

बुजुर्गों संसाधनों की मार्गदर्शिका

गैर-लाभकारी और सार्वजनिक एजेंसियां जो यहां सेवाएं देती हैं

नॉर्थ अल्मेडा काउंटी

अल्मेडा • अल्बानी • बर्कले • एमरिविले • ओकलैंड • पीडमोंट

वरिष्ठ सूचना और सहायता कार्यक्रम - अल्मेडा काउंटी एरिया एजेंसी ऑन एजिंग

6955 फुटहिल बेलवुड, सुइट 143 (पहली मंजिल), ओकलैंड, सी.ए. 94605; 1-800-510-2020 / 510-577-3530; <http://seniorinfo.acgov.org>

कार्यालय अवधि : सुबह 8:30 बजे - शाम 5:00 बजे, सोमवार - शुक्रवार



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

अल्जाइमर्स सर्विसेज़ ऑफ़ द ईस्ट बे - ए.एस.ई.बी., बर्कले, www.aseb.org	510-644-8292
बे एरिया कम्युनिटी सर्विसेज़ - बी.ए.सी.एस., ओकलैंड, http://bayareacs.org	510-601-1074
सेंटर्स फॉर एल्डर्स इंडिपेंडेंस - सी.ई.आई., (पी.ए.सी.ई. - प्रोग्राम ऑफ़ ऑल इंकलूसिव केयर फॉर द एल्डरली); www.cei.elders.org	844-319-1150
डेब्रेक एडल्ट केयर सेंटर, (व्यक्तिगत रेफरल और सामुदायिक शिक्षा); http://daybreakcenters.org	510-834-8314
हांग फुक एडल्ट डे हेल्थ केयर, ओकलैंड, (14वीं स्ट्रीट साइट); www.fambridges.org	510-839-9673
हांग फुक एडल्ट डे हेल्थ केयर, ओकलैंड, (हैरिसन स्ट्रीट साइट); www.fambridges.org	510-302-0460

शराब, नशा सेवन और जुआ रोकने के कार्यक्रम

अल्मेडा काउंटी बिहेवियरल हेल्थ केयर सर्विसेज़ - बी.एच.सी.एस., एक्ससेस; (अल्मेडा काउंटी में मादक द्रव्यों के सेवन की सेवाओं का संदर्भ); www.acbhcs.org	844-682-7215
एल्कोहलिकस एनॉनिमस, (मुफ्त 24-घंटे ए.ए. हॉटलाइन, गोपनीय); http://eastbayaa.org	510-839-8900
अल-अनोन फैमिली ग्रुप्स, (शराबियों के परिवारों और दोस्तों के लिए सहायता); https://al-anon.org	888-429-2537
सी.ए. सार्वजनिक स्वास्थ्य विभाग, जुआ समस्या का कार्यालय; www.cdph.ca.gov	800-426-2537

अल्जाइमर की सेवाएं

अल्जाइमर एसोसिएशन, हेल्पलाइन, (24-घंटे); www.alz.org	800-272-3900
अल्जाइमर्स सर्विसेज़ ऑफ़ द ईस्ट बे - ए.एस.ई.बी., (बर्कले कैंपस); www.aseb.org	510-644-8292
एथनिक एल्डर्स केयर नेटवर्क, (वेबसाइट जो कि अल्जाइमर और डिमेंशिया संबंधी विकारों वाले एथनिक बुजुर्गों पर ध्यान केंद्रित करती है); www.ethnicelderscarenetwork.net	
फैमिली केयरगिवर एलायंस, बे एरिया रिसोर्स सेंटर; (परिवार की देखभाल करने वालों के लिए मुफ्त से कम लागत तक की सेवाएं); www.caregiver.org	800-445-8106
यू.सी. डेविस हेल्थ अल्जाइमर्स डिसेज़ सेन्टर, ईस्ट बे कार्यालय; (नैदानिक परीक्षण और मूल्यांकन सहित बुनियादी और नैदानिक शोध); www.health.ucdavis.edu/alzheimers	925-357-6515

केयरगिवर समर्थन कार्यक्रम

(ध्यान दें: सहायता समूह की जानकारी के लिए, वयस्क डे केयर कार्यक्रमों और स्थानीय अस्पतालों से भी संपर्क करें)

अल्ज़ाइमर एसोसिएशन ऑफ नॉर्थ कैलिफोर्निया, www.alz.org/norcal	925-284-7942
अल्ज़ाइमर्स सर्विसेज़ ऑफ द ईस्ट बे, http://aseb.org	510-644-8292
सिटी ऑफ बर्कले, सर्विसेज़ फॉर केयरगिवर्स; (परिवार देखभालकर्ता सहायता समूह 510-981-5205); www.cityofberkeley.info	नॉर्थ बर्कले: 510-981-5190/ साउथ बर्कले: 510-981-5170
डेब्रेक एडल्ट केयर सेंटर, http://daybreakcenters.org	510-834-8314
फैमिली केयरगिवर एलायंस (पारिवारिक देखभालकर्ताओं की जानकारी और समर्थन सेवाएं देता है); https://www.caregiver.org	800-445-8106
फैमिली एजुकेशन एंड रिसोर्स सेंटर, ओकलैंड (मानसिक रोगियों के परिवार/देखभालकर्ताओं को समर्थन देता है); www.askferc.org	888-896-3372
फैमिली सपोर्ट सर्विसेज़ ऑफ द बे एरिया, (बच्चों के दादा-दादी/नाना-नानी/संबंधी देखभालकर्ताओं के लिए समानता का समर्थन) ; www.fssba.org	510-834-2443
लिनकन चाइल्ड सेंटर, हेवार्ड, किनशिप सपोर्ट प्रोग्राम; (बच्चों के दादा-दादी/नाना-नानी और रिश्तेदार देखभालकर्ता); http://lincolnfamilies.org	510-273-4700

घर में ही रहने वाले बुजुर्गों के लिए सेवाओं का केस प्रबंधन/समन्वय

सिटी ऑफ बर्कले, एजिंग सर्विसेज़ डिवीजन; (बर्कले के बुजुर्ग केंद्रों के आधार पर, बर्कले के निवासियों के लिए केस प्रबंधन 55+); www.cityofberkeley.info	510-981-5180
जे-सेई, बाइलिंगुअल केस मैनेजमेंट; (60 वर्ष या उससे अधिक आयु के बुजुर्ग); www.j-sei.org	510-654-4000
कोरियन कम्युनिटी सेंटर ऑफ द ईस्ट बे, www.kcceb.org	कोरियन टोल फ्री: 844-828-2254/ अंग्रेजी: 510-547-2662
मल्टीपर्सन सीनियर सर्विसेज़ प्रोग्राम - एम.एस.एस.पी., सिटी ऑफ ओकलैंड; (65+ के बुजुर्ग, ओकलैंड, पीडमोंट, एमरीविले और बर्कले के निवासियों को सेवाएं देता है); www.oaklandca.gov	510-238-3762
ओल्डर एडल्ट्स, हैम्पी रिजल्ट, अल्मेडा काउंटी पब्लिक हेल्थ नर्सिंग, (60+ उम्र के उच्च जोखिम वाले मेडी-कैल प्राप्तकर्ताओं के लिए घर आधारित नर्स केस प्रबंधन); www.acphd.org/older-adults.aspx	510-383-7037
सेंट मैरी सेंटर, होमलेस सीनियर सर्विसेज़; (55+ आयु वर्ग के कम आय वाले व्यक्ति, जो बेघर हैं या जिन्हें बेघर होने का खतरा है); www.stmaryscenter.org	510-923-9600
वियतनामीज़ अमेरिकन कम्युनिटी सेंटर ऑफ द ईस्ट बे - वी.ए.सी.सी.ई.बी., www.vacceb.net	510-891-9999

गंभीर रोग और बीमारी समर्थन सेवाएं/कार्यक्रम

अल्मेडा पब्लिक हेल्थ डिपार्टमेंट, डायबिटीज कार्यक्रम; (टाइप-2 डायबिटीज वाले अल्मेडा काउंटी के निवासियों के लिए मुफ्त कक्षाएं); www.acphd.org	510-383-5185
अल्टा बेट्स समिट डायबिटीज सेंटर, (डायबिटीज की स्वयं प्रबंधन कक्षाएं, सहायता समूह); www.altabatessummit.org/diabetes	510-204-1081
अमेरिकन कैंसर सोसायटी, www.cancer.org	800-227-2345
अमेरिकन डायबिटीज एसोसिएशन, ओकलैंड, www.diabetes.org	510-654-4499
अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन, www.heart.org	510-903-4050
अमेरिकन स्ट्रोक एसोसिएशन; www.strokeassociation.org	510-903-4050
अफेसिया सेंटर ऑफ कैलिफोर्निया, (आवाज़ खोने से पीड़ित व्यक्तियों के लिए सहायता, आमतौर पर एक स्ट्रोक के परिणामस्वरूप); http://aphasiacenter.net	510-336-0112
आर्थराइटिस फाउंडेशन, www.arthritis.org	415-356-1230
शैरलेट मैक्सवेल क्लीनिक, इंटीग्रेटिव कैंसर केयर; (कैंसर से पीड़ित कम आय वाली महिलाओं के लिए क्लीनिक); www.charlottemaxwell.org	510-601-7660
मल्टीपल स्केलेरोसिस (एम.एस.) फ्रेंड्स सपोर्ट लाइन, (सहकर्मी हेल्पलाइन);	866-673-7436

गंभीर रोग और बीमारी समर्थन सेवाएं/कार्यक्रम निरंतर

नेशनल मल्टीपल स्केलेरोसिस सोसाइटी, www.nationalmssociety.org	800-344-4867/ 415-230-6677
पार्किंसंस इंस्टीट्यूट, www.theipi.org	800-655-2273
विमिन्स कैंसर रिसर्च सेंटर, बर्कले, www.wcrc.org	510-420-7900

विकलांग वयस्कों की सेवाएं/कार्यक्रम

अमेरिकन्स विद डिसेबिलिटीज़ एक्ट (ए.डी.ए.), पेसिफिक ए.डी.ए. सेंटर; www.adapacific.org (आवाज और टी.टी.वाई.)	800-949-4232
बर्कले प्लेस, इंगक, डीफ/हार्ड ऑफ हियरिंग प्रोजेक्ट;	510-644-2003
ब्रेल एंड टॉकिंग बुक लाइब्रेरी - बी.टी.बी.एल., http://www.library.ca.gov/btbl/	800-952-5666
कैलिफोर्निया टेलीफोन एक्सेस प्रोग्राम - सी.टी.ए.पी., (सुलभ फोन उत्पाद/सेवाएं); www.californiaphones.org	800-806-1191 / TTY: 800-806-4474
सेंटर फॉर इंडिपेंडेंट लिविंग - सी.आई.एल., (स्थान: अल्मेडा, बर्कले, ओकलैंड); www.thecil.org	510-841-4776 / वीडियो फोन 510-356-2662
डीफ काउंसलिंग एडवोकेसी एंड रेफरल एजेंसी - डी.सी.ए.आर.ए., www.dcara.org	510-343-6670
डिसेबिलिटी राइट्स कैलिफोर्निया, ओकलैंड, www.disabilityrightsca.org	510-267-1200
ईजी डू इट, (बर्कले में रहने वाले गंभीर विकलांगता से पीड़ित लोगों और बुजुर्गों के लिए गैर-चिकित्सकीय सेवाएं); www.easydoesitservices.org	510 704-2111
हियरिंग एंड स्पीच सेंटर ऑफ नॉर्दर्न कैलिफोर्निया, सैन फ्रांसिस्को, www.hearingspeech.org	415-921-7658 / टीटीवाई: 415-921-8990
लाइटहाउस फॉर द ब्लाइंड एंड विजुअली इम्पेयर्ड, www.lighthouse-sf.org	415-431-1481
रीजनल सेंटर ऑफ द ईस्ट बे, (विकासात्मक विकलांग व्यक्तियों के लिए सेवाएं); www.rceb.org	510-618-6100

शिक्षा (बुजुर्ग केंद्र भी देखें)

अल्मेडा एडल्ट स्कूल, www.alameda-adult-school.org	510-522-3858
बर्कले एडल्ट स्कूल, http://bas.berkeley.net	510-644-6130
डैनी ई. ग्लोवर एजुकेशन एंड टेक्नोलॉजी सेंटर, (बुजुर्गों को बुनियादी तकनीक की कक्षाएं पेश की जाती हैं); www.degetc.org	510-382-0555
पीडमोंट एडल्ट स्कूल, www.piedmontadultschool.org	510-594-2655
यू.सी. बर्कले ओशर लाइफलॉन्ग लर्निंग इंस्टीट्यूट, (50+ के वयस्कों के लिए सीखने का समुदाय); www.ollie.berkeley.edu	510-642-9934

बुजुर्ग शोषण की रोकथाम

एडल्ट प्रोटेक्टिव सर्विसेज़ - ए.पी.एस., अल्मेडा काउंटी; www.alamedasocialservices.org	510-577-3500 / 866-225-5277
जिला अटॉर्नी - उपभोक्ता और पर्यावरण संरक्षण इकाई, http://www.alcoda.org/cewpd/	510-383-8600
जिला अटॉर्नी - बुजुर्ग सुरक्षा इकाई, http://www.alcoda.org/victim_witness/elderdependent_adult	510-267-8800
जिला अटॉर्नी - पीड़ित/साक्षी सहायता डिविज़न, http://www.alcoda.org/victim_witness/	510-272-6180
लीगल असिस्टेंस फॉर सीनियर्स, (अल्मेडा काउंटी के 65+ के निवासियों के लिए बुजुर्ग शोषण का प्रतिनिधित्व); www.lashicap.org	510-832-3040

आपातकालीन तत्परता कार्यक्रम

(ध्यान दें: अपने स्थानीय अग्निशमन विभाग और आपातकालीन सेवाओं के कार्यालयों से संपर्क करें)

अमेरिकन रेड क्रॉस, अल्मेडा काउंटी, (समूहों के लिए तैयारी प्रशिक्षण); www.redcross.org	510-595-4400
सिटीज़न्स ऑफ ओकलैंड रिस्पॉन्डिंग टू इमरजेंसीज़ - सी.ओ.आर.ई., (ओकलैंड के निवासियों के लिए मुफ्त आपदा प्रशिक्षण कार्यक्रम); www.oaklandca.gov	510-238-3938
सीनियर इंजुरी प्रेवेंशन प्रोग्राम - सी.आई.पी.पी., (बुजुर्ग वयस्कों के लिए आपातकालीन तैयारी कक्षाएं); www.acphd.org	510-618-2050

रोजगार कार्यक्रम

असेट्स सीनियर इम्प्लॉयमेंट प्रोग्राम, (55+ उम्र के ओकलैंड के निवासी); www.oaklandca.gov	510-238-3535
सर-जॉब्स फॉर प्रोग्रेस, सर्विस, इम्प्लॉयमेंट, रिडेवलपमेंट; (रोजगार कार्यक्रम, 55+ के कम आय वाले बुजुर्ग); www.ser-national.org	510-265-8267

जीवन के अंत तक की योजना और व्यवस्थाएं

अल्मेडा काउंटी बार एसोसिएशन, (वकील रेफरल सेवा - 30 मिनट के परामर्श, इस्टेट योजना, वसीयत और ट्रस्ट के लिए \$35); www.acbanet.org	510-302-2222 आगे 4
अल्मेडा काउंटी केयर पार्टनर्स, (आई.एच.एस.एस. प्राप्तकर्ताओं के लिए उन्नत निर्देश, पी.ओ.एल.एस.टी. और अतिरिक्त समर्थन); http://gettingthemostoutoflife.org/ihss-pilot	510-577-3517
अल्मेडा काउंटी कोरोनर, (परिजनों या वित्तीय साधनों के बिना दफन/अंतिम संस्कार, योग्यता आवेदन द्वारा निर्धारित की जाती है); www.alamedacountysheriff.org	510-268-7300
अल्मेडा काउंटी लॉन्ग-टर्म केयर ओम्बुड्समैन प्रोग्राम, (कुशल नर्सिंग सुविधाओं में निवासियों के लिए अग्रिम स्वास्थ्य देखभाल के निर्देश) www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
अल्मेडा काउंटी पब्लिक एडमिनिस्ट्रेटर, (उन वंशजों के सम्पदा का प्रशासन करता है, जिनका कोई अगला-परिजन या निष्पादक नहीं है); www.alamedasocialservices.org 510-577-3539 या 510-777-4270	
बे एरिया फ्यूनरल कंज्यूमर्स एलायंस (बी.ए.-एफ.सी.ए., (उपभोक्ता शिक्षा); http://www.ba-fca.org	650-321-2109
कैलिफोर्निया एडवोकेट्स फॉर नर्सिंग होम रिफॉर्म - सी.ए.एन.एच.आर., (बुजुर्ग कानून वकील रेफरल सेवाओं और मेडी-कैल एस्टेट वसूली पर जानकारी); www.canhr.org	800-474-1116 / 415-974-5171
कैलिफोर्निया डिपार्टमेंट ऑफ कन्ज्यूमर अफेयर्स सेमेट्री एंड फ्यूनरल ब्यूरो, (अंतिम संस्कार एजेंसियों को लाइसेंस देता है, उपभोक्ता गाइड प्रकाशित करता है); www.cfb.ca.gov	800-952-5210
गेटिंग द मोस्ट आउट ऑफ लाइफ, अल्मेडा काउंटी हॉस्पिटल प्रोजेक्ट; (अग्रिम देखभाल योजना और धर्मशाला सेवाओं की शिक्षा और उपयोग); http://gettingthemostoutoflife.org	510-667-3099

संजातीय/सांस्कृतिक विशिष्ट कार्यक्रम

ईस्ट बे कोरियन-अमेरिकन सीनियर सर्विसेज़ सेंटर, http://eastbaykoreanamericanseniorcenter.org	510-763-1879
इथियोपियन कम्यूनिटी एंड कल्चरल सेंटर, www.ethiopianccc.org	510-268-4770
एथनिक एल्डर्स केयर नेटवर्क, www.ethnicelderscarenetwork.net	
फैमिली ब्रिज्स, इंगक (एशियाई-बोलने वालों, सूचना और सहायता के लिए सामाजिक सेवाएं); www.fambridges.org	510-839-2022
फिलिपिनो एडवोकेट्स फॉर जस्टिस, (प्राकृतिककरण और आप्रवासन सहायता); www.filipino4justice.org	510-465-9876
फ्रूटवेल-सैन एंटोनियो सीनियर सेंटर, (अंग्रेजी, स्पेनिश और कंबोडियन बोलने वाले); www.unitycouncil.org	510-535-6123
इंटरनेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ द बे एरिया, ओकलैंड; (आप्रवासन कानूनी सेवाएं); www.iibayarea.org	510-451-2846
जेसस फैमिली एंड चिल्ड्रन्स सर्विसेज़ ऑफ द ईस्ट बे, बुजुर्ग सेवाएं; www.jfcs-eastbay.org	510-558-7800
जे-सेई, एमरविले; www.j-sei.org	510-654-4000
कोरियन कम्यूनिटी सेंटर ऑफ द ईस्ट बे, (कोरियाई सूचना लाइन - 1-844-828-2254); http://kcceb.org	510-547-2662
लाओ फैमिली कम्यूनिटी डेवलपमेंट, इंगक, दक्षिण पूर्व एशियाई बुजुर्ग कार्यक्रम; www.lfcd.org	510-533-8850

संजातीय/सांस्कृतिक विशिष्ट कार्यक्रम निरंतर

लैवेंडर सीनियर्स ऑफ़ द ईस्ट बे, (एल.जी.बी.टी.क्यू बुजुर्गों के लिए समर्थन सेवाएं); www.lavenderseniors.org	510-736-LGBT (5428)
पैसिफिक सेंटर फॉर ह्यूमन ग्रोथ, (एल.जी.बी.टी.क्यू सीनियर्स के लिए सहकर्मी समूह); www.pacificcenter.org	510-548-8283
वियतनामीज़ अमेरिकन कम्यूनिटी सेंटर ऑफ़ द ईस्ट बे - वी.ए.सी.सी.ई.बी., www.vacceb.net	510-891-9999

वित्तीय सहायता

अल्मेडा काउंटी सोशल सर्विसेज़ एजेंसी <http://alamedasocialservices.org>

स्थान:

ईस्टमॉंट सेल्फ-सफिसिएंसी सेंटर; (6955 फुटहिल बेलवुड, स्टे. 100, ओकलैंड 94605);	510-383-5300
नॉर्थ काउंटी मल्टी-सर्विस सेंटर; (2000 सैन पाब्लो एवेन्यू, ओकलैंड 94612)	510-891-0700
एंटरप्राइज़ सेल्फ सफिसिएंसी; (8477 एंटरप्राइज़ वे, ओकलैंड 94621)	510-263-2420
अल्मेडा काउंटी वेटरन्स सर्विस ऑफिस, http://alamedasocialservices.org	510-577-1926
कैश असिस्टेंस प्रोग्राम इमिग्रेंट्स - सी.ए.पी.आई., (उन वित्तीय ज़रूरतों वाले कानूनी गैर-नागरिकों के लिए लाभ प्रदान करता है जो संघीय संपूरक सुरक्षा आय - एस.एस.आई. के लिए अयोग्य हैं); http://alamedasocialservices.org	800-648-0954/ 510-268-2332
सोशल सोसायटी एडमिनिस्ट्रेशन, एस.एस.आई.; www.ssa.gov	800-772-1213

खाना और पोषण

अल्मेडा काउंटी कम्यूनिटी फूड बैंक, www.accfb.org	510-635-फूड (3663)
कैलफ़ोर्निया का फूड टिकट कार्यक्रम), http://alamedasocialservices.org ;	

स्थान:

ईस्टमॉंट सेल्फ-सफिसिएंसी सेंटर; (6955 फुटहिल बेलवुड, स्टे. 100, ओकलैंड 94605);	510-383-5300
नॉर्थ काउंटी मल्टी-सर्विस सेंटर; (2000 सैन पाब्लो एवेन्यू, ओकलैंड 94612)	510-891-0700
एंटरप्राइज़ सेल्फ सफिसिएंसी सेंटर; (8477 एंटरप्राइज़ वे, ओकलैंड 94621)	510-263-2420
सिटी ऑफ़ अल्मेडा फूड बैंक, (केवल अल्मेडा शहर के निवासियों को सेवाएं देता है); http://www.alamedafoodbank.org	510-523-5850
मर्सी ब्राउन बैग प्रोग्राम, (पात्र कम आय वाले बुजुर्ग नागरिकों को महीने में दो बार सप्लीमेंटल किराना); <i>seniors</i> ; https://mercybrownbag.org	510-534-8540 एक्स. 369
सेंट पॉल्स पैन्ट्री ऑफ़ होप, (समुदाय में उन बुजुर्गों को किराने का सामान प्रदान करता है, जिनके पास खाना पकाने की सुविधा है); http://www.stpaulsoakland.org	510-834-4314 एक्स. 504

खाना और पोषण (होम डिलीवर किया गया भोजन)

अल्मेडा मील्ल्स ऑन व्हील्स, (केवल अल्मेडा शहर के निवासियों के लिए); www.alamedamealsonwheels.org	510-865-6131
अल्बानी मील्ल्स ऑन व्हील्स, www.albanyc.org	510-524-9124
बर्कले मील्ल्स ऑन व्हील्स, www.cityofberkeley.info	510-981-5250
एमरीविले मील्ल्स ऑन व्हील्स,	510-596-4309
प्रोजेक्ट ओपन हैंड, (ओकलैंड निवासियों के लिए; घर में रहने वाले और गंभीर रूप से बीमार गैर-बुजुर्ग); www.openhand.org	510-622-0221
एस.ओ.एस. मील्ल्स ऑन व्हील्स, ओकलैंड, पीडमॉंट; www.sosmow.org	510-460-5855

खाना और पोषण (बुजुर्ग समूह का भोजन)

अल्बानी सीनियर सेंटर, www.albanyca.org	510-522-9122
एमरीविले सीनियर सेंटर, http://www.ci.emeryville.ca.us	510-596-3730
नॉर्थ बर्कले सीनियर सेंटर, www.cityofberkeley.info	510-981-5190
साउथ बर्कले सीनियर सेंटर, www.cityofberkeley.info	510-981-5170
स्पेक्ट्रम कम्यूनिटी सर्विसेज़, अल्मेडा, ओकलैंड; (पूरे काउंटी में कई स्थान, बुजुर्गों के भोजन स्थलों की सूची के लिए संपर्क करें); www.spectrumcs.org	510-881-0300 एक्स. 222
वियतनामीज़ अमेरिकन कम्यूनिटी सेंटर ऑफ़ द ईस्ट बे - वी.ए.सी.सी.ई.बी., www.vacceb.net	510-891-9999

दोस्ताना आगंतुक/टेलीफोन आश्वासन कार्यक्रम

अल्मेडा फ्रेंडली विज़िटर, (निःशुल्क साप्ताहिक यात्रा; अल्मेडा शहर के निवासियों के लिए); www.alamedamealsonwheels.org	510-748-0342
कोविया, वेल कनेक्टेड; (पूर्व में सीनियर सेंटर विदाउट वॉल्स; मुफ्त फोन कॉन्फ्रेंस कॉल के माध्यम से, घर में रहने वाले बुजुर्गों के लिए सामूहिक गतिविधियाँ और दोस्ताना बातचीत); http://covia.org 877-797-7299	
कोविया, सोशल कॉल; (घर में या अलग-थलग रहने वाले लोगों के लिए सामाजिक फ़ोन कॉल्स); http://covia.org	877-797-7299
क्राइसिस सपोर्ट सर्विसेज़ ऑफ़ अल्मेडा काउंटी, (60+ आयु वर्ग के घर में रहने वाले वयस्कों के लिए घर में परामर्श); www.crisissupport.org	510-420-2460
फ़ैमिली ब्रिज्जस, इंगक, (घर में रहने वाले, सामाजिक रूप से अलग-थलग कैंटोनीज़ या मेंडरिन बोलने वाले बुजुर्गों को साहचर्य प्रदान करता है); www.familybridges.org	510-763-9017
जे-सेई, फ्रेंडली विज़िटर एंड कॉलर्स; www.j-sei.org	510-654-4000 एक्स. 13
लैवेंडर सीनियर्स ऑफ़ द ईस्ट बे, (एल.जी.बी.टी.क्यू - लेस्बियन, गे, बाय-सेक्सुअल, ट्रांसजेंडर और क्वीर बुजुर्गों के लिए समर्थन सेवाएं); www.lavenderseniors.org	510-736-एल.जी.बी.टी. (5428)
लाइफ़ एल्डरकेयर, www.lifeeldercare.org	510-894-0370 एक्स. 2
सीनियर कम्पेनियन प्रोग्राम, ओकलैंड शहर; www.oaklandca.gov	510-238-2987
सेंट मैरी सेंटर, www.stmaryscenter.org	510-923-9600

स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम

अल्मेडा काउंटी सोशल सर्विसेज़ एजेंसी, कार्यबल लाभ प्रशासन - मेडी-कैल यूनिट; www.alamedasocialservices.org	800-698-1118 / 510-777-2300
अल्मेडा काउंटी सोशल सर्विसेज़ एजेंसी, मेडी-कैल लॉन्ग-टर्म केयर; www.alamedasocialservices.org	510-383-8735
अल्मेडा काउंटी सोशल सर्विसेज़ एजेंसी, चिकित्सा बचत कार्यक्रम; (क्यू.एम.बी. - क्वालिफ़ाइड मेडिकेयर बेनेफ़िसियरी प्रोग्राम, एस.एल.एम.बी. - स्पेसिफ़ाइड लो-इंकम मेडिकेयर लाभार्थी, क्यू.आई. - क्वालिफ़ाइड इंडिविजुअल); www.alamedasocialservices.org	800-698-1118 / 510-777-2300
कवर्ड कैलिफ़ोर्निया, (कैलिफ़ोर्निया के लिए सस्ती स्वास्थ्य देखभाल); www.coveredca.com	800-300-1506
हेल्थपैक, (उन व्यक्तियों के लिए जो 200% संघीय गरीबी स्तर पर या उससे कम आय वाले मेडी-कैल के लिए पात्र नहीं हैं); www.achealthcare.org	877-879-9633
एच.आई.सी.ए.पी. - हेल्थ इश्योरेंस काउंसलिंग एंड एडवोकेसी प्रोग्राम, www.lashicap.org	510-832-3040
मेडिकेयर, सोशल सिक्योरिटी एडमिनिस्ट्रेशन; www.ssa.gov	800-633-4227

निम्न से मध्यम आय वाले घरों के लिए ग्रह सुधार कार्यक्रम

अल्मेडा काउंटी हेल्दी होम्स डिपार्टमेंट, आवास पुनर्वास कार्यक्रम; (घर की मामूली मरम्मत के लिए अनुदान और पुनर्वास अनुदान); www.achhd.org	510-567-8280
सेंटर फॉर इंडिपेंडेंट लिविंग - सी.आई.एल., आवासीय अभिगम कार्यक्रम; (केवल बर्कले निवासी, विकलांग लोगों के लिए मुफ्त पहुंच संशोधन); www.thecil.org	510-841-4776
हाउसिंग अथॉरिटी ऑफ़ द सिटी ऑफ़ अल्मेडा, आवासीय पुनर्वास कार्यक्रम; (अल्मेडा निवासियों का शहर; पहुंच संशोधन); www.alamedahsg.org	510-747-4341
रीबिल्डिंग टूगेदर - ईस्ट बे नॉर्थ, अल्बानी, बर्कले, एमरीविले; www.rtebn.org	510-644-8979
रीबिल्डिंग टूगेदर - ओकलैंड, www.rtoakland.org	510-625-0316
रीन्यू अल्मेडा काउंटी, हैबिटाट फॉर ह्यूमैनिटी; (किफ़ायती घर नवीकरण ऋण- सरल 1% ब्याज के साथ, घर के बिकने तक भुगतान को स्थगित कर दिया जाता है); www.renewac.org	510-803-3388
स्पेक्ट्रम कम्यूनिटी सर्विसेज़, कम आय वाली मौसम सहायता कार्यक्रम; (फेडरल से फंडेड प्रोग्राम जो योग्य घर के मालिकों या किराए पर रहने वालों के घरों में मुफ्त ऊर्जा दक्षता सुधार प्रदान करता है); www.spectrumcs.org	510-881-0300

आवास सहायता कार्यक्रम

अल्मेडा (सिटी) हाउसिंग अथॉरिटी, अल्मेडा शहर का आवास प्राधिकरण; www.alamedahsg.org	510-747-4300
अल्मेडा (काउंटी) हाउसिंग अथॉरिटी, www.haca.net	510-538-8876
बर्कले हाउसिंग अथॉरिटी, www.cityofberkeley.info/bha/	510-981-5470
बे एरिया कम्यूनिटी सर्विसेज़ - बी.ए.सी.एस., ओकलैंड, www.bayareacs.org	510-613-0330
ओकलैंड हाउसिंग अथॉरिटी, www.oakha.org	510-874-1500
सेंटर फॉर इंडिपेंडेंट लिविंग - सी.आई.एल., (विकलांग आवास सहायता); www.thecil.org 510-841-4776/वीडियो फोन:	510-356-2662
इको हाउसिंग, (निष्पक्ष आवास कानूनों, आवास भेदभाव और किरायेदार/मकान मालिक सेवाओं पर जानकारी); www.echofairhousing.org	510-496-0496
ईडन इंफॉर्मेशन एंड रेफरल, (किराये की आवास सूचना और आपातकालीन आश्रय के रेफरल); www.edenir.org	2-1-1 / 888-886-9660
एच.ई.आर.ए. - हाउसिंग एंड इकॉनॉमिक्स राइट्स एडवोकेट्स, (गिरवी और वित्तीय परामर्श कार्यक्रम); www.heraca.org	510-271-8443
जस्ट कॉज़, (कम आय वाले ओकलैंड निवासियों के लिए मुफ्त किरायेदार परामर्श और केस प्रबंधन); www.cjjc.org	510-836-2687
कीप ओकलैंड हाउसड, कैथोलिक चैरिटीज़ ऑफ़ द ईस्ट बे; (आपातकालीन वित्तीय सहायता और ओकलैंड निवासियों के लिए केस प्रबंधन सेवाएं जो अपने घर खोने के खतरे में हैं); www.keepoaklandhoused.org	510-768-3100
एन.आई.डी. हाउसिंग काउंसिलिंग एजेंसी, (एच.यू.डी.-स्वीकृत मध्यस्थ, रिवर्स मॉर्टगेज शिक्षा, पुरोबंध रोकथाम, किराये की मकान और वित्तीय प्रबंधनसहायता); www.nidhousing.com	510-268-9792
ओकलैंड हाउसिंग असिस्टेंस सेंटर, (आवास सेवाएं और संसाधन);	510-238-6182

घरेलू सेवा

अल्मेडा काउंटी इन-होम सपोर्टिव सर्विसेज- आई.एच.एस.एस.; www.alamedasocialservices.org

ग्राहक जानकारी और आवेदन करने के लिए 510-577-1800

प्रदाता जानकारी और आवेदन करने के लिए 510-577-1877

सेंटर फॉर इंडिपेंडेंट लिविंग - सी.आई.एल., (निजी वेतन रेफरल); www.thecil.org 510-841-4776 / वीडियो फोन: 510-356-2662

पब्लिक अथॉरिटी फॉर आई.एच.एस.एस., www.ac-pa4ihss.org

आई.एच.एस.एस क्लाइंट के लिए प्रदाता सूची 510-577-1980

प्रदाता रजिस्ट्री 510-577-5694

स्कॉट्स अटेंडेंट लिस्ट, (विकलांग लोगों के लिए व्यक्तिगत परिचर सूची); www.scottsassistantlist.com

चोट की रोकथाम

डेब्रेक एडल्ट केयर सेंटर, <http://daybreakcenters.org> 510-834-8314

लाइफलॉन्ग मेडिकल केयर, www.lifelongmedical.org 510-981-4100

सीनियर इंजरी प्रिवेंशन पार्टनरशिप - एस.आई.पी.पी., (गिरने से रोकथाम के कार्यक्रम और पुराने ड्राइवर की सुरक्षा); www.acphd.org 510-618-2050

स्पेक्ट्रम कम्युनिटी सर्विसेज, फॉल प्रिवेंशन प्रोग्राम; (पूरे काउंटी में कई स्थान, किसी स्थान के लिए संपर्क); www.spectrumcs.org 510-881-0300 एक्स. 270

सेंट मैरीज़ सेंटर, (व्यायाम कार्यक्रम; चिकित्सा शिक्षा कार्यक्रम); www.stmaryscenter.org 510-923-9600

कानूनी सेवा

अल्मेडा काउंटी बार एसोसिएशन, वकील रेफरल सेवाएं; www.acbanet.org 510-302-2222

अल्मेडा काउंटी बार एसोसिएशन, स्वयंसेवी कानूनी सेवाएं; www.acbanet.org 510-302-2222

बे एरिया लीगल एड, www.baylegal.org 800-551-5554

सी.ए.एन.एच.आर. - कैलिफोर्निया एडवोकेट्स फॉर नर्सिंग होम रिफॉर्म, (बुजुर्ग कानून एटॉर्नी रेफरल सेवाओं और मेडी-कैल एस्टेट वसूली पर जानकारी); www.canhr.org 800-474-1116

सेंट्रो लीगल डे ला रज़ा, (कम लागत वाली आप्रवासन कानूनी सेवाएं); www.centrolegal.org 510-437-1554

ईस्ट बे कम्युनिटी लॉ सेंटर, (कानूनी सलाह/परामर्श के लिए कम खर्च की आप्रवासन सेवाएं); www.ebclc.org 510-548-4040

एविकशन डिफेंस सेंटर, (अल्मेडा काउंटी के उन किरायेदारों को मुफ्त और कम लागत वाली कानूनी सेवाएं प्रदान करता है जो बेदखली का सामना कर रहे हैं); www.evictiondefensecenteroakland.org 510-452-4541

एच.ई.आर.ए. - हाउसिंग एंड इकॉनॉमिक राइट्स एडवोकेट्स, (समूहों और प्रमुख मुद्दों पर विशेष रूप से ध्यान देने के साथ, कम आय वाले और मध्यम आय वाले निवासियों के लिए); www.heraca.org 510-271-8443

इंटरनेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ़ द बे एरिया, (आप्रवासन कानूनी सेवाएं); www.iibayarea.org 510-451-2846

लीगल असिस्टेंट्स फॉर सीनियर्स, (60+ उम्र के व्यक्तियों को सेवाएं देता है); www.lashicap.org 510-832-3040

सीड्स कम्युनिटी रिज़ॉल्यूशन सेंटर, (सामुदायिक मध्यस्थता सेवाएं); www.seedsrca.org 510-548-2377

चिकित्सा/दांत की क्लीनिक और सेवाएँ

अल्मेडा काउंटी डेंटल सोसाइटी, (कम लागत वाले दांत विकल्प); www.alamedacds.org	510-547-7188
अल्मेडा स्वास्थ्य प्रणालियाँ:	
ईस्टमॉन्ट वेलनेस सेंटर; www.alamedahealthsystem.org	510-567-5700
हाइलैंड वेलनेस; www.alamedahealthsystem.org	510-437-5039
अल्मेडा-कॉन्ट्रा कोस्टा मेडिकल एसोसिएशन, (डॉक्टर रेफरल); www.accma.org	510-654-5383
एशियन हेल्थ सर्विसेज़, (चिकित्सा और दांत चिकित्सा सेवाएं); www.asianhealthservices.org	510-986-6880
बर्कले डेंटल सोसाइटी, (रेफरल अल्बानी और बर्कले); www.berkeleyds.org	510-644-9800
बर्कले फ्री क्लिनिक, (चिकित्सा और दांत चिकित्सा सेवाएं); www.berkeleyfreeclinic.org/	510-548-2570
डेंटी-कैल, मेडी-कैल डेंटल प्रोग्राम; (मेडी-कैल दांत के लाभों पर जानकारी); www.denti-cal.ca.gov	800-322-6384
ला क्लिनिका डे ला रज़ा, www.laclinica.org	510-535-4000
लाइफ लॉन्ग मेडिकल केयर, (भुगतान करने की क्षमता की परवाह किए बिना, कम आय वाले व्यक्तियों को स्वास्थ्य, दांत चिकित्सा और सामाजिक सेवाएं प्रदान करता है); www.lifelongmedical.org	510-981-4100
नेटिव अमेरिकन हेल्थ सेंटर, ओकलैंड मेडिकल; (बे एरिया की मूल आबादी और अन्य सेवाहीन आबादी को सेवाएं देता है); www.nativehealth.org	510-535-4400
नेटिव अमेरिकन हेल्थ सेंटर, ओकलैंड डेंटल; www.nativehealth.org	510-535-4450
ओकलैंड वी.ए. आउट पेशेंट क्लिनिक, www.norminstrcalifornia.va.gov	510-267-7800
ऑर्डर ऑफ माल्टा क्लिनिक नॉर्दन कैलिफोर्निया, www.orderofmaltaclinic.com	510-587-3000
यू.सी. 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
वेस्ट ओकलैंड हेल्थ, (पूरे ओकलैंड में कई स्थान); www.wohc.org	510-835-9610

मानसिक स्वास्थ्य / परामर्श कार्यक्रम

अल्मेडा काउंटी बिहेवियरल हेल्थकेयर, एक्सेस; (अल्मेडा काउंटी में मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के लिए मेडी-कैल रेफरल); www.acbhcs.org	800-491-9099
अल्टा बेट्स समिट बिहेवियरल हेल्थ केयर, www.sutterhealth.org	510-204-4405
एशियन कम्युनिटी मेंटल हेल्थ सर्विसेज़, www.acmhs.org	510-869-6000
सिटी ऑफ बर्कल मेंटल हेल्थ एडल्ट सर्विसेज़, (बर्कले और अल्बानी के निवासी, बर्कले या अल्बानी के बेघरों सहित); www.cityofberkeley.info	510-981-5290
क्राइसिस सपोर्ट सर्विसेज़ ऑफ अल्मेडा काउंटी, (बुजुर्गो इन-होम काउंसिलिंग, शोक परामर्श, सहायता समूह); www.crisissupport.org	510-420-2460 / 24-घंटे आपदा लाइन: 800-273-8255
फैमिली एजुकेशन एंड रिसोर्स सेंटर, ओकलैंड, (मानसिक बीमारी वाले लोगों के परिवार / देखभाल करने वाले के लिए समर्थन); www.askferc.org	888-896-3372 / 510-746-1700
जेरियाट्रिक असेसमेंट एंड रिस्पॉन्स टीम - जी.ए.आर.टी., (गंभीर मानसिक स्वास्थ्य, शराब या नशीली दवाओं की चिंताओं वाले 60+ उम्र के अल्मेडा काउंटी के निवासियों के लिए परामर्श सेवाएं, अल्पकालिक केस प्रबंधन); www.acbhcs.org	510-891-5650
ला क्लिनिका डे ला रज़ा, www.laclinica.org	510-535-4000
मेंटल हेल्थ एसोसिएशन ऑफ अल्मेडा काउंटी, www.mhaac.org	510-835-5010

मानसिक स्वास्थ्य / परामर्श कार्यक्रम निरंतर

पैसिफिक सेंटर फॉर ह्यूमन ग्रोथ, (मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं और एल.जी.बी.टी.क्यू. लोगों के लिए सहकर्मी सहायता समूह); www.pacificcenter.org	510-548-8283
वेस्ट ओकलैंड हेल्थ, www.westoaklandhealth.org.....	510-835-9610
आत्महत्या रोकथाम/क्राइसिस सपोर्ट, www.crisissupport.org	800-273-8255

नर्सिंग होम सहायता/लंबी अवधि की देखभाल सुविधाएं (उपयोगी वेबसाइट: www.calqualitycare.org)

अल्मेडा काउंटी लॉन्ग टर्म केयर ओम्बुड्समैन प्रोग्राम, (लाइसेंस प्राप्त देखभाल सुविधा संकल्प और समर्थन; सूची आर.सी.एफ.ई. - रेजिडेंशियल केयर फैसिलिटीज़ फॉर एल्डर्ली और एस.एन.एफ. - स्किल्ड नर्सिंग फैसिलिटीज़); www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
कैलिफोर्निया एडवोकेट्स फॉर नर्सिंग होम रिफॉर्म - सी.ए.एन.एच.आर., (नर्सिंग होम के चुनाव पर सुझाव; निवासियों के अधिकारों के समर्थक); www.canhr.org	800-474-1116 / 415-974-5171
ईस्ट बे इनोवेशन, कैलिफोर्निया कम्यूनिटी ट्रांजिशन, (पात्र मेडी-कैल लाभार्थी जो 90 दिनों या उससे अधिक समय के लिए राज्य लाइसेंस प्राप्त स्वास्थ्य देखभाल सुविधा में हैं अपने घर में वापस जाते हैं); www.eastbayinnovations.org	510-618-1580
स्टेट ऑफ कैलिफोर्निया कम्यूनिटी केयर लाइसेंसिंग, वयस्क और बुजुर्ग देखभाल क्षेत्रीय कार्यालय; (बुजुर्गों के लिए आवासीय देखभाल सुविधाएं - आर.सी.एफ.ई. लाइसेंसिंग); www.cdss.ca.gov	510-286-4201
स्टेट ऑफ कैलिफोर्निया डिपार्टमेंट ऑफ हेल्थ, (अस्पताल, कुशल नर्सिंग सुविधा-एस.एन.एफ. या किसी अन्य स्वास्थ्य सुविधा के बारे में प्रश्न या शिकायतें); www.cdph.ca.gov	866-247-9100

सार्वजनिक अभिभावक कार्यालय

अल्मेडा काउंटी पब्लिक गार्जियन - संरक्षक, प्रोबेट कंजर्वेटरशिप; (अदालत द्वारा नियुक्त संरक्षक); www.alamedasocialservices.org.....	510-577-3585
अल्मेडा काउंटी पब्लिक गार्जियन - कंजर्वेटर, मानसिक स्वास्थ्य (एल.पी.एस.) कंजर्वेटरशिप; (मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरों द्वारा अनुमोदित लॉक की गई गंभीर मनोरोग सुविधा से रेफरल किए जाते हैं); www.alamedasocialservices.org	510-577-7045

बुजुर्ग केन्द्र (संजातीय/सांस्कृतिक रूप से विशिष्ट बुजुर्ग कार्यक्रम भी देखें)

अल्मेडा मैस्टिक सीनियर सेंटर, (1155 सांता क्लारा एवेन्यू, अल्मेडा, सी.ए. 94501); www.mastickcenter.com	510-747-7500
अल्बानी सीनियर सेंटर, (846 मेसोनिक एवेन्यू, अल्बानी, सी.ए. 94706); www.albanyca.org	510-524-9122
बर्कले, नॉर्थ बर्कले सीनियर सेंटर, वेस्ट बर्कले सर्विस सेंटर में; (1900 सिक्स स्ट्रीट, बर्कले, CA 94710); www.cityofberkeley.info	510-981-5190
बर्कले, हेनरी रेमसे जूनियर साउथ बर्कले सीनियर सेंटर, (2939 एलिस स्ट्रीट, बर्कले, सी.ए. 94702); www.cityofberkeley.info	510-981-5170
एमरीविले सीनियर सेंटर, (4231 सलेम स्ट्रीट, एमरीविले, सी.ए. 94608); www.ci.emeryville.ca.us	510-596-3730
एमरीविले, जे-सेई, (1285 - 66वीं स्ट्रीट, एमरीविले सी.ए. 94608); www.j-sei.org	510-654-4000
ओकलैंड, डाउनटाउन ओकलैंड सीनियर सेंटर, (200 गेंड एवेन्यू, ओकलैंड, सी.ए. 94610); www.oaklandca.gov	510-238-3284 / टी.टी.वाई.: 510-238-3254
ओकलैंड, ईस्ट बे कोरियन अमेरिकन सीनियर सेंटर, (1723 टेलीग्राफ एवेन्यू, ओकलैंड, सी.ए. 94612); www.eastbaykoreanamericanseniorcenter.org	510-763-1879
ओकलैंड, ईस्ट ओकलैंड सीनियर सेंटर, (9255 एडीज़ एवेन्यू, ओकलैंड, सी.ए. 94609); www.oaklandca.gov	510-615-5731 / टी.टी.वाई.: 510-238-3254
ओकलैंड, फ्रूटवेल - सैन एंटोनियो सीनियर सेंटर, (3301 पूर्व 12वीं स्ट्रीट, ओकलैंड, सी.ए. 94601); www.oaklandca.gov	510-535-6123 / टी.टी.वाई.: 510-238-3254
ओकलैंड, गोल्डन एजेस सीनियर सेंटर, (ईस्टमोन्ट टाउन सेंटर, 73वा एवेन्यू और बैनक्रॉफ्ट एवेन्यू, मॉल के ऊपरी स्तर, लाइब्रेरी के बगल में);	510-562-1900
ओकलैंड, हॉन्ग लोक सीनियर सेंटर, (275 - 7वीं स्ट्रीट, ओकलैंड, सी.ए. 94607); www.oaklandca.gov	510-763-9017 / टी.टी.वाई.: 510-238-3254

बुजुर्ग केन्द्र (संजातीय/सांस्कृतिक रूप से विशिष्ट बुजुर्ग कार्यक्रम भी देखें) निरंतर

ओकलैंड, नॉर्थ ओकलैंड सीनियर सेंटर, (5714 मार्टिन लूथर किंग जूनियर मार्ग, ओकलैंड, सी.ए. 94609); www.oaklandca.gov	510-597-5085 / टी.टी.वाई.: 510-238-3254
ओकलैंड, सेंट मैरी सेंटर, ड्रॉप-इन सेंटर, (925 ब्रॉकहर्स्ट स्ट्रीट, ओकलैंड, सी.ए. 94608); www.stmaryscenter.org	510-923-9600 एक्स. 235
ओकलैंड, वियतनामीस अमेरिकन कम्युनिटी सेंटर ऑफ द ईस्ट बे, (655 अंतर्राष्ट्रीय बुलेवार्ड, ओकलैंड, सी.ए. 94606); www.vacceb.net	510-891-9999
ओकलैंड, वेस्ट ओकलैंड सीनियर सेंटर, (9255 एडीज़ एवेन्यू ओकलैंड, सी.ए. 94609); www.oaklandca.gov 510-238-7016 / टी.टी.वाई.:	510-238-3254
पीडमोंट, पीडमोंट सीनियर्स, (मासिक बैठकें आमतौर पर महीने के चौथे बुधवार को सुबह 10:00 बजे से दोपहर तक आयोजित की जाती हैं। बैठक के स्थान और अधिक जानकारी के लिए कॉल करें); www.ci.piedmont.ca.us	510-420-3070
वेल कनेक्टेड, (पूर्व में सीनियर सेंटर विदाउट वॉल्स); (मुफ्त फ़ोन कॉन्फ़्रेंस कॉल के माध्यम से घर में रहने वाले बुजुर्गों के लिए समूह गतिविधियों और अनुकूल बातचीत); www.covia.org	877-797-7299

परिवहन कार्यक्रम और सेवाएं

5-1-1.org, (बे एरिया के लिए यात्रा सूचना); www.511.org	5-1-1
ए.सी. ट्रांजिट, (बुजुर्गों और विकलांगों के लिए रियायती पास); www.actransit.org	510-891-4777
अमेरिकन कैंसर सोसायटी, रोड टू रिकवरी; (कैंसर रोगियों के लिए उपचार कराने के लिए जाने और आने के लिए परिवहन प्रदान करता है); www.cancer.org	800-227-2345
बी.ए.आर.टी., (वरिष्ठ और विकलांग लोगों के लिए रियायती पास); www.bart.gov	510-464-7134
विकलांग ड्राइवरों के लिए डी.एम.वी. पार्किंग प्लाकार्ड, www.dmv.ca.gov	800-777-0133
ईस्ट बे पैराट्रांसिट सर्विस - ई.बी.पी.टी., (उन लोगों के लिए परिवहन जो अमेरिकन्स विद डिसेबिलिटीज़ एक्ट - ए.डी.ए. के मानदंडों को पूरा करते हैं); www.eastbayparatransit.org	800-555-8085

टैक्सी और शहर परिवहन कार्यक्रम:

अल्मेडा (सिटी); (चिकित्सा के अपॉइंटमेंट के लिए रियायती टैक्सी कार्यक्रम, स्थानीय शॉपिंग सेंटर्स के लिए मुफ्त लूप शटल); www.alamedaca.gov	510-747-7513
अल्बानी, (टैक्सी कार्यक्रम और खरीदारी के लिए डोर-टू-डोर सेवा); www.albanysca.org.....	510-524-9122
बर्कले, (टैक्सी प्रोग्राम और व्हीलचेयर वैन प्रोग्राम); www.cityofberkeley.info	510-981-7269
एमरीविले, (उसी दिन की टैक्सी और लिफ्ट/उबेर प्रतिपूर्ति और डोर-टू-डोर सेवा); www.emeryville.org	510-596-3730
ओकलैंड और पीडमोंट, (टैक्सी प्रोग्राम और व्हीलचेयर वैन प्रोग्राम); www.oaklandca.gov	510-238-3036

यात्रा प्रशिक्षण कार्यक्रम:

सेंटर फॉर इंडिपेंडेंट लिविंग - सी.आई.एल., (विकलांग और बुजुर्ग लोगों के लिए व्यक्तिगत प्रशिक्षण); www.the cil.org	510-841-4776 एक्स. 3118
लाइटहाउस फॉर द ब्लाइंड, (विकलांग व्यक्तियों और आंखों की परेशानी से गुजर रहे बुजुर्ग लोगों के लिए व्यक्तिगत और सामूहिक प्रशिक्षण); www.lighthouse-sf.org	415-694-7357
थू द लुकिंग ग्लास; (अल्मेडा काउंटी में विकलांगता की समस्या वाले परिवारों को प्रशिक्षण); www.lookingglass.org.....	510-848-1112 एक्स. 8156
यूनियन सीनियर्स ऑफ ओकलैंड एंड अल्मेडा काउंटी - यू.एस.ओ.ए.सी., (55+ आयु वर्ग के बुजुर्ग नागरिकों और विकलांग लोगों के लिए समूह प्रशिक्षण); www.usoac.org	510-729-0851

व्हीलचेयर की मरम्मत और रखरखाव कार्यशाला, ईजी डज़ इट; www.easydoesitservices.org	510-845-5513
---	--------------

उपयोगिता सहायता

अल्मेडा म्यूनिसिपल पावर, (अल्मेडा शहर के निवासियों के लिए, वित्तीय सहायता और छूट); www.alamedamp.com	510-748-3900
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 - सी.टी.ए.पी., (सुलभ फोन उत्पाद / सेवाएं); www.californiaphones.org	800-806-1191 / टी.टी.वाई.: 800-806-4474
ई.बी.एम.यू.डी. - ईस्ट बे म्यूनिसिपल यूटिलिटी डिस्ट्रिक्ट, ग्राहक सहायता कार्यक्रम; (कम आय वाले ग्राहकों के लिए छूट कार्यक्रम); www.ebmud.com	866-403-2683
हीट एनर्जी असिस्टेंस प्रोग्राम (एच.ई.ए.पी.) एंड वेदराइजेशन प्रोग्राम, स्पेक्ट्रम कम्युनिटी सर्विसेज; (कम आय वाले घरों के लिए ऊर्जा सहायता; एटिक इन्सुलेशन, मौसम-अलग करना, और संबंधित संरक्षण उपाय); www.spectrumcs.org	510-881-0300
पी.जी.एंडई. - पैसिफिक गैस एंड इलेक्ट्रिक डिस्काउंट प्रोग्राम्स:	
केयर - कैलिफोर्निया अल्टरनेटिव रेट्स फॉर एनर्जी प्रोग्राम; (योग्य कम आय वाले घरों के लिए गैस / बिजली बिल पर छूट); www.pge.com	866-743-2273
ऊर्जा बचत सहायता कार्यक्रम; (योग्य, कम आय वाले घरों के लिए वेदराइजेशन, ऊर्जा-कुशल उपकरण); www.pge.com	800-933-9555
मेडिकल बेसलाइन कार्यक्रम; (न्यूनतम मेडिकल स्थितियों वाले आवासीय ग्राहकों के लिए सबसे कम, बेसलाइन कीमत पर ऊर्जा); www.pge.com	800-743-5000
पी.जी.एंडई. - पैसिफिक गैस एंड इलेक्ट्रिक, रिलीफ फॉर एनर्जी असिस्टेंट थ्रू कम्युनिटी हेल्प (रीच); (साल्वेशन सेना के माध्यम से प्रशासित एक बार की ऊर्जा सहायता); www.pge.com	822-933-9677
आर.एच.ए. डिलीवरिंग सॉल्यूशंस, मॉडरेट इनकम डायरेक्ट इंस्टाल प्रोग्राम (मिडी); (मध्यम आय वाले घरों के लिए किसी लागत के बिना लागत ऊर्जा कुशल उन्नयन);	866-455-0898

वयोवृद्ध सेवाएं

अल्मेडा काउंटी वेटरन्स सर्विस ऑफिस, www.alamedasocialservices.org	510-577-1926
यू.एस. डिपार्टमेंट ऑफ वेटरन्स अफेयर्स, www.va.gov	800-827-1000

स्वयंसेवी अवसर

ए.ए.आर.पी. एक्सपीरियंस कॉर्प्स बे एरिया, (50+ के वयस्क पढ़ने वाले प्राथमिक स्कूल के बच्चों को ट्यूटर और मेंटर करते हैं); www.aarp.org	415-745-5670
अल्मेडा काउंटी लाइब्रेरी - अल्बानी, फ्रेंड्स ऑफ अल्बानी लाइब्रेरी; www.friendsalbanycalibrary.com	510-526-37720 एक्स. 7
अल्मेडा काउंटी लॉन्ग टर्म केयर ओम्बुड्समैन प्रोग्राम, (दीर्घकालिक देखभाल सुविधाओं में व्यक्तियों के लिए स्वयंसेवक समर्थक); www.alamedasocialservices.org	510-638-6878
फोस्टर ग्रैंडपैरेंट प्रोग्राम, ओकलैंड शहर; (55+ के वयस्क जोखिम वाले युवाओं का संरक्षण करते हैं); www.oaklandca.gov	510-238-3080
पैसिफिक सेंटर फॉर ह्यूमन ग्रोथ, (स्वयंसेवक अवसर उपलब्ध, आउटरीच, फ्रंट डेस्क और/या कौशल आधारित टीम); www.pacificcenter.org	510-548-8283 एक्स. 221
सीनियर कैम्पेन प्रोग्राम, ओकलैंड शहर; (55+ के वयस्क दैनिक जीवन के कार्यों में कठिनाइयों का सामना कर रहे बुजुर्गों को साहचर्य और सहायता प्रदान करते हैं); www.oaklandca.gov	510-238-3080
स्टेजब्रिज, (वरिष्ठ अभिनेता और कहानीकार); http://stagebridge.org	510-444-4755
वॉलेन्टियर मैच, (स्वयंसेवक स्वयंसेवकों की आवश्यकता वाले संगठनों के साथ मिलते हैं); www.volunteermatch.org	415-241-6868

महत्वपूर्ण नंबर

ए.ए.आर.पी. ड्राइवर सेफ्टी प्रोग्राम, (ऑनलाइन और कक्षा के पाठ्यक्रम उपलब्ध); www.aarp.org 800-350-7025

अल्मेडा काउंटी एरिया एजेंसी ऑन एजिंग, सीनियर इंफॉर्मेशन एंड असिस्टेंस; (अल्मेडा काउंटी के भीतर वरिष्ठ संसाधनों के बारे में जानकारी प्रदान करता है);

<http://seniorinfo.acgov.org> 800-510-2020 / 510-577-3530

अल्मेडा काउंटी इन-होम सपोर्टिव सर्विसेज़- आई.एच.एस.एस.:

ग्राहक जानकारी और आवेदन करने के लिए; www.alamedasocialservices.org:..... 510-577-1800

प्रदाता की जानकारी और आवेदन करने के लिए; www.alamedasocialservices.org 510-577-1877

अल्मेडा काउंटी लाइब्रेरी फ़ाउंडेशन, बुजुर्गों के कार्यक्रम; (होमवर्ड बाउंड, लाइब्रेरी कंप्यूटर प्रशिक्षण, और अन्य); www.aclf2.org 510-505-7077

अल्मेडा काउंटी सोशल सर्विसेज़ एजेंसी, वर्कफ़ोर्स बनेफ़िट्स एडमिनिस्ट्रेशन (डब्ल्यू.बी.ए.)

ईस्टमॉट सेल्फ-सफ़िसिंसी सेंटर; (6955 फ़ुटहिल बेलवुड, स्ट. 100, ओकलैंड 94605); <http://alamedasocialservices.org> 510-383-5300

नॉर्थ काउंटी मल्टी-सर्विस सेंटर; (2000 सैन पाब्लो एवेन्यू, ओकलैंड 94612); <http://alamedasocialservices.org> 510-891-0700

एंटरप्राइज़ सेल्फ सफ़िसिंसी सेंटर; (8477 एंटरप्राइज़ वे, ओकलैंड 94621); <http://alamedasocialservices.org> 510-263-2420

बर्कले एज—फ़्रेंडली कॉन्टिनुम, (बर्कले के बुजुर्ग निवासियों को जानकारी और रेफरल, और समर्थन प्रदान करता है); www.berkeleycontinuum.org 510-559-0036

कॉन्ट्रा कोस्टा काउंटी, वरिष्ठ सूचना और सहायता; <http://ehsd.org> 925-229-8434

ईडन इंफॉर्मेशन एंड रेफरल, www.edenir.org 2-1-1 / 888-886-9660

एल्डरेकेयर लोकेटर, (अल्मेडा काउंटी/कैलिफोर्निया के बाहर सूचना सेवाएं); <http://eldercare.acl.gov> 800-677-1116

इमिग्रेशन क्वेश्चंस, इंटरनेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ़ द ईस्ट बे; <http://iibayarea.org> 510-451-2846

घरेलू सहायक सेवाओं के लिए सार्वजनिक प्राधिकरण:

रजिस्ट्री इंफॉर्मेशन लाइन - प्रदाता आवेदन और अभिविन्यास; www.ac-pa4ihss.org 510-577-5694

आई.एच.एस.एस. रजिस्ट्री रेफरल - एक प्रदाता खोजने के लिए ग्राहक; www.ac-pa4ihss.org 510-577-1980

सीनियर इंजुरी प्रवेंशन प्रोग्राम - एस.आई.पी.पी., (गिरने की रोकथाम कार्यक्रम); www.acphd.org 510-618-2050

सोशल सिक्योरिटी एडमिनिस्ट्रेशन/एस.एस.आई., www.ssa.gov 800-772-1213

कर सहायता, ए.ए.आर.पी. कर-सहायता कार्यक्रम; (मुक्त कर; www.aarp.org 888-687-2277

कर सहायता, इंटरनल रिवेन्यू सर्विस (आई.आर.एस.); (सामान्य जानकारी); www.irs.gov 510-907-5000

कर सहायता, बुजुर्गों के लिए स्वयंसेवी आयकर सहायता/कर परामर्श; www.irs.gov 800-906-9887

अनुरोध पर एरिया एजेंसी ऑन एजिंग से उपलब्ध अन्य मार्गदर्शिकाएं:

- बुजुर्ग आवास मार्गदर्शिका • सेवानिवृत्ति निवास और सतत देखभाल सेवानिवृत्ति समुदाय • आपातकालीन प्रतिक्रिया कार्यक्रम • गिरने की रोकथाम
- खाने और पोषण संसाधन की मार्गदर्शिका • होम हेल्थ केयर, होम केयर और धर्मशाला एजेंसियां • प्लेसमेंट एजेंसियां • एस.एस.आई./सी.ए.पी.आई.

कृपया ध्यान दें: हालांकि इस जानकारी को अपडेट रखने के लिए हर संभव प्रयास किया जाता है, लेकिन अल्मेडा काउंटी एरिया एजेंसी ऑन एजिंग इस जानकारी को संकलित करने में त्रुटियों या चूक के लिए कोई जिम्मेदारी नहीं लेती है।

अल्मेडा काउंटी एरिया एजेंसी ऑन एजिंग, वरिष्ठ सूचना और सहायता कार्यक्रम 800-510-2020 / 510-577-3530