



مراقبت روزانه/موقت بزرگسالان (وبسایت‌های مفید: www.daybreakcenters.org)

- 510-888-1411 www.aseb.org خدمات آرزایمر برای ایست بی، هیوارد،
- 510-433-1165 :TDD/844-319-1150 www.cei.elders.org مراکز استقلال سالمندان - CEI، (PACE - برنامه مراقبت هم‌عجانبه برای سالمندان)؛
- 510-433-1165 :TDD/510-834-8314 <http://daybreakcenters.org> مراکز مراقبت از بزرگسالان DayBreak، (ارجاعات شخصی و آموزش جامعه)؛

برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد به الکل و سوءمصرف مواد

- www.acbhcs.org خدمات بهداشت رفتار آلامدا کانتی - ACCESS، BHCS؛ (ارجاع به خدمات سوءمصرف مواد در آلامدا کانتی)؛
- 844-682-7215
- 510-839-8900 <http://eastbayaa.org> الکی‌های گمنام، (خط تلفن 24 ساعته رایگان الکی‌های گمنام، محرمانه)؛
- 888-429-2537 <https://al-anon.org> گروه‌های خانواده الکی‌های گمنام (کمک به خانواده و دوستان معتادان به الکل)؛
- 800-426-2537 www.cdph.ca.gov سازمان بهداشت عمومی کالیفرنیا، دفتر مشکل قماربازی؛

خدمات آرزایمر

- 800-272-3900 www.alz.org انجمن آرزایمر، خط تلفن کمک‌رسانی؛ (24 ساعته)؛
- 510-888-1411 www.aseb.org خدمات آرزایمر برای ایست بی، کمپ هیوارد؛
- .. www.ethnicelderscarenetwork.net شبکه مراقبت از سالمندان قومیت‌ها، (وبسایتی که بر سالمندان قومیت‌ها که دچار اختلالات مربوط به آرزایمر و زوال عقل هستند تمرکز دارد)؛
- 800-445-8106 www.caregiver.org اتحاد مراقبان خانواده، مرکز منابع منطقه خلیج؛ (خدمات رایگان و کم‌هزینه برای مراقبان خانواده)؛
- 925-357-6515 www.health.ucdavis.edu/alzheimers مرکز بیماری آرزایمر بهداشت یوسی دیویس، دفتر ایست بی؛ (تحقیقات پایه و بالینی، از جمله کارآزمایی و ارزیابی‌های بالینی)؛

برنامه‌های حمایت از مراقبان

(توجه: برای کسب اطلاعات گروه پشتیبانی، همچنین با برنامه‌های مراقبت روزانه از بزرگسالان و بیمارستان‌های محلی تماس بگیرید)

- 925-284-7942 www.alz.org/norcal انجمن آرزایمر کالیفرنیا شمالی،
- 510-834-8314 <http://daybreakcenters.org> مراکز مراقبت از بزرگسالان DayBreak،
- 800-445-8106 <https://www.caregiver.org/californias-caregiver-resource-centers> اتحاد مراقبان خانواده، مرکز منابع مراقب کالیفرنیا؛ (اطلاعات و خدمات پشتیبانی را به خانواده‌های مراقبان ارائه می‌دهد)؛

برنامه‌های حمایت از مراقبان/دامه

مرکز آموزش و منابع خانواده، اوکلند، (حمایت از خانواده/مراقب افراد دچار بیماری روانی)؛ www.askferc.org 888-896-3372
خدمات حمایت از خانواده منطقه خلیج، (حمایت خویشاوندی برای پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها/مراقبان خویشاوند کودکان)؛ www.fssba.org 510-834-2443
مرکز کودک لینکلن، هیوارد، برنامه حمایت خویشاوندی؛ (پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها و مراقبان خویشاوند کودکان)؛ <http://lincolnfamilies.org> 510-273-4700 داخلی 0

مدیریت پرورنده/همراهی خدمات برای سالمندان خانه‌نشین

LIFE ElderCare، (اشخاص با سن بیش از 60 سال)؛ www.lifeeldercare.org 510-894-0370 داخلی 2
برنامه خدمات چندمنظوره سالمندان - MSSP، شهر فرمونت؛ (ساکنان دارای *Medi-Cal*؛ به هیوارد، فرمونت، نیوارک و یونیون سیتی خدمات ارائه می‌دهد)؛ www.fremont.gov
510-574-2041
بزرگسالان سالمند، نتایج شادمانی، پرستاری بهداشت عمومی آلامدا کانتی (مدیریت پرورنده پرستاری در منزل برای دریافت‌کنندگان *Medi-Cal* پرخطر در سن 60 سالگی به بالا)؛
510-383-7037 www.acphd.org/older-adults.aspx

خدمات/برنامه‌های پشتیبانی بیماری‌های مزمن

سازمان بهداشت عمومی آلامدا، برنامه دیابت؛ (کلاس‌های رایگان برای ساکنان آلامدا کانتی مبتلا به دیابت نوع 2)؛ www.acphd.org 510-383-5185
انجمن سرطان آمریکا، www.cancer.org 800-227-2345
انجمن دیابت آمریکا، اوکلند، www.diabetes.org 510-654-4499
انجمن قلب آمریکا، انجمن سکته مغزی آمریکا؛ www.heart.org/www.strokeassociation.org 510-903-4050
مرکز آفازی کالیفرنیا، (کمک به افرادی که به طور معمول در اثر سکته مغزی زبان خود را از دست می‌دهند)؛ <http://aphasiacenter.net> 510-336-0112
بنیاد آرتریت، www.arthritis.org 415-356-1230
خط پشتیبانی دوستان اسکروز چندگانه (MS)، (خط تلفن کم‌سرانی همتایان)؛ 866-673-7436
انجمن ملی اسکروز چندگانه، www.nationalmssociety.org 415-230-6677/800-344-4867
انستیتیوی پارکینسون، www.theipi.org 800-655-2273
مرکز تحقیقات سرطان زنان، برکلی، www.wcrc.org 510-420-7900

خدمات/برنامه‌های بزرگسالان ناتوان

قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت (ADA)، مرکز ADA پاسیفیک؛ www.adapacific.org 800-949-4232 (صوت و TTY)
کتابخانه بریل و سخنگو - BTBL، <http://www.library.ca.gov/btbl/> 800-952-5666
برنامه دسترسی تلفنی کالیفرنیا - CTAP، (محصولات/خدمات در دسترس به صورت تلفنی)؛ www.californiaphones.org 800-806-4474 :TTY/800-806-1191
منابع جامعه برای زندگی مستقل - CRIL، هیوارد، www.crilhayward.org 510-881-0218 :TTY/510-881-5743
سازمان مشاوره و ارجاع ناشنوایان - DCARA، www.dcara.org 510-343-6670
حقوق ناتوانی کالیفرنیا، اوکلند، www.disabilityrightsca.org 510-267-1200
مرکز شنوایی و گفتار کالیفرنیا شمالی، سانفرانسیسکو، www.hearingspeech.org 415-921-8990 :TTY/415-921-7658
فانوس دریایی برای نابینایان و افراد دچار اختلال بینایی، www.lighthouse-sf.org 415-431-1481
مرکز منطقه‌ای ایست بی، (خدمات برای افراد دارای ناتوانی رشدی)؛ www.rceb.org 510-618-6100

آموزش (همچنین به مراکز سالمندان مراجعه کنید)

- 510-886-1000 www.cvadult.org آموزش شغلی و بزرگسالان کاسترو ولی،
- 510-293-8595 www.has.edu مرکز آموزش و مشاغل هیوارد، مدرسه بزرگسالان؛
- 510-667-6287 www.sanleandroadultschool.org مدرسه بزرگسالان سن لیاندرو،
- 510-317-4200 www.adu.slzUSD.org مدرسه بزرگسالان سن لورنزو،
- 510-642-9934 www.oli.berkeley.edu U.C. انستیتو یادگیری مادام‌العمر یوسی برکلی اوشر، (انجمن یادگیری برای بزرگسالان بیش از 50 سال)؛

پیشگیری از بد رفتاری با سالمندان

- 866-225-5277/510-577-3500 www.alamedasocialservices.org خدمات حفاظتی بزرگسالان - APS، آلامدا کانتی؛
- 510-383-8600 <http://www.alcoda.org/cewpd/> دادستان ناحیه - واحد مصرف‌کننده و حفاظت از محیط زیست،
- 510-267-8800 http://www.alcoda.org/victim_witness/elderdependent_adult دادستان ناحیه - واحد حفاظت از سالمندان،
- 510-272-6180 http://www.alcoda.org/victim_witness/ دادستان ناحیه - بخش کمک به قربانی/شاهد،
- 510-832-3040 www.lashicap.org کمک حقوقی به سالمندان، (وکالت بد رفتاری با سالمندان برای ساکنان آلامدا کانتی با سن بیش از 65 سال)؛

برنامه‌های آمادگی برای شرایط اضطراری

(توجه: با سازمان‌های آتش‌نشانی و دفاتر خدمات اضطراری خود تماس بگیرید)

- 510-595-4400 www.redcross.org صلیب سرخ آمریکا، آلامدا کانتی، (آموزش آمادگی برای گروه‌ها)؛
- 510-618-2050 www.acphd.org برنامه پیشگیری از آسیب‌های سالمندان - SIPP، (کلاس‌های آمادگی وضعیت اضطراری برای بزرگسالان سالمند)؛

برنامه‌های اشتغال

- 510-265-8267 www.ser-national.org SER-مشاغل برای پیشرفت، خدمات، اشتغال، توسعه مجدد؛ (برنامه اشتغال، سالمندان کم‌درآمد با سن بیش از 55 سال)؛

برنامه‌ریزی و ترتیبات پایان زندگی

- www.acbanet.org کانون وکلای آلامدا کانتی، (خدمات ارجاع وکلا - 35 دلار به ازای 30 دقیقه مشاوره، برنامه‌ریزی اموال، وصیت‌نامه و اموال امانی)؛
- 4 510-302-2222 گزینه 4
- <http://gettingthemostoutoflife.org/ihss-pilot> شرکای مراقبت آلامدا کانتی، (دستورالعمل پیشاپیش، POLST و حمایت بیشتر برای دریافت‌کنندگان IHSS)؛
- 510-577-3517 www.alamedacountysheriff.org پزشک قانونی آلامدا کانتی، (کفن و دفن در صورت فقدان خویشاوند یا تمکن مالی، واجد شرایط بودن بنا به درخواست تعیین می‌شود)؛
- 510-268-7300 برنامه بازرسی مراقبت بلندمدت آلامدا کانتی، (دستورالعمل‌های پیشاپیش شاهدان مراقبت‌های بهداشتی برای ساکنان در مراکز پرستاری ماهرانه)؛
- 510-638-6878 www.alamedasocialservices.org مدیر عمومی آلامدا کانتی، (ماترک متوفیان فاقد خویشاوند یا مجری وصیت‌نامه را مدیریت می‌کند)؛
- 4270-777-510 یا 510-577-3539 www.alamedasocialservices.org
- 650-321-2109 <http://www.ba-fca.org> اتحاد مصرف‌کنندگان تشییع جنازه منطقه خلیج (BA-FCA)، (آموزش مصرف‌کننده)؛

وکلاهی کالیفرنیا برای اصلاحات خانه سالمندان - CANHR، (خدمات اطلاع‌رسانی و ارجاع وکلاهی حقوقی سالمندان در خصوص بازیابی اموال) *Medi-Cal*؛ www.canhr.org

415-974-5171/800-474-1116

دفتر امور قبرستان و تدفین سازمان امور مصرف‌کنندگان کالیفرنیا، (به سازمان‌های کفن و دفن مجوز می‌دهد، راهنمای مصرف‌کننده را منتشر می‌کند)؛ www.cfb.ca.gov

800-952-5210

بردن بیشترین بهره از زندگی، پروژه مراقبت تسکینی آلامدا کانتی؛ (آموزش و بهره‌گیری از برنامه‌ریزی مراقبت پیشاپیش و خدمات مراقبت تسکینی)؛

510-667-3099.....<http://gettingthemostoutoflife.org>

برنامه‌های مختص به قومیت‌ها/فرهنگ‌ها

مرکز خدمات سالمندان کره‌ای- آمریکایی ایست بی، <http://eastbaykoreanamericanseniorcenter.org>..... 510-763-1879

مرکز اجتماعی و فرهنگی اتیوپی، www.ethiopianccc.org..... 510-268-4770

شبکه مراقبت از سالمندان قومیتی، www.ethnicelderscarenetwork.net

وکلاهی فیلیپینی برای عدالت، (کمک در زمینه تابعیت و مهاجرت)؛ www.filipino4justice.org..... 510-465-9876

انستیتوی بین‌المللی منطقه خلیج، اوکلند؛ (خدمات حقوقی مهاجرت)؛ www.iibayarea.org..... 510-451-2846

خدمات خانواده و کودکان یهودی ایست بی، خدمات بزرگسالان سالمند؛ www.jfcs-eastbay.org..... 510-558-7800

مرکز اجتماعی کره در ایست بی، (خط اطلاع‌رسانی کره‌ای: 1-828-844-2254)؛ <http://kcceb.org>..... 510-547-2662

LGBT (5428)-510-736..... www.lavenderseniors.org؛ *LGBTQ*؛ (خدمات پشتیبانی برای سالمندان *LGBTQ*)

مرکز پاسیفیک برای رشد انسان، (گروه هم‌تایان برای سالمندان *LGBTQ*)؛ www.pacificcenter.org..... 510-548-8283

کمک مالی

سازمان خدمات اجتماعی آلامدا کانتی:

مرکز خدمات چندمنظوره منطقه ادن؛ (24100) *Amador St., Hayward 94544*؛ <http://alamedasocialservices.org>..... 510-670-6000

دفتر خدمات کهنسربازان آلامدا کانتی، اوکلند؛ <http://alamedasocialservices.org>..... 510-577-1926

برنامه کمک نقدی به مهاجران - CAPI، (به ارائه مزایا برای افراد غیر شهروند قانونی نیازمند کمک مالی فاقد شرایط درآمد تأمین تکمیلی فدرال

می پردازد - *SSI*)؛ <http://alamedasocialservices.org>..... 510-268-2332/800-648-0954

اداره سوشیال سکیوریتی، *SSI*؛ www.ssa.gov..... 800-772-1213

غذا و تغذیه

بانک مواد غذایی اجتماعی آلامدا کانتی، www.accfb.org..... FOOD (3663)-510-635

CalFresh (برنامه کوپن غذا کالیفرنیا):

مرکز خدمات چندمنظوره منطقه ادن؛ (24100) *Amador St., Hayward 94544*؛ <http://alamedasocialservices.org>..... 510-670-6000

برنامه کیف مرسی براون، (مواد غذایی تکمیلی به میزان دو بار در ماه برای سالمندان واجد شرایط کم‌درآمد)؛ <https://mercybrownbag.org/>..... 510-534-8540 داخلی 369

غذا و تغذیه (تحويل وعده‌های غذایی در منزل)

510-460-5855 www.sosmow.org کمک غذایی بر روی چرخ، اوکلند، پیدمونت؛

غذا و تغذیه (غذاخوری گروه سالمندان)

خدمات اجتماعی اسپکتروم، کاسترو ولی، هیوارد، سن لیاندرو، سن لورنزو؛ (تغذیه اجتماعی سالمندان؛ جهت مشاهده فهرست مراکز تماس بگیرید)؛ www.spectrumcs.org

222 داخلی 510-881-0300

دوستان ملاقات‌گر/برنامه‌های اطمینان خاطر بخشی تلفنی

کرویا، ارتباط خوب؛ (سابقاً مرکز سالمندان بدون دیوار؛ فعالیت‌های گروهی و گفتگوهای دوستانه برای افراد سالمند خاننشین از طریق تماس‌های کنفرانس تلفنی رایگان)؛

877-797-7299 <https://covia.org>

877-797-7299 <http://covia.org>؛ (تماس‌های تلفنی اجتماعی برای افراد خاننشین یا منزوی)؛

510-420-2460 www.crisissupport.org؛ (مشاوره در منزل برای بزرگسالان خاننشین با سن بیش از 60 سال)؛

سالمندان لاوندربست بی، (خدمات پشتیبانی از سالمندان *LGBTQ* - سالمندان همجنس‌گرای زن، همجنس‌گرای مرد، دوجنسی، تراجنسی و دارای تمایل جنسی غیرمتعارف)؛ www.lavenderseniors.org

LGBT (5428)-510-736

2 داخلی 510-894-0370 www.lifeeldercare.org، LIFE ElderCare

برنامه‌های بیمه بهداشتی

سازمان خدمات اجتماعی آلامدا کانتی، اداره مزایای نیروی کار:

510-777-2300/800-698-1118 www.alamedasocialservices.org؛ واحد Medi-Cal

510-383-8735 www.alamedasocialservices.org؛ Medi-Cal مراقبت بلند مدت

برنامه‌های پس‌انداز Medicare؛ (QMB) - برنامه ذینفع واجد شرایط SLMB - Medicare؛ (دینفع Medicare) - درآمد مشخص شده، افراد واجد شرایط QI

510-777-2300/800-698-1118 www.alamedasocialservices.org؛ ()

800-300-1506 www.coveredca.com پوشش کالیفرنیا، (مراقبت‌های بهداشتی مقرون به صرفه برای کالیفرنایی‌ها؛

877-879-9633 www.achealthcare.org؛ HealthPAC، (برای افرادی که جهت Medi-Cal واجد شرایط نیستند و درآمد آنها کمتر از 200% خط فقر فدرال است)؛

510-832-3040 www.lashicap.org - HICAP - برنامه مشاوره و حمایت بیمه درمانی،

800-633-4227 www.ssa.gov؛ Medicare، اداره سوشیال سکیوریتی؛

برنامه‌های بهبود خانه برای خانوارهای کم‌درآمد یا با درآمد متوسط

..... www.achhd.org سازمان خانه‌های سالم آلامدا کانتی، برنامه بازسازی مسکن؛ (کمک مالی تعمیر جزئی مسکن و کمک مالی بازسازی)؛

510-567-8280

..... www.hayward-ca.gov شهر هیوارد، برنامه بازسازی مسکن؛ (فقط ساکنان هیوارد، کمک مالی تعمیر جزئی مسکن نیز در دسترس است)؛

510-583-4225

تجدید بنای آلامدا کانتی، مسکن برای بشریت؛ (وام ارزان قیمت برای نوسازی مسکن - سود 1% با تعویق پرداخت تا زمان فروش خانه)؛

510-803-3388 www.renewac.org

برنامه‌های بهبود خانه برای خاتوارهای کم‌درآمد یا با درآمد متوسط ادامه

خدمات اجتماعی اسپکتروم، برنامه کمک آب و هوایی افراد کم‌درآمد؛ (برنامه با بودجه فدرال که بهبود بهره‌وری انرژی رایگانی را ارائه می‌دهد

و به خانه‌های صاحبان خانه یا مستأجران واجد شرایط تعلق می‌گیرد)؛ www.spectrumcs.org 510-881-0300 داخلی 272

برنامه های کمک به مسکن

سازمان مسکن آلامدا (کانتی)، www.haca.net 510-538-8876

CRIL - منابع جامعه برای زندگی مستقل، (کمک مسکن به افراد ناتوان)؛ www.crilhayward.org 510-881-0218 TTY/510-881-5743

مسکن ECHO، (اطلاعات مربوط به قوانین مسکن منصفانه، تبعیض غیرقانونی مسکن و خدمات مستأجر/صاحبخانه)؛ www.echofairhousing.org 510-581-9380

اطلاعات و ارجاع اندن، (اطلاعات مربوط به اجاره مسکن و ارجاع به پناهگاه‌های اضطراری)؛ www.edenir.org 888-886-9660/2-1-1

HERA - وکلای مسکن و حقوق اقتصادی، (برنامه‌های مشاوره وام مسکن و امور مالی)؛ www.heraca.org 510-271-8443

سازمان مشاوره مسکن NID، (واسطه مورد تأیید HUD، کمک به آموزش وام مسکن معکوس، پیشگیری از سلب مالکیت، مدیریت مسکن اجاره‌ای و امور مالی

)؛ www.nidhousing.com 510-268-9792

خدمات در منزل

خدمات حمایتی در منزل آلامدا کانتی - IHSS، (اطلاعات مراجعان و ارائه درخواست)؛ www.alamedasocialservices.org 510-577-1800

خدمات حمایتی در منزل آلامدا کانتی - IHSS، (اطلاعات ارائه‌دهنده و ارائه درخواست)؛ www.alamedasocialservices.org 510-577-1877

منابع جامعه برای زندگی مستقل - CRIL، (ارجاعات پرداخت خصوصی)؛ www.crilhayward.org 510-881-0218 TTY/510-881-5743

مقام عمومی جهت IHSS، (فهرست ثبت شده ارائه‌دهندگان برای مراجعان IHSS)؛ www.ac-pa4ihss.org 510-577-1980

مقام عمومی جهت IHSS، (فهرست ثبت شده ارائه‌دهندگان)؛ www.ac-pa4ihss.org 510-577-5694

پیشگیری از صدمه

مراکز مراقبت از بزرگسالان DayBreak، <http://daybreakcenters.org> 510-834-8314

LIFE ElderCare، برنامه پیشگیری از افتادن؛ www.lifeeldercare.org 510-894-0370 داخلی 2

مشارکت پیشگیری از آسیب‌های سالمندان - SIPP، (برنامه‌های پیشگیری از افتادن و ایمنی راننده مسن)؛ www.acphd.org 510-618-2050

خدمات اجتماعی اسپکتروم، برنامه پیشگیری از افتادن؛ (مکان‌های متعدد در کانتی، برای اطلاع از مکان تماس بگیرید)؛ www.spectrumcs.org 510-881-0300 داخلی 270

خدمات حقوقی

کانون وکلای آلامدا کانتی، خدمات ارجاع وکیل؛ www.acbanet.org 510-302-2222

کانون وکلای آلامدا کانتی، خدمات داوطلب حقوقی؛ www.acbanet.org 510-302-2222

کمک حقوقی ناحیه خلیج، www.baylegal.org 800-551-5554

CANHR - وکلای کالیفرنیا برای اصلاحات خانه سالمندان، (خدمات اطلاع‌رسانی و ارجاع وکلای حقوقی سالمندان در خصوص بازیابی اموال Medi-Cal)؛ www.canhr.org 800-474-1116

سنتر و لگال دلا رازا، (خدمات حقوقی مهاجرت ارزان‌قیمت)؛ www.centrolegal.org 510-437-1554

خدمات حقوقی ادامه

- 510-548-4040 www.ebclc.org (برای افراد کم‌درآمد نیازمند توصیه/مشاوره حقوقی)؛
مرکز دفاع تخلیه، (خدمات حقوقی رایگان و کم‌هزینه‌ای را به مستاجرین آلامدا کانتی که با تخلیه روبرو هستند ارائه می‌دهد)؛ www.evictiondefensecenteroakland.org
- 510-452-4541
HERA - وکلای مسکن و حقوق اقتصادی، (ساکنان کم‌درآمد و متوسط با تمرکز ویژه بر گروه‌های آسیب پذیر و موضوعات کلیدی)؛
- 510-271-8443 www.heraca.org
- 510-451-2846 www.iibayarea.org (خدمات حقوقی مهاجرت)؛
کمک حقوقی برای سالمندان، (به افراد با سن بالای 60 سال خدمات ارائه می‌کند)؛ www.lashicap.org
- 510-832-3040
مرکز حل و فصل اجتماعی SEEDS، (خدمات میانجیگری اجتماعی)؛ www.seedscrc.org
- 510-548-2377

کلینیک‌ها و خدمات پزشکی/دندانپزشکی

- 510-547-7188 www.alamedacds.org (گزینه‌های کم‌هزینه دندانپزشکی)؛
سیستم بهداشت آلامدا، سلامت هیوارد؛ www.alamedahealthsystem.org
- 510-266-1700
انجمن پزشکی آلامدا- کنتر کوستا، (ارجاعات پزشک)؛ www.acma.org
- 510-654-5383
بهداشت دندان کالج چاپوت، www.chabotcollege.edu
- 510-723-6900
مراکز منابع خانواده دیویس استریت، کلینیک پزشکی/دندانپزشکی؛ www.davisstreet.org
- 510-347-4620
Denti-Cal، برنامه دندانپزشکی Medi-Cal؛ (اطلاعات در مورد مزایای دندانپزشکی Medi-Cal)؛ www.denti-cal.ca.gov
- 800-322-6384
انجمن دندانپزشکی کانتی آلامدای جنوبی، (ارجاعات)؛ www.sacds.org
- 510-782-5316
مرکز بهداشت تیوریگو واسکوئز، www.tvhc.org
- 510-471-5907
U.C. کلینیک چشم دانشکده چشم‌پزشکی دانشگاه برکلی، www.cal-eye-care.org
- 510-642-2020
دانشگاه پاسیفیک - مرکز مراقبت دندانپزشکی، www.dental.pacific.edu
- 510-489-5200

برنامه‌های سلامت روان/مشاوره

- 800-491-9099 www.acbhcs.org (ارجاعات Medi-Cal به خدمات سلامت روان در آلامدا کانتی)؛
خدمات سلامت روان اجتماعی آسیا، www.acmhs.org
- 510-869-6000
خدمات پشتیبانی بحران آلامدا کانتی، (مشاوره سالمندان در منزل، مشاوره سوگواری، گروه‌های حمایتی)؛ www.crisissupport.org
- 8255-273-800
8255-273-800: خط تلفن 24 ساعته بحران: 510-420-2460
- 510-347-4620 داخلی 140 www.davisstreet.org (خدمات مشاوره و سلامت روان مقرون به صرفه)؛
مرکز آموزش و منابع خانواده، اوکلند، (حمایت از خانواده/مراقب افراد دچار بیماری روانی)؛ www.askferc.org
- 510-746-1700/888-896-3372
تیم ارزیابی و پاسخ پیرپزشکی، (خدمات مشاوره، مدیریت کوتاه مدت پرونده برای ساکنان آلامدا کانتی دارای سن بیش از 60 سال دچار مشکلات جدی سلامت روان،
نگرانی‌های مربوط به الکل یا دارو)؛ www.acbhcs.org
- 510-891-5650
انجمن سلامت روان آلامدا کانتی، www.mhaac.org
- 510-835-5010
مرکز پاسیفیک برای رشد انسان، (خدمات سلامت روان و گروه‌های پشتیبانی همتایان برای افراد LGBTQ)؛ www.pacificcenter.org
- 510-548-8283

800-273-8255 www.crisissupport.org، جلوگیری از خودکشی/پشتیبانی از بحران،

کمک پرستاری در منزل/مراکز مراقبت بلندمدت (وبسایت‌های مفید: www.calqualitycare.org)

برنامه بازرس مراقبت بلندمدت آلامدا کانتی، (مصلحه و حمایت در خصوص مراکز مراقبتی دارای مجوز؛ فهرست RCFE - مراکز مراقبت اقامتی برای سالمندان و

510-638-6878 www.alamedasocialservices.org؛ SNF - مراکز پرستاری ماهرانه)

گذار اجتماعی کالیفرنیا، مرکز زندگی مستقل، نوآوری‌های ایست بی؛ (کمک به ذینفعان واجد شرایط Medi-Cal که در یک

510-618-1580 www.eastbayinnovations.org؛ مرکز مراقبت‌های بهداشتی ایالتی به مدت 90 روز یا بیشتر حضور داشته و به خانه خود برمی‌گردند)

CANHR - وکلای کالیفرنیا برای اصلاحات خانه سالمندان، (توصیه در مورد انتخاب خانه سالمندان؛ وکلای مدافع حقوق ساکنان)؛ www.canhr.org

415-974-5171/800-474-1116

مجوزدهی مراقبت اجتماعی ایالت کالیفرنیا، دفتر منطقه‌ای مراقبت از بزرگسالان و سالمندان؛ (مراکز مراقبت اقامتی برای سالمندان - RCFE - سوالات و

510-286-4201 www.cdss.ca.gov؛ (شکایات)

سازمان بهداشت عمومی ایالت کالیفرنیا، (سوالات و شکایات‌ها درباره بیمارستان، مرکز پرستاری ماهرانه - SNF یا هرگونه مرکز مراقبت‌های بهداشتی دیگر)؛

866-247-9100 www.cdph.ca.gov

دفتر سرپرست عمومی

سرپرست عمومی آلامدا کانتی - قیم، قیمومیت مشروط؛ (قیمومیت منصوب دادگاه)؛ www.alamedasocialservices.org

510-577-3585

سرپرست عمومی آلامدا کانتی - قیم، قیمومیت سلامت روان (LPS)؛ (ارجاعات صورت گرفته توسط متخصصان سلامت روان از یک

510-577-7045 www.alamedasocialservices.org؛ مرکز روان‌پزشکی حاد محدود و مورد تأیید)

مراکز سالمندان (همچنین به برنامه‌های مختص به قومیت‌ها/فرهنگ‌ها مراجعه کنید)

510-881-6738 www.haywardrec.org؛ کاسترو ولی، مرکز اجتماعی و سالمندان کنت سی. آیتکن (17800 Redwood Road, Castro Valley, CA 94546)

510-881-6766 www.haywardrec.org؛ هیوارد، مرکز سالمندان منطقه هیوارد، (22325 North Third Street, Hayward, CA 94546)

..... www.kcceb.org؛ سن لیاندرو، مرکز اجتماعی کره‌ای ایست بی، (101 Callan Avenue, #400, San Leandro, CA 94577)

انگلیسی: 3258-547-510 / کره‌ای: 2662-547-510

510-577-7990 www.sanleandro.org؛ سن لیاندرو، مرکز اجتماعی سن لیاندرو، (13909 East 14th Street, San Leandro, CA 94578)

ارتباط خوب، سابقاً مرکز سالمندان بدون دیوار؛ فعالیت‌های گروهی و گفتگوهای دوستانه برای افراد سالمند خانه‌نشین از طریق تماس‌های کنفرانس تلفنی رایگان

877-797-7299 www.covia.org؛ (

برنامه‌ها و خدمات حمل و نقل

5-1-1 www.511.org؛ (اطلاعات سفر برای منطقه خلیج)

510-891-4777 www.actransit.org؛ AC ترانزیت، (بلیط‌های با تخفیف برای سالمندان و معلولان)

800-227-2345 www.cancer.org؛ انجمن سرطان آمریکا، راه بهبودی؛ (حمل و نقل به مراکز درمان را بیماران سرطانی فراهم می‌کند)

برنامه‌ها و خدمات حمل و نقل ادامه

- 510-464-7134 www.bart.gov (بلیط‌های با تخفیف برای سالمندان و معلولان)؛ BART
800-777-0133 www.dmv.ca.gov برای رانندگان معلول، DMV پارکینگ
510-579-0535 www.driversforsurvivors.org؛ (حمل و نقل رایگان و همراهی حمایتی برای بیماران سرطانی)؛
خدمات حمل و نقل پاراکلینیکی ایست بی - EBPT، (حمل و نقل برای کسانی که معیارهای قانون آمریکایی‌های دارای معلولیت - ADA را برآورده می‌سازد)؛ www.eastbayparatransit.org
800-555-8085

برنامه‌های تاکسی و حمل و نقل شهری:

- 510-583-4230 www.haywardca.gov (برنامه تاکسی و خدمات درب به درب، همچنین به ساکنان کاسترو ولی خدمات ارائه می‌کند)؛
510-577-7985 www.sanleandro.org؛ (برنامه تاکسی و فلکس شاتل)؛ سن لیاندرو؛
آموزش مسافرت:

- منابع جامعه برای زندگی مستقل (CRIL) و شهر هیوارد؛ (آموزش فردی و گروهی برای افراد معلول و سالمندان)؛ www.crilhayward.org؛
5938 داخلی 510-881-5743
فانوس دریایی برای نابینایان؛ (آموزش فردی و گروهی برای افراد دارای ناتوانی و سالمندان دچار اختلال بینایی)؛ www.lighthouse-sf.org؛
415-694-7357
از پشت شیشه؛ (آموزش برای خانواده‌های دچار مسائل ناتوانی در آلامدا کانتی)؛ www.lookingglass.org؛
اتحاد سالمندان کانتی اوکلند و آلامدا (USOAC)؛ (آموزش گروهی برای سالمندان با سن بیش از 55 سال و افراد دارای ناتوانی)؛ www.usoac.org؛
510-729-0851
510-856-9010 www.lifeeldercare.org؛ (رانندگی توأم با کمک برای سالمندان و افراد دچار معلولیت)؛ VIP Rides، LIFE ElderCare

کمک در مورد خدمات شهری

- برنامه خط زندگی کالیفرنیا، (به ارائه تخفیف در مورد تلفن منزل و خدمات تلفن همراه می‌پردازد)؛ www.cpuc.ca.gov/lifeline؛
866-272-0349
برنامه دسترسی تلفنی کالیفرنیا - CTAP، (محصولات/خدمات در دسترس به صورت تلفنی)؛ www.californiaphones.org؛
800-806-4474 :TTY/800-806-1191
EBMUD - ناحیه خدمات شهری شهرداری ایست بی، برنامه کمک به مشتریان؛ (برنامه تخفیف در مورد مشتریان کم‌درآمد)؛ www.ebmud.com؛
866-403-2683
برنامه کمک به انرژی گرمایی (HEAP) و برنامه آب و هوایی، خدمات اجتماعی اسپکتروم؛ (کمک انرژی برای خانوارهای کم‌درآمد؛ عایق‌کاری
اتاق زیر شیروانی، هواگیری و اقدامات حفاظتی مربوطه)؛ www.spectrumcs.org؛
510-881-0300
PG&E - گاز و برق پاسیفیک؛ www.pge.com؛
866-743-2273 CARE - نرخ‌های جایگزین کالیفرنیا برای برنامه انرژی؛ (تخفیف در قبض گاز/برق برای خانوارهای کم‌درآمد واجد شرایط)؛
800-933-9555 برنامه کمک به صرفه‌جویی در انرژی؛ (تطبیق آب و هوایی، لوازم دارای مصرف انرژی بهینه برای خانوارهای کم‌درآمد واجد شرایط)؛
800-743-5000 برنامه پایه پزشکی؛ (انرژی با پایین‌ترین قیمت پایه برای مشتریان مسکونی دارای بیماری پزشکی واجد شرایط)؛
..... امداد برای کمک به انرژی از طریق کمک جامعه - REACH؛ (یک‌بار کمک در زمینه انرژی مدیریت شده از طریق ارتش رستگاری)؛
822-933-9677
..... رامحل‌های تحویل RHA، برنامه نصب مستقیم درآمد متوسط - MIDI؛ (ارتقا‌های رایگان جهت صرفه‌جویی در انرژی برای خانوارهای دارای درآمد متوسط)؛
866-455-0898

خدمات کهنه سربازان

510-577-1926 www.alamedasocialservices.org دفتر خدمات کهنه‌سربازان آلامدا کانتی،

800-827-1000 www.va.gov سازمان امور کهنه‌سربازان ایالات متحده،

فرصت‌های داوطلبی

..... www.alamedasocialservices.org برنامه بازرسی مراقبت بلندمدت آلامدا کانتی، (مدافعان داوطلب برای اشخاصی که در مراکز مراقبت بلند مدت حضور دارند)؛

510-638-6878

..... www.pacificcenter.org مرکز پاسیفیک برای رشد انسان، (فرصت‌های داوطلبانه موجود، دسترسی به میز کار، و/یا تیم‌های مبتنی بر مهارت)؛

221 داخلی 510-548-8283

510-444-4755 <http://stagebridge.org> استیج‌بریج، (بازیگران و قصه‌گویان سالمند)؛

415-241-6868 www.volunteermatch.org تطبیق داوطلبان، (داوطلبان با سازمان‌های نیازمند به داوطلب تطبیق داده می‌شوند)؛

800-350-7025	www.aarp.org (دوره‌های آنلاین و کلاسی در دسترس است)؛
	برنامه ایمنی راننده AARP، (دوره‌های آنلاین و کلاسی در دسترس است)؛
	سازمان آلامدا کانتی در زمینه پیری، اطلاعات و کمک به سالمندان؛ (به ارائه اطلاعات در خصوص منابع سالمندان در آلامدا کانتی می‌پردازد)؛
510-577-3530/800-510-2020	http://seniorinfo.acgov.org
510-505-7077	www.aclf2.org ؛ (غیره)؛
	بنیاد کتابخانه آلامدا کانتی، برنامه‌های بزرگسالان سالمند؛ (حضور در خانه، آموزش کامپیوتر کتابخانه و غیره)؛
510-577-1800	www.alamedasocialservices.org ؛ (اطلاعات مراجعان و ارائه درخواست)؛
	خدمات حمایتی در منزل آلامدا کانتی - IHSS، (اطلاعات ارائه‌دهنده و ارائه درخواست)؛
510-577-1877	www.alamedasocialservices.org ؛ (اطلاعات ارائه‌دهنده و ارائه درخواست)؛
	سازمان خدمات اجتماعی آلامدا کانتی، مرکز خدمات چندمنظوره منطقه ادن؛ (<i>Amador St., Hayward 94544 24100</i>)؛ http://alamedasocialservices.org
510-670-6000	
925-229-8434	http://ehsd.org ؛ اطلاعات و کمک به سالمندان؛
888-886-9660/2-1-1	www.edenir.org ؛ اطلاعات و ارجاع ادن،
800-677-1116	http://elder-care.acl.gov ؛ (خدمات اطلاعاتی خارج از آلامدا کانتی/کالیفرنیا)؛
	موقعیت‌یاب مراقبت سالمندان، (خدمات اطلاعاتی خارج از آلامدا کانتی/کالیفرنیا)؛
510-451-2846	http://iibayarea.org ؛
	سوالات مهاجرت، انستیتوی بین‌المللی ایست بی؛
	مقام دولتی برای خدمات حمایتی در منزل، خط اطلاعات ثبت - ارائه‌دهنده درخواست و آشنایی؛ www.ac-pa4ihss.org
510-577-5694	
510-577-1980	www.ac-pa4ihss.org ؛
	مقام دولتی برای خدمات حمایتی در منزل، ارجاع ثبت IHSS - مراجعان جهت پیدا کردن ارائه‌دهنده؛
510-618-2050	www.acphd.org ؛ (برنامه‌های پیشگیری از افتادن)؛
	برنامه پیشگیری از آسیب‌های سالمندان - SIPP، (برنامه‌های پیشگیری از افتادن)؛
800-772-1213	www.ssa.gov ، SSI/
	اداره سوشیال سکیوریتی؛
888-687-2277	www.aarp.org ؛ (کمک ارائه پرونده رایگان)؛
	کمک مالیاتی، برنامه کمک مالیاتی AARP؛
510-907-5000	www.irs.gov ؛ (اطلاعات عمومی)؛
	کمک مالیاتی، خدمات درآمد داخلی (IRS)؛
800-906-9887	www.irs.gov ؛ (کمک داوطلبانه در مورد مالیات بر درآمد/مشاوره مالیات برای سالمندان)؛

سایر راهنماهای موجود در سازمان منطقه در زمینه پیری بنا به درخواست:

- راهنمای مسکن سالمندان ● جوامع اقامتگاه‌های بازنشستگی و مراقبت مداوم بازنشستگی ● برنامه‌های واکنش اضطراری ● پیشگیری از افتادن
- راهنمای منابع غذایی و تغذیه ● سازمان‌های مراقبت بهداشتی در منزل، مراقبت در منزل و مراقبت تسکینی ● سازمان‌های جایابی ● SSI/CAPI

لطفاً توجه داشته باشید: اگرچه تمام تلاش‌های ممکن صورت گرفته تا این اطلاعات به‌روز باشد، سازمان منطقه آلامدا کانتی در زمینه پیری هیچ گونه مسئولیتی در قبال خطاها یا نقایص مربوط به تهیه این اطلاعات بر عهده نمی‌گیرد.

سازمان منطقه آلامدا کانتی در زمینه پیری، برنامه اطلاعات و کمک به سالمندان 3530-577-510/2020-510-800