

老年资源指南

非营利和公共服务机构

阿拉米达郡北部

阿拉米达 • 奥尔巴尼 • 伯克利 • 埃默里维尔 • 奥克兰 • 皮埃蒙特

阿拉米达郡地区老年机构

6955 Foothill Blvd, 3rd 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)

东湾的阿尔茨海默氏症服务, 伯克利; http://aseb.org	510-644-8292
湾区社区服务 - BACS, 成人日间护理, 奥克兰; www.bayareacs.org	510-601-1074
伯克利成人日间医疗保健; www.wohc.org	510-601-0167
老年独立中心 (PACE - 全包式老人服务计划); www.cei.elders.org	510-433-1150
天亮成人护理中心, 原为成人日间服务网络 (个性化推荐和社区教育); http://daybreakcenters.org	510-834-8314
康福成人日间医疗保健, 奥克兰 (14 街站点); www.fambridges.org	510-839-9673
康福成人日间医疗保健, 奥克兰 (哈里森街站点); www.fambridges.org	510-302-0460

酒精中毒和药物滥用预防方案

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); www.acbhcs.org	800-491-9099
奥克兰匿名戒酒中心办公室; http://eastbayaa.org	510-839-8900

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); www.alz.org	800-272-3900
东湾的阿尔茨海默氏症服务, 伯克利; http://aseb.org	510-644-8292
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); www.ethnicelderscare.net	
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); www.caregiver.org	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); www.ucdmc.ucdavis.edu/alzheimers	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; www.alznorcal.org	800-272-3900
天亮成人护理中心, 原为成人日间服务网络; http://daybreakcenters.org	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); www.caregiver.org	800-445-8106

照顾者支持计划 (续)

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); www.askferc.org	510-746-1700
湾区家庭支援服务 (亲属对祖父母的支持/儿童的亲属照顾者), 奥克兰; http://fssba.org	510-834-4766

闲居老人服务案件管理/协调

湾区社区服务 - (BACS); www.bayareacs.org	510-271-8843
伯克利市 (55+的伯克利市民的个案管理, 设在伯克利老人中心); www.ci.berkeley.ca.us	510-981-5180
多用途老年服务计划 - MSSP (Medi-Cal 的居民; 服务于奥克兰、皮埃蒙特、埃默里维尔及伯克利的部分地区); www2.oaklandnet.com	510-238-3762
圣玛丽无家可归的老人案例管理; www.stmaryscenter.org	510-923-9600

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	510-383-5185
阿尔塔贝茨巅峰糖尿病中心 (糖尿病自我管理课程, 支持团体); www.altabatessummit.org/diabetes	510-204-1081
美国癌症协会; www.cancer.org	800-227-2345
美国糖尿病协会; www.diabetes.org	510-654-4499
美国心脏协会/美国中风协会 www.heart.org / www.strokeassociation.org	510-903-4050
美国残疾人法案 (ADA), 太平洋 ADA 中心; 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	415-356-1230
伯克利广场聋人/重听项目, 伯克利	510-644-2003
点字书和有声书图书馆; www.library.ca.gov/services/btbl.html	800-952-5666
加州电话访问计划 - CTAP (可用的手机产品/服务); www.californiaphones.org	800-806-1191 / TTY : 800-806-4474
独立生活中心 - CIL; www.cilberkeley.org :	
伯克利 (埃德·罗伯茨校区)	510-841-4776
奥克兰 (市中心)	510-763-9999
奥克兰 (弗鲁特韦尔)	510-536-2271
DCARA - 聋人咨询宣传和介绍机构; www.dcara.org	510-343-6670 / TTY : 877-322-7288
加州残疾人权益; www.disabilityrightsca.org	510-267-1200 / TTY : 800-719-5798
容易吧 (对伯克利的严重残疾人士和老人的非紧急医疗服务); www.easydoesitservices.org	510-704-2111
北加州听力及言语中心 (测试和产品信息), 旧金山; 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

残疾成人服务/计划 (续)

盲人狮子中心 (免费服务于盲人及低视力老人); 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	800-344-4867
帕金森氏症研究所; 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	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	510-420-7900

教育 (另见老人中心)

阿拉米达成人学校 (替代性教育方案); www.alameda-adult-school.org	510-522-3858
伯克利成人学校; http://bas.berkeley.net	510-644-6130
丹尼·格洛弗教育科技中心, 原为伊斯特蒙计算中心; www.eastmont.net	510-382-0555
皮埃蒙特成人学校; www.piedmontadultschool.org	510-594-2655
加州大学伯克利分校 - 奥谢尔终身学习研究所 - OLLI; http://olli.berkeley.edu	510-642-9934

防止虐待老人

阿拉米达郡县成人保护服务; http://alamedasocialservices.org	866-225-5277
地区律师 - 消费者与环保单位; www.alcoda.org	510-383-8600
地区律师 - 老人保护单位 (位于家庭司法中心); www.alcoda.org	510-267-8800
地区律师 - 被害人/证人援助司; www.alcoda.org	510-272-6180
老年人法律援助 (服务于 60 岁及以上的老者); www.lashicap.org	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 (针对团体的准备培训); www.redcrossbayarea.org	510-595-4400
CARD 一应对灾害合作机构 (针对非营利/社区机构的准备培训); http://cardcanhelp.org	510-451-3140
CORE - 奥克兰公民应对突发事件 (奥克兰居民灾后培训); www2.oaklandnet.com	510-238-6351
老人伤害预防合作伙伴 (老年人讨论小组); www.acphd.org	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
奥克兰市中心就业指导中心; http://oaklandpic.org	510-768-4400

东湾工作经营和就业一条龙中心, 阿拉米达; www.eastbayworks.com/alamedacounty	510-748-2208
英语中心 (英语学习者学校), 就业中心; www.englishcenter.edu	510-836-6700

就业项目 (续)

老挝家庭社区发展公司; www.lfcd.org	510-533-8850
SCORE - 退休员工服务总队 (提供免费业务咨询); http://eastbay.score.org	510-273-6611
SER - 前进工作公司 (服务, 就业, 重建), 海沃德; www.ser-national.org	510-265-8267
社会服务机构 - 伊斯特蒙就业指导中心; http://eastbayjobdevelopers.org	510-568-8349
社会服务机构 - 北奥克兰就业中心; http://eastbayjobdevelopers.org	510-208-0903
团结理事会多元文化中心, 一站式就业中心; www.unitycouncil.org/onestop	510-535-6101

生命终结规划与安排

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) www.acbanet.org	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); www.acbanet.org	510-268-7300
阿拉米达郡公共管理 (负责管理没有近亲或遗嘱执行人的死者的遗产); http://alamedasocialservices.org	510-577-1906
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); www.canhr.org	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); www.cfb.ca.gov	800-952-5210
阿拉米达郡危机支援服务 (悲伤辅导, 老年人互助团); www.crisissupport.org	510-420-2475
葬礼消费者联盟 (消费者教育)	www.funerals.org
老年人法律协助 (提供推进保健指导研讨会); www.lashicap.org	510-832-3040

民族/文化特别计划

东湾天主教慈善机构 (移民和归化服务, 难民安置计划, 东南亚老年人服务), 奥克兰; www.cceb.org	510-768-3100
东湾美籍韩裔老年人服务中心 (英文), 奥克兰; www.eastbaykoreanamericanseniorcenter.org	510-763-1879
东湾美籍韩裔老年人服务中心 (韩语), 奥克兰; www.eastbaykoreanamericanseniorcenter.org	510-763-0736
埃塞俄比亚社区文化中心; http://ethiopianccc.org	510-268-4770
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)	www.ethnicelderscare.net
家庭桥梁公司 (亚洲语言为母语), 奥克兰 (信息与援助); www.fambridges.org	510-839-2022
家庭桥梁公司, 康乐老人中心 (亚洲语言为母语), 奥克兰; www.fambridges.org	510-763-9017
菲律宾司法倡导者 (按固定费率给予入籍和移民援助), 奥克兰; www.filipinos4justice.org	510-465-9876
弗鲁特韦尔—圣安东尼奥老人中心 (英语/西班牙语和高棉语); www.unitycouncil.org/fruitvale-san-antonio-senior-center	510-535-6931
湾区国际学院 (移民法律服务), 奥克兰; www.iibayarea.org	510-451-2846

民族/文化的具体方案 (续)

东湾犹太家庭及儿童服务中心, 年长成人服务; www.jfcs-eastbay.org	510-558-7800
J-Sei, 原东湾日裔美国人服务, 伯克利; http://j-sei.org	510-848-3560
东湾韩国社区中心, 奥克兰; http://kcceb.org	510-547-2662
老挝家庭社区发展公司, 奥克兰难民老年人俱乐部; www.lfcd.org	510-533-8850
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	510-574-2073
东湾越南裔美国人社区中心; http://vacceb.net	510-891-9999

财务援助

阿拉米达郡社会福利服务机构:

伊斯特蒙自给自足中心 (6955 Foothill Blvd., 1st Floor, Oakland 94605); www.alamedasocialservices.org	510-383-5300
郡北部多服务中心 (2000 San Pablo Ave., Oakland, 94612); www.alamedasocialservices.org	510-891-0700
阿拉米达郡退伍军人服务, 奥克兰办公室; www.alamedasocialservices.org	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); www.canhr.org	415-974-5171 / 800-474-1116
CAPI - 移民现金援助计划; www.alamedasocialservices.org	510-268-2332 / 800-648-0954
ECHO 房屋 (阿拉米达郡居民的租赁援助计划;星期三上午 09 时招收); www.echofairhousing.org	855-ASK-ECHO
社会保障/ SSI; www.ssa.gov	800-772-1213

食品与营养

阿拉米达郡社区食物银行; www.accfb.org	510-635-3663 / 800-870-3663
CalFresh (加利福尼亚州食品券计划); www.alamedasocialservices.org :	
郡北部多服务中心 (2000 San Pablo Ave., Oakland, 94612)	510-891-0700
伊斯特蒙自给自足中心 (6955 Foothill Blvd., 1st Floor, Oakland 94605)	510-383-5300
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的杂货); http://mercyretirementcenter.org	510-534-8540 转分机 369
老年资源食品合作社 (农产品批发市场) 圣保罗教堂, 奥克兰; www.stpaulsoakland.org	510-444-5973

食品与营养 (家庭送餐)

阿拉米达送餐 (仅限在阿拉米达市内); http://alamedamealsonwheels.org	510-865-6131
奥尔巴尼送餐; www.albanyca.org	510-524-9124
伯克利送餐; www.ci.berkeley.ca.us	510-981-5250
埃默里维尔送餐; www.ci.emeryville.ca.us	510-596-4309
伸开手项目 (闲居且病重的非老年人); www.openhand.org	800-551-6325
SOS 送餐, 奥克兰, 皮埃蒙特; www.sosmealsonwheels.org	510-460-5855

食品与营养 (老年集体餐饮)

频谱社区服务 (老年社区餐饮, 打电话获得站点列表), 阿拉米达, 奥克兰; www.spectrumcs.org	510-881-0300 转分机 222 或 243
三城咖啡厅 (联系奥尔巴尼、伯克利和埃默里维尔的老人中心) :	
奥尔巴尼老人中心; www.albanyca.org	510-524-9122
北伯克利老人中心; www.ci.berkeley.ca.us	510-981-5190
南伯克利老人中心; www.ci.berkeley.ca.us	510-981-5170
埃默里维尔老人中心; www.ci.emeryville.ca.us	510-596-3730

友好访客/电话安慰计划

阿拉米达友好游客 (每周免费参观;阿拉米达市居民); alamedamealsonwheels.org	510-748-0342
家庭桥梁公司, 友好人士访问计划 (为闲居的、被社会隔离的讲粤语或普通话的老年人提供陪伴);	
www.fambridges.org	510-763-9017
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	510-574-2073
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
老年陪伴; www2.oaklandnet.com	510-238-3080
圣玛丽中心; www.stmaryscenter.org	510-923-9600
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	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; www.alamedasocialservices.org :	
Medi-Cal 长期护理 (新申请人请联系郡 Medi-Cal 中心)	510-777-2300 / 800-698-1118
Medi-Cal 长期护理 (仅限正在进行的案件)	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	510-577-1900
覆盖加州 (加州人价格实惠的医疗保健); 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	510-839-0393
Medi-Cal, 阿拉米达郡社会福利服务机构, Medi-Cal 中心 (企业办公室, 8477 Enterprise Way, Oakland, 94621);	
www.alamedasocialservices.org	510-777-2300
医疗, 社会保障; www.ssa.gov	800-633-4227

低到中等收入家庭的家装方案

阿拉米达郡健康院部, 住房重建项目 (小的房屋维修补助, 无障碍补助, 康复贷款); www.achhd.org	510-670-5399
独立生活中心 - CIL, 住宅访问计划 (仅伯克利居民;为残疾人免费进行无障碍改建); www.cilberkeley.org	510-649-1100 分机。3103
阿拉米达市房管局, 住宅恢复 (阿拉米达市居民; 无障碍改建 - 有房东的 许可的租客是可以的); www.alamedahsg.org	510-747-4341
一起重建 - 东湾北部, 奥尔巴尼, 伯克利, 和埃默里维尔; www.rtebn.org	510-644-8979
一起重建 - 奥克兰, 奥克兰; www.rtoakland.org	510-625-0316

住房援助计划

阿拉米达 (市) 房屋管理局, 阿拉米达市的房管局; www.alamedahsg.org	510-747-4300
阿拉米达 (郡) 房管局 www.haca.net	510-538-8876
伯克利房管局; www.ci.berkeley.ca.us/bha	510-981-5470
独立生活中心 - CIL (残疾人住房救助), 伯克利; www.cilberkeley.org	510-841-4776
ECHO 住房 (公平住房法和非法住房歧视的信息); www.echofairhousing.org	510-496-0496
ECHO 房屋 (为奥克兰居民提供反向抵押贷款咨询); www.echofairhousing.org	855-275-3246
ECHO 房屋 (租户/业主咨询), 阿拉米达, 埃默里维尔, 皮埃蒙特; www.echofairhousing.org	510-496-0496
伊甸园资讯及转介 (出租房屋的信息和紧急庇护所转介); www.edenir.org	2-1-1 / 888-886-9660
HERA - 住房和经济权利倡导者 (抵押贷款咨询); www.heraca.org	510-271-8443
正当防卫 (奥克兰居民的住户权利门诊); www.cjjc.org	510-836-2687
NID-房屋咨询机构 (房主/止赎咨询); http://nidonline.org	877-670-7360
奥克兰房管局; www.oakha.org	510-874-1500
团结委员会, 购房中心 (首次购房者教育, 金融健身课程); www.unitycouncil.org	510-535-6943

上门服务

阿拉米达郡上门支援服务 - IHSS (招收与客户信息服务); http://alamedasocialservices.org	510-577-1800
阿拉米达郡上门支援服务 - IHSS (工资单); http://alamedasocialservices.org	510-577-1877
独立生活中心 - CIL) (私人付费转介); www.cilberkeley.org	510-841-4776
公共管理局 (IHSS 注册推荐 - 客户找到供应商); www.ac-pa4ihss.org	510-577-3552
斯科特的服务员名单	http://scottsassistantlist.com

伤害预防

老年伤害预防合作伙伴 (预防跌倒和老年驾驶员安全讨论组); www.acphd.org	510-618-2027
圣玛丽中心 (锻炼计划;医学教育项目); www.stmaryscenter.org	510-923-9600

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); www.acbanet.org	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); www.acbanet.org	510-302-2222
湾区法律援助; http://baylegal.org	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); www.canhr.org	800-474-1116
竞赛法律中心 (低成本移民法律服务); http://centrolegal.org	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); www.ebclc.org	510-548-4040
驱逐防御中心	510-452-4541
HERA - 住房和经济权利倡导者; www.heraca.org	510-271-8443
奥克兰湾区国际学院 (移民法律服务); www.iibayarea.org	510-451-2846
老年人法律援助 (服务于 60 岁及以上的老者); www.lashicap.org	510-839-0393
SEEDS 社区解决中心; www.seedscrc.org	510-548-2377
北加州的老年法律咨询热线; http://lsnc.net	800-222-1753

医疗/牙科诊所与服务

阿拉米达郡牙医学会 (推介: 阿拉米达, 埃默里维尔, 奥克兰, 皮埃蒙特); www.alamedacds.org	510-547-7188
阿拉米达郡医疗中心:	
伊斯特蒙健康中心; www.eastmontahs.org	510-567-5700
高地医院和高地健康; www.highlandahs.org / www.highlandwellnessahs.org	510-437-4800
阿拉米达-康特拉科斯塔医学协会 (医生转介); www.accma.org	510-654-5383
亚洲健康服务, 奥克兰; www.asianhealthservices.org	510-986-6800
伯克利牙科学会 (推介: 奥尔巴尼和伯克利); http://berkeleydentalsociety.org	510-644-9800
伯克利义诊 (医疗/牙科服务); www.berkeleyfreeclinic.org	510-548-2570
夏洛特麦克斯韦互补诊所 (为低收入妇女癌症患者提供免费的补充替代医学治疗); www.charlottemaxwell.org	510-601-7660
Denti - Cal (Medi-Cal 牙科福利信息); www.denti-cal.ca.gov	800-322-6384
竞赛诊所, 奥克兰; www.laclinica.org	510-535-4000
终身医疗 (为低收入者提供高品质的健康和社会服务, 不论支付能力), 伯克利, 奥克兰; www.lifelongmedical.org	510-981-4100
终身医疗- 牙科保健办公室 (为低收入者提供牙齿护理, 不论支付能力), 伯克利; www.lifelongmedical.org	510-981-4146
美国原住民医疗中心; www.nativehealth.org	510-535-4400
奥克兰 VA 门诊; www.northerncalifornia.va.gov	510-382-8387

医疗/牙科诊所与服务 (续)

未投保人的马耳他诊所订单 (只用于没有医疗保险的病人), 奥克兰; www.orderofmaltausawestern.org	510-587-3000
ReCARES, 原为家庭护理 (医疗设备回收商); www.homecares.org	510-251-2273
加州大学伯克利分校验光眼科中心; www.caleyecare.org	510-642-2020
太平洋大学 - 牙科保健中心;盟市; http://dental.pacific.edu	510-489-5200
西奥克兰卫生局, 阿尔伯特·托马斯医疗诊所;奥克兰; www.wohc.org	510-568-9230
西奥克兰卫生局, 东奥克兰地区医疗中心 (和牙科); www.wohc.org	510-430-9401
西奥克兰卫生局, 西奥克兰医疗中心 (和牙科); www.wohc.org	510-835-9610
西奥克兰卫生局, 威廉·拜伦拉姆福德医疗诊所, 伯克利; www.wohc.org	510-549-3166

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); www.acbhcs.org	800-491-9099
阿尔塔贝茨医疗中心 - 精神病招收 (急诊、住院急性护理和门诊日间服务), 伯克利; www.altabatessummit.org	510-204-4405
亚洲社区心理健康服务, 奥克兰; www.acmhs.org	510-970-9750
伯克利心理健康 (服务于伯克利和奥尔巴尼居民); www.ci.berkeley.ca.us	510-981-5290
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); www.crisissupport.org	800-260-0094
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
竞赛诊所, 奥克兰; www.laclinica.org	510-535-4000
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); www.valleycare.com	925-373-8038 / 800-884-8038
阿拉米达郡心理健康协会; http://mhaac.org :	
家庭照顾者支持	510-835-0188
心理健康倡导者	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); www.crisissupport.org	800-309-2131
西奥克兰心理健康, www.wohc.org	510-465-1800

护老院援助/长期护理设施 (有用的网站: www.calqualitycare.org & www.nursinghomeguide.org)

加州社区转变, 独立生活中心; (在州许可的医疗保健机构 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); www.dhcs.ca.gov	510-841-4776 转分机 3128
CANHR - 加州疗养院改革倡导者 (养老院选择的建议; 居民权利倡导者) 旧金山; www.canhr.org	800-474-1116

护老院援助/长期护理设施 (续)

监察员 - 阿拉米达郡长期护理申诉程序 (保健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); www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
加州社区护理许可 (RCFE 许可); www.cclid.ca.gov	510-622-2602
加州公共卫生部 (SNF 和家庭保健许可); www.cdph.ca.gov	800-236-9747

公共监护人办公室

(法院指定监督身份); www.alamedasocialservices.org	510-577-1900
--	--------------

老人中心 (也请见民族/文化的特殊老年计划)

阿拉米达, Mastick 老人中心 (1155 Santa Clara Avenue, Alameda, 94501); www.mastickcenter.com	510-747-7500
奥尔巴尼, Albany 老人中心 (846 Masonic Avenue, Albany, 94706); www.albanyca.org	510-524-9122
伯克利, J-Sei, 原东湾日裔美国人服务 (1710 Carleton Street, Berkeley, 94703); www.j-sei.org	510-883-1106
伯克利, 东湾犹太社区中心 (1414 Walnut Street, Berkeley, 94709); www.jccestbay.org	510-848-0237
伯克利, 北伯克利老年中心 (1901 Hearst Avenue, Berkeley, 94709); www.ci.berkeley.ca.us	510-981-5190
伯克利, 南伯克利老人中心 (2939 Ellis Street, Berkeley, 94703); www.ci.berkeley.ca.org	510-981-5170
埃默里维尔老人中心 (4321 Salem Street, Emeryville, 94608); www.emeryville.org	510-596-3730
奥克兰, 奥克兰市中心老年中心 (200 Grand Street, Oakland 94610); www2.oaklandnet.com	510-238-3284
东湾美籍韩裔老年人服务中心 (1723 Telegraph Avenue, Oakland, 94612); www.eastbaykoreanamericanseniorcenter.org	510-763-1879
奥克兰, 东奥克兰老人中心 (9255 Edes Avenue, Oakland, 94603); www2.oaklandnet.com	510-615-5731
奥克兰, 弗鲁特韦尔—圣安东尼奥老人中心 (3301 E. 12th Street, Suite 200, Oakland, 94601); www.unitycouncil.org	510-535-6123
奥克兰, 黄金时代老年人 (伊斯特蒙镇中心, 73rd Avenue & Bancroft, 楼上, 图书馆旁边);	510-562-1900
奥克兰, 康乐老人中心 (338 9th Street, Oakland, 94607); www.fambridges.org/hong_lok.html	510-763-9017
奥克兰, 东湾韩国社区中心 (1700 Broadway, Suite 400, Oakland, 94612); www.kccb.org	510-547-2662
奥克兰, 北奥克兰老人中心 (5714 Martin Luther King Jr. Way, Oakland, 94609); www2.oaklandnet.com	510-597-5085
奥克兰, 圣玛丽中心, 青少年活动中心 (925 Brockhurst Street, Oakland, 94608); www.stmaryscenter.org	510-923-9600
奥克兰, 东湾美籍越南裔社区中心 (655 International Blvd., Oakland, 94606); www.thevcc.org	510-891-9999
奥克兰, 西奥克兰老人中心 (1724 Adeline Street, Oakland, 94607); www2.oaklandnet.com	510-238-7016
皮埃蒙特, 皮埃蒙特老年人; (每月例会通常是从第四个周三的上午 10 点至中午举行; 打电话获取更多信息和地点); www.ci.piedmont.ca.us	510-420-3070
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

交通方案与服务

5-1-1.org (湾区出行信息); www.511.org	5-1-1
AC 交通 (老年和残疾人优惠通行证); www.actransit.org	510-891-4706
美国癌症协会, 恢复之路 (癌症患者交通方案); www.cancer.org	800-227-2345
BART (老年和残疾人优惠票); www.bart.gov/tickets	510-464-7136
DMV 残疾司机停车标牌; www.dmv.ca.gov	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); www.eastbayparatransit.org	800-555-8085
出租车和面包车服务 (注: 资格有所不同 - 来电索取详细资料)	
阿拉米达 (市) (出租车优惠券; 医疗和购物旅行班车); www.mastickcenter.com	510-747-7500
奥尔巴尼 (乘坐出租车退税计划; 社区巴士); www.albanyca.org	510-524-9122
伯克利 (出租车纸条计划; 医疗回程计划); www.ci.berkeley.ca.us	510-981-7269
埃默里维尔 (出租车报销; EBPT 优惠票; 8-To-Go); www.ci.emeryville.ca.us	510-596-3730
奥克兰 (出租车报销; 面包车优惠券); www2.oaklandnet.com	510-238-3036
奥克兰出租车上车就走 (医疗预约的免费出租车服务); www2.oaklandnet.com	510-238-3175
出行培训:	
奥克兰和阿拉米达见联合老年人 (老年组出行培训); www.usoac.org	510-729-0852
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); www.cilberkeley.org	510-841-4776
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

阿拉米达市电力 (阿拉米达市居民, 能源审计, 防寒保暖计划); www.alamedamp.com	510-748-3900
加州生命线 (电话服务有优惠); www.cpuc.ca.gov	866-272-0349
加州电话访问计划 - CTAP (可用的手机产品/服务); www.californiaphones.org	800-806-1191/ TTY 800-806-4474
EBMUD - 东湾市政公用事业区, 客户援助计划 (低收入客户折扣计划); www.ebmud.com	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); www.spectrumcs.org	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/电费优惠); www.pge.com	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, 合格的低收入客户的节能家电); www.pge.com	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); www.pge.com	800-743-5000

公用事业援助 (续)

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); www.pge.com	800-933-9677
ReachOut 无线 (手机服务优惠); www.reachoutmobile.com	877-777-1914

老兵服务

阿拉米达郡退伍军人服务, (奥克兰办事处) 成人、老年人和 Medi-Cal 服务; www.alamedasocialservices.org	510-577-1926
奥克兰 VA 门诊; www.northerncalifornia.va.gov	510-382-8387
奥克兰兽医中心, www.va.gov	510-763-3904
美国退伍军人事务部; www.va.gov	800-827-1000

志愿机会

AARP 经验军团 (55 岁以上的成人指导小学生); www.aarp.org	415-759-4223
阿拉米达见图书馆向家计划 (图书资料送货上门); www.aclibrary.org	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); www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
老年陪伴&福斯特祖父母, 奥克兰; www2.oaklandnet.com	510-238-3080
Stagebridge (老年演员和说书人), 奥克兰; http://stagebridge.org	510-444-4755
东湾志愿者中心, www.volunteereastbay.org	510-232-0163
志愿者匹配 (志愿者按组织的需要进行匹配); www.volunteermatch.org	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); www.aarp.org	800-350-7025
阿拉米达郡地区老年局, 老年信息与协助; www.alamedasocialservices.org	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); www.aclibrary.org	510-745-1491
阿拉梅达郡社会福利服务机构; www.alamedasocialservices.org : 伊斯特蒙自给自足中心 (6955 Foothill Blvd., 1st Floor, Oakland 94605)	510-383-5300
郡北部多服务中心 (2000 San Pablo Avenue, Oakland 94612)	510-891-0700
阿拉米达-康特拉科斯塔郡医学协会 (医生转介); www.accma.org	510-654-5383
康特拉科斯塔郡, 老年信息与协助; http://ehsd.org	925-229-8434
伊甸园资讯及转介; www.edenir.org	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); www.eldercare.gov	800-677-1116
移民问题; 东湾国际学院; www.iibayarea.org	510-451-2846

重要数字 (续)

上门支持服务的公共管理局; www.ac-pa4ihss.org :

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 工人的医疗福利热线	510-777-4201

老年伤害预防合作伙伴 - SIPP; www.acphd.org

社会保障/ SSI; www.ssa.gov

报税援助 (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); www.irs.gov	800-829-1040
AARP 税务帮助项目 (免费报税援助); www.aarp.org	888-687-2277
老年人志愿所得税援助/纳税辅导	www.ftb.ca.gov

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局, 老年信息与协助; 800-510-2020 / 510-577-3530