هیوارد، نیوارک، پلزانتون، سن لیاندرو، یونیون سیتی، کاسترو ولی، سن لورنزو )  
شهر آلامیدا - بنیاد مسکن شهر آلامیدا .....  
510-747-4300.....  
510-981-5470..... بنیاد مسکن شهر برکلی.....  
510-874-1500..... بنیاد مسکن شهر اوکلند.....  
510-763-9999..... مرکز زندگی مستقل (کمک‌رسانی مسکن ویژه معلولان) اوکلند.....  
510-841-4776..... برکلی.....  
510-496-0496..... مسکن "اکو" (ارائه خدمات مسکن یابی، اجاره، مشاوره مستاجر /مالک).....  
510-271-7931..... مسکن "اکو" (مشاوره رهن یا وام معکوس).....  
2-1-1..... مرکز اطلاعات و ارجاع "ایدن" (اطلاعات مسکن استیجاری و ارجاعات اضطراری مسکن).....  
510-271-8443..... "هرا"—حامیان حقوق مسکن و اقتصاد (مشاوره وام یا رهن).....  
510-548-8776..... شرکت حقوق مربوط به مسکن (فقط آلبانی، برکلی، ارمی ویل، پیدمونت).....  
510-268-9792..... "ان. آی. دی."—آژانس مشاوره مسکن(مشاوره مالک/اسقاط حق فک رهن یا فورکلوزر).....  
510-535-6943..... شورای وحدت – مرکز مالیت (اطلاعات برای خریدار مسکن برای بار اول، کارگاه فورکلوزر)

## خدمات در خانه

- 510-577-1800..... خدمات حمایتی درون خانه کانتی آلامیدا (خدمات اطلاعات نیروهای جذبی و مشتریان "آی. اچ. اس. اس.)  
510-577-1877..... خدمات حمایتی درون خانه کانتی آلامیدا (صورت پرداخت "آی. اچ. اس. اس.")  
510-763-999..... مرکز زندگی مستقل (سی آی ال) (ارجاعات پرداخت شخصی).....  
510-848-3101..... تله تاپ – تله تاپ.....  
510-577-1980..... مرجع عمومی (ارجاع دفترخانه "آی. اچ. اس. اس.")  
1-866-397-3689..... پاسخگویی سریع (کاریابی مددکار اضطراری ویژه مشتریان "آی. اچ. اس. اس.")  
لیست سرپرستی سکات.....  
scottsassistantlist.com

## پیشگیری از صدمات

- 510-271-8843..... خدمات اجتماعی منطقه "بی" (برنامه اصلاحات مسکن).....  
510-923-9600..... مرکز سنت مری (برنامه تمرین).....  
510-577-3535..... شرکت تضامنی پیشگیری از آسیب سالمندان (گروه های مناظره پیشگیری از سقوط و ایمنی رانندگان سالمند).....

## خدمات قضایی

- www.aarplsn.com..... شبکه مشاوره قضایی "آی. ای. آر. پی." (ارجاع اعضای "آی. ای. آر. پی." به وکلای محلی)  
510-302-2222..... کانون وکلای کانتی آلامیدا/خدمات ارجاع به وکیل (30 دلار برای 30 دقیقه مشاوره و ارجاع)  
510-302-2222..... کانون وکلای کانتی آلامیدا/مشاوره قضایی داوطلبانه (خدمات رایگان ویژه قشر کم درآمد)  
1-800-551-5554..... خدمات قضایی منطقه "بی"، اوکلند.....  
"سی. آی. ان. اچ. آر" (حامیان کالیفرنیا برای اصلاحات خانه های سالمندان)، سافرانسیسکو  
1-415-974-5171, 1-800-474-1116..... (برنامه ریزی املاک ویژه سرپرستی دراز مدت، خدمات ارجاع به وکلای)  
510-437-1554..... موسسه حقوقی "لا رازا" (خدمات حقوقی کم هزینه ویژه مهاجرت)  
510-548-4040..... مرکز حقوقی انجمن "ایست بی" (ویژه قشر کم درآمد نیازمند به خدمات/مشاوره حقوقی)  
510-452-4541..... مرکز دفاعیه خلع تصرف.....  
510-271-8443..... "هرا"—حامیان حقوق مسکن و اقتصاد.....  
510-451-2846..... انجمن بین المللی ایست بی (خدمات مهاجرتی و حقوقی)  
510-832-3040..... مشاوره حقوقی ویژه سالمندان (خدمات ویژه سالمندان 60 ساله و بالاتر)  
510-548-2377..... مرکز تفکیک جامعه "سیدز".....  
1-800-222-1753..... خط مشاوره تلفنی سالمندان کالیفرنیا شمالی (ارائه خدمات حقوقی رایگان تلفنی ویژه سالمندان بالای 60 سال)

## کلینیک و خدمات پزشکی ایدانیشکی

- 510-654-5383..... آلامیدا-انجمن پزشکی "کانتر اکوستا" (ارجاع به پزشک)  
510-547-7188..... انجمن دندانپزشکی کانتی آلامیدا—(ارجاع: آلامیدا، امری ویل، اوکلند، پیدمونت)  
510-567-5700..... مرکز پزشکی کانتی آلامیدا—(مرکز تندرستی ایستمونت)  
510-437-4800..... مرکز پزشکی کانتی آلامیدا—(بیمارستان هایلند)

- خدمات بهداشتی آسیایی، اوکلند..... 510-986-6800
- انجمن دندانپزشکی برکلی ( ارجاع: آلبانی و برکلی) ..... 510-644-9800
- کلینیک رایگان برکلی (بهداشت/خدمات دندانپزشکی) ..... 510-548-2570
- کلینیک دسترسی به مراقبتهای اصلی برکلی ( در بیمارستان هریک)..... 510-204-4666
- کلینیک افتخاری شارلوت مکسول (برای زنان کم درآمد مبتلا به سرطان معالجات متناوب افتخاری و رایگان فراهم می کند) ..... 1-800-322-6384
- باز یافت تجهیزات شرکت هوم کرز ..... 510-251-2273
- لا کلینیکا دلا رازا در اوکلند ..... 510-535-4000
- کلینیک مراقبتهای دندانپزشکی لایف لانگ در برکلی ..... 510-280-6080
- کلینیک مراقبتهای پزشکی لایف لانگ در اوکلند ..... 510-451-4270
- کلینیک مراقبتهای پزشکی لایف لانگ در اوکلند شرقی (و دندانپزشکی) ..... 510-615-4870
- مرکز بهداشتی مراقبتهای پزشکی لایف لانگ برای افراد بالای 60 سال ..... 510-601-6060
- مرکز بهداشتی آمریکایی های بومی ..... 510-261-1962
- کلینیک سرپایی کهنه سربازان در اوکلند ..... 1-800-382-8387
- کلینیک فرقه مالت (فقط برای بیماران که بیه بهداشتی ندارند) ..... 510-587-3000
- دانشکده بینایی سنجی "یو. سی. برکلی" ..... 510-642-2020
- دانشگاه مرکز دندانپزشکی پسفیک، شهر یونیون ..... 510-489-5200
- کلینیک WOHHC آلبرت جی توماس در اوکلند ..... 510-568-9230
- مرکز بهداشتی WOHHC شرقی در اوکلند (و دندانپزشکی) ..... 510-430-9401
- مرکز بهداشتی WOHHC غربی در اوکلند ..... 510-835-9610
- کلینیک بهداشتی WOHHC ویلیام بایرن رامفورد در برکلی ..... 510-549-3166

#### برنامه های مشاوره/سلامت روان

- دسترسی خدمات بهداشتی کانتی آلامیدا (ارجاع به خدمات بهداشت و سلامت روان در کانتی آلامیدا) ..... 1-800-491-9099
- مرکز بهداشتی آلتا بیئس (اورژانسی، خدمات بستری و روزانه) ..... 510-204-4405
- خدمات بهداشت روان جامعه آسیایی، اوکلند ..... 510-451-6729
- بهداشت روان برکلی (به ساکنین برکلی و آلبانی خدمات ارائه می دهد) ..... 510-981-5290
- خدمات حمایت بحران کانتی آلامیدا (مشاوره سالمندان در خانه؛ مشاوره در رابطه با غم و اندوه) ..... 1-800-260-0094
- کلینیک دلا رازا در اوکلند ..... 510-535-4000
- انجمن بهداشت روان کانتی آلامیدا: پشتیبانی ارائه دهندگان خدمات خانواده ..... 510-835-0188
- حامیان بهداشت روان (حمایت از مزایا) ..... 510-835-5532
- حامیان حقوق بیمار ..... 510-835-2505
- پیشگیری از خودکشی/پشتیبانی بحران (خط 24 ساعته) ..... 1-800-309-2131
- انجمن بهداشت روان اوکلند غربی ..... 510-465-1800

#### کمک‌رسانی خانه سالمندان/تأسیسات مراقبت دراز مدت

(سایت های مفید عبارتند از: [www.canhr.org](http://www.canhr.org), [www.calqualitycare.org](http://www.calqualitycare.org) و [www.nursinghomeguide.org](http://www.nursinghomeguide.org))

"سی. ای. ان. اچ. آر" (حامیان کالیفرنایی اصلاحات خانه های سالمندان)، سانفرانسیسکو

- (مشاوره در زمینه انتخاب خانه سالمندان؛ حامیان حقوق شهروندان) ..... 1-415-974-5171, 1-800-474-1116
- برنامه واسط (برنامه واسط مراقبت دراز مدت کانتی آلامیدا) ..... 510-638-6878
- ..... (تفکیک و حمایت شکایات مرکز بهداشت و مراقبت؛ فهرست "آر، سی. اف. ای" ها، آسایشگاه های ویژه سالمندان، و "اس. ان. اف." ها، تأسیسات پرستاری حرفه ای)
- ارائه جواز مراقبت اجتماعی ایالت کالیفرنیا (ارائه جواز "آر. سی. اف. ای") ..... 650-266-8800
- بخش خدمات بهداشتی ایالت کالیفرنیا (ارائه جواز "اس. ان. اف" و آژانس خدمات درمانی خانگی) ..... 1-800-554-0352

اداره سرپرست عمومی (قیومیت بواسطه حکم دادگاه) ..... 510-577-1900

#### خانه های سالمندان (به موارد زیر نیز مراجعه کنید: برنامه های ویژه سالمندان از قومیت و فرهنگ خاص)

- آلامیدا (1155 Santa Clara Avenue, Alameda, 94501) ..... 510-747-7500
- آلبانی (846 Masonic Ave., Albany, 94706) ..... 510-524-9122
- برکلی، کرکز ایست بی برای نابینایان (تحت اداره اعضاء، فعالیت هایی برای افراد نابینا و دچار اختلال در بینایی) (92928 Adeline St., Berkeley, 94703) ..... 510-843-6935
- برکلی جی سی (خدمات ژاپنی آمریکایی ایست بی سابق) (1710 Carlton St., Berkeley, 94703) ..... 510-883-1106
- مرکز جامعه یهودیان برکلی در ایست بی (1414 Walnut St., Berkeley 94709) ..... 510-848-0237
- برکلی شمال (1901 Hearst Ave., Berkeley 94709) ..... 510-981-5190
- برکلی جنوب (2929 Ellis St., Berkeley 94703) ..... 510-981-5170

### خانه های سالمندان (ادامه)

510-981-5180	امری ویل ( 4321 Salem St., Emeryville, 94608 )
510-238-3284	مرکز شهر اوکلند (200 Grand Ave., Oakland, 94610)
510-615-5731	اوکلند شرقی (9255 Edes Ave., Oakland, 94603)
510-763-1879	اوکلند، ایست بی کره ای (1723 Telegraph Ave., Oakland, 94610) (انگلیسی)
510-763-0736	(کره ای)
510-535-6123	اوکلند، فروت ویل سن آنتونیو (تکلم به اسپانیولی) (3301 E. 12 <sup>th</sup> St., #201,, Oakland, 94601)
510-562-1990	اوکلند، گلدن ایجز (Eastmont Town Ctr., 73 <sup>rd</sup> & Bancroft, upper level, Oakland, 94605)
510-763-9017	اوکلند، مرکز سالمندان هنگ لاک (275 – 7 <sup>th</sup> St., Oakland, 94607)
510-547-2662	اوکلند، مرکز جامعه کره ای (4390 Telegraph Avenue., Ste. A Oakland, 94609)
510-238-7016	اوکلند غربی (1724 Adeline St., Oakland, 94607)
510-547-2662	اوکلند شمالی (5714 Martin Luther King Jr., Way, Oakland, 94609)
510-879-4090	اوکلند، مدرسه بزرگسالان پلزننت و لیل (فعالیت ها و کلاسهای برای سالمندان)
510-923-9600	اوکلند، مرکز سنت مری (925 Brockhurst St., Oakland, 94608)
510-663-4681	اوکلند، جامعه ویتنامی آمریکایی (106 International Blvd., Oakland, 94606)
510-420-3070	پیدمونت، سالمندان پیدمونت 711 Highland Ave., Piedmont, 94611
1-877-797-7299	مرکز سالمندان بدون مرز (فعالیت‌های گروهی برای سالمندانی که در خانه هستند از طریق تماسهای کنفرانس تلفنی رایگان)

### برنامه ها و خدمات حمل و نقل

510-891-4706	برنامه تخفیف آژانس حمل و نقل "ای. سی." سالمندان
1-800-227-2345	جامعه سرطان آمریکا - برنامه راه بازیابی (برنامه حمل و نقل بیماران سرطانی)
510-464-7133	تخفیف برنامه "بارت" ویژه سالمندان
1-800-777-0133	تابلوهای پارک "دی. ام. وی" ویژه رانندگان معلول
510-287-5000	خدمات حمل و نقل نیمه عمومی "ایست بی" (ویژه افرادی که از نظر قانون معلولان آمریکایی واجد شرایط هستند)
510-817-1717	اطلاعات سفر (اطلاعات سفر حمل و نقل عمومی ویژه منطقه "بی"، 511 را شماره گیری کنید)
510-729-0852	آموزش سفر گروه سالمندان (اتحاد سالمندان اوکلند و کانتی آلامیدا)
510-841-4776	آموزش یک به یک معلولان (مرکز زندگی مستقل)

### خدمات استفاده از تاکس و مینی بوس

510-747-7500 ..... آلامیدا

510-524-9122	آلبانی
510-981-7269	برکلی
510-596-3730	امری ویل
510-238-3036	اوکلند

### کمک های رفاهی برای خدمات شهری

1-866-748-3947	شرکت برق و مخابرات آلامیدا ( رسیدگی به انرژی، برنامه محافظت در مقابل هوا)
1-866-272-0349	"خط مشاوره تلفنی کالیفرنیا (تخفیفات خدمات تلفنی)
1-800-806-1191	(برنامه دسترسی به تلفن کالیفرنیا (سی تی ای پی) (محصولات/خدمات تلفنی موجود)
1-800-806-4474	تله تایپ
1-800-806-4474	برنامه کمک به مشتری (سی. ای. پی) منطقه رفاهی شهری ایست بی (ای بی ام یو دی)، سالویشن آرمی (تخفیف هزینه آب ویژه مشتریان کم درآمد "ای بی ام یو دی")
510-645-9710	دی
510-881-0300	"هیپ" (کمک‌سانی در هزینه های انرژی ویژه خانواده های کم درآمد)
1-866-743-2273	برنامه مراقبت شرکت گاز و برق پسیفیک (پی جی اند ای) (تخفیف بر روی قبوض برق و گاز خانواده های کم درآمد واجد شرایط)
1-800-743-5000	خدمات مشتری "پی جی اند ای" - برنامه های کمک‌سانی در هزینه های انرژی (خدمات خط مبنای مراقبت پزشکی، چند زبانی)
1-800-989-9744	شرکای انرژی شرکت "پی جی اند ای" (معیارهای محافظت و بهینه سازی ساختمان، لوازم رفاهی با مصرف انرژی مناسب ویژه مشتریان کم درآمد "پی جی اند ای")
510-581-6444	برنامه "پی جی اند ای ریچ، سالویشن آرمی (کمک هزینه انرژی مصرفی اضطراری، هایوارد، دره کاسترو، سان لورنزو)
510-881-0300	برنامه "ریچ (اعانه ویژه کمک هزینه انرژی مصرفی از طریق همیاری جامعه)" شرکت "پی جی اند ای"، سالویشن آرمی (کمک هزینه انرژی مصرفی اضطراری ویژه برای خانواده های کم درآمد)
510-645-9710	مراقبت و بهینه سازی ساختمان (برای خانواده های کم درآمد در کانتی آلامیدا - بغیر از آلبانی، برکلی، امری ویل)
510-881-0300	مراقبت و بهینه سازی ساختمان (برای خانواده های کم درآمد در آلبانی، برکلی، امری ویل)
510-981-7770	مراقبت و بهینه سازی ساختمان (برای خانواده های کم درآمد در آلبانی، برکلی، امری ویل)

## خدمات ویژه کهنه سربازان

1-800-382-8387	کلینیک سرپایی کهنه سربازان اوکلند (خدمات پزشکی و بهداشت روان)
510-763-3904	کلینیک مرکز کهنه سربازان اوکلند (خدمات مشاوره بهداشت روان)
510-577-3547	مشاوره مزایای حمایت از کهنه سربازان (خدمات سالمندان و سالمندی)
1-800-827-1000	اداره مشاوره امور کهنه سربازان ایالات متحده

## فرصت های داوطلبانه

### (همچنین مراجعه کنید به مقوله های اطمینان آفرینی ملاقات/تلفن دوستانه و غذا و تغذیه و غیره)

510-745-1491	برنامه "بسوی خانه" کتابخانه کانتی آلامیدا (تحويل مطالب کتابخانه ای در منزل)
1-888-308-1767	برنامه سالمندان منطقه "بی" ("آر. اس. وی. پی" «لطفاً پاسخ دهید» اسبق)
510-638-6878	برنامه واسط (حامیان داوطلب افراد تحت مراقبت دراز مدت در آسایشگاه ها)
510-238-3080	برنامه دوستی سالمندان و پدر و مادر بزرگان رضاعی در اوکلند
510-444-4755	سازمان "استیج بریج" (هنرمندان و داستان سرایان سالمند)، اوکلند
510-232-0163	مرکز داوطلبان "ایست بی"

## شماره تلفن های مهم

510-577-3530 / 1-800-510-2020	آژانس منطقه ای ارائه دهنده اطلاعات سالمندان شهرستان آلامیدا
510-654-5383	آلامیدا-انجمن پزشکی شهر "کانتراکوستا" (مکان یابی پزشکانی که مدیکال می پذیرند)
510-745-1499	خدمات کتابخانه ای کانتی آلامیدا ویژه سالمندان (برنامه "بسوی خانه"، برنامه های ویژه سالمندان، آموزش کامپیوتر کتابخانه و غیره)

### آژانس خدمات اجتماعی کانتی آلامیدا:

510-383-5300	مرکز خود کفایی ایست مونت (6955 Foothill Blvd., 1 <sup>st</sup> Floor, Oakland, 94605)
510-262-2420	مرکز خدمات چندگانه کانتی شمالی (2000 San Pablo Ave., Oakland, 94612)
1-925-229-8434	اطلاعات سالمندان کانتی کانتراکوستا
2-1-1	اطلاعات و ارجاع آیدن
1-800-677-1116	مکان یاب مراقبت سالمند (اطلاعات مربوط به ارائه خدمات در خارج از کانتی آلامیدا/کالیفرنیا)
1-888-227-7669	پایه های رانندگی سالمندان 55 ساله و بالاتر: برای یافتن کلاسی در نزدیکی خود به سایت <a href="http://www.aarp.org">www.aarp.org</a> مراجعه کنید
510-451-2846	پرسش های مربوط به مهاجرت: موسسه بین المللی "ایست بی"
1-800-432-5378	خدمات هشدار پزشکی (مدیک الرت) (ویژه افراد با نیازهای پزشکی ویژه؛ جهت کسب اطلاعات تماس بگیرید)
510-577-1980	مرجع عمومی (ارجاع دفتر خانه "آی. اچ. اس. اس.")
510-577-5694	مرجع عمومی (خط اطلاعات دفتر خانه متمرکز ویژه تقاضانامه و راهنمایی مددکار)
510-777-4201	مرجع عمومی (خط مشاوره مزایای بهداشت مددکار "آی. اچ. اس. اس.")
510-577-3554	مرجع عمومی (آموزش مددکار و مصرف کننده "آی. اچ. اس. اس.")
510-577-3535	شرکت پیشگیری از صدمات سالمندان (اس. آی. پی. پی)
1-800-772-1213	تأمین اجتماعی اس. آی. پی.

سایر اطلاعات موجود در دست آژانس منطقه ای در رابطه با سالمندان، ارائه حسب درخواست:

- راهنمای مسکن سالمندان
- فهرستی از آسایشگاه سالمندان و انجمن های بازنشستگی مراقبت مستمر
- برنامه های پاسخگویی اضطراری
- همیاری اشتغال و امکانات ویژه سالمندان
- امکانات غذایی و تغذیه
- مدیریت مراقبت سالمندی و سایر خدمات خصوصی
- آژانس های مراقبت بهداشت خانگی، مراقبت خانگی، و خانه سالمندان
- آژانس های بهداشت روان
- آژانس های کاریابی
- مرکز سالمندان
- "اس اس آی" "سی ای پی ای یا کیپی"
- کمک های رفاهی برای آب و برق