

老年资源指南

非营利和公共服务机构

阿拉米达县南部 - 弗里蒙特·纽瓦克·联合市

阿拉米达县区域老龄局 - 老年信息与援助计划

地址: 6955 Foothill Blvd, Suite 143 (1st Floor), Oakland, CA 94605 | 电话: 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, 弗里蒙特办事处, <http://aseb.org> 510-656-1329
- DayBreak 成人照护中心 (个性化转介和社区教育), <http://daybreakcenters.org> 510-834-8314 / 听障人士专线: 510-433-1165
- 弗里蒙特安居 (老年人全包式照护计划), <https://onloklifeways.org> 510-250-7525 / 听障人士专线: 510-818-1888

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, 弗里蒙特办事处, www.aseb.org 510-656-1329
- 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
- 家属照护者联盟, 湾区资源中心 (为家属照护者提供无偿或低价服务), www.caregiver.org 800-445-8106
- 加州大学戴维斯分校阿尔茨海默氏病中心, 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.alznorcal.org 925-284-7942
- 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

照护者支持计划 (续)

弗里蒙特家属教育和资源中心 (支持精神病患者家属/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	510-821-4696

居家老人案例管理/服务协调

弗里蒙特多方位老年人服务计划 (面向有 Medi-Cal 的弗里蒙特、纽瓦克、联合市居民), www.fremont.gov	510-574-2041
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

慢性病和疾病支持服务/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
美国癌症协会, www.cancer.org	800-227-2345
美国糖尿病学会奥克兰办事处, 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
加利福尼亚失语症中心 (为中风患者服务), http://aphasiacenter.net	510-336-0112
关节炎基金会, www.arthritis.org	415-356-1230
多发性硬化症 (MS) 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.theipi.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/文字电话)
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
弗里蒙特独立生活社区资源, www.crilhayward.org	510-881-5743 / 文字电话: 510-881-0218
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
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）

弗里蒙特成人继续教育学校, www.face.edu	510-793-6465
纽瓦克成人教育中心, www.macgregor.newarkunified.org	510-818-3700
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.olloi.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, http://alamedasocialservices.org	510-577-3500 / 1-866-225-5277
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.redcrossbayarea.org	510-595-4400
预防老年人受伤计划（老年人应急准备课程）, www.acphd.org	510-618-2050

就业计划

“服务、就业、重建”（SER）就业促进会（面向 55 岁以上低收入老年人的就业计划）, 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
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
阿拉米达县公定遗产管理人（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

身后事规划与安排（续）

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/文化的计划

阿富汗老年协会, http://afghanelderlyassociation.org	510-574-2059
东湾韩裔美国老年人服务中心, http://eastbaykoreanamericanseniorcenter.org	510-763-1879
埃塞俄比亚社区文化中心, www.ethiopianccc.org	510-268-4770
少数族裔老年照护联盟, www.ethnicelderscarenetwork.net	
菲律宾公正倡导计划 (入籍和移民援助), www.filipino4justice.org	510-465-9876
弗里蒙特老年中心 (文化/兴趣小组有: 中国俱乐部、东印度老年人、FISA - 弗里蒙特印度老年人协会、印度社区中心、INSAF - 印度裔美国老年人、Los Amigos、穆斯林支持联盟), www.fremont.gov	510-790-6600
米尔皮塔斯印度社区中心 (仅服务于县南部居民), www.indiacc.org	408-934-1130
弗里蒙特国际海湾地区研究所 (移民法律服务), www.iibayarea.org	510-894-3639
东湾犹太家庭及儿童服务, 老年人服务, www.jfcs-eastbay.org	510-558-7800
东湾韩国社区中心 (韩语咨询热线: 844-828-2254), http://kcceb.org	510-547-2662
东湾薰衣草老年人 (LGBTQ 老年人支持服务), www.lavenderseniors.org	510-736-LGBT (5428)

经济补助

阿拉米达县社会服务局弗里蒙特分局 (地址: 39155 Liberty St Ste C330, Fremont 94536), http://alamedasocialservices.org	510-795-2428
阿拉米达县退伍军人服务处奥克兰分处, 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) 弗里蒙特分站 (地址: 39155 Liberty St Ste C330, Fremont 94536), http://alamedasocialservices.org	510-795-2428
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
三城志愿者计划 (为弗里蒙特、纽瓦克和联合市居民提供应急食品篮并发放食品), www.tri-cityvolunteers.org	510-793-4583

食物和营养 (送餐上门)

LIFE 老年照护 (弗里蒙特、纽瓦克和联合市), www.lifeeldercare.org	510-894-0370 转 2
--	------------------

食物和营养 (老年集体用餐)

弗里蒙特多服务老年中心, www.fremont.gov/363/Meals	510-790-6600
联合市 Spectrum 社区服务 (老年人社区集体用餐, 致电获取站点列表), www.spectrumcs.org	510-881-0300 转 222

友好探访/电话宽慰计划

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
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 老年人照护 (志愿者每周探访、致电、外出散步, 提供陪伴), www.lifeeldercare.org	510-894-0370 转 2

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 长期照护计划, 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

健康保险计划 (续)

社会保障局 Medicare 医疗保险计划, www.ssa.gov	800-633-4227
华盛顿医院健康保险服务, www.whhs.com	800-770-9447

低收入至中等收入家庭住房改善计划

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
弗里蒙特市住房翻新与小规模住宅修缮计划 (为低收入房主修缮其自住物业提供延期低息贷款或补助金), www.habitatetsv.org/services/home-repair/fremont	510-803-3388
更新阿拉米达县, 仁爱之家计划 (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, 低收入家庭房屋节能改造援助计划 (由联邦政府出资免费为合格房主或租户提高房屋能效), www.spectrumcs.org	510-881-0300

住房补助计划

阿拉米达县住房管理局, www.haca.net	510-538-8876
弗里蒙特市房屋司, www.fremont.gov	510-494-4500
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	510-581-9380
ECHO 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

住房补助计划 (续)

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

上门服务

阿拉米达县上门支持服务 (照护对象信息和申请), www.alamedasocialservices.org 510-577-1800
阿拉米达县上门支持服务 (照护者信息和申请), www.alamedasocialservices.org 510-577-1877
弗里蒙特独立生活社区资源 (自费转介), www.crilhayward.org 510-881-5743 / 文字电话: 510-881-0218
上门支持服务公共管理局 (提供者登记表), www.ac-pa4ihss.org 510-577-1980
上门支持服务公共管理局 (提供者登记), www.ac-pa4ihss.org 510-577-5694

预防伤害

阿富汗老年协会, www.afghanelderlyassociation.org 510-574-2059
DayBreak 成人照护中心, <http://daybreakcenters.org> 510-834-8314

预防伤害

LIFE 老年人照护, 防跌倒计划, www.lifeeldercare.org..... 510-894-0370 转 2
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

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 (面向需要法律咨询/律师的低收入者), www.ebclc.org 510-548-4040
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（平价牙科诊所可供选择）， www.alamedacds.org	510-547-7188
阿拉米达医疗体系，纽瓦克健康计划， www.alamedahealthsystem.org	510-505-1600
阿拉米达康特拉科斯塔医学学会（医生转介）， www.accma.org	510-654-5383
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
南阿拉米达牙科学会（转介）， www.sacds.org	510-782-5316
华斯克兹医疗中心， www.tvhc.org	510-471-5907
三城医疗机构， www.tri-cityhealth.org	510-770-8040
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
华盛顿医院（弗里蒙特、纽瓦克、联合市均有诊所）， www.whhs.com	510-791-1111
华盛顿医院移动医疗诊所， www.whhs.com	510-818-7803

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
亚洲社区精神健康服务， www.acmhs.org	510-869-6000
弗里蒙特市情绪支持服务（移动精神健康计划和老年人朋辈咨询计划）， www.fremont.org	510-574-2041
阿拉米达县危机支持服务（老年人家庭咨询、悲伤咨询、互助小组）， www.crisissupport.org	510-420-2460 / 24 小时危机热线：800-273-8255
弗里蒙特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	510-790-1010
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
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
预防自杀/危机支持， www.crisissupport.org	800-273-8255

养老院援助/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
加州社区转型，独立生活中心，东湾创新公共服务组织（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
加州养老院改革倡议（提供选择养老院的建议，居民权利倡议）， www.canhr.org	800-474-1116 / 415-974-5171
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
加利福尼亚州公共卫生部（医院、专业护理机构或任何其他医疗机构相关问题或投诉）， www.cdph.ca.gov	866-247-9100

公共监护人办公室

阿拉米达县公共监护人/管理人，遗嘱管理人（法院指定管理人）， www.alamedasocialservices.org	510-577-3585
阿拉米达县公共监护人/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/文化的老年计划）

弗里蒙特老年中心（地址：40086 Paseo Padre Parkway, Fremont, CA 94538）， www.fremont.gov	510-790-6600
纽瓦克，克拉克 W. 雷德克，纽瓦克老年中心（地址：7401 Enterprise Drive, Newark, CA 94560）， www.newark.org	510-578-4840
联合市拉尔夫与玛丽·鲁杰里老年中心（地址：33997 Alvarado Niles Road, Union City, CA 94587）， www.unioncity.org	510-675-5495
互联互通，原“无墙老年中心”（通过免费电话会议为居家老人开展小组活动和友好谈话）， 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
残疾司机车管所车牌， www.dmv.ca.gov	800-777-0133
“为幸存者当司机”计划（为癌症患者提供免费交通和支持性陪伴）， www.driversforsurvivors.org	510-579-0535
残疾人客运： 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
弗里蒙特残疾人客运（仅限弗里蒙特居民）， www.fremont.gov	510-574-2053
联合市残疾人客运（仅限联合市居民）， www.unioncity.org	510-675-5373
出租和城市交通计划： 弗里蒙特和纽瓦克（出租和 Lyft / Uber 出行补贴、门到门接送服务和三城移动管理计划）， www.fremont.gov	510-574-2053
联合市（出租和 Lyft / Uber 出行补贴、门到门接送服务）， www.unioncity.org	510-675-5373
出行培训： “盲人灯塔”计划（面向残障和视障老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
三城出行培训计划（面向弗里蒙特、纽瓦克和联合市残疾人/老人的个人和团体培训）， www.fremont.gov	510-574-2053
VIP 出行、LIFE 老年人照护（帮助老年人和残疾人乘车出行）， www.lifeeldercare.org	510-856-9010

公用事业补助

“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
东湾市政公用事业区“客户援助”计划（低收入客户折扣套餐）， www.ebmud.com	866-403-2683
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、阁楼绝缘、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：	
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
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， http://veterans.acgov.org	510-577-1926
美国退伍军人事务部， www.va.gov	800-827-1000

志愿者机会

阿拉米达县长期照护监察员计划（面向长期志愿照护者）， www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
太平洋人类发展中心（志愿者机会、外联、前台和/或技能型团队）， www.pacificcenter.org	510-548-8283 转 221
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
阿拉米达县上门支持服务（服务对象信息和申请）， www.alamedasocialservices.org	510-577-1800
阿拉米达县上门支持服务（服务提供者信息和申请）， www.alamedasocialservices.org	510-577-1877
阿拉米达县社会服务局弗里蒙特分局（地址：39155 Liberty St Ste C330, Fremont 94536）， http://alamedasocialservices.org	510-795-2428
同情心联盟（为三城居民提供食物、衣服、教务访问、杂活和跑腿等志愿服务）， www.compassionnetwork.org	510-796-7378
康特拉科斯塔县老年人信息与援助， http://ehsd.org	925-229-8434
伊甸住房信息与转介， www.edenir.org	2-1-1 / 888-886-9660
老年人照护地区信息（加州/阿拉米达县以外地区信息服务）， http://eldercare.acl.gov	800-677-1116
移民问题，东湾国际研究所， http://iibayarea.org	510-894-3639
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
上门支持服务公共管理局，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
国税局税务援助（基本信息）， www.irs.gov	510-907-5000
税务援助，美国退休人员协会税务援助计划（无偿协助申请）， www.aarp.org	888-687-2277
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