

Emergencias - 24 horas

Policia, Bomberos, Paramedicos911

Centro de crisis de Contra Costa
Línea directa de 24 horas211

Código de área (510) a menos que se indique lo contrario

Abuso y negligencia

Adult Protective Services 24/7 (877) 839-4347
Contra Costa Senior Legal Svcs
(Órdenes de restricción) (925) 609-7900
Empowered Aging (Para abuso de alojamiento y cuidado/
enfermería especializada) (925) 685-2070
Family Justice Center 965-4949
..... (925) 685-2070
STAND! For Families Free of Violence (24/7)
..... (888) 215-5555

Centros de cuidado diurno para adultos

Programa de relevo de Alzheimer 559-7677
Centro de relevo y de atención diurna para adultos
con Alzheimer de Contra Costa Oeste .. 235-6276
Guardian Adult Day Health Center 669-1005

Alzheimer/Demencia

Alzheimer's Association (800) 272-3900
UC Davis Alzheimer's Disease Center
Walnut Creek (925) 357-6515

Servicios para cuidadores

Alzheimer's Association (800) 272-3900
Family Caregiver Alliance (800) 445-8106
Jewish Family & Community Svcs (925) 927-2000
Meals on Wheels Diablo Region
Capacitación para cuidador (925) 937-8311
Servicios familiares Uplift (925) 602-1750
(Abuelos que crían a sus nietos)

Administración de casos

Family Caregiver Alliance (800) 445-8106
Jewish Family & Community Svcs (925) 927-2000
Programa de servicios multifuncionales
para adultos mayores (MSSP)
..... (925) 682-6330
Meals on Wheels Diablo Region ... (925) 937-8311

Orientación/salud mental/ socialización

Al-Anon 528-4379
Tratamiento de alcohol/drogas (800) 846-1652
Alcohólicos Anónimos (925) 939-4155
Contra Costa Crisis Center 24/7 211
Contra Costa Regional Medical Center

OESTE - Vigente a partir de noviembre de 2023

Emergencia psiquiátrica 24/7 (925) 646-2800
Friendly Visitors (925) 937-8311
Friendship Line 24/7 (800) 971-0016
Front Porch/Llamada social (877) 797-7299
Orientación sobre el duelo (800) 837-1818
Línea de acceso a la salud mental 24/7
..... (888) 678-7277
Nar-Anon 496-2708
Narcóticos Anónimos (925) 685-4357
Older Adult Mental Health (888) 678-7277
Centro de la comunidad Rainbow Senior Svc
..... (925) 692-0090
Orientación para compañeros de
adultos mayores (925) 521-5640
Suicide and Crisis Lifeline 988
Lista de grupos de apoyo (800) 510-2020
Tele-Care (Contacto telefónico) (925) 934-0901
Programa de consuelo telefónico . (925) 937-8311

Discapacidades

Departamento de Rehabilitación del
Estado de California 232-7062
Hearing Loss Assoc. of America (925) 264-1199
HLAADV@hearinglossdv.org
Recursos para la vida independiente
..... (925) 363-7293
Lions Center for Visually Impaired (925) 432-3013
Regional Center of the East Bay .. (925) 691-2300

Empleo

East Bay Works Career Center 307-8014
IHSS Public Authority (Atención en casa)
..... (800) 333-1081
Programa de empleo para adultos mayores
..... 412-6740

Cuestiones relacionadas con el final de la vida

An Elderly Wish Foundation (925) 978-1883
Asistencia para entierros/cremaciones CCC
..... 412-1920
East Bay Conversation Project (Planificación anticipada
de la atención) www.eastbayacp.org
Hospice of East Bay/Brunns House. (925) 887-5678
Kaiser Hospice 752-6390
Pathways Home Health & Hospice (888) 755-7855
Sutter Care at Home 450-8596

Finanzas

Preparación gratuita de impuestos
sobre ingresos (800) 510-2020
Asistencia general 412-1900
Money Management International (866) 331-2227
Seguro Social (800) 772-1213

Comida

CalFresh (Cupones para comida)
Clientes actuales (866) 663-3225
Hercules 262-7700
En línea benefitscal.com
Richmond 412-3000
Para enviar una solicitud
..... opción n.º 4 (877) 505-4630

Café Costa (Lugares de almuerzo para adultos mayores, llame para
reservar con 24 horas de antelación)

Crockett 787-1341
El Cerrito 559-7000
Hercules 799-8219
North Richmond 255-7799
Richmond 307-8087
Rodeo (Solo de martes a jueves
de 11:00 a. m. - 1:00 p. m) 799-2706
San Pablo 215-3090
Banco de comida/Programa de comida
para adultos mayores (925) 676-7543
Programa Interreligioso del Gran Richmond (GRIP)
(Comidas) 233-2141
Meals on Wheels 412-0166

Servicios médicos

Alta Bates Summit Medical Center 204-4444
LifeLong Brookside Health Center 215-9092
Center For Elders' Independence 433-1150
Enfermedades transmisibles (925) 313-6740
Contra Costa Health Plan (CCHP)
Health Plan Member Services (877) 661-6230
Para inscribirse en el Plan médico
..... (800) 211-8040

Contra Costa Regional Medical Center
Línea principal (925) 370-5000
Citas y asesoramiento las 24 horas
..... (800) 495-8885

Covered California (seguro médico asequible)
..... (800) 300-1506
Vacunas contra la gripe (800) 510-2020
Orientación y defensa sobre seguro médico
Programa HICAP (Orientación sobre Medicare)
..... (800) 510-2020
VIH/SIDA (925) 313-6770

Kaiser Medical Center
Pinole Campus 243-4000
Richmond Campus 307-1500
LifeLong Medical Care 981-4100
Medi-Cal

Clientes actuales (866) 663-3225
En línea benefitscal.com
Para enviar una solicitud (800) 709-8348
Orientación sobre opciones de planes médicos
de Medi-Cal (800) 430-4263
MediAlert (identificaciones médicas)
..... (800) 432-5378

Medicare (800) 633-4227
Rotacare Free Health Care Clinic (Solo martes de 4:00
a 7:00 p. m.) 213-6678
Llame solo entre la 1:00 y 3:00 p. m. los miércoles para pedir
una cita 213-6678
West County Health Center 231-9400

Cuidado y seguridad en casa

Programa de prevención de caídas (925) 891-4761
In-Home Support Services (IHSS)
Para enviar una solicitud (800) 510-2020
..... (925) 229-8434
Estado de la solicitud 231-8577
Comunicarse con trabajadores 231-8204

Nómina (877) 335-2171
Autoridad Pública (800) 333-1081
Lista de sistema de respuesta de
emergencia personal (800) 510-2020
Lista de agencias privadas de atención en casa
..... (800) 510-2020

Vivienda, reparación de casas y personas sin hogar

Vida asistida/Alojamiento y cuidado/
Enfermería especializada
Empowered Aging (925) 685-2070
Programa de préstamos para la reconstrucción
de viviendas de Concord/Ciudad de Concord
..... (510) 803-3388
Habitat for Humanity (Casas y rehabilitación de casas)
..... 803-3388

Home Match Contra Costa (925) 956-7385
Línea directa para personas sin hogar 211
Autoridad de Vivienda, Ciudad de Pittsburg
Lista de espera/Sección 8 252-4830
Autoridad de Vivienda, Ciudad de Richmond
Lista de espera/Sección 8 (510) 621-1300
Autoridad de Vivienda, Contra Costa. 957-8001
Bay Point, Brentwood, Martinez, Oakley
(Vivienda pública) 957-8005

Pittsburg (Vivienda pública) 957-8006
Rodeo (Vivienda pública) 957-8008
San Pablo 957-8004
Sección 8/Lista de espera (888) 746-8731
Lista de viviendas de bajo costo ... (800) 510-2020
Programa de conservación de barrios/
Reconstrucción de casas

Condado de Contra Costa (925) 655-7207
Rotary HOME Team
(reparaciones menores) (888) 204-5573
Taller de búsqueda de vivienda para
adultos mayores
(Llame para inscribirse) (925) 229-8434
Shelter, Inc. (925) 335-0698
Climatización (925) 655-7214

Legal y defensa

Consejo asesor sobre el envejecimiento
..... (925) 602-4175
Reclamaciones de automóviles 964-3030
Bankruptcy Clinic (925) 370-2540
Bay Area Legal Aid (oficina) 233-9954
Línea de asesoramiento 250-5270

California Advocates for Nursing Home
Reform (CANHR) (800) 474-1116
Tutela/custodia (925) 608-9000
Contra Costa Senior Legal Svcs .. (925) 609-7900
Mediación para adultos mayores .. (925) 349-7344
Empowered Aging (Para alojamiento y cuidado/centro de
atención residencial especializado) (925) 685-2070
Family Justice Center 974-2000
Hawkins Center (Defensa SSI y SSDI) 232-6611

Programa de orientación y defensa sobre seguro médico HICAP (Orientación sobre Medicare) (800) 510-2020

LawHelpCA www.lawhelpca.org

Servicio de información y remisión de abogados (925) 825-5700

Clinica legal para adultos mayores (925) 969-3433

Programa Legal de medios moderados (925) 677-0234

Rubicon Legal Center 232-6611

Lesbianas/Gays/Bisexuales/Transgénero

Recursos locales www.eastbaypride.com

..... www.richmondrainbowpride.org

Centro de la comunidad Rainbow Senior Svcs (925) 692-0090

Recreación y educación

Programa de seguridad para conductores de AARP (888) 687-2277

..... www.aarp.org/drive

Clubes, organizaciones y listas de programas de ejercicio (800) 510-2020

Contra Costa College 235-7800

West Contra Costa Adult Education 231-1453

Centros para adultos mayores

Crockett Community Center 787-2414

El Cerrito Community Center-Senior Services 559-7000

Hercules 799-8219

Jewish Community Center East Bay 848-0237

North Richmond 232-3511

Pinole 724-9800

Richmond 307-8087

Richmond Annex 620-6812

San Pablo 215-3090

Well Connected (Actividades, conversación, clases y apoyo por teléfono) (877) 797-7299

Well Connected Español (877) 400-5867

Transporte

AC Transit 891-4700

BART 236-2278

Información de East Bay Paratransit (800) 555-8085

Easy Ride (Solo residentes de El Cerrito) 559-7677

Información general 511

Mobility Matters (Información y paseos) (925) 284-6109

R-Transit and Lyft (Servicio de camioneta y taxi solo para los residentes de East Richmond Heights, El Sobrante, Hasford Heights, Kensington, North Richmond, Richmond y Rollingwood) 307-8026

Transporte de adultos mayores y discapacitados de San Pablo 215-3095

WestCAT

Información 724-7993

Citas 724-7433

Asistencia de servicios públicos

CA Alternate Rates for Energy (CARE) Asistencia para residentes de bajos ingresos (800) 743-2273

Programa de asistencia para energía para el hogar (HEAP) (925) 681-6380

Programa de punto de referencia médica de alivio de la energía (800) 743-5000

Ayuda para el alivio de la energía mediante ayuda de la comunidad (REACH) (800) 933-9677

Servicios para veteranos

Concord Vet Center (925) 680-4526

Martinez VA Medical Center (925) 372-2000

Rides 4 Veteran (Información y paseos) (925) 284-6109

Swords to Plowshares (Multi-servicios) 844-7500

VA Urgent Care (925) 372-2179

Línea de crisis para veteranos 24/7 (800) 273-8255

Compromiso con los veteranos sin hogar (925) 404-4887

Programa de recursos para veteranos 233-9313

Oficina de Servicio para Veteranos 374-3241

Oportunidades de voluntariado

Preparador de impuestos AARP www.aarp.org/taxvolunteer

Servicios voluntarios y de emergencia de CC (925) 521-5060

Friendly Visitors (925) 937-8311

Programa de orientación y defensa del seguro médico (HICAP) (Orientación sobre Medicare) (800) 510-2020

Meals on Wheels Drivers (925) 937-8311

Meals on Wheels WC Drivers (510) 412-0166

Conductores de Mobility Matters .. (925) 284-6161

Orientación para compañeros de adultos mayores (925) 521-5640

Sitios web

211 Online Resource www.crisis-center.org

Beneficios www.benefitscheckup.org y www.benefits.gov

Departamento de Empleo y Servicios Humanos del Condado de Contra Costa (Servicios sociales) www.ehsd.org

Covered California (seguro médico asequible) www.coveredca.com

Legal www.cc-courts.org o www.courts.ca.gov

Medicare .. www.cchicap.org o www.medicare.gov

Listas de espera de la Sección 8 www.affordablehousingonline.com/open-section-8-waiting-lists

Seguro Social www.ssa.gov

Inscripción en el Sistema de alerta de la comunidad (CWS) del Condado de Contra Costa

Para recibir alertas de emergencia en el

Esta miniguía menciona solo algunos de los recursos disponibles en el Condado de Contra Costa Oeste. Si no encuentra lo que necesita aquí, llame a Información y asistencia.

Todas las llamadas son confidenciales. Hay intérpretes disponibles para ayudar en cualquier idioma.



Información y asistencia (I&A) es un programa de la Agencia para la Vejez del Área del Condado de Contra Costa, bajo la protección del Departamento de Empleo y Servicios Humanos. Trabajadores sociales expertos dan información, remisiones a recursos y apoyo en la solución de problemas a adultos mayores de 60 años, adultos con discapacidades y cuidadores.

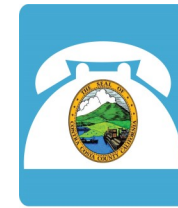
Horario de atención:
De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.

Información y asistencia (I&A)
400 Ellinwood Way
Pleasant Hill, CA 94523

I&A no garantiza la información o los servicios prestados por las agencias en la Miniguía. Informe cualquier error a I&A.

Si tiene una preocupación o queja sobre el Programa de I&A, comuníquese con el supervisor del programa: (925) 229-8434, infoandassist@ehsd.cccounty.us, o envíe una carta a la dirección de arriba.

Se aceptan donaciones, cheques a nombre de "Contra Costa County"



CONTRA COSTA COUNTY
Information & Assistance
SENIOR & DISABLED HELPLINE

800-510-2020 • 925-229-8434

Oeste
del CONDADO

Miniguía
de los servicios para adultos mayores y adultos

Si llama en el Condado de Contra Costa
(800) 510-2020

Si llama fuera del Condado de Contra Costa o desde un teléfono celular
(925) 229-8434

Para las personas con discapacidad auditiva o del habla que usan un dispositivo de telecomunicación, llame al Servicio de retransmisión
711

infoandassist@ehsd.cccounty.us

www.ehsd.org