

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 requieren de atención inmediata.

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

Código de área (925) a menos que se indique de otra manera

Centros de atención médica de día para adultos

Mt. Diablo Center para atención médica de día para adultos 682-6330
Red de cuidados para el adulto 682-1000

Administración de la atención médica

Servicios de alcance para adultos mayores . 798-8788
Programa de propósitos múltiples de servicios para adultos mayores (MSSP, por sus siglas en inglés)..... 682-6330
Diablo Valley Foundation 945-8040
Servicios para familias judías..... 927-2000

Discapacidades

Dept. de rehabilitación del Estado de CA 602-3953
Hawkins Center (510) 232-6611
Recurso de vida independiente..... 363-7293
Lions Center/discapacidad visual (800) 750-3937
MedicAlert (800) 432-5378
Centro regional de East Bay 798-3001
Programa de retorno seguro ... (866) 572-8566

Maltrato a personas mayores

Servicios de protección para adultos (24 horas) (877) 839-4347
¡OPÓNGASE! Para familias libres de violencia (24 horas)..... (888) 215-5555
Ombudsman (si la persona mayor vive en un internado de atención/hogar de ancianos)..... 685-2070

Empleo

East Bay Works Career Center 671-4500
Registro de tareas del hogar 937-8311
Registro de servicios de apoyo en el hogar333-1081
Programa de empleo para personas mayores.. 671-4534

Asuntos del final de la vida

An Elderly Wish Foundation 978-1883
CC de asistencia para cremación/entierro 521-5001
Cuidados paliativos de East Bay 887-5678
Atención en el hogar Sutter 677-4240

Finanzas

Asesoramiento de crédito para consumidores(866) 331-2227
Fundación para el envejecimiento de Diablo Valley...945-8040
(Programa de pago de facturas/representante del acreedor)
Preparación sin costo del impuesto sobre la renta (800) 510-2020
Asistencia general 602-9379
Medi-Cal
Para aplicar (800) 709-8348
En línea www.benefitscalwin.org
Clientes actuales (866) 663-3225
Seguro Social..... (800) 772-1213
Oficina de servicio de los veteranos.... 313-1481

Alimentos

Brown Bag/Banco de alimentos..... 676-7543
CC Cafes (sitios de almuerzos para personas mayores)
Vea Senior Centers
CalFresh para aplicar (Cupones para alimentos)602-9469
En línea www.benefitscalwin.org
Clientes actuales (866) 663-3225
Loaves & Fishes-Concord 521-1230
Loaves & Fishes-Martinez 228-6457
Meals on Wheels (866) 669-6697

Servicios de salud

Asociación de Alzheimer (800) 272-3900
CC Regional Medical Center 370-5000
Asesoramiento las 24 horas para realizar citas en la clínica (800) 495-8885
Enfermedades contagiosas..... 313-6740
Para inscribirse en el Plan médico. (800) 211-8040

VIH-SIDA..... 313-6770
Alianza de personas encargadas del cuidado familiar.....
.....(800) 445-8106
Vacunas contra la gripe (800) 510-2020
Agencias de cuidados paliativos(800) 510-2020
John Muir Medical Center
Campus Concord 682-8200
Campus Rossmoor 939-1220
Campus Walnut Creek 939-3000
Kaiser Medical Center-Martinez 372-1000
Park Shadelands..... 906-2000
Pleasanton 847-5000
Walnut Creek..... 295-4000
La Clinica 363-2005
Medicare (800) 633-4227
San Ramon Region Medical Center .. 275-9200
Clínica para pacientes ambulatorios de VA313-1481

Servicios en el hogar

Liga de asistencia (Diablo Valley) 934-0901
Caring Hands 952-2999
Sistemas de respuesta a emergencias
.....(800) 510-2020
Programa para evitar caídas 937-8311
Visitas amigables..... 937-8311
Registro de tareas del hogar 937-8311
Servicios de apoyo en el hogar (IHSS)
Para aplicar 363-3677
Para revisar el estado de la aplicación363-3677
Para comunicarse con su trabajador . 363-3680
Registro (800) 333-1081
Nómina (877) 335-2171
Servicios de la línea de ayuda para adultos mayores (Alivio por teléfono) 284-6161
Tele-asistencia (contacto por teléfono)934-0901
Climatización 335-1116

Vivienda

Vida asistida/internado y atención especializados
Listas de hogares de ancianos. (800) 510-2020
Línea directa de indigentes (800) 799-6599
Autoridad de vivienda
Lista de espera/Sec 8 (888) 746-8731
Martinez (Vivienda pública) 957-8008
Lista de viviendas a bajo costo. (800) 510-2020
Shelter, Inc

Central/Sur 803-0188
Central/Norte 335-0698

Legal/Defensa

Consejo asesor de la tercera edad 229-8434
Reclamos automotores (510) 964-3030
Ayuda legal para el área de la bahía... 219-3325
Línea directa legal para adultos mayores de CA(800) 222-1753
Resolución de conflictos..... 687-8844
Tutela/tutoría legal..... 646-2901
Clínica de bancarrota 370-2548
Asesoramiento y defensa del seguro médico (HICAP)
..... (800) 510-2020
Centro de leyes de la tercera edad(866) 543-8017
Hogar de ancianos Ombudsman..... 685-2070
Servicios de la comunidad del pacífico 439-1056
(Asesoramiento de vivienda y disputas de arrendatario/arrendador)
Servicios legales para adultos mayores706-4852

Lesbianas, homosexuales, bisexuales, transgénero

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

Soledad/asesoramiento/salud mental

Alcohólicos anónimos..... 939-4155
CC Regional Medical Center
Emergencia de psiquiatría (24 horas)646-2800
Citas para salud mental
Línea de acceso(888) 678-7277
Tratamiento contra el uso de alcohol./drogas
..... (800) 846-1652
Salud mental de adultos mayores(888) 678-7277
Centro de crisis Contra Costa (24 horas)(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 mayores521-5640
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 seguridad del conductor AARP(888) 227-7669
Educación para adultos Acalanes 280-3980

Listas de clubes, organizaciones y programas de ejercicios (800) 510-2020
 Universidad Diablo Valley
 Campus Pleasant Hill 685-1230
 Campus San Ramon 866-1822
 Universidad Emeritus (DVC) 685-1230 ext 2388
 Educación para adultos Mt.Diablo
 Concord..... 685-7340
 Pleasant Hill 937-1530
 Centro para adultos mayores sin paredes (877) 797-7299

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

Chino americano 820-0500
 Concord* 671-3320
 Danville..... 314-3490
 Dublin 556-4511
 Jewish Community Center* 938-7800
 Lafayette..... 284-5050
 Martinez* 370-8770
 Orinda..... 254-2445
 Pleasant Hill* 798-8788
 Rossmoor* 988-7703
 Rainbow Community Center 692-0090
 San Ramon* 973-3250
 Walnut Creek* 943-5851

Transporte (marque 511) o:

BART 676-2278
 Conexión y enlace de información del
 Condado 676-7500
 Enlace para las citas..... 938-7433
 Viajes para adultos mayores de Danville 314-3490
 (Solo residentes de Danville)
 Camioneta para los adultos mayores
 de Pleasant Hill 671-5272
 (Solo residentes de Pleasant Hill)
 Lamorinda Spirit 283-3534
 (Solo para residentes de Lafayette, Moraga, Orinda)
 Viajes para adultos mayores..... 284-6699
 San Ramon 973-3250
 (Solo residentes de San Ramon)
 Adultos mayores alrededor de la ciudad 402-4506
 (Solo residentes de Orinda)

Mini bus para los adultos mayores de Walnut Creek
 933-1434
 (Solo residentes de Walnut Creek)

Asistencia de servicios públicos

Tarifas alternas para energía de CA .. (800) 743-2273
 Programa de asistencia de energía en el hogar 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

Caring Hands 952-2999
 Servicios de emergencia y voluntariado CC .. 521-5062
 Visitas amigables 937-8311
 Programa de asesoramiento y defensa del seguro médico
 (HICAP) (800) 510-2020
 Programa de voluntariado para personas mayores y
 jubilados (RSVP)..... 472-5760
 Orientación de compañeros adultos mayores 521-5640
 Centro de voluntariado de East Bay.. 472-5766

Sitios web

Beneficios www.benefitscheckup.org
 www.benefits.gov
 Servicios Sociales CC .. www.cccounty.us/ehsd
 Legal www.courts.ca.gov
 Medicare www.cchicap.org
 www.medicare.gov
 Recurso en línea..... www.211database.org
 Seguro Social..... www.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 Central 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

Para comunicarse con
Información y asistencia:

Dentro del condado de Contra Costa:
 (800) 510-2020

Fuera del condado de Contra Costa:
 (925) 229-8434

Desde un teléfono celular, siempre llame a:
 (925) 229-8434

Para personas con deficiencia auditiva que utilice un dispositivo de telecomunicación:

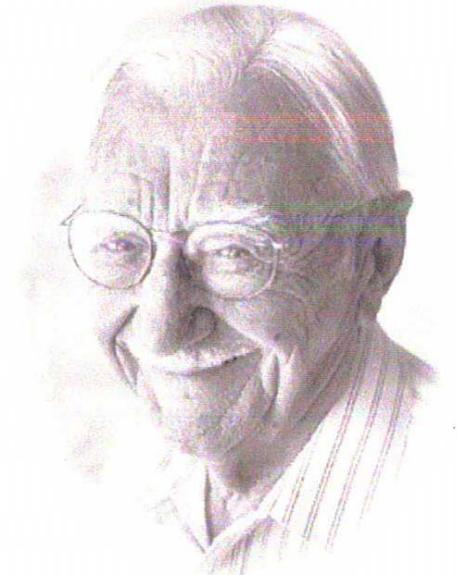
TTY (925) 602-4198

www.cccounty.us/ehsd

Condado Contra Costa
Servicios para adultos mayores y
 de la tercera edad

Una oficina del
 Departamento de Servicios humanos y de empleo

Condado Contra Costa



Condado del

**Central
 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