

सीनियर रिसोर्स गाइड

नन-प्रोफिट और पब्लिक एजेंसीज सर्विंग

ईस्ट अलमेडा काउंटी - डबलिन • लिवरमोर • प्लीसैंटन • सुनोल

सीनियर इंफोर्मेशन एंड असिस्टेंस प्रोग्राम - अलमेडा काउंटी एरिया एजेंसी ऑन एजिंग

6955 फूटहिल बुलेवार्ड, सूइट 143 (1^{री} मंजिल), ओकलैंड, CA 94605; 1-800-510-2020 / 510-577-3530; <http://seniorinfo.acgov.org>

कार्यालय की अवधि: सुबसे 8:30 बजे से शाम 5:00 बजे तक, सोमवार - शुक्रवार

एडल्ट डे केयर/रेसपाइट (उपयोगी वेबसाइट: www.daybreakcenters.org):

ईस्ट बे, हेवर्ड की अल्जाइमर की सेवाएं; http://aseb.org	510-888-1411
डे ब्रेक एडल्ट केयर सेंटर, (वैयक्तिक रीफरल और सामुदायिक शिक्षा); http://daybreakcenters.org	510-834-8314 / TDD 510-433-1165

अल्कोहलिज्म एंड ड्रग एब्ज्यूज प्रीवेंशन प्रोग्राम

अलमेडा काउंट बीहैविओरल हेल्थ केयर सर्विसेज - BHCS, एक्सेस; (अलमेडा काउंटी में मादक द्रव्यों के सेवन से संबंधित सेवाओं के लिए रेफरल); www.acbhcs.org	844-682-7215
अल्कोहलिक्स एनोनिमस, (निःशुल्क 24-घंटे A.A. हॉटलाइन, गोपनीय); http://eastbayaa.org	510-839-8900
अल-अनोल फैमिली ग्रुप्स, (शराबियों के परिवारों और दोस्तों के लिए सहायता); https://al-anon.org	888-429-2537
CA डिपार्टमेंट ऑफ पब्लिक हेल्थ, ऑफिस ऑफ प्रोब्लम गैम्बलिंग; www.cdph.ca.gov	800-426-2537

अल्जाइमर की सेवाएं

अल्जाइमर एसोसिएशन, हेल्पलाइन; (24-घंटे); www.alz.org	800-272-3900
ईस्ट बे, हेवर्ड कैम्पस की अल्जाइमर की सेवाएं; www.aseb.org	510-888-1411
इथनिक एलडर्स केयर नेटवर्क, (एक ऐसा वेबसाइट जो अल्जाइमर और डेमेंशिया से संबंधित विकारों से पीड़ित जातीय बुजुर्गों पर ध्यान केंद्रित करता है); www.ethnicelderscarenetwork.net	
फैमिली केयरगिवर एलायंस, बे एरिया रिसोर्स सेंटर; (फैमिली केयरगिवर के लिए निःशुल्क से लेकर कम कीमत तक की सेवाएं); www.caregiver.org	800-445-8106
UC डेविस हेल्थ अल्जाइमर का रोग केंद्र, ईस्ट बे कार्यालय; (नैदानिक परीक्षण और मूल्यांकन सहित मूल और नैदानिक अनुसंधान); www.health.ucdavis.edu/alzheimers	925-357-6515

केयरगिवर सपोर्ट प्रोग्राम

(नोट: सपोर्ट समूह से संबंधित जानकारी के लिए, एडल्ट डे केयर प्रोग्राम और स्थानीय अस्पतालों से भी संपर्क किया जा सकता है)

उत्तरी कैलिफोर्निया का अल्जाइमर एसोसिएशन, www.alz.org/norcal	925-284-7942
डेब्रेक एडल्ट केयर सेंटर, http://daybreakcenters.org	510-834-8314
फैमिली केयरगिवर एलायंस, कैलिफोर्निया केयरगिवर रिसोर्स सेंटर; (फैमिली केयरगिवर से संबंधित सेवाओं के लिए जानकारी और सहायता सेवाएं प्रदान करता है); https://www.caregiver.org/californias-caregiver-resource-centers	800-445-8106
फैमिली एजुकेशन एंड रिसोर्स सेंटर, लिवरमोर, (मानसिक बीमारी से ग्रस्त परिवार/लोगों की देखभाल करने वाले लोगों के लिए सहायता); www.askferc.org	888-896-3372

केयरगिवर सपोर्ट प्रोग्राम जारी

बे एरिया की फैमिली सपोर्ट सेवाएं, (बच्चों के दादा-दादी/रिलेटिव केयरगिवर के लिए किनशिप सपोर्ट); www.fssba.org	510-834-2443
लिनकन चाइल्ड सेंटर, ट्राई-वैली, किनशिप सपोर्ट प्रोग्राम; (बच्चों के दादा-दादी और रिलेटिव केयरगिवर); http://lincolnfamilies.org	510-273-4700 ext.2000
ट्राई-वैली का सीनियर सपोर्ट प्रोग्राम, (केयरगिवर सपोर्ट); www.ssptv.org	925-931-5379

केस प्रबंधन/घर से बाध्य वरिष्ठ नागरिकों के लिए समन्वयन की सेवाएं

बुजुर्ग, सुखद परिणाम, पब्लिक हेल्थ नर्सिंग; (60+ आयु की आयु वाले उच्च जोखिम मेडी-कल प्राक्कर्ताओं के लिए घर पर आधारित नर्स केस प्रबंधन); www.acphd.org/older-adults.aspx ...	510-383-7037
ट्राई-वैली का सीनियर सपोर्ट प्रोग्राम, www.ssptv.org	925-931-5379

पुरानी बीमारी और रोग से संबंधित सहायता सेवाएं/कार्यक्रम

अलमेडा पब्लिक हेल्थ डिपार्टमेंट, डायबिटीज प्रोग्राम; (टाइप-2 डायबिटीज से पीड़ित अलमेडा काउंटी के निवासियों के लिए निःशुल्क कक्षाएं); www.acphd.org	510-383-5185
अमेरिकन कैंसर सोसायटी, www.cancer.org	800-227-2345
अमेरिकन डायबिटीज एसोसिएशन, ओकलैंड, www.diabetes.org	510-654-4499
अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन, अमेरिकन स्ट्रोक एसोसिएशन; www.heart.org/ www.strokeassociation.org	510-903-4050
एफासिय सेंटर ऑफ कैलिफोर्निया, (आमतौर पर आघात के परिणामस्वरूप भाषा की क्षति से पीड़ित व्यक्तियों के लिए सहायता); http://aphasiacenter.net	510-336-0112
अर्थराइटिस फाउंडेशन, www.arthritis.org	415-356-1230
मल्टीपल स्केलेरोसिस (MS) फ्रेंड्स सपोर्ट लाइन, (पीयर फोन हेल्पलाइन);	866-673-7436
नेशनल मल्टीपल स्केलेरोसिस सोसाइटी, www.nationalmssociety.org	800-344-4867/ 415-230-6677
पार्किंसन संस्थान, www.theipi.org	800-655-2273
महिलाओं का कैंसर रिसर्च सेंटर, बर्कले, www.wcrc.org	510-420-7900

दिव्यांग व्यस्क से संबंधित सेवाएं/प्रोग्राम

अमेरिकन विथ डिसेबिलिटीज (ADA), पैसिफिक ADA सेंटर; www.adapacific.org	800-949-4232 (वॉइस और TTY)
ब्रेल और टॉकिंग बुक लाइब्रेरी - BTBL, http://www.library.ca.gov/btbl/	800-952-5666
कैलिफोर्निया टेलीफोन एक्सेस प्रोग्राम - CTAP, (सुलभ फोन उत्पाद/सेवाएं); www.californiaphones.org	800-806-1191 / TTY: 800-806-4474
कम्यूनिटी रिसोर्सिंग फॉर इंडिपेंडेंट लिविंग - CRIL, लिवरमोर, www.crilhayward.org	925-371-1531/ TTY: 925-371-1533
डीफ काउंसिलिंग एडवोकेसी एंड रेफरल एजेंसी - DCARA, www.dcara.org	510-343-6670
डिसेबिलिटी राइट्स कैलिफोर्निया, ओकलैंड, www.disabilityrightsca.org	510-267-1200
हीयरिंग एंड स्पीच सेंटर ऑफ नॉदर्न कैलिफोर्निया, सैन फ्रांसिस्को, www.hearingspeech.org	415-921-7658 / TTY: 415-921-8990
नेत्रहीन और दृश्य रूप से दिव्यांग व्यक्तियों के लिए लाइटहाउस, www.lighthouse-sf.org	415-431-1481
ईस्ट बे का क्षेत्रीय केंद्र, (विकासत्मक रूप से दिव्यांगों के लिए सेवाएं); www.rceb.org	510-618-6100

शिक्षा (वरिष्ठ केंद्र भी देखें)

डबलिन एडल्ट स्कूल, www.dublinusd.org	925-828-2551
लिवरमोर एडल्ट कम्युनिटी एजुकेशन, www.livermoreschools.org/livermoreadulted	925 606-4722
U.C. बर्कले ओशर लाइफलॉन्ग लर्निंग इंस्टीच्यूट, (50+ आयु के व्यक्तियों के लिए सीखने का समुदाय); www.oli.berkeley.edu	510-642-9934

बुजुर्गों के साथ दुर्व्यवहार पर रोक

अलमेडा काउंटी एडल्ट प्रोटेक्टिव सर्विसेज - APS, www.alamedasocialservices.org	510-577-3500 / 866-225-5277
डिस्ट्रिक्ट एटॉर्नी - कंज्यूमर एंड एनवायरनमेंट प्रोटेक्शन यूनिट, http://www.alcoda.org/cewpd/	510-383-8600
डिस्ट्रिक्ट एटॉर्नी - एल्डर प्रोटेक्शन यूनिट, http://www.alcoda.org/victim_witness/elderdependent_adult	510-267-8800
डिस्ट्रिक्ट एटॉर्नी - विक्टिम/विटनेस असिस्टेंस डिविजन, http://www.alcoda.org/victim_witness/	510-272-6180
वरिष्ठ नागरिकों के लिए कानूनी सहायता, (65+ आयु के अलमेडा काउंटी के निवासियों के लिए एल्डर एब्यूज रीप्रजेंटेशन); www.lashicap.org	510-832-3040

आपातकालीन तैयारी के लिए प्रोग्राम

(नोट: अपने स्थानीय अग्नि विभाग और आपातकालीन सेवाओं के कार्यालय से संपर्क करें)

अमेरिकन रेड क्रॉस, अलमेडा काउंटी, (समूहों के लिए प्रशिक्षण की तैयारी); www.redcross.org	510-595-4400
सीनियर इंजरी प्रीवेंशन प्रोग्राम - SIPP, (बुजुर्गों के लिए आपातकालीन तैयारी की श्रेणियां); www.acphd.org	510-618-2050

रोजगार कार्यक्रम

प्रगति, सेवा, रोजगान, पुनर्विकास के लिए SER-के कार्य; (रोजगार कार्यक्रम, कम आय वाले 55+ आयु के वरिष्ठ नागरिक); www.ser-national.org	510-265-8267
---	--------------

एंड-ऑफ-लाइफ प्लानिंग एंड अरेंजमेंट्स

अलमेडा काउंटी बार एसोसिएशन, (लॉयर रेफरल सर्विस - एस्टेट प्लानिंग, विल्स, और ट्रस्ट से संबंधित 30-मिनट के परामर्श के लिए \$35); www.acbanet.org	510-302-2222 वैकल्पिक 4
अलमेडा काउंटी केयर पार्टनर्स, (एडवांस डिरेक्टिव, POLST IHSS प्राप्तकर्ताओं के लिए अतिरिक्त सहायता); http://gettingthemostoutoflife.org/ihss-pilot	510-577-3517
अलमेडा काउंटी कोरोनर, (परिजनों या वित्तीय साधनों के अभाव में दफन/दाह संस्कार, योग्यता आवेदन द्वारा निर्धारित की जाती है); www.alamedacountysheriff.org	510-268-7300
अलमेडा काउंटी लॉन्ग-टर्म केयर ओमबड्समैन प्रोग्राम, (कुशल नर्सिंग सुविधाओं - SNF में निवासियों के लिए विटनेस एडवांस हेल्थ केयर डिरेक्टिव्स); www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
अलमेडा काउंटी पब्लिक एडमिनिस्ट्रेटर, (ऐसे दिवंगतों की संपत्तियों का प्रबंधन करता है जिसके आगे कोई परिजन या वसीयत प्रबंधक नहीं है); www.alamedasocialservices.org	510-577-3539 या 510-777-4270
बे एरिया फ्यूनरल कंज्यूमर्स एलायंस (BA-FCA, (उपभोक्ता की शिक्षा); http://www.ba-fca.org	650-321-2109
कैलिफोर्निया एडवोकेट्स फॉर नर्सिंग होम रीफॉर्म - CANHR, (एल्डर लॉ एटॉर्नी रेफरल सर्विसेज रिकवरी); www.canhr.org	800-474-1116 / 415-974-5171

एंड-ऑफ-लाइफ प्लानिंग एंड अरेंजमेंट्स

कैलिफोर्निया डिपार्टमेंट ऑफ कंज्यूमर अफेयर्स सीमेटरी एंड फ्यूनरल ब्यूरो, (लाइसेंस फ्यूनरल एजेंसी, उपभोक्ता गाइड प्रकाशित करता है); www.cfb.ca.gov

.....	800-952-5210
गेटिंग द मोस्ट आउट ऑफ लाइफ, अलमेडा काउंटी होस्पाइस प्रोजेक्ट; (एडवांस केयर प्लानिंग और होस्पाइस सेवाओं की शिक्षा और उपयोगिता); http://gettingthemostoutoflife.org	510-667-3099

जातीय / सांस्कृतिक रूप से विशिष्ट कार्यक्रम

ईस्ट बे कोरियन-अमेरिकन सीनियर सर्विसेज सेंटर, http://eastbaykoreanamericanseniorcenter.org	510-763-1879
इथियोपियन कम्युनिटी एंड कल्चरल सेंटर, www.ethiopianccc.org	510-268-4770
एथनिक एल्डर्स केयर नेटवर्क, www.ethnicelderscarenetwork.net	
फिलिपिनो एडवोकेट्स फॉर जस्टिस, (प्राकृतिकरण और आव्रजन सहयोग); www.filipino4justice.org	510-465-9876
इंटरनेशनल इंस्टीच्यूट ऑफ द बे एरिया, ओकलैंड; (आव्रजन से संबंधित कानूनी सेवाएं); www.iibayarea.org	510-451-2846
जेविश फैमिली एंड चिल्ड्रेन सर्विसेज ऑफ द ईस्ट बे, ओल्डर एडल्ट सर्विसेज; www.jfcs-eastbay.org	510-558-7800
कोरियन कम्युनिटी सेंटर ऑफ द ईस्ट बे, (कोरियन इंसो लाइन: 844-828-2254); http://kcceb.org	510-547-2662
लैवेंडर सीनियर्स ऑफ द ईस्ट बे, (LGBTQ एल्डर्स के लिए सपोर्ट सेवाएं); www.lavenderseniors.org	510-736-LGBT (5428)
पैसिफिक सेंटर फॉर ह्यूमन राइट्स, (LGBTQ सीनियर्स के लिए पीयर समूह); www.pacificcenter.org	510-548-8283

वित्तीय सहायता

अलमेडा काउंटी सोशल सर्विसेज एजेंसी:

लिवरमोर आउटस्टेशन, (3311 पैसिफिक एवेन्यू, लिवरमोर 94550); http://alamedasocialservices.org	925-455-0747
अलमेडा काउंटी वेटरन का सेवा कार्यालय, http://alamedasocialservices.org	510-577-1926
कैश असिस्टेंस प्रोग्राम इम्प्रूवमेंट्स - CAPI, (कानूनी रूप से ऐसे गैर-नागरिकों के लिए कानूनी आवश्यकता में लाभ प्रदान करता है जो फेडरल सप्लीमेंट सिक्यूरिटी के अयोग्य हैं आय - SSI); http://alamedasocialservices.org	800-648-0954/ 510-268-2332
ECHO हाउसिंग, रेंटल असिस्टेंस प्रोग्राम; (किफायती कीमत या कम किराए पर लिवरमोर और प्लीसैंटन लोगों को रहने में सहायता प्रदान करता है); www.echofairhousing.org	925-449-7340
सोशल सिक्यूरिटी एडमिनिस्ट्रेशन, SSI; www.ssa.gov	800-772-1213

भोजन और पोषण

अलमेडा काउंटी कम्युनिटी फूड बैंक, www.accfb.org	510-635-FOOD (3663)
कैलफ्रेश (कैलिफोर्निया का फूड स्टैम्प प्रोग्राम), लिवरमोर आउटस्टेशन; (3311 पैसिफिक एवेन्यू, लिवरमोर 94550); http://alamedasocialservices.org	925-455-0747
मर्सी ब्राउन बैग प्रोग्राम, (कम आय वाले वरिष्ठ नागरिकों को योग्य बनाने के लिए महीने में दो बार पूरक थोसरी); https://mercybrownbag.org/	510-534-8540 ext. 369

भोजन और पोषण (घर में वितरित किया जाने वाला भोजन)

स्पेक्ट्रम कम्युनिटी सर्विसेज, (डबलिन, प्लीसैंटन और सुनोल के नागरिकों को सर्व करता है); www.spectrumcs.org 925-931-5385

स्पेक्ट्रम सामुदायिक सर्विसेज, (लिवरमोर के नागरिकों को सर्व करता है); www.spectrumcs.org 925-421-4657

भोजन और पोषण (वरिष्ठ समूह का भोजन)

ओपेन हर्ट किचन, (वरिष्ठ सामुदायिक भोजन; साइट की पूर्ण सूची के लिए कॉल करें); www.openheartkitchen.org 925-580-1616

ओपेन हर्ट किचन लोकेशन:

डबलिन सीनियर सेंटर; www.dublin.ca.gov 925-556-4511

लिवरमोर सीनियर सेंटर; www.larpd.org 925-500-8241

प्लीसैंटन सीनियर सेंटर; www.cityofpleasantonca.gov 925-931-5363

फ्रेंडली विजिटर / टेलीफोन रीएश्यूरेंस प्रोग्राम

क्या आप ठीक हैं?, प्लीसैंटन पुलिस विभाग; (प्लीसैंटन पुलिस स्वास्थ्य/सुरक्षा जांच के लिए वरिष्ठ नागरिकों को कॉल करेगा); www.cityofpleasantonca.gov 925-931-5100

कोविया वेल कनेक्टेड; (पहले बिना दीवार वाला सीनियर सेंटर था; निःशुल्क फोन कंफ्रेंस कॉल के माध्यम से होमबाउंड सीनियर के लिए सामूहिक कार्यकलाप और मैत्रीपूर्ण वार्तालाप); <https://covia.org> 877-797-7299

कोविया, सोशल कॉल; (ऐसे लोगों के लिए सोशल फोन कॉल जो होमबाउंड या अलग हैं); <http://covia.org> 877-797-7299

अलमेडा काउंटी के लिए आपदा सहायता सेवाएं, (60+ आयु के होमबाउंड व्यस्कों के लिए इन-होम काउंसलिंग); www.crisissupport.org 510-420-2460

लैवेंडर सीनियर्स ऑफ द ईस्ट बे, (LGBTQ - लेसबियर, गे, बाई-सेक्सुअल, ट्रांसजेंडर और क्वीयर एलडर्स के लिए सहायता सेवाएं); www.lavenderseniors.org 510-736-LGBT (5428)

लाइफ एल्डर केयर, www.lifeeldercare.org 510-894-0370 ext. 2

ट्राई-वैली का सीनियर सपोर्ट प्रोग्राम, www.ssptv.org 925-931-5388

स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम

अलमेडा काउंटी सोशल सर्विसेज एजेंसी, वर्कफोर्स बेनीफिट एडमिनिस्ट्रेशन - मेडि-कल यूनिट; www.alamedasocialservices.org 800-698-1118 / 510-777-2300

अलमेडा काउंटी सोशल सर्विसेज एजेंसी, मेडि-कल लॉन्ग-टर्म केयर; www.alamedasocialservices.org 510-383-8735

अलमेडा काउंटी सोशल सर्विसेज एजेंसी, मेडिकेयर सेविंग्स प्रोग्राम; (QMB - क्वालिफाइड मेडिकेयर बेनीफिसियरी प्रोग्राम, SLMB - स्पेसिफाइड लॉ-इनकम मेडिकेयर बेनीफिसियरी, QI - क्वालिफाइड इंडिविजुअल); www.alamedasocialservices.org 800-698-1118 / 510-777-2300

कैलिफोर्निया को शामिल किया गया, (कैलिफोर्निया के निवासियों के लिए किराया देखाभाल सेवाएं); www.coveredca.com 800-300-1506

HealthPAC, (ऐसे लोगों के लिए जो 200% फेडरल पोवर्टी लेवल पर या इससे कम आय वाले मेडिकल के योग्य नहीं हैं); www.achealthcare.org 877-879-9633

HICAP - हेल्थ इंश्यूरेंस काउंसलिंग एंड एडवोकेसी प्रोग्राम, www.lashicap.org 510-832-3040

मेडिकेयर, सोशल सिक्यूरिटी एडमिनिस्ट्रेशन; www.ssa.gov 800-633-4227

कम से मध्यम आय वाले परिवारों के लिए गृह सुझार कार्यक्रम

अलमेडा काउंटी हेल्दी होम्स डिपार्टमेंट, हाउसिंग रीहैबिलिटेशन प्रोग्राम; (माइनर रिपेयर ग्रांट्स और रीहैबिलिटेशन ग्रांट्स); www.achhd.org 510-567-8280

सिटी ऑफ प्लीसैंटन, मौजूदा घर मालिकों के लिए आवासीय पुनर्वास कार्यक्रम; <http://admin.cityofpleasantonca.gov> 510-931-5011

रीन्यू अलमेडा काउंटी, हैबिटेट फॉर ह्यूमनिटी; (घर की बिक्री तक स्थगित भुगतान के साथ घर के नवीनीकरण के लिए किराया आवास कर्ज पर 1% का साधारण ब्याज);

www.renewac.org	510-803-3388
स्पेक्ट्रम कम्यूनिटी सर्विसेज, लॉ इनकम वेदराइजेशन असिस्टेंस प्रोग्राम; (संघीय रूप से वित्त प्रदत्त कार्यक्रम जो निःशुल्क ऊर्जा दक्षता प्रदान करता है गोप्य घर मालिकों या किराएदारों के घरों में सुधार); www.spectrumcs.org	510-881-0300

आवासीय सहायता कार्यक्रम

अलमेडा (काउंटी) हाउसिंग ऑथोरिटी, www.haca.net	510-538-8876
सिटी ऑफ प्लीसैंटन, हाउसिंग डिविजन; www.cityofpleasantonca.gov	925-931-5011
CRIL - कम्यूनिटी रिसोर्सेज फॉर इंडीपेंडेंट लिविंग, (दिव्यांग आवासीय सहायता); www.crilhayward.org	510-881-5743/ TTY: 510-881-0218
ECHO हाउसिंग, (निष्पक्ष आवासीय कानूनों, गैरकानूनी आवासीय भेदभाव और टीनेंट/लैंडलॉर्ड सेवाओं पर जानकारी); www.echofairhousing.org	925-449-7340
ECHO हाउसिंग, रेंटल असिस्टेंस प्रोग्राम; (किफायती कीमत या कम किराए पर लिवरमोर और प्लीसैंटन लोगों को रहने में सहायता प्रदान करता है); www.echofairhousing.org	925-449-7340
इडेन इंफोर्मेशन एंड रेफरल, (किराए के घर के बारे में जानकारी और आपातकालीन आवासीय संदर्भ); www.edenir.org	2-1-1/ 888-886-9660
HERA - हाउसिंग एंड इकोनॉमिक राइट्स एडवोकेट्स, (बंधक और वित्तीय परामर्श कार्यक्रमसिटी ऑफ प्लीसैंटन, मौजूदा घर मालिकों के लिए आवासीय पुनर्वास कार्यक्रम); www.heraca.org	510-271-8443
लिवरमोर हाउसिंग ऑथोरिटी, www.livermoreha.org	925-447-3600
NID हाउसिंग काउंसिलिंग एजेंसी, (HUD-स्वीकृत इंटरमेडियरी, रिवर्स मोर्टगेज एजुकेशन, फोरक्लोजर प्रीवेंशन, रेंटल हाउसिंग और वित्तीय प्रबंधन सहायता के लिए सहयोग); www.nidhousing.com	510-268-9792

इन होम सर्विसेज

अलमेडा काउंटी, इन होम सपोर्टिव सर्विसेज- IHSS: ग्राहक जानकारी और आवेदन के लिए; www.alamedasocialservices.org	510-577-1800
प्रदाता जानकारी और आवेदन के लिए; www.alamedasocialservices.org	510-577-1877
क्लाइंट फॉर इंडीपेंडेंट लिविंग - CIL, (प्राइवेट पे रेफरल्स); www.thecil.org	510-841-4776
पब्लिक ऑथोरिटी फॉर IHSS, (IHSS ग्राहकों के लिए प्रदाता रजिस्ट्री सूची); www.ac-pa4ihss.org	510-577-1980
पब्लिक ऑथोरिटी फॉर IHSS, (प्रदाता रजिस्ट्री); www.ac-pa4ihss.org	510-577-5694

दुर्घटना की रोकथाम

सीनियर इंजरी प्रीवेंशन पार्टनरशिप - SIPP, (गिरने से बचने के उपाय और बुजुर्ग चालक की सुरक्षा); www.acphd.org	510-618-2050
ट्राई-वैली का सीनियर सपोर्ट प्रोग्राम, www.ssptv.org	925-931-5379

कानूनी सेवाएं

अलमेडा काउंटी बार एसोसिएशन, लॉयर रेफरल सर्विसेज; www.acbanet.org	510-302-2222
अलमेडा काउंटी बार एसोसिएशन, वोलेंटीयर लीगल सर्विसेज; www.acbanet.org	510-302-2222
बे एरिया लीगल ऐड, www.baylegal.org	800-551-5554
CANHR - कैलिफोर्निया एडवोकेट्स फॉर नर्सिंग होम रीफॉर्म, (एल्डर लॉ एटॉर्नी रेफरल सेवाएं और मेडिकल एस्टेट रिकवरी); www.canhr.org	800-474-1116
सेंट्रल लीगल डे ला राजा, (कम कीमत पर आव्रजन कानूनी सेवाएं); www.centrolegal.org	510-437-1554
ईस्ट बे कम्युनिटी लॉ सेंटर, (कम आय वाले व्यक्तियों के लिए जिन्हें कानूनी सलाह/परामर्श की आवश्यकता है); www.ebclc.org	510-548-4040
एविकशन डिफेंस सेंटर, (बेदखली का सामना करने वाले अलमेडा काउंटी टीनेट के लिए निःशुल्क और कम खर्च में कानूनी सेवाएं प्रदान करता है); www.evictiondefensecenteroakland.org	510-452-4541
HERA - हाउसिंग और इकोनोमिकल राइट्स एडवोकेट्स, (कमजोर समूहों और प्रमुख समस्याओं पर विशेष ध्यान के साथ कम और मध्यम आय वाले नागरिक); www.heraca.org	510-271-8443
इंटरनेशनल इंस्टीच्यूट ऑफ द बे एरिया, (आव्रजन से संबंधित कानूनी सेवाएं); www.iibayarea.org	510-451-2846
वरिष्ठ नागरिकों के लिए कानूनी सहायता, (60 या अधिक वर्ष के आयु के व्यक्तियों की सेवा करता है); www.lashicap.org	510-832-3040
SEEDS कम्युनिटी रिजॉल्यूशन सेंटर, (सामूदायिक मध्यस्थता सेवाएं); www.seedscrc.org	510-548-2377

चिकित्सा/दंत क्लिनिक और सेवाएं

अलमेडा-कोंट्रा कोस्टा मेडिकल एसोसिएशन, (डॉक्टर रेफरल); www.accma.org	510-654-5383
एक्सिस कम्युनिटी हेल्थ, www.axishealth.org	925-462-1755
डेंटि-कल, मेडि-कल डेंटल प्रोग्राम; (मेडिकल डेंटल लाभ पर जानकारी); www.denti-cal.ca.gov	800-322-6384
साउदर्न अलमेडा काउंटी डेंटल सोसायटी, (रेफरल); www.sacds.org	510-782-5316
ट्राई-सिटी हेल्थ, www.tri-cityhealth.org	510-770-8040
टिबुरकियो वासक्वेज हेल्थ सेंटर, www.tvhc.org	510-471-5907
U.C. बर्कले स्कूल ऑफ ऑप्टोमेट्री आई क्लिनिक, www.cal-eye-care.org	510-642-2020
यूनिवर्सिटी ऑफ पैसिफिक - डेंटल केयर सेंटर, www.dental.pacific.edu	510-489-5200

मानसिक स्वास्थ्य / परामर्श कार्यक्रम

अलमेडा काउंटी बीहेनियोरियर हेल्थ केयर, ACCESS; (अलमेडा काउंटी में मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के लिए मेडि-कल रेफरल); www.acbhcs.org	800-491-9099
एशियन कम्युनिटी मेंटल हेल्थ सर्विसेज, www.acmhs.org	510-869-6000
एक्सिस कम्युनिटी हेल्थ, www.axishealth.org	925-462-1755
अलमेडा काउंटी की आपदा सहायता सेवाएं, (सीनियर इन-होम काउंसलिंग, ग्रीफ काउंसलिंग, सहायता समूह); www.crisissupport.org	510-420-2460 / 24-घंटे आपदा लाइन: 800-273-8255
फैमिली एजुकेशन एंड रिसोर्स सेंटर, लिवरमोर, (मानसिक बीमारी से ग्रस्त परिवार/लोगों की देखभाल करने वाले लोगों के लिए सहायता); www.askferc.org	925-583-3772

मानसिक स्वास्थ्य / परामर्श कार्यक्रम जारी

गेरियाट्रिक असेसमेंट और रिस्पॉस टीम, (परामर्श सेवाएं, गंभीर मानसिक स्वास्थ्य, शराब या नशीली दवाओं की समस्याओं से पीड़ित 60+ आयु के अलमेडा काउंटी के निवासियों के लिए

अल्पकालिक स्थिति प्रबंधन); www.acbhcs.org	510-891-5650
अलमेडा काउंटी का मेंटल हेल्थ एसोसिएशन, www.mhaac.org	510-835-5010
पैसिफिक सेंटर फॉर ह्यूमन गोथ, (मानसिक स्वास्थ्य सेवाएं और LGBTQ फोल्क्स के लिए सहकर्मी सहायता समूह); www.pacificcenter.org	510-548-8283
ट्राई-वैली का सीनियर सपोर्ट प्रोग्राम, इन-होम काउंसलिंग प्रोग्राम; www.ssptv.org	925-931-5395
आत्महत्या से रोकथान / आपदा सहायता, www.crisissupport.org	800-273-8255

नर्सिंग होम की सहायता / दीर्घकालिक देखरेख की सुविधाएं (उपयोगी वेबसाइट: www.calqualitycare.org)

अलमेडा काउंटी लॉन्ग टर्म केयर ओमबड्समैन प्रोग्राम, (लाइसेंस केयर फैसिलिटी रिजॉल्यूशन और एडवोकेसी; सूची RCFE - बुजुर्गों के लिए आवासीय देखभाल सुविधाएं और

SNF- स्किल्ड नर्सिंग फैसिलिटीज); www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
कैलिफोर्निया कम्यूनिटी ट्रांजिशन, सेंटर फॉर इंडीपेंडेंट लिविंग, ईस्ट बे इन्वोवेशंस; (योग्य मेडि-कल लाभार्थी जो स्टेट लाइसेंस हेल्थ केयर फैसिलिटी में 90 दिनों के लिए हैं या बहुत दिनों के बाद अपने घर में वापस आते हैं); www.eastbayinnovations.org	510-618-1580
CANHR - कैलिफोर्निया एडवोकेट्स फॉर नर्सिंग होम रीफॉर्म, (नर्सिंग होम के चयन पर सुझाव, निवासियों का सही वकील); www.canhr.org	800-474-1116 / 415-974-5171
स्टेट ऑफ कैलिफोर्निया कम्यूनिटी केयर लाइसेंसिंग एडल्ट एंड सीनियर केयर रीजनल ऑफिस; (बुजुर्गों के लिए आवासीय देखरेख की सुविधाएं - RCFE प्रश्न या शिकायत); www.cdss.ca.gov	510-286-4201
स्टेट ऑफ कैलिफोर्निया डिपार्टमेंट ऑफ पब्लिक हेल्थ, (अस्पताल के बारे में प्रश्न या शिकायत, कुशल नर्सिंग की सुविधा-SNF या अन्य स्वास्थ्य देखरेख की सुविधा); www.cdph.ca.gov	866-247-9100

पब्लिक गार्जियन का कार्यालय

अलमेडा काउंटी पब्लिक गार्जियन - कंजरवेटर, प्रोबेट कंजरवेटरशिप; (अदालत द्वारा नियुक्त कंजरवेटरशिप); www.alamedasocialservices.org	510-577-3585
अलमेडा काउंटी पब्लिक गार्जियन - कंजरवेटर, मेंटल हेल्थ (LPS) कंजरवेटरशिप; (रेफरल किसी स्वीकृत लॉक किए गए एक्यूट साइकाट्रिक फैसिलिटी के मेंटल हेल्थ प्रोफेशनल द्वारा दिए जाते हैं); www.alamedasocialservices.org	510-577-7045

सीनियर सेंटर (जातीय /सांस्कृतिक रूप से वरिष्ठ कार्यक्रमों को भी देखें)

डबलिन. डबलिन सीनियर सेंटर, (7600 अमडोर वैली बुलेवार्ड, डबलिन, CA 94568); www.dublin.ca.gov	925-556-4511
लिवरमोर, लिवरमोर सीनियर सेंटर, (4444 ईस्ट एवेन्यू, लिवरमोर, CA 94550); www.larpd.org	925-373-5760
प्लीसैंटन, प्लीसैंटन सीनियर सेंटर, (5353 सुनोल बुलेवार्ड, प्लीसैंटन, CA 94566); www.cityofpleasanton.gov	925-931-5365
वेल कनेक्टेड; (पहले बिना दीवार वाला सीनियर सेंटर था; निःशुल्क फोन कॉन्फ्रेंस कॉल के माध्यम से होमबाउंड सीनियर के लिए सामूहिक कार्यकलाप और मैत्रीपूर्ण वार्तालाप); www.covia.org	877-797-7299

परिवहन कार्यक्रम और सेवाएं

5-1-1.org, (बे क्षेत्र के लिए यातायात और यात्रा के बारे में जानकारी); www.511.org	5-1-1
AC ट्रांजिट, (वरिष्ठ और दिव्यांग को छूट वाले पास); www.actransit.org	510-891-4777
अमेरिकन कैंसर सोसायटी, रीकवरी के लिए सड़क; (कैंसर के रोगियों को आने-जाने के लिए ट्रांसपोर्टेशन की सुविधा प्रदान करता है); www.cancer.org	800-227-2345
BART, (वरिष्ठ और दिव्यांग को छूट वाला पास); www.bart.gov	510-464-7134
दिव्यांग चालकों के लिए DMV पार्किंग प्लकार्ड, www.dmv.ca.gov	800-777-0133
ट्राई-वैली का सीनियर सपोर्ट प्रोग्राम, वोलेंटीयर्स असिस्टिंग सीनियर्स विथ ट्रांसपोर्टेशन (VAST) प्रोग्राम; (60 वर्ष या इससे अधिक आयु के वरिष्ठ नागरिक जिन्हें दरवाजे तक मेडिकल अपॉइंटमेंट के लिए घर पर दी जाने वाली सेवा, डबलिन, लिवरमोर, सुनोल क्षेत्र में अवश्य होना चाहिए); www.sspvtv.org	925-931-5387
टैक्सी और सिटी ट्रांसपोर्टेशन प्रोग्राम, प्लीसैंटन; (रियायती टैक्सी कार्यक्रम, प्लीसैंटन और सुनोल के निवासियों के लिए डोर-टू-डोर सेवा); www.cityofpleasantonca.gov	925-931-5376
यात्रा प्रशिक्षण, अंधों के लिए लाइटहाउस; (दिव्यांगों और दृश्य रूप से दिव्यांगों के साथ लोगों के लिए व्यक्तिगत और समूह प्रशिक्षण); www.lighthouse-sf.org	415-694-7357
यात्रा प्रशिक्षण, लिवरमोर वैली ट्रांजिट ऑथोरिटी (LAVTA हवील्स); (दिव्यांगों और 65+ आयु के वरिष्ठ नागरिकों सहित व्यक्तिगत और समूह प्रशिक्षण, ट्राई-वैली क्षेत्र की सेवा पाने की आवश्यकता है); www.wheelsbus.com	925-455-7500
यात्रा प्रशिक्षण, लूकिंग ग्लास के माध्यम से; (अलमेडा काउंटी में दिव्यांगता की समस्याओं से पीड़ित परिवारों के लिए प्रशिक्षण); www.lookingglass.org	510-848-1112 ext. 8156
हवील्स डायल-A-राइड, (डबलिन-प्लीसैंटन, लिवरमोर क्षेत्र के लिए पैराट्रांजिट प्रोग्राम); www.wheelsbus.com	925-455-7500

उपयोगिता सहायता

कैलिफोर्निया लाइफलाइन प्रोग्राम, (होम फोन और सेल फोन सेवाओं पर छूट प्रदान करता है); www.cpuc.ca.gov/lifeline	866-272-0349
कैलिफोर्निया टेलीफोन एक्सेस प्रोग्राम - CTAP, (सुलभ फोन उत्पाद/सेवाएं); www.californiaphones.org	800-806-1191 / TTY: 800-806-4474
कैलिफोर्निया वाटर सर्विस कंपनी, कम आय पर दर सहयोग (LIRA); (कम आय वाले ग्राहकों को अर्हता प्राप्त करने के लिए सेवा शुल्क छूट प्रदान करता है); www.calwater.com	877-419-1701
हीट एनर्जी असिस्टेंस प्रोग्राम (HEAP) और वेदराइजेशन प्रोग्राम स्पेक्ट्रम कम्प्युनिटी सर्विसेज; (कम आय वाले घरों के लिए ऊर्जा सहायता, एटिक इंसुलेशन, वेंटर-स्ट्रिपिंग और संरक्षण के संबंधित उपाय); www.spectrumcs.org	510-881-0300
PG&E - पैसिफिक गैस और इलेक्ट्रिक:	
CARE - कैलिफोर्निया अल्टरनेटिव रेट्स फॉर एनर्जी प्रोग्राम; (अर्हता प्राप्त कम आय वाले घरों के लिए गैस/इलेक्ट्रिक बिल पर छूट); www.pge.com	866-743-2273
ऊर्जा बचत सहयोग कार्यक्रम; (अर्हता प्राप्त कम आय वाले घरों के लिए वेदराइजेशन, एनर्जी एफिसिएंट उपकरण); www.pge.com	800-933-9555
मेडिकल बेसलाइन प्रोग्राम; (योग्य मेडिकल स्थितियों के साथ आवासीय ग्राहकों के लिए सबसे कम, बेसलाइन कीमत); www.pge.com	800-743-5000
सामूदायिक सहायता के माध्यम से ऊर्जा सहयोग (REACH); (साल्वेशन आर्मी के माध्यम से संचालित वन-टाइम ऊर्जा सहयोग); www.pge.com	822-933-9677

उपयोगिता सहायता जारी

RHA डिलीवरिंग सोल्यूशंस, मोडरेट इंकम डायरेक्ट इंस्टॉल प्रोग्राम (MIDI); (मध्यम आय वाले घरों के लिए नो कॉस्ट एनर्जी अपग्रेड); 866-455-0898

वेटरेनस सेवाएं

अलमेडा काउंटी वेटरेन का सेवा कार्यालय, www.alamedasocialservices.org 510-577-1926

U.S. डिपार्टमेंट ऑफ वेटरेन अफेयर, www.va.gov 800-827-1000

स्वयंसेवा के अवसर

अलमेडा काउंटी लॉन्ग टर्म केयर ओम्बड्समैन प्रोग्राम, (दीर्घकालिक देखभाल सुविधाओं में व्यक्तियों के लिए स्वयंसेवक अधिवक्ता); www.alamedasocialservices.org 510-638-6878

पैसिफिक सेंटर फॉर ह्यूमन ग्रोथ, (स्वयंसेवक के उपयोग से आउटरीच, फ्रंट डेस्क और/या स्किल बेस्ड टीम के लिए रोजगार); www.pacificcenter.org 510-548-8283 ext. 221

स्टेजब्रिज, (सीनियर एक्टर और स्टोरीटेलर); <http://stagebridge.org> 510-444-4755

वोलंटीयर, (स्वयंसेवक अपनी आवश्यकता के अनुसार संगठन से मेल खाते हैं या नहीं); www.volunteermatch.org 415-241-6868

महत्वपूर्ण संख्याएं

AARP ड्राइवर सेफ्टी प्रोग्राम, (ऑनलाइन और क्लासरूम में ही उपलब्ध हैं); www.aarp.org	800-350-7025
अलमेडा काउंटी एरिया एजेंसी ऑन एजिंग, सीनियर इंफोर्मेशन और सहयोग; (अलमेडा काउंटी के भीतर वरिष्ठ संसाधनों के बारे में जानकारी देता है); http://seniorinfo.acgov.org	800-510-2020 / 510-577-3530
अलमेडा काउंटी लाइब्रेरी फाउंडेशन; (होमवार्ड बाउंड, पुस्तकालय कंप्यूटर प्रशिक्षण और इत्यादि); www.aclf2.org	510-505-7077
अलमेडा काउंटी इन-होम सपोर्टिव सर्विसेज- IHSS, (ग्राहक के बारे में जानकारी और आवेदन करने के लिए); www.alamedasocialservices.org	510-577-1800
अलमेडा काउंटी इन-होम सपोर्टिव सर्विसेज- IHSS, (प्रदाता के बारे में जानकारी और आवेदन करने के लिए); www.alamedasocialservices.org	510-577-1877
अलमेडा काउंटी सोशल सर्विसेज एजेंसी, लिवरमोर आउटस्टेशन; (3311 पैसिफिक एवेन्यू, लिवरमोर 94550); http://alamedasocialservices.org	925-455-0747
कॉट्टा कोस्टा काउंटी, सीनियर इंफोर्मेशन और सहायता; http://ehsd.org	925-229-8434
इडेन इंफोर्मेशन एंड रेफरल, www.edenir.org	2-1-1 / 888-886-9660
एल्डरकेयर लोकेटर, (अलमेडा काउंटी/कैलिफोर्निया के बाहर जानकारी सेवाएं); http://eldercare.acl.gov	800-677-1116
आव्रजन प्रश्न, इंटरनेशनल इंस्टीच्यूट ऑफ द ईस्ट बे; http://iibayarea.org	510-894-3639
पब्लिक ऑथोरिटी फॉर इन-होम सपोर्टिव सर्विसेज, रजिस्ट्री इंफोर्मेशन लाइन - प्रदाता एप्लिकेशन और ऑरिएंटेशन; www.ac-pa4ihss.org	510-577-5694
पब्लिक ऑथोरिटी फॉर इन-होम सपोर्टिव सर्विसेज, IHSS रजिस्ट्री रेफरल - क्लाइंट को प्रदाता की तलाश है; www.ac-pa4ihss.org	510-577-1980
सीनियर इंजरी प्रीवेंशन प्रोग्राम - SIPP, (गिरने से बचने के उपाय); www.acphd.org	510-618-2050
ट्राई-वैली का सीनियर सपोर्ट प्रोग्राम, www.ssptv.org	925-931-5379
सोशल सिक्योरिटी एडमिनिस्ट्रेशन / SSI, www.ssa.gov	800-772-1213
टैक्स असिस्टेंस, इंटरनल रीवेन्यू सर्विसेज (IRS); (सामान्य जानकारी); www.irs.gov	510-907-5000
टैक्स असिस्टेंस, AARP टैक्स-एड प्रोग्राम ; (निःशुल्क फाइलिंग सहयोग); www.aarp.org	888-687-2277
कर सहायता, स्वयंसेवक आयकर सहायता / बुजुर्गों के लिए कर से संबंधित परामर्श; www.irs.gov	800-906-9887

एरिया एजेंसी ऑन एजिंग की ओर से अनुरोध पर उपलब्ध अन्य गाइड:

सीनियर हाउसिंग गाइड • रिटायरमेंट रेजिडेंसेज और कंटेन्यूइंग केयर रिटायरमेंट कम्यूनिटीज • आपात्कालीन प्रतिक्रिया प्रोग्राम • फॉल प्रीवेंशन

• खाद्य और पोषण संसाधन गाइड • होम हेल्थ केयर, होम केयर और होस्पाइस एजेंसी • प्लेसमेंट एजेंसी • SSI/CAP

कृपया ध्यान दें: हालांकि इस जानकारी को अद्यतित रखने का हर संभव प्रयास किया गया है, फिर भी इस जानकारी को एकत्रित करने में किसी भी त्रुटियों या चूक के लिए अलमेडा काउंटी एरिया एजेंसी ऑन एजिंग कोई जिम्मेदारी नहीं लेता है।

अलमेडा काउंटी एरिया एजेंसी ऑन एजिंग सीनियर इंफोर्मेशन एंड असिस्टेंस प्रोग्राम 800-510-2020 / 510-577-3530