

EMERGENCIA – 24 HORAS

Policía, bomberos, paramédicos 911
Llame al 9-1-1 solo para reportar emergencias que amenacen la vida humana o propiedad y que demanden atención inmediata.

Centro de Crisis Contra Costa
Línea directa las 24 horas(800) 833-2900

Código de área (510) a menos que se indique de otra manera

Centros de atención médica de día para adultos

Centro de cuidado de atención de la salud de día para adultos 669-1005
Red de cuidados para el adulto(925) 682-1000

Administración de la atención médica

Proyecto de actualización de la tercera edad234-1839
Servicios para familias judías.. (925) 927-2000
Programa de servicios de propósitos múltiples para personas mayores (MSSP)..... (925) 682-6330
Rubicon..... 235-1516
Servicios de alcance para adultos mayores(925) 798-8788

Discapacidades

Dept. de rehabilitación del Estado de CA ... 232-7062
Hawkins Center 232-6611
Recurso de vida independiente 232-6611
Lions Center/discapacidad visual (800)750-3937
MedicAlert (800) 432-5378
Centro regional de East Bay ... (925) 798-3001
Programa de retorno seguro...(888) 572-8566

Maltrato a personas mayores

Servicios de protección para el adulto (24 horas, 7 días de la semana para reportar abuso).....(877) 839-4347
¡OPÓNGASE! Para familias libres de violencia (24 horas, 7 días de la semana) (888) 215-5555
Ombudsman (si la persona mayor vive en un internado de atención/hogar de ancianos)(925) 685-2070

Empleo

East Bay Works Career Center
Richmond @ 25th St 307-8014
Richmond @ 11th St 970-7320
San Pablo..... 412-6740
Registro de tareas del hogar 234-2820
Registro de apoyo en el hogar . (877) 333-1081
Programa de empleo para personas mayores 412-6740

Asuntos del final de la vida

An Elderly Wish Foundation (925) 978-1883
Asistencia para cremación/entierro 412-1920
Cuidados paliativos de East Bay(925) 887-5678
Atención en el hogar Sutter..... (925) 677-4240

Finanzas

Asesoramiento de crédito para consumidores (866) 331-2227
Asistencia general 412-1900
Preparación sin costo del impuesto sobre la renta (800) 510-2020
Medi-Cal
Para aplicar..... (800) 709-8348
En línea..... www.benefitscalwin.org
Clientes actuales de Medi-Cal.. (866) 663-3225
Seguro Social (800) 772-1213
Oficina de servicio de los veteranos...374-3241

Alimentos

Brown Bag/Banco de alimentos (800) 870-3663
CC Cafes (sitios de almuerzos para personas mayores) Vea Senior Centers
CalFresh para aplicar (Cupones para alimentos)
Hercules 262-7700
Richmond..... 412-3000
En línea..... www.benefitscalwin.org
Clientes actuales (866) 663-3225
Meals on Wheels 412-0166

Servicios de salud

Asociación de Alzheimer(800) 272-3900
Centro Comunitario de Salud Brookside 215-9092
Centro para independencia para adultos mayores433-1150
CC Regional Medical Center.....(925) 370-5000
Asesoramiento las 24 horas para realizar citas en la clínica(800) 495-8885
Para inscribirse en el Plan médico....(800) 211-8040
VIH-SIDA.....(925) 313-6770
Hospital de médicos - San Pablo 970-5000
Vacunas contra la gripe.....(800) 510-2020
Agencias de cuidados paliativos ..(800) 510-2020
Centro Médico Kaiser 307-1555
La Clínica..... 535-4000
Medicare(800) 633-4227
Clínica de VA.....(925) 313-1481

Servicios en el hogar

Sistemas de respuesta a emergencias ...(800) 510-2020
Programa para evitar caídas.....(925) 937-8311
Visitas amigables 234-2820
Registro de tareas del hogar..... 234-2820
Servicios de apoyo en el hogar (IHSS)
Para aplicar..... 231-8299
Para revisar el estado de la aplicación..... 231-8299
Para comunicarse con su trabajador231-8296
Registro.....(877) 333-1081
Nómina.....(877) 335-2171
Servicios de la línea de ayuda para adultos mayores (Alivio por teléfono)..... (925) 284-8328

Tele-asistencia (contacto por teléfono)(925) 934-0901
Climatización..... (925) 335-1116

Vivienda

Vida asistida/listas de internados de atención y hogar de ancianos especializados ... (800) 510-2020
Línea directa de indigentes (800) 799-6599
Autoridad de vivienda
Lista de espera/Sec 8 (888) 746-8731
North Richmond (vivienda pública).. 232-8492
Sec 8 de la Ciudad de Richmond ... 621-1300
Rodeo (vivienda pública) 799-0400
Listas de viviendas a bajo costo (800) 510-2020
Shelter, Inc 215-0636

Legal/Defensa

Consejo asesor de la tercera edad (925) 229-8434
Reclamos automotores 335-1111
Clínica de bancarrota (925) 969-3341
Ayuda legal para el área de la bahía (oficina) .. 233-9954
Línea de asesoramiento..... 250-5270
Línea directa legal para adultos mayores de CA (800) 222-1753
Resolución de conflictos (925) 687-8844 ext 301
Tutela/tutoría legal (925) 646-2901
Asesoramiento y defensa del seguro médico (HICAP) (800) 510-2020
Hogar de ancianos Ombudsman 685-2070
Servicios de la comunidad del pacífico.. (800) 914-6874
(Asesoramiento de vivienda y disputas de arrendatario/arrendador)
Centro legal para adultos mayores (866) 543-8017
Servicios legales para adultos mayores374-3712

Lesbianas, homosexuales, bisexuales, transgénero

Recursos locales www.eastbaypride.com
Rainbow Community Center (925) 692-0090

Soledad/asesoramiento/salud mental

Alcohólicos anónimos..... (925) 939-4155
CC Regional Medical Center
Emergencia de psiquiatría (24 horas)...(925) 646-2800

Citas para salud mental

Línea de acceso (888) 678-7277
 Tratamiento contra el uso de alcohol/drogas (800) 846-1652
 Salud mental para adultos mayores (888) 678-7277

Centro de crisis Contra Costa (24 horas, 7 días de la semana) (800) 833-2900
 Línea amiga de 8:00 a. m. a 11:00 p. m. (800) 971-0016
 Orientación por duelo (800) 837-1818
 Orientación de compañeros adultos mayores..... (925) 521-5640
 Prevención de suicidios de 11:00 p. m. a 8:00 a. m. (800) 971-0016
 Lista de grupos de apoyo (800) 510-2020

Recreación/Educación

Programa de conducción segura AARP(888) 227-7668
 Listas de clubes, organizaciones y programas de ejercicios (800) 510-2020
 Universidad Contra Costa235-7800
 Educación para adultos Richmond215-4666
 Centro para adultos mayores sin paredes..(877) 797-7299

Centros para adultos mayores/CC Cafes* (sitios de almuerzos para personas mayores)

Crocket Community Center* 787-1341
 El Cerrito Open House*559-7677
 Hercules* 799-8219
 North Richmond*232-3511
 Anexo de Richmond620-6812
 Richmond*307-8087
 Rodeo* 799-2706
 San Pablo*215-3095

Transporte (marque 511) o:

Tránsito A. C.891-4700
 BART236-2278
 Información de paratransito de East Bay.....287-5035
 o (800) 555-8085
 Easy Ride (Solo residentes de El Cerrito)...599-7677
 Hercules Senior Center 799-8219
 Vale de paratransito de Richmond.....307-8026
 o307-8027

Viajes para adultos mayores.... (925) 284-6699
 Información de WestCAT724-7993
 Citas724-7433

Asistencia de servicios públicos

Tarifas alternas para energía de CA....(800) 743-2273
 Programa de asistencia de energía en el hogar(925) 335-8900
 Programa básico médico de ayuda para energía (800) 743-5000
 Alivio por ayuda de energía a través de ayuda comunitaria (REACH)..... (800) 933-9677

Oportunidades para voluntarios

Servicios de emergencia y voluntariado CC (925) 521-5062
 Visitas amigables..... 234-2820 ext 130
 Programa de asesoramiento y defensa del seguro médico (HICAP)..... (800) 510-2020
 Programa de voluntariado para personas mayores y jubilados (RSVP).....232-0163
 Orientación de compañeros adultos mayores (925) 521-5640

Sitios web

Beneficioswww.benefitscheckup.org
www.benefits.gov
 Servicios Sociales CC .. www.cccounty.us/ehsd
 Legal.....www.courts.ca.gov
 Medicarewww.cchicap.org
 www.medicare.gov
 Recurso en línea www.211database.org
 Seguro Socialwww.ssa.gov

PREPARACIÓN SIN COSTO DEL IMPUESTO SOBRE LA RENTA

Disponible para personas con ingresos de limitados a moderados. Los sitios están localizados en todo el condado. Llame al (800) 510-2020 o (925) 229-8434

Esta pequeña guía enumera solo a unos cuantos de los recursos disponibles para usted y su familia en el Condado Oeste de Contra Costa. Si no encuentra lo que necesita aquí, llame a Información y asistencia. Le ayudaremos a encontrar los servicios de la comunidad que se ajusten a sus necesidades específicas.

Los servicios de información y asistencia incluyen:

- Ayuda para solucionar problemas
- Remisiones a los servicios
- Asistencia para obtener los servicios
- Llamadas de seguimiento
- Hojas de hechos sobre muchos temas
- Servicios de traducción cuando necesite comunicarse con información y asistencia



Información y Asistencia (I & A) es un programa de Condado de Contra Costa, Agencia del Área de el Envejecimiento, bajo el paraguas del Departamento de Servicios Humanos y de Empleo. Trabajadores sociales bien enterados provean información, referencias a recursos y apoyo en la resolución de problemas a las personas de edad de 60 años y mayores, adultos con discapacidad y sus cuidadores.

Horas de Operación:
8 a.m. to 5 p.m.



800-510-2020 • 925-229-8434

Condado del Oeste Mini Guía

para Servicios del adulto mayor y de la tercera edad

Si llama dentro del Condado Contra Costa
(800) 510-2020

Si llama fuera del Condado Contra Costa
(925) 229-8434

Desde un teléfono Celular, siempre marque
(925) 229-8434

Para personas con deficiencia auditiva que utilice un dispositivo de telecomunicación
TTY (925) 602-4198

www.cccounty.us/ehsd