

# 老年资源指南

非营利和公共服务机构

服务于阿拉米达郡中部 卡斯特罗谷 • 海沃德 • 圣莱安德罗 • 圣洛伦索

阿拉米达郡地区老年机构

6955 Foothill Blvd, 3<sup>rd</sup> Floor, Oakland, CA 94605; 1-800-510-2020 / 510-577-3530; <http://alamedasocialservices.org>



## 成人日间护理/舒缓 (有用网站: [www.daybreakcenters.org](http://www.daybreakcenters.org))

东湾的阿尔茨海默氏症服务, 海沃德; <a href="http://aseb.org">http://aseb.org</a> .....	510-888-1411
湾区社区服务 - BACS, 成人日间护理, 服务于海沃德、弗里蒙特; <a href="http://www.bayareacs.org">www.bayareacs.org</a> .....	510-656-7742
老年独立中心 (PACE - 全包式老人服务计划); <a href="http://www.cei.elders.org">www.cei.elders.org</a> .....	510-433-1150
天亮成人护理中心, 原成人日间服务网络 (个性化推荐和社区教育); <a href="http://daybreakcenters.org">http://daybreakcenters.org</a> .....	510-834-8314

## 酒精中毒和药物滥用预防计划

阿拉米达郡医疗保健 ACCESS (转介到阿拉米达郡的药物滥用服务); <a href="http://www.acbhcs.org">www.acbhcs.org</a> .....	800-491-9099
匿名戒酒中心办公室, 奥克兰; <a href="http://eastbayaa.org">http://eastbayaa.org</a> .....	510-839-8900
Comm Pre, 地平线服务公司的一项计划 (减少中老年人滥用酒精和药物的预防策略); <a href="http://horizonservices.org">http://horizonservices.org</a> .....	510-885-8743

## 阿尔茨海默氏症服务

阿尔茨海默氏症协会求助热线 (24 小时); <a href="http://www.alz.org">www.alz.org</a> .....	800-272-3900
东湾的阿尔茨海默氏症服务, 海沃德; <a href="http://aseb.org">http://aseb.org</a> .....	510-888-1411
民族老年护理 (侧重患有阿尔茨海默氏症及相关疾病的民族老年人的网站) .....	<a href="http://www.ethnicelderscare.net">www.ethnicelderscare.net</a>
家庭照顾者联盟 (无偿照顾者也许可以提供有限的临时托护); <a href="http://www.caregiver.org">www.caregiver.org</a> .....	800-445-8106
加州大学戴维斯分校阿尔茨海默氏病中心 (里士满和萨克拉门托站点); <a href="http://www.ucdmc.ucdavis.edu/alzheimers">www.ucdmc.ucdavis.edu/alzheimers</a> .....	530-752-8797

## 照顾者支持计划

(注: 关于支持团队信息, 也请联系成人日间保健计划和当地的医院)

北加州阿尔茨海默氏症协会, <a href="http://www.alznorcal.org">www.alznorcal.org</a> .....	800-272-3900
天亮成人护理中心, 原为成人日间服务网络, <a href="http://daybreakcenters.org">http://daybreakcenters.org</a> .....	510-834-8314
家庭照顾者联盟 (协助家庭照顾, 为亲人提供长期护理); <a href="http://www.caregiver.org">www.caregiver.org</a> .....	800-445-8106
家庭教育及资源中心 (为有心理疾病的人的家人/照顾者提供的支持); <a href="http://www.askferc.org">www.askferc.org</a> .....	510-746-1700

## 照顾者支持计划 (续)

林肯儿童中心亲属支持服务计划 (祖父母和亲戚照顾者或儿童), 海沃德;

<http://lincolnchildcenter.org/kinship-services> ..... 510-583-8060

## 闲居老人服务案件管理/协调

湾区社区服务 - BACS, [www.bayareacs.org](http://www.bayareacs.org) ..... 510-271-8843

多用途老年服务计划 - MSSP (有 Medi-Cal 的居民, 服务于海沃德, 弗里蒙特, 纽瓦克, 盟市); [www.fremont.gov/908/Senior-Help-Line](http://www.fremont.gov/908/Senior-Help-Line) .. 510-574-2041

## 残疾成人服务/计划

阿拉米达郡公共卫生部糖尿病项目 (患有 2 型糖尿病的阿拉米达郡居民的免费课程); [www.acphd.org](http://www.acphd.org) ..... 510-383-5185

美国癌症协会; [www.cancer.org](http://www.cancer.org) ..... 800-227-2345

美国糖尿病协会; [www.diabetes.org](http://www.diabetes.org) ..... 510-654-4499

美国心脏协会/美国中风协会 [www.heart.org](http://www.heart.org) / [www.strokeassociation.org](http://www.strokeassociation.org) ..... 510-903-4050

美国残疾人法案 (ADA), 太平洋 ADA 中心; [www.adapacific.org](http://www.adapacific.org) ..... 800-949-4232

加州失语中心 (针对中风患者的服务); <http://aphasiacenter.net> ..... 510-336-0112

关节炎基金会; [www.arthritis.org](http://www.arthritis.org) ..... 415-356-1230

点字书和有声书图书馆; [www.library.ca.gov/services/btbl.html](http://www.library.ca.gov/services/btbl.html) ..... 800-952-5666

加州电话访问计划 - CTAP (访问手机产品/服务); [www.californiaphones.org](http://www.californiaphones.org) ..... 800-806-1191 / TTY : 800-806-4474

独立生活社区资源 - CRIL; <http://crilhayward.org> ..... 510-881-5743

DCARA - 聋人咨询宣传和转介机构; [www.dcara.org](http://www.dcara.org) ..... 510-343-6670 / TTY : 877-322-7288

加州残疾人权益; [www.disabilityrightsca.org](http://www.disabilityrightsca.org) ..... 510-267-1200 / TTY : 800-719-5798

北加州听力及言语中心 (测试和产品信息), 旧金山; [www.hearingspeech.org](http://www.hearingspeech.org) ..... 415-921-7658

盲人灯塔 (消费品), 伯克利; <http://lighthouse-sf.org> ..... 510-845-8700 / TTY : 510-845-8703

盲人狮子中心 (免费服务于盲人及低视力老人); [www.lbcenter.org](http://www.lbcenter.org) ..... 510-450-1580

多发性硬化症 (MS) 之友支持热线 (多发性硬化症同行电话热线); ..... 866-673-7436

国家多发性硬化症协会, [www.nationalmssociety.org](http://www.nationalmssociety.org) ..... 800-344-4867

帕金森氏症研究所; [www.theipi.org](http://www.theipi.org) ..... 800-655-2273

东湾区域中心 (服务于有发育障碍的人士); [www.rceb.org](http://www.rceb.org) ..... 510-618-6100

轮椅故障维修 (紧急轮椅运输和故障援助); ..... 877-509-4335

妇女癌症资源中心, 奥克兰; [www.wcrc.org](http://www.wcrc.org) ..... 510-420-7900

## 教育 (另见老人中心)

卡斯特罗谷成人与职业教育; <a href="http://www.cvadult.org">www.cvadult.org</a> .....	510-886-1000
海沃德教育及职业中心 (成人学校); <a href="http://www.has.edu">www.has.edu</a> .....	510-293-8595
圣莱安德罗成人学校; <a href="http://www.sanleandroadultschool.org">www.sanleandroadultschool.org</a> .....	510-618-4420
圣洛伦索成人学校; <a href="http://adult-slzusd-ca.schoolloop.com">http://adult-slzusd-ca.schoolloop.com</a> .....	510-317-4200
加州大学伯克利分校 - 奥谢尔终身学习研究所 - OLLI; <a href="http://olli.berkeley.edu">http://olli.berkeley.edu</a> .....	510-642-9934

## 防止虐待老人

阿拉米达郡成人保护服务; <a href="http://alamedasocialservices.org">http://alamedasocialservices.org</a> .....	866-225-5277
地区律师 - 消费者与环保单位; <a href="http://www.alcoda.org">www.alcoda.org</a> .....	510-383-8600
地区律师 - 老人保护单位 (位于家庭司法中心); <a href="http://www.alcoda.org">www.alcoda.org</a> .....	510-267-8800
地区律师 - 被害人/证人援助司; <a href="http://www.alcoda.org">www.alcoda.org</a> .....	510-272-6180
老年人法律援助 (服务于 60 岁及以上的老者); <a href="http://www.lashicap.org">www.lashicap.org</a> .....	510-832-3040

## 应急准备计划

(注意: 请联系您当地的消防部门和应急服务办事处)

美国红十字会 (团体准备培训); <a href="http://www.redcrossbayarea.org">www.redcrossbayarea.org</a> .....	510-595-4400
应对灾害合作机构 - CARD (非营利/社区机构准备培训); <a href="http://cardcanhelp.org">http://cardcanhelp.org</a> .....	510-451-3140
老人伤害预防合作伙伴 (老年人讨论小组); <a href="http://www.acphd.org">www.acphd.org</a> .....	510-618-2050

## 就业计划

ASSETS 老年就业项目 (55 岁及以上阿拉米达郡居民) .....	510-238-3535
东湾工作经营和就业一条龙中心, 海沃德; <a href="http://www.eastbayworks.com/alamedacounty">www.eastbayworks.com/alamedacounty</a> .....	510-670-5700
SCORE - 退休员工服务总队 (提供免费业务咨询); <a href="http://eastbay.score.org">http://eastbay.score.org</a> .....	510-273-6611
SER - 前进工作公司 (服务, 就业, 重建), 海沃德; <a href="http://www.ser-national.org">www.ser-national.org</a> .....	510-265-8267

## 生命终结规划与安排

(注意: 临终关怀机构为面临绝症的人提供支持和护理服务, 联系老年人信息部门, 获取当地临终关怀机构的名单)

阿拉米达郡律师协会 (律师推荐服务—30 分钟的咨询收费 35 美元 - 有关房地产规划、遗嘱和信托); <a href="http://www.acbanet.org">www.acbanet.org</a> .....	510-302-2222
阿拉米达郡验尸官 (贫困埋葬/火葬, 在没有近亲或财政手段的情况下-资格由申请来确定); <a href="http://www.acbanet.org">www.acbanet.org</a> .....	510-268-7300
阿拉米达郡公共管理局 (负责管理没有近亲或遗嘱执行人的死者的遗产); <a href="http://alamedasocialservices.org">http://alamedasocialservices.org</a> .....	510-577-1906

## 生命终结规划与安排 (续)

加利福尼亚养老院改革倡导者 (关于 Medi-Cal 房地产恢复的老年法律律师转介服务和信息) ; <a href="http://www.canhr.org">www.canhr.org</a>	415-974-5171 / 800-474-1116
加利福尼亚消费者事务的陵园和殡葬局部门 (给殡葬机构发许可证, 发布消费指南) ; <a href="http://www.cfb.ca.gov">www.cfb.ca.gov</a>	800-952-5210
阿拉米达郡危机支援服务 (悲伤辅导, 老年人互助团) ; <a href="http://www.crisissupport.org">www.crisissupport.org</a>	510-420-2475
葬礼消费者联盟 (消费者教育)	<a href="http://www.funerals.org">www.funerals.org</a>
老年人法律协助 (提供关于推进保健指导研讨会) ; <a href="http://www.lashicap.org">www.lashicap.org</a>	510-832-3040

## 民族/文化特别计划

东湾天主教慈善机构, 奥克兰 (移民和归化服务, 难民安置计划, 东南亚老年人服务) ; <a href="http://www.cceb.org">www.cceb.org</a>	510-768-3100
民族老年人护理 (侧重患有阿尔茨海默氏症及相关疾病的民族老年人的网站)	<a href="http://www.ethnicelderscare.net">www.ethnicelderscare.net</a>
奥克兰湾区国际学院 (移民法律服务) ; <a href="http://www.iibayarea.org">www.iibayarea.org</a>	510-451-2846
东湾犹太家庭及儿童服务中心, 中老年人服务; <a href="http://www.jfcs-eastbay.org">www.jfcs-eastbay.org</a>	510-558-7800
薰衣草老年人 (支持 LGBT 服务- 女同性恋/男同性恋/双性恋/变性老年人) ; <a href="http://www.lavenderseniors.org">www.lavenderseniors.org</a>	510-574-2073

## 财务援助

阿拉米达郡社会福利服务机构:

伊甸园区多项服务中心 (24100 Amador St., Hayward, 94544) ; <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a>	510-670-6000
阿拉米达郡退伍军人服务; <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a> :	
海沃德办公室	510-265-8271
奥克兰办公室	510-577-1926
CANHR - 加利福尼亚老人院改革提倡者 (长期护理的遗产规划) ; <a href="http://www.canhr.org">www.canhr.org</a>	415-974-5171 / 800-474-1116
CAPI - 移民现金援助计划; <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a>	510-268-2332 / 800-648-0954
ECHO 住房 (阿拉米达郡居民的租赁援助计划;星期三上午 09 时招收) ; <a href="http://www.echofairhousing.org">www.echofairhousing.org</a>	855-ASK-ECHO
社会保障/ SSI; <a href="http://www.ssa.gov">www.ssa.gov</a>	800-772-1213

## 食品与营养

阿拉米达郡社区食物银行; <a href="http://www.accfb.org">www.accfb.org</a>	510-635-3663 / 800-870-3663
CalFresh (加利福尼亚州的食物券计划) , 伊甸园区多项服务中心 (24100 Amador St., Hayward, 94544) ; <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a>	510-670-6000
慈善棕色袋项目 (每月两次给符合条件的低收入老年人补充杂货) ; <a href="http://mercyretirementcenter.org">http://mercyretirementcenter.org</a>	510-534-8540 X369

## 食品与营养 (家庭送餐)

- 伸开手项目 (闲居和病重的非老年人); [www.openhand.org](http://www.openhand.org) ..... 800-551-6325
- SOS 送餐 (海沃德, 卡斯特罗谷, 圣莱安德罗, 圣洛伦索); [www.sosmealsonwheels.org](http://www.sosmealsonwheels.org) ..... 510-582-1263

## 食品与营养 (老年人集体餐饮)

- 频谱社区服务 (老年社区的餐饮;打电话获取站点列表) 卡斯特罗谷, 海沃德, 圣莱安德罗, 圣洛伦索); [www.spectrumcs.org](http://www.spectrumcs.org) 510-881-0300 转分机 222 或 243

## 友好访客/电话安慰计划

- 薰衣草老年人 (支持 LGBT 服务- 女同性恋/男同性恋/双性恋/变性老年人); [www.lavenderseniors.org](http://www.lavenderseniors.org) ..... 510-574-2073
- LIFE 老年保健; <http://lifeeldercare.org> ..... 510-574-2090
- 无墙老年中心 (通过免费电话电话会议, 为闲居老人提供小组活动和友好交谈);  
<http://seniorcenterwithoutwalls.org> ..... 877-797-7299
- 远程护理, 阿尔塔 - 贝茨医学中心 (每天打电话给闲居或隔离的人); [www.altabatessummit.org](http://www.altabatessummit.org) ..... 510-204-4487

## 医疗保险计划

阿拉米达郡成人、老年人和 Medi-Cal 服务部门

- Medi-Cal 长期护理 (新申请人, 请联系郡 Medi-Cal 中心); [www.alamedasocialservices.org](http://www.alamedasocialservices.org) ..... 510-777-2300 / 800-698-1118
- Medi-Cal 长期护理 (仅限正在进行的案件); [www.alamedasocialservices.org](http://www.alamedasocialservices.org) ..... 510-577-1900
- 医疗储蓄计划, QMB, SLMB, QI-1 (QMB - 合格的医疗保险受益人计划, SLMB - 指定的低收入医疗保险受益人,  
QI - 合格人员); [www.alamedasocialservices.org](http://www.alamedasocialservices.org) ..... 510-577-1900
- 覆盖加州 (加州人价格实惠的医疗保健); [www.coveredca.com](http://www.coveredca.com) ..... 800-300-1506
- HealthPAC (适用于不符合 Medi-Cal 条件的、收入等于或低于 200% 联邦贫困线的人) ..... <http://achealthcare.org>
- HICAP - 健康保险咨询和宣传计划; [www.lashicap.org](http://www.lashicap.org) ..... 510-839-0393
- Medi-Cal, 阿拉米达郡社会福利服务机构:
- 伊甸园区多项服务中心 (24100 Amador St., Hayward, 94544); [www.alamedasocialservices.org](http://www.alamedasocialservices.org) ..... 510-670-6000
- 医疗, 社会保障; [www.ssa.gov](http://www.ssa.gov) ..... 800-633-4227

## 低到中等收入家庭的家装方案

- 海沃德市 - 住房重建项目 (仅限海沃德居民, 也有小的上门维修补助金); [www.hayward-ca.gov](http://www.hayward-ca.gov) ..... 510-583-4225
- 阿拉米达郡健康住宅部, 住房重建项目 (小的房屋维修补助, 无障碍补助, 修复贷款);  
[www.achhd.org](http://www.achhd.org) ..... 510-670-5399

## 住房援助计划

阿拉米达 (郡) 房管局 <a href="http://www.haca.net">www.haca.net</a> .....	510-538-8876
独立生活社区资源 - CRIL (残疾人住房救助); <a href="http://crilhayward.org">http://crilhayward.org</a> .....	510-881-5743
ECHO 住房 (公平住房法和非法住房歧视的信息); <a href="http://www.echofairhousing.org">www.echofairhousing.org</a> .....	510-496-0496
ECHO 住房 (租金援助、公平住房法和非法住房歧视的信息;租户/业主咨询); <a href="http://www.echofairhousing.org">www.echofairhousing.org</a> .....	510-581-9380
伊甸园资讯及转介 (出租房屋的信息和紧急庇护所转介); <a href="http://www.edenir.org">www.edenir.org</a> .....	2-1-1 / 888-886-9660
HERA - 住房和经济权利倡导者 (抵押贷款咨询); <a href="http://www.heraca.org">www.heraca.org</a> .....	510-271-8443
NID-房屋咨询机构 (房主/止赎咨询); <a href="http://nidonline.org">http://nidonline.org</a> .....	877-670-7360
圣莱安德罗住宅服务部 (关于圣莱安德罗经济适用房的信息); <a href="http://www.sanleandro.org">www.sanleandro.org</a> .....	510-577-6004

## 上门服务

阿拉米达郡上门支援服务 - IHSS; <http://alamedasocialservices.org> :

招收及客户信息服务.....	510-577-1800
工资 .....	510-577-1877
独立生活社区资源 - CRIL (私人付费转介); <a href="http://crilhayward.org">http://crilhayward.org</a> .....	510-881-5743
公共管理局 (IHSS 注册推荐 - 客户找到供应商); <a href="http://www.ac-pa4ihss.org">www.ac-pa4ihss.org</a> .....	510-577-3552

## 伤害预防

CommPre, 地平线服务公司的一项计划 (减少中老年人滥用酒精和药物的预防策略); <a href="http://horizonservices.org">http://horizonservices.org</a> .....	510-885-8743
老年人伤害预防合作伙伴 (预防跌倒和老年驾驶员安全讨论组); <a href="http://www.acphd.org">www.acphd.org</a> .....	510-618-2027

## 法律服务

阿拉米达郡律师协会, 律师转介服务 (半小时的咨询和转介费用 35 美元); <a href="http://www.acbanet.org">www.acbanet.org</a> .....	510-302-2222
阿拉米达郡律师协会, 志愿法律服务 (为中低收入者的无偿援助); <a href="http://www.acbanet.org">www.acbanet.org</a> .....	510-302-2222
湾区法律援助; <a href="http://baylegal.org">http://baylegal.org</a> .....	800-551-5554
CANHR - 加利福尼亚老人院改革倡导者 (长期护理的遗产规划, 律师转介服务); <a href="http://www.canhr.org">www.canhr.org</a> .....	800-474-1116
竞赛法律中心 (低成本移民法律服务); <a href="http://centrolegal.org">http://centrolegal.org</a> .....	510-437-1554
东湾社区法律中心 (适用于需要法律咨询/顾问的低收入者); <a href="http://www.ebclc.org">www.ebclc.org</a> .....	510-548-4040
驱逐防御中心 .....	510-452-4541
HERA - 住房和经济权利倡导者; <a href="http://www.heraca.org">www.heraca.org</a> .....	510-271-8443

## 法律服务 (续)

老年人法律援助 (服务于 60 岁及以上的老者); <a href="http://www.lashicap.org">www.lashicap.org</a> .....	510-839-0393
SEEDS 社区调解中心; <a href="http://www.seedscrc.org">www.seedscrc.org</a> .....	510-548-2377
北加州老年法律咨询热线; <a href="http://lsnc.net">http://lsnc.net</a> .....	800-222-1753

## 医疗/牙科诊所与服务

阿拉米达郡医疗中心, 海沃德健康中心; <a href="http://www.haywardahs.org">www.haywardahs.org</a> .....	510-266-1700
阿拉米达-康特拉科斯塔医学协会 (医生转介); <a href="http://www.accma.org">www.accma.org</a> .....	510-654-5383
夏博大学口腔卫生; <a href="http://www.chabotcollege.edu">www.chabotcollege.edu</a> .....	510-723-6900
戴维斯街家庭资源中心 - DSFR, RotaCare 诊所 (免费急诊门诊); <a href="http://davisstreet.org">http://davisstreet.org</a> .....	510-347-4620
Denti - Cal (关于 Medi-Cal 牙科福利的信息); <a href="http://www.denti-cal.ca.gov">www.denti-cal.ca.gov</a> .....	800-322-6384
ReCARES, 原为家庭护理 (医疗设备回收商); <a href="http://www.homecares.org">www.homecares.org</a> .....	510-251-2273
南阿拉米达郡牙医学会 (推介); <a href="http://www.sacds.org">www.sacds.org</a> .....	510-782-5442
Tiburcio Vasquez 健康中心; <a href="http://www.tvhc.org">www.tvhc.org</a> .....	510-471-5880
加州大学伯克利分校验光眼科中心; <a href="http://www.caleyecare.org">www.caleyecare.org</a> .....	510-642-2020
太平洋大学 - 牙科保健中心;盟市; <a href="http://dental.pacific.edu">http://dental.pacific.edu</a> .....	510-489-5200

## 心理健康/咨询计划

阿拉米达郡医疗保健 ACCESS (转介到阿拉米达郡的心理健康服务); <a href="http://www.acbhcs.org">www.acbhcs.org</a> .....	800-491-9099
亚洲社区心理健康服务, 奥克兰; <a href="http://www.acmhs.org">www.acmhs.org</a> .....	510-970-9750
阿拉米达郡危机支援服务 (老年上门咨询、悲伤辅导和支持团队); <a href="http://www.crisissupport.org">www.crisissupport.org</a> 800-260-0094	
家庭服务咨询中心 (门诊和危机应对); <a href="http://fsc.org">http://fsc.org</a> .....	510-483-6715
老人评估和响应团队 - GART (咨询服务, 对 60 岁以上的、有严重的心理健康、酒精或药物问题的阿拉米达郡居民的短期案件管理 ) .....	510-891-5650
家庭咨询服务 (推荐); <a href="http://lafamiliacounseling.org">lafamiliacounseling.org</a> .....	510-881-5921
山谷保健系统 LEGENDS (有行为健康问题的 65 岁及以上的人的短期、自愿住院计划); .....	<a href="http://www.valleycare.com">www.valleycare.com</a> 925-373-8038 / 800-884-8038
阿拉米达郡心理健康协会; <a href="http://mhaac.org">http://mhaac.org</a> :	
家庭照顾者支持 .....	510-835-0188
心理健康宣传 .....	510-835-5532
患者权利倡导者 .....	510-835-2505
预防自杀/危机支援 (24 小时支持热线); <a href="http://www.crisissupport.org">www.crisissupport.org</a> .....	800-309-2131

## 护老院援助/长期护理设施

(有用的网站: [www.calqualitycare.org](http://www.calqualitycare.org) 和 [www.nursinghomeguide.org](http://www.nursinghomeguide.org))

加州社区转变, 东湾创新 (在州许可的医疗保健机构居住 90 天或更长时间的、符合条件的 Medi-Cal 的受益者, 搬入自己的家); <a href="http://www.dhcs.ca.gov">www.dhcs.ca.gov</a> .....	510-618-1580 X49
CANHR - 加州疗养院改革倡导者 (养老院选择的建议), 旧金山; <a href="http://www.canhr.org">www.canhr.org</a> .....	800-474-1116
监察员 - 阿拉米达郡长期护理申诉程序 (护理机构投诉调解和宣传;名单 RCFEs, 老年人住宅护理设施, 和 SNF—熟练护理设施); <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a> .....	510-638-6878
加州社区护理许可 (RCFE 许可); <a href="http://www.cclid.ca.gov">www.cclid.ca.gov</a> .....	510-622-2602
加州公共卫生部 (SNF 和家庭医疗保健许可); <a href="http://www.cdph.ca.gov">www.cdph.ca.gov</a> .....	800-236-9747

## 公共监护人办公室

(法院指定监督身份); [www.alamedasocialservices.org](http://www.alamedasocialservices.org) .....

510-577-1900

## 老人中心 (也请见民族/文化的特定老年计划)

卡斯特罗谷, 肯尼斯 C.艾特肯老年和社区中心 (17800 Redwood Road, Castro Valley, 94546); <a href="http://www.haywardrec.org">www.haywardrec.org</a> .....	510-881-6738
海沃德区老年中心 (22325 North 3rd Street, Hayward, 94546); <a href="http://www.haywardrec.org">www.haywardrec.org</a> .....	510-881-6766
圣莱安德罗老年社区中心 (13909 East 14th Street, San Leandro, 94578); <a href="http://www.sanleandro.org/depts/rec/seniors/">www.sanleandro.org/depts/rec/seniors/</a> .....	510-577-3462
无墙老年中心 (通过免费电话电话会议, 为闲居老人提供小组活动和友好交谈); <a href="http://seniorcenterwithoutwalls.org">http://seniorcenterwithoutwalls.org</a> .....	877-797-7299

## 交通方案与服务

5-1-1.org (湾区出行信息); <a href="http://www.511.org">www.511.org</a> .....	5-1-1
AC 交通 (老年和残疾人优惠通行证); <a href="http://www.actransit.org">www.actransit.org</a> .....	510-891-4706
美国癌症协会, 恢复之路; (癌症患者交通方案); <a href="http://www.cancer.org">www.cancer.org</a> .....	800-227-2345
BART (老年和残疾人优惠票); <a href="http://www.bart.gov/tickets">www.bart.gov/tickets</a> .....	510-464-7136
DMV 残疾司机停车标牌; <a href="http://www.dmv.ca.gov">www.dmv.ca.gov</a> .....	800-777-0133
东湾辅助客运服务 - EBPT (适用于那些符合美国残疾人法案 (ADA) 标准的人); <a href="http://www.eastbayparatransit.org">www.eastbayparatransit.org</a> .....	800-555-8085
Flex 路线班车 (圣莱安德罗市辅助客运系统计划); <a href="http://www.sanleandro.org">www.sanleandro.org</a> .....	510-577-3462
海沃德辅助客运计划 (服务于在海沃德市、卡斯特罗谷、圣洛伦索和未合并的圣莱安德罗的老人或残疾成年人); <a href="http://www.ci.hayward.ca.us">www.ci.hayward.ca.us</a> .....	510-583-4230
出行培训: 独立生活中心 (关于如何使用公共交通去选择的目的地培训); <a href="http://www.cilberkeley.org">www.cilberkeley.org</a> .....	510-841-4776
奥克兰和阿拉米达郡老年人联合会 (老年组出行培训); <a href="http://www.usoac.org">www.usoac.org</a> .....	510-729-0852
轮椅故障维修 (紧急轮椅运输和故障援助) .....	877-509-4335



## 公用事业援助

加州生命线 (电话服务有优惠); <a href="http://www.cpuc.ca.gov">www.cpuc.ca.gov</a> .....	866-272-0349
加州电话访问计划 - CTAP (可用的手机产品/服务); <a href="http://www.californiaphones.org">www.californiaphones.org</a> .....	800-806-1191 / TTY : 800-806-4474
东湾市政公用事业区 - EBMUD, 客户援助计划 (低收入客户优惠计划); <a href="http://www.ebmud.com">www.ebmud.com</a> .....	866-403-2683
热能援助计划 - HEAP 和越冬御寒 (低收入家庭能源援助;阁楼保温, 盖缝条, 以及相关的保护措施); <a href="http://www.spectrumcs.org">www.spectrumcs.org</a> .....	510-881-0300
PG&E - 太平洋天然气和电力公司, CARE - 加州能源替代费率 (合格的低收入家庭有煤气/电费折扣); <a href="http://www.pge.com">www.pge.com</a> .....	866-743-2273
PG&E - 太平洋天然气和电力公司, 节能援助项目 (防寒保暖, 给合格的低收入客户的节能家电); <a href="http://www.pge.com">www.pge.com</a> .....	800-989-9744
PG&E - 太平洋天然气与电力, 医疗基线津贴; (能量最低, 基线, 为有合格的医疗条件的住宅客户提供的价格); <a href="http://www.pge.com">www.pge.com</a> .....	800-743-5000
PG&E - 太平洋天然气和电力公司, 通过社区帮助的能源援助救济 - REACH (由救世军管理的一次性能源援助); <a href="http://www.pge.com">www.pge.com</a> .....	800-933-9677
ReachOut 无线 (优惠的手机服务); <a href="http://www.reachoutmobile.com">www.reachoutmobile.com</a> .....	877-777-1914

## 老兵服务

阿拉米达郡退伍军人服务; <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a> :	
海沃德办公室 .....	510-265-8271
奥克兰办公室.....	510-577-1926
美国退伍军人事务部; <a href="http://www.va.gov">www.va.gov</a> .....	800-827-1000

## 志愿机会

阿拉米达见图书馆向家计划 (图书资料送货上门); <a href="http://www.aclibrary.org">www.aclibrary.org</a> .....	510-745-1491
监察员 - 阿拉米达郡长期护理申诉计划 (志愿者倡导住在长期护理设施内的人); <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a> .....	510-638-6878
Stagebridge (老年演员和说书人), 奥克兰; <a href="http://stagebridge.org">http://stagebridge.org</a> .....	510-444-4755
东湾志愿者中心; <a href="http://www.volunteereastbay.org">www.volunteereastbay.org</a> .....	510-232-0163
志愿者匹配 (志愿者按组织的需要进行匹配); <a href="http://www.volunteermatch.org">www.volunteermatch.org</a> .....	415-241-6868

## 重要数字

AARP 驾驶员安全计划 (查询网站, 找到离您最近的课程地点); <a href="http://www.aarp.org">www.aarp.org</a> .....	800-350-7025
阿拉米达郡地区老年局, 老年信息与协助; <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a> .....	510-577-3530 / 800-510-2020
阿拉米达郡图书馆, 中老年人服务 (向家, 图书馆计算机培训, 等等); <a href="http://www.aclibrary.org">www.aclibrary.org</a> .....	510-745-1491
阿拉米达郡社会福利服务机构:	
伊甸园区多项服务中心 (24100 Amador St., Hayward, 94544); <a href="http://www.alamedasocialservices.org">www.alamedasocialservices.org</a> .....	510-670-6000
阿拉米达-康特拉科斯塔郡医学协会 (医生转介); <a href="http://www.accma.org">www.accma.org</a> .....	510-654-5383
康特拉科斯塔郡, 老年信息与协助; <a href="http://ehsd.org">http://ehsd.org</a> .....	925-229-8434
伊甸园资讯及转介; <a href="http://www.edenir.org">www.edenir.org</a> .....	2-1-1 / 888-886-9660
老年保健定位 (阿拉米达郡/加州以外的信息服务); <a href="http://www.eldercare.gov">www.eldercare.gov</a> .....	800-677-1116
移民问题, 东湾国际学院; <a href="http://www.iibayarea.org">www.iibayarea.org</a> .....	510-451-2846
公共权力; <a href="http://www.ac-pa4ihss.org">www.ac-pa4ihss.org</a> :	
集中注册信息专线 - 职工申请和情况介绍 .....	510-577-5694
IHSS 注册推荐 - 为 IHSS 客户找工人 .....	510-577-1980
IHSS 工人和消费者培训 .....	510-577-3554
IHSS 工人的健康福利热线 .....	510-777-4201
老年伤害预防合作伙伴 - SIPP; <a href="http://www.acphd.org">www.acphd.org</a> .....	510-618-2050
社会保障/ SSI; <a href="http://www.ssa.gov">www.ssa.gov</a> .....	800-772-1213
税务援助: (在大多数老年中心和一些图书馆分馆, 一般从 2 月 1 日~4 月 15 日):	
IRS (一般信息); <a href="http://www.irs.gov">www.irs.gov</a> .....	800-829-1040
AARP 税务帮助项目 (免费报税援助); <a href="http://www.aarp.org">www.aarp.org</a> .....	888-687-2277
老年人志愿所得税援助/纳税咨询 .....	<a href="http://www.ftb.ca.gov">www.ftb.ca.gov</a>

## 区老年机构的其他指南, 可根据要求提供:

- 老年房屋指南 • 退休公寓及持续护理退休社区 • 应急计划 • 就业援助和老年人资源 • 食品与营养资源指南 • 老年护理管理与其他私人服务 • 家庭健康护理、家庭护理及临终关怀机构
- 心理健康机构 • 安置机构 • 老人中心 • SSI / CAPI • 公用事业援助

**请注意:** 阿拉米达郡地区老年机构做了各种努力, 以保持这些信息为当前的, 但是, 它不为在编制本资料中的任何错误或遗漏承担责任。

阿拉米达郡地区老年机构, 老年信息与协助; 800-510-2020 / 510-577-3530