

老年资源指南

非营利和公共机构服务

阿拉米达县北部

阿拉米达·奥尔巴尼·伯克利·埃默里维尔·奥克兰·皮埃蒙特

阿拉米达县区域老龄局－老年信息及援助计划

地址: 6955 Foothill Blvd, Suite 143 (1st Floor), Oakland, CA 94605 | 电话: 1-800-510-2020 / 510-577-3530 | 网址: <http://seniorinfo.acgov.org>

工作时间: 周一至周五早 8.30 – 晚 5.00



成人日间照护/喘息 (网站: www.daybreakcenters.org)

东湾阿尔茨海默氏症服务, 伯克利, www.aseb.org	510-888-1411
东湾社区服务, 奥克兰, http://bayareacs.org	510-601-1074
老年独立中心 (老年人全包式照护计划), www.cei.elders.org	844-319-1150
DayBreak 成人照护中心 (个性化转介和社区教育), http://daybreakcenters.org	510-834-8314
康复成人日间医疗保健, 奥克兰 (第十四街站点), www.fambridges.org	510-839-9673
康复成人日间医疗保健, 奥克兰 (哈里森街站点), www.fambridges.org	510-302-0460

预防酗酒和药物滥用计划

阿拉米达县行为医疗保健服务, 急症照护和全系统评估 (ACCESS) 计划 (阿拉米达县药物滥用服务转介), www.acbhcs.org	844-682-7215
匿名戒酒会办公室 (24 小时免费匿名热线), http://eastbayaa.org	510-839-8900
Al-Anon 酗酒者家庭互助会 (帮助酗酒者亲友), https://al-anon.org	888-429-2537
加州公共卫生部戒赌办公室, www.cdph.ca.gov	800-426-2537

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
东湾阿尔茨海默氏症服务, 伯克利校区, www.aseb.org	510-644-8292
少数族裔老年人照护联盟 (网站重点面向患有阿尔茨海默氏症及痴呆症相关疾病的少数族裔老年人), www.ethnicelderscarenetwork.net	
家庭照护者联盟, 湾区资源中心 (为家庭照护者提供免费或低价服务), www.caregiver.org	800-445-8106
加州大学戴维斯分校健康阿尔茨海默氏症中心, 东湾办事处 (临床试验和评估等基础和临床研究), www.health.ucdavis.edu/alzheimers	925-357-6515

照护者支持计划 (注: 也可联系成人日间照护计划和当地医院获取互助小组相关信息)

北加州阿尔茨海默氏症协会, www.alz.org/norcal	925-284-7942
东湾阿尔茨海默氏症服务, http://aseb.org	510-644-8292
伯克利市照护者服务中心 (家属照护者互助小组 510-981-5205), www.cityofberkeley.info 北伯克利: 510-981-5190 / 南伯克利: 510-981-5170	
DayBreak 成人照护中心, http://daybreakcenters.org	510-834-8314
家属照护者联盟, 加州照护者资源中心 (为家属照护者提供信息和支持服务), https://www.caregiver.org/californias-caregiver-resource-centers	800-445-8106
家属教育与资源中心, 奥克兰 (支持精神疾病患者的家属照护者), www.askferc.org	888-896-3372
湾区家属支持服务 (为儿童的祖父母/亲戚照护者提供亲属支持), www.fssba.org	510-834-2443
三城林肯儿童中心亲属支持计划 (面向儿童的祖父母/亲戚照护者), http://lincolnfamilies.org	510-273-4700

居家老人案例管理/服务协调

伯克利市老龄服务司 (伯克利老年中心的 55 岁以上伯克利居民案例管理), www.cityofberkeley.info	510-981-5180
J-Sei 照护机构, 双语案件管理 (60 岁及以上老年人), www.j-sei.org	510-654-4000
东湾韩国社区中心, www.kcceb.org	韩语免费电话: 844-828-2254 / 英语: 510-547-2662
奥克兰多方位老年服务计划 (为奥克兰、皮埃蒙特、埃默里维尔和伯克利的 65 岁以上老年居民服务), www.oaklandca.gov	510-238-3762
阿拉米达县公共健康照护, 健康老年人 (OA/HR) 计划 (为有 Medi-Cal 的 60 岁以上高危老人提供居家护理案例管理), www.acphd.org/older-adults.aspx	510-383-7037
圣玛丽中心, 无家可归老年人服务 (55 岁以上无家可归或即将无家可归的低收入人士), www.stmaryscenter.org	510-923-9600
东湾越南裔美国人社区中心, www.vacceb.net	510-891-9999

慢性疾病和疾病支持服务/计划

阿拉米达县公共卫生部, 糖尿病自我管理教育计划 (为阿拉米达县 2 型糖尿病患者提供免费课程), www.acphd.org	510-383-5185
阿尔塔贝茨峰会糖尿病中心 (糖尿病自我管理课程与互助小组), 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, 奥克兰办事处, www.diabetes.org	510-654-4499
美国心脏协会, www.heart.org	510-903-4050
美国中风协会, www.strokeassociation.org	510-903-4050
加利福尼亚失语症中心 (帮助尤其因中风导致失语的患者), http://aphasiacenter.net	510-336-0112
关节炎基金会, www.arthritis.org	415-356-1230
多发性硬化症互助热线 (朋辈热线)	866-673-7436
国家多发性硬化症协会, www.nationalmssociety.org	800-344-4867/415-230-6677
帕金森研究所, www.thepi.org	800-655-2273
伯克利女性癌症研究中心, www.wcrc.org	510-420-7900

成年残疾人服务/计划

美国残疾人法案 (ADA), 太平洋 ADA 中心, www.adapacific.org	800-949-4232 (语音及文字电话)
Berkeley Place 居家医疗保健服务公司, 聋人/听障人士项目.....	510-644-2003
盲文和有声书图书馆, http://www.library.ca.gov/btbl/	800-952-5666
加州电话服务计划, (可用电话产品/服务), www.californiaphones.org	800-806-1191/文字电话: 800-806-4474
独立生活社区资源 (地点: 阿拉米达、伯克利、奥克兰), www.thecil.org	510-841-4776 / 视频电话: 510-356-2662
聋人咨询宣传和转介处, www.dcara.org	510-343-6670
奥克兰加州残障权益会, www.disabilityrightsca.org	510-267-1200
“放轻松” (为伯克利严重残疾和老年人提供非医疗急救服务), www.easydoesitservices.org	510 704-2111
旧金山北加州听力和言语中心 www.hearingspeech.org	415-921-7658/文字电话: 415-921-8990
盲人和视障人士灯塔计划, www.lighthouse-sf.org	415-431-1481
东湾区域中心 (为有发育障碍者服务), www.rceb.org	510-618-6100

教育 (另见老年中心)

阿拉米达成人学校, www.alameda-adult-school.org	510-522-3858
伯克利成人学校, http://bas.berkeley.net	510-644-6130
丹尼 E. 格洛弗教育和技术中心, www.degetc.org	510-382-0555
皮埃蒙特成人学校, www.piedmontadultschool.org	510-594-2655
加州伯克利分校奥谢尔终身学习研究所 (面向 50 岁以上成人的学习社区), www.olli.berkeley.edu	510-642-9934

预防虐待老年人计划

阿拉米达县成人保护服务处, www.alamedasocialservices.org	510-577-3500 / 866-225-5277
地区检察官 - 消费者与环保单位, http://www.alcoda.org/cewpd/	510-383-8600
地区检察官 - 老年人保护单位, http://www.alcoda.org/victim_witness/elderdependent_adult	510-267-8800
地区检察官 - 被害人/证人援助司, http://www.alcoda.org/victim_witness/	510-272-6180
老年人法律援助 (维护阿拉米达县 65 岁以上受虐老年居民的利益), www.lashicap.org	510-832-3040

应急准备计划

(注意: 请联系当地消防部门和应急服务办事处)

阿拉米达县美国红十字会 (团体准备培训), www.redcross.org	510-595-4400
奥克兰公民应对紧急情况 (面向奥克兰居民的免费灾难培训计划), www.oaklandca.gov	510-238-3938
预防老年人伤害计划 (老年人应急准备课程), www.acphd.org	510-618-2050

就业计划

- ASSETS 老年人就业计划 (奥克兰 55 岁以上居民), www.oaklandca.gov 510-238-3535
- “服务、就业、重建” (SER) 就业促进会 (面向 55 岁以上低收入老人的就业计划), www.ser-national.org 510-265-8267

身后事规划与安排

- 阿拉米达县律师协会 (律师转介服务: 房地产规划、遗嘱和信托相关的咨询费为半小时 35 美元), www.acbanet.org 510-302-2222 选 4
- 阿拉米达县照护合作机构 (为上门支持服务的对象提供预先指示、维持生命治疗医嘱和补充支持), <http://gettingthemostoutoflife.org/ihss-pilot> 510-577-3517
- 阿拉米达县验尸官办公室 (无近亲或资金的情况下土葬/火葬, 需申请确认资格), www.alamedacountysheriff.org 510-268-7300
- 阿拉米达县长期照护监察员计划 (为专业照护机构的居住者提供预先医疗保健指示), www.alamedasocialservices.org 510-638-6878
- 阿拉米达县公共遗产管理人 (负责管理无近亲或遗嘱执行人的死者遗产), www.alamedasocialservices.org 510-577-3539 或 510-777-4270
- 湾区殡葬消费者联盟 (消费者教育), <http://www.ba-fca.org> 650-321-2109
- 加州养老院改革推广计划 (为老年提供律师转介服务和 Medi-Cal 遗产追收相关信息), www.canhr.org 800-474-1116 / 415-974-5171
- 加州消费者事务部, 公墓和殡葬局 (殡仪馆执照发放, 消费者指南出版), www.cfb.ca.gov 800-952-5210
- “尽享人生”阿拉米达县临终关怀项目 (预先照护规划和临终关怀服务的教育和应用), <http://gettingthemostoutoflife.org> 510-667-3099

各族裔/文化老年计划

- 东湾韩裔美国老年人服务中心, <http://eastbaykoreanamericanseniorcenter.org> 510-763-1879
- 埃塞俄比亚社区和文化中心, www.ethiopianccc.org 510-268-4770
- 少数族裔老年照护联盟, www.ethnicelderscarenetwork.net
- Family Bridges 公司 (用亚洲语言提供信息和援助的社会服务), www.fambridges.org 510-839-2022
- 菲律宾公正倡导计划 (入籍和移民援助), www.filipino4justice.org 510-465-9876
- 弗鲁特韦圣安东尼奥老人中心 (英语、西班牙语和柬埔寨服务), www.unitycouncil.org 510-535-6123
- 奥克兰湾区国际学院 (移民法律服务), www.iibayarea.org 510-451-2846
- 东湾犹太家庭及儿童服务, 老年人服务, www.jfcs-eastbay.org 510-558-7800
- 埃默里维尔市 J-Sei 社会照护机构, www.j-sei.org 510-654-4000
- 东湾韩国社区中心 (韩语信息热线: 1-844-828-2254), <http://kcceb.org> 510-547-2662
- 老挝家庭社区发展公司, 东南亚老年人计划, www.lfcd.org 510-533-8850
- 东湾薰衣草老年人 (LGBTQ 老年人支持服务), www.lavenderseniors.org 510-736-LGBT (5428)
- 太平洋人类发展中心 (LGBTQ 老年人朋辈小组), www.pacificcenter.org 510-548-8283
- 东湾越南裔美国人社区中心, www.vacceb.net 510-891-9999

经济补助

阿拉米达县社会服务局: <http://alamedasocialservices.org>

地点:

伊斯特蒙自给自足中心 (6955 Foothill Blvd, Ste. 100, Oakland 94605) 510-383-5300
县北部综合服务中心 (2000 San Pablo Ave, Oakland 94612) 510-891-0700
恩特普赖斯自给自足中心 (8477 Enterprise Way, Oakland 94621) 510-263-2420

阿拉米达县退伍军人服务处, <http://alamedasocialservices.org>..... 510-577-1926

移民现金补助计划 (为经济困难但无联邦补充保障收入申请资格的合法非美国公民提供福利), <http://alamedasocialservices.org>
..... 800-648-0954 / 510-268-2332

社会保障局, www.ssa.gov 800-772-1213

食物和营养

阿拉米达县社区食物银行, www.accfb.org 510-635-FOOD (3663)

CalFresh (加州食品券计划), <http://alamedasocialservices.org>

地点:

伊斯特蒙自给自足中心 (6955 Foothill Blvd, Ste. 100, Oakland 94605) 510-383-5300
县北部综合服务中心 (2000 San Pablo Ave, Oakland 94612) 510-891-0700
恩特普赖斯自给自足中心 (8477 Enterprise Way, Oakland 94621) 510-263-2420

阿拉米达市社区食物银行 (仅限阿拉米达市民), <http://www.alamedafoodbank.org> 510-523-5850

慈善棕色袋计划 (每月两次为符合条件的低收入老年人补给日用品), <https://mercybrownbag.org/> 510-534-8540 转 369

圣保罗希望食品柜计划 (为社区中有烹饪器具的老年人提供食品杂货), <http://www.stpaulsoakland.org> 510-834-4314 转 504

食物和营养 (送餐上门)

阿拉米达移动送餐 (仅限阿拉米达市民), www.alamedamealsonwheels.org 510-865-6131

奥尔巴尼移动送餐, www.albanyca.org 510-524-9124

伯克利移动送餐, www.cityofberkeley.info 510-981-5250

埃默里维尔移动送餐 510-596-4309

打开双手项目 (奥克兰居民, 以及居家和重病非老年人), www.openhand.org 510-622-0221

老年人服务机遇 (SOS) 移动送餐, 奥克兰、皮埃蒙特, www.sosmow.org 510-460-5855

食品和营养（老年集体用餐）

奥尔巴尼老年中心, www.albanyca.org	510-522-9122
埃默里维尔老年中心, http://www.ci.emeryville.ca.us	510-596-3730
北伯克利老年中心, www.cityofberkeley.info	510-981-5190
南伯克利老年中心, www.cityofberkeley.info	510-981-5170
Spectrum 社区服务, 阿拉米达、奥克兰 (全县有多个服务点, 致电获取老年人用餐地点列表), www.spectrumcs.org	510-881-0300 转 222
东湾越南裔美国人社区中心, www.vacceb.net	510-891-9999

友好探访/电话宽慰计划

阿拉米达友好探访 (无偿每周探访, 限阿拉米达市民), www.alamedamealsonwheels.org	510-748-0342
Covia 互联互通 (原“无墙老年中心”; 居家老人通过免费电话会议进行小组活动和友好交谈), https://covia.org	877-797-7299
Covia 社交电话 (给居家或孤独老人拨打问候电话), http://covia.org	877-797-7299
阿拉米达县危机支持服务 (为 60 岁以上老年人提供上门咨询), www.crisissupport.org	510-420-2460
家庭桥公司 (为居家、没有社交的说粤语或普通话的老年人提供陪伴)	510-763-9017
J-Sei, 友好探访与致电, www.j-sei.org	510-654-4000 转 13
东湾薰衣草老年人 (LGBT - 女同性恋/男同性恋/双性恋/变性/酷儿老年人支持服务), www.lavenderseniors.org	510-736-LGBT (5428)
LIFE 老年照护, www.lifeeldercare.org	510-894-0370 转 2
老年陪伴计划, 奥克兰市, www.oaklandca.gov	510-238-2987
圣玛丽中心, www.stmaryscenter.org	510-923-9600

健康保险计划

阿拉米达县社会服务局, 劳动力福利管理局 Medi-Cal 工作组, www.alamedasocialservices.org	800-698-1118 / 510-777-2300
阿拉米达县社会服务局, Medi-Cal 长期照护, www.alamedasocialservices.org	510-383-8735
阿拉米达县社会服务局, 医疗保险储蓄计划 (医疗保险合格受益人计划, 低收入医疗保险指定受益人, 合格人士), www.alamedasocialservices.org	800-698-1118 / 510-777-2300
加州全民医保 (加州人可负担的医保), www.coveredca.com	800-300-1506
加州医疗保险计划 (面向不满足 Medi-Cal 申请资格且收入等于或低于联邦贫困水平 200% 者), www.achealthcare.org	877-879-9633
健康保险咨询与倡导, www.lashicap.org	510-832-3040
Medicare 医疗保险, 社会保障局, www.ssa.gov	800-633-4227

低收入至中等收入家庭改善计划

阿拉米达县健康住宅部, 住房翻新计划 (小规模住房修缮补助和翻新补助), www.achhd.org	510-567-8280
独立生活中心, 住房权利计划 (仅限伯克利市民, 为残疾人免费提供无障碍设施安装服务), www.thecil.org	510-841-4776
阿拉米达市住房管理局, 住宅翻新计划 (仅限阿拉米达市民, 可安装无障碍设施), www.alamedahsg.org	510-747-4341
“共同重建”, 东湾北部、奥尔巴尼、伯克利、埃默里维尔, www.rtebn.org	510-644-8979
“共同重建”, 奥克兰 v, www.rtoakland.org	510-625-0316
更新阿拉米达县, 仁爱之家; (提供可负担的房屋装修贷款——1%利息, 延期付款至房屋售出), www.renewac.org	510-803-3388
Spectrum 社区服务、低收入节能翻修援助计划 (联邦政府资助计划, 免费提供能源效率, 改善符合条件的房主或租户住房), www.spectrumcs.org	510-881-0300

住房补助计划

阿拉米达市住房管理局, www.alamedahsg.org	510-747-4300
阿拉米达县住房管理局, www.haca.net	510-538-8876
伯克利住房管理局, www.cityofberkeley.info/bha/	510-981-5470
湾区社区服务, 奥克兰, www.bayareacs.org	510-613-0330
奥克兰住房管理局, www.oakha.org	510-874-1500
独立生活社区资源 (残疾人住房补助), www.thecil.org	510-841-4776 / 视频电话: 510-356-2662
伊甸希望与机遇委员会 (ECHO) 住房部 (公平住房法、非法住房歧视和租户/房东服务相关信息), www.echofairhousing.org	510-496-0496
伊甸信息和转介 (出租房信息和应急住处转介), www.edenir.org	2-1-1 / 888-886-9660
住房和经济权利倡议 (抵押和财务咨询计划), www.heraca.org	510-271-8443
正当理由计划 (为低收入奥克兰居民提供免费租户咨询和案例管理), www.cjjc.org	510-836-2687
奥克兰全民住房计划, 东湾天主教慈善机构 (面临失去家园危险的奥克兰居民提供紧急经济补助和案例管理服务), www.keeпоaklandhoused.org	510-768-3100
NID 住房咨询机构 (经住房和城市发展部许可, 协助反向抵押贷款教育、止赎、房屋出租和财务管理的中介机构), www.nidhousing.com	510-268-9792
奥克兰住房援助中心 (住房服务和资源)	510-238-6182

上门服务

阿拉米达县上门支持服务, www.alamedasocialservices.org	
服务对象信息和申请	510-577-1800
提供者信息和申请	510-577-1877
独立生活社区资源 (自费转介), www.thecil.org	510-841-4776/ 视频电话: 510-356-2662

上门服务 (续)

上门支持服务公共管理局 www.ac-pa4ihss.org	
服务对象登记列表	510-577-1980
提供者登记	510-577-5694
斯科特服务者名单 (服务残疾人的个人名单), www.scottsassistantlist.com	

预防伤害

DayBreak 成人照护中心, http://daybreakcenters.org	510-834-8314
终身医疗, www.lifelongmedical.org	510-981-4100
预防老年人伤害合作机构 (防跌倒计划和老年司机安全), www.acphd.org	510-618-2050
Spectrum 社区服务, 防跌倒计划 (阿拉米达县有多个站点, 联系获取站点信息), www.spectrumcs.org	510-881-0300
转 270	
圣玛丽中心 (锻炼计划, 医学教育计划), www.stmaryscenter.org	510-923-9600

法律服务

阿拉米达县律师协会, 律师转介服务, www.acbanet.org	510-302-2222
阿拉米达县律师协会, 志愿律师服务, www.acbanet.org	510-302-2222
湾区法律援助, www.baylegal.org	800-551-5554
加州养老院改革倡导者 (为老年人提供律师转介服务和 Medi-Cal 遗产追收信息), www.canhr.org	800-474-1116
拉美裔法律中心 (低价移民法律服务), www.centrolegal.org	510-437-1554
东湾社区法律中心 (适用于需要法律咨询/律师的低收入人士), www.ebclc.org	510-548-4040

法律服务 (续)

预防驱逐中心 (为面临驱逐的阿拉米达县租户提供无偿和低价法律服务), www.evictiondefensecenteroakland.org	510-452-4541
住房和经济权利倡议 (特别关注弱势群体和关键问题的低收入和中等收入居民), www.heraca.org	510-271-8443
湾区国际研究院 (移民法律服务), www.iibayarea.org	510-451-2846
为老年人提供法律援助 (面向 60 岁以上老年人), www.lashicap.org	510-832-3040
鼓励有效对话和解决服务 (SEEDS) 计划社区调解中心 (社区调解服务), www.seedscrc.org	510-548-2377

医疗/牙科诊所和服务

阿拉米达县牙科学会 (低价牙科诊所可供选择), www.alamedacds.org	510-547-7188
阿拉米达医疗体系:	
伊斯特蒙疗养中心, www.alamedahealthsystem.org	510-567-5700
高地疗养中心, www.alamedahealthsystem.org	510-437-5039

医疗/牙科诊所和服务 (续)

阿拉米达康特拉科斯塔医学学会 (医生转介), www.accma.org	510-654-5383
亚洲健康服务 (医疗和牙科服务), www.asianhealthservices.org	510-986-6880
伯克利牙科学会 (奥尔巴尼和伯克利转介), www.berkeleyds.org	510-644-9800
伯克利免费诊所 (医疗和牙科服务), www.berkeleyfreeclinic.org/	510-548-2570
Medi-Cal 牙科计划 Denti-Cal (Medi-Cal 牙科补助相关信息), www.denti-cal.ca.gov	800-322-6384
少数族裔诊所, www.laclinica.org	510-535-4000
终身医疗 (无论支付能力如何, 为低收入人群提供医疗、牙科和社会服务), www.lifelongmedical.org	510-981-4100
美国原住民健康中心, 奥克兰医疗中心 (面向湾区原住民和其他缺乏医疗健康服务的人群), www.nativehealth.org	510-535-4400
美国原住民健康中心奥克兰牙科, www.nativehealth.org	510-535-4450
奥克兰退伍军人事务部门, www.northerncalifornia.va.gov	510-267-7800
北加州马耳他诊所, www.orderofmaltaclinic.com	510-587-3000
加州大学伯克利分校视光学院眼科诊所, www.cal-eye-care.org	510-642-2020
太平洋大学牙科护理中心, www.dental.pacific.edu	510-489-5200
西奥克兰卫生局 (奥克兰市内有多处站点), www.wohc.org	510-835-9610

精神健康/咨询计划

阿拉米达县行为健康医疗, 全系统急症照护和评估 - ACCESS (通过 Medi-Cal 转介至阿拉米达县精神健康服务), www.acbhcs.org ..	800-491-9099
阿尔塔贝茨峰会行为医疗健康 www.sutterhealth.org	510-204-4405
亚洲社区精神健康服务, www.acmhs.org	510-869-6000
伯克利市精神健康成人服务中心 (面向伯克利和奥尔巴尼居民, 包括伯克利或奥尔巴尼的无家可归者), www.cityofberkeley.info	510-981-5290
阿拉米达县危机支持服务 (老年人上门咨询、悲伤咨询、互助小组), www.crisissupport.org	510-420-2460 / 24 小时危机热线: 800-273-8255
奥克兰家庭教育和资源中心 (支持精神疾病患者的家属/照护者), www.askferc.org	888-896-3372 / 510-746-1700
老年人评估和响应小组 (为阿拉米达县 60 岁以上有严重精神疾病、酗酒或药品滥用问题的老年人提供咨询服务和短期案例管理), www.acbhcs.org	510-891-5650
少数族裔诊所, www.laclinica.org	510-535-4000
阿拉米达县精神健康协会, www.mhaac.org	510-835-5010
太平洋人类发展中心 (LGBTQ 精神健康服务和朋辈互助小组), www.pacificcenter.org	510-548-8283
西奥克兰健康, www.westoaklandhealth.org	510-835-9610
自杀预防/危机支持, www.crisissupport.org	800-273-8255

疗养院援助/长期照护机构 (有用网站: www.calqualitycare.org)

- 阿拉米达县长期照护监察员计划 (有执照的照护机构决议及倡议, 老年人居住照护机构以及专业照护机构列表), www.alamedasocialservices.org 510-638-6878
- 加州疗养院改革倡议 (提供选择疗养院的建议, 居民权利倡议), www.canhr.org 800-474-1116 / 415-974-5171
- 东湾创新公共服务组织, 加州社区转型 (面向有 Medi-Cal 并在政府许可的医疗照护机构居住 90 天及以上后回家的老年人),
www.eastbayinnovations.org 510-618-1580
- 加利福尼亚州社区照护许可, 成人/老年人照护区域办事处 (有关老年人居住护理设施的问题或投诉), www.cdss.ca.gov 510-286-4201
- 加利福尼亚州社区照护许可, 成人/老年人照护区域办事处 (有关老年人居住护理设施的问题或投诉), www.cdph.ca.gov 866-247-9100

公共守护人办公室

- 阿拉米达县公共守护人/ 管理人, 遗嘱管理人 (法院指定管理人), www.alamedasocialservices.org 510-577-3585
- 阿拉米达县公共守护人/管理人, 精神健康 (LPS 法案) 管理人 (由经批准的急性精神病治疗机构的精神疾病专家转介),
www.alamedasocialservices.org 510-577-7045

老年中心 (另见各族裔/文化老年计划)

- 阿拉米达马斯蒂克老年中心 (地址: 1155 Santa Clara Avenue, Alameda, CA 94501), www.mastickcenter.com 510-747-7500
- 奥尔巴尼老年中心 (地址: 846 Masonic Avenue, Albany, CA 94706), www.albanyca.org 510-524-9122
- 伯克利, 北伯克利老年中心, 西伯克利服务中心 (地址: 1900 Sixth Street, Berkeley, CA 94710), www.cityofberkeley.info 510-981-5190
- 伯克利, 小亨利·拉姆齐南伯克利老年中心 (地址: 2939 Ellis Street, Berkeley, CA 94703), www.cityofberkeley.info 510-981-5170
- 埃默里维尔老年中心 (地址: 4231 Salem Street, Emeryville, CA 94608), www.ci.emeryville.ca.us 510-596-3730
- 埃默里维尔, J-Sei (地址: 1285 - 66th Street, Emeryville CA 94608), www.j-sei.org 510-654-4000
- 奥克兰, 奥克兰市中心老年中心 (地址: 200 Grand Avenue, Oakland, CA 94610), www.oaklandca.gov 510-238-3284 / 文字电话: 510-238-3254
- 奥克兰, 东湾韩裔美国人老年中心 (地址: 1723 Telegraph Avenue, Oakland, CA 94612), www.eastbaykoreanamericanseniorcenter.org
..... 510-763-1879
- 奥克兰, 东奥克兰老年中心 (地址: 9255 Edes Avenue, Oakland, CA 94609), www.oaklandca.gov 510-615-5731 / 文字电话: 510-238-3254
- 奥克兰弗鲁特韦尔, 圣安东尼奥老年中心 (地址: 3301 East 12th Street, Oakland, CA 94601), www.oaklandca.gov
..... 510-535-6123 / 文字电话: 510-238-3254
- 奥克兰, 金色年华老年中心 (地址: Eastmont Town Center, 73rd Avenue & Bancroft Avenue, 商场上层, 图书馆旁边) 510-562-1900
- 奥克兰, 康乐老年中心 (地址: 275 - 7th Street, Oakland, CA 94607), www.oaklandca.gov 510-763-9017 / 文字电话: 510-238-3254
- 奥克兰, 北奥克兰老年中心 (地址: 5714 Martin Luther King Jr. Way, Oakland, CA 94609), www.oaklandca.gov
..... 510-597-5085 / 文字电话: 510-238-3254
- 奥克兰, 圣玛丽中心, 收容所 (地址: 925 Brockhurst Street, Oakland, CA 94608), www.stmaryscenter.org 510-923-9600 转 235
- 奥克兰, 东湾越南美国社区中心 (地址: 655 International Boulevard, Oakland, CA 94606), www.vacceb.net 510-891-9999
- 奥克兰, 西奥克兰老年中心 (地址: 9255 Edes Avenue Oakland, CA 94609), www.oaklandca.gov..... 510-238-7016 / 文字电话: 510-238-3254

老年中心 (另见各族裔/文化老年计划) (续)

皮埃蒙特, 皮埃蒙特老年中心 (月度会议通常在每月的第四个星期三从上午 10 点到中午举行。请致电了解更多信息和会议地点),

www.ci.piedmont.ca.us 510-420-3070

互联互通 (原“无墙老年中心”) (通过免费电话会议, 为居家老年人开展小组活动和友好交谈), www.covia.org 877-797-7299

交通计划与服务

5-1-1.org (湾区交通出行信息), www.511.org 5-1-1

东湾公交 (老年人和残疾人折扣公交卡), www.actransit.org 510-891-4777

美国癌症协会“康复之路”计划 (接送癌症患者往返治疗地点), www.cancer.org 800-227-2345

湾区客运 (老年人和残疾人折扣公交卡), www.bart.gov 510-464-7134

残疾司机车管所停车牌, www.dmv.ca.gov 800-777-0133

东湾残疾人客运服务 (为符合《美国残疾人法案》标准的残疾人服务), www.eastbayparatransit.org 800-555-8085

出租车和城市交通计划:

阿拉米达市 (就诊出租车折扣计划、免费环线往返当地购物中心), www.alamedaca.gov 510-747-7513

奥尔巴尼 (出租车计划, 门到门购物接送服务), www.albanyca.org 510-524-9122

伯克利 (出租车计划, 厢式无障碍车), www.cityofberkeley.info 510-981-7269

埃默里维尔 (当天出租和 Lyft/Uber 报销, 门到门接送服务), www.emeryville.org 510-596-3730

奥克兰, 皮埃蒙特 (出租车计划, 厢式无障碍车), www.oaklandca.gov 510-238-3036

出行培训计划:

独立生活中心 (面向残疾人和老年人的个人和团体培训), www.thecil.org 510-841-4776 转 3118

盲人灯塔计划 (残疾人和有视力障碍的老年人的个人和团体培训), www.lighthouse-sf.org 415-694-7357

“车窗外”计划 (面向阿拉米达县有残疾人的家庭), www.lookingglass.org 510-848-1112 转 8156

奥克兰和阿拉米达县老年人 (为 55 岁以上老年人和残疾人提供集体培训), www.usoac.org 510-729-0851

轮椅维修与保养工作坊, “放轻松”计划, www.easydoesitservices.org 510-845-5513

公用事业补助

阿拉米达城市供电 (阿拉米达市民, 经济补贴和减免) 510-748-3900

“加州生命线”计划 (家庭电话和手机服务折扣), www.cpuc.ca.gov/lifeline 866-272-0349

加州电话服务计划 (提供电话产品/服务), www.californiaphones.org 800-806-1191 / 文字电话: 800-806-4474

东湾公共事业区, 消费者援助计划 (为低收入消费者提供优惠), www.ebmud.com 866-403-2683

公用事业补助 (续)

热能援助计划和房屋节能改造计划, Spectrum 社区服务 (为低收入家庭提供能源援助、阁楼防水、挡缝止水条及相关防护措施)	
www.spectrumcs.org	510-881-0300
太平洋天然气和电力, www.pge.com:	
加州替代能源计划 (为满足条件的低收入家庭提供燃气费/电费折扣), www.pge.com	866-743-2273
节能援助计划 (为满足条件的低收入家庭提供节能改造、节能电器), www.pge.com	800-933-9555
医疗基础价格计划 (为满足医疗情况要求的居家患者提供最低基础价格), www.pge.com	800-743-5000
太平洋天然气和电力, 社区互助组织发放能源补贴 (由救世军组织发放一次性能源补贴), www.pge.com	822-933-9677
居住公寓协会解决方案, 中等收入家庭直接安装计划 (中等收入家庭不享受经济节能房屋改造)	866-455-0898

退伍军人服务

阿拉米达县退伍军人服务办公室, www.alamedasocialservices.org	510-577-1926
美国退伍军人事务部, www.va.gov	800-827-1000

志愿者机会

美国退休人员协会, 湾区体验服务队 (50 岁以上成人辅导小学生阅读), www.aarp.org	415-745-5670
阿拉米达县图书馆, 奥尔巴尼分馆, 奥尔巴尼图书馆之友计划, www.friendsalbanycalibrary.com	510-526-3720 转 7
阿拉米达县长期护理监察员计划, (志愿倡导者, 为长期在照护机构居住者服务), www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
寄养祖父母计划, 奥克兰市 (55 岁以上成人指导边缘青年), www.oaklandca.gov	510-238-3080
太平洋人类发展中心 (提供志愿者机会, 外联、前台和/或技能型团队), www.pacificcenter.org	510-548-8283 转 221
奥克兰市老年陪伴项目 (55 岁以上的成年人为日常生活困难的老年人提供陪伴和帮助), www.oaklandca.gov	510-238-3080
Stagebridge 老年剧院 (老年演员和说书人), http://stagebridge.org	510-444-4755
志愿者配给 (匹配志愿者与需要志愿者的组织), www.volunteermatch.org	415-241-6868

重要数据

美国退休人员协会，驾驶员安全计划（提供在线和课堂课程）， www.aarp.org	800-350-7025
阿拉米达县地区老龄局，老年人信息和援助（提供阿拉米达县内老年资源相关信息）， http://seniorinfo.acgov.org	800-510-2020 / 510-577-3530
阿拉米达县上门支持服务：	
服务对象信息和申请， www.alamedasocialservices.org	510-577-1800
服务提供者信息和申请， www.alamedasocialservices.org	510-577-1877
阿拉米达县图书馆基金会，老年人计划（居家图书馆计算机培训等）， www.acif2.org	510-505-7077
阿拉米达县社会服务局，员工福利管理：	
伊斯特蒙自给自足中心（6955 Foothill Blvd, Ste. 100, Oakland 94605）， http://alamedasocialservices.org	510-383-5300
县北部综合服务中心（2000 San Pablo Ave, Oakland 94612）， http://alamedasocialservices.org	510-891-0700
恩特普赖斯自给自足中心（8477 Enterprise Way, Oakland 94621）， http://alamedasocialservices.org	510-263-2420
伯克利高龄友善连续体（为伯克利老年居民提供信息、转介与支持）， www.berkeleycontinuum.org	510-559-0036
康特拉科斯塔县老年信息与援助， http://ehsd.org	925-229-8434
伊甸住房信息与转介， www.edenir.org	2-1-1 / 888-886-9660
老年照护位置信息（阿拉米达县/加利福尼亚州外的信息服务）， http://eldercare.acl.gov	800-677-1116
移民问题，东湾国际研究所， http://iibayarea.org	510-451-2846
上门支持服务公共管理局：	
注册信息热线 – 服务提供者申请和指导， www.ac-pa4ihss.org	510-577-5694
上门支持服务登记转介 – 对接服务对象与服务提供者， www.ac-pa4ihss.org	510-577-1980
预防老年人受伤计划（防跌倒计划）， www.acphd.org	510-618-2050
社会保障局， www.ssa.gov	800-772-1213
税务援助，美国退休人员协会税务援助计划（免费协助申请）， www.aarp.org	888-687-2277
国税局税务援助（基本信息）， www.irs.gov	510-907-5000
税务援助，志愿者税款优待/老年人税务咨询， www.irs.gov	800-906-9887

可按需从地区老龄局获取其他信息指南：

- 老年人住房指南
- 退休住所和持续照护退休社区
- 紧急响应计划
- 预防跌倒
- 食品和营养资源指南
- 家庭医疗保健、家庭照护和临终关怀机构
- 安置机构
- 社会保障总署/移民现金补助计划

请注意：虽然我们尽力及时更新上述信息，但阿拉米达县老年人事务局对编制此信息时出现的错误或遗漏不承担任何责任。

阿拉米达县区域老龄局，老年人信息和援助计划：800-510-2020 / 510-577-3530