

# Condados de Lake y Mendocino

## 2016-2017

### El Directorio de Recursos para Personas en la Tercera



La Agencia Regional del Envejecimiento de los  
Condados de Lake y Mendocino.  
El Programa Comunitario de Información y Asistencia

**800-510-2020 or 707-468-5132**

# Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada

*Ayudandole a conocer y recibir acceso a servicios en Nuestra comunidad.*



**Un servicio gratis para personas que tienen 60 años o más en los Condados de Lake y Mendocino**  
**800-510-2020**

**Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada** le ayudara con los servicios en la area y saber si califica. Si Ud. lo necesita, un Especialista de Información Para Mayores de Edad les dara ese paso adicional para ayudarle a conectarse con estos servicios.

Esta guía ha sido compilada durante un tiempo en el cual el presupuesto federal, estatal y local está en la incertidumbre. Algunos de los servicios nombrados en nuestras listas están pasando por un periodo de reducción de fondos y cambios a sus programas. Nuestro servicio recibirá sus llamadas con gusto para averiguar el estado presente de estos recursos mientras que los proveedores en nuestras listas se ajustan a un presupuesto disminuido.

**De lunes a viernes, 8 a.m. hasta las 5:00 pm**



**Llame** al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada

Ukiah ..... **468-5132**

Llamada sin costo para el condado de Mendocino o Lake

..... **800-510-2020**

Fuera de los condados de Mendocino y Lake .... **707-468-5132**



**Correo electronico** [IASpecialist@hotmail.com](mailto:IASpecialist@hotmail.com)



**Visite** CUIDADO COMUNITARIO, 301 S. State St, Ukiah CA 95482  
(Se sugiere que haga cita)

Hay una versión en línea que se encuentra en

**[www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

Para información o recursos en otros condados, pongase en contacto con **Eldercare Locator** al **800-677-1116** o **[www.eldercare.gov](http://www.eldercare.gov)**

**El directorio de recursos para personas en la tercera edad 2016-2017 de los condados de Lake y Mendocino Asistencia** es una colaboración entre el Programa Comunitario de Información y Asistencia de Personas en la Tercera Edad y la Agencia Regional del Envejecimiento de los Condados de Lake y Mendocino.

Los recursos que aparecen en esta guía están enfocados en las necesidades de los residentes en la tercera edad y las personas adultas con discapacidades. Se ha dado prioridad para la inclusión a los servicios a organizaciones y programas sin fin de lucro o a proveedores de servicios (con o sin fin de lucro) cuyos servicios ofrecen programas necesarios por falta de que de otra manera no están al alcance de los clientes. Inclusión de otros programas son elegidos cada uno por su mérito. Inclusión o exclusión es la decisión de la Agencia Regional del Envejecimiento y no refleja respaldo o falta de él.

**Edición revisada en mayo 2015.**

Inscripciones pueden no estar corrientes cuando esta guía se imprima. Para notificarnos sobre correcciones o sugerencias sobre este directorio o la agencia, por favor pongase en contacto con:

Kathy Johnson,  
Community Resources Specialist  
Senior Information & Assistance  
Program  
Community Care  
301 S. State St., Ukiah  
707-468-5132  
800-510-2020 (within Lake & Mendocino  
Counties)  
[IASpecialist@hotmail.com](mailto:IASpecialist@hotmail.com)

Este directorio de recursos para personas en la tercera edad recibió apoyo de los siguientes negocios, organizaciones sin fin de lucro e individuales.

Harry B. Matossian M.D.  
Hillside Health Center  
Holy Child Residential Care Home, Inc.  
Hospice of Lake County  
Hospice of Ukiah  
Jeff Morin Art  
Lakeview Health Center  
Lifeline of the North Bay  
Little Lake Health Center  
Long-Term Care Ombudsman  
Mendocino Community Health Clinic, Inc.  
Sherwood Oaks Health Center  
St. Helena Hospital  
Three Lakes Assisted Living  
Thursday Morning Breakfast Group  
Ukiah Community Chiropractic  
Ukiah Periodontal and Implant Center

¡Gracias por su apoyo!

# Tabla de Contenidos

<b><u>Emergencias</u></b>	<b><u>3</u></b>	Comida a Domicilio	
Condado de Lake			
Condado de Mendocino			
Crisis Individual			
Preparandose para Emergencias de la Salud			
<b><u>Vida Activa</u></b>	<b><u>15</u></b>	<b><u>Servicios de Salud</u></b>	<b><u>45</u></b>
Educación		Clinicas Dentales	
Empleo		Apoyo Para Descapacidades o Condiciones Especificas	
Recreación y Actividades Fisicas		Clinicas de Salud y Salud Pública	
Oportunidades de Voluntariado		Hospitales	
		Servicios Tribales	
<b><u>Programas de Día Para Adultos</u></b>	<b><u>21</u></b>	<b><u>Alojamiento y Refugio</u></b>	<b><u>60</u></b>
		Rehabilitación o Modificación del Hogar	
		Refugio Para Personas Sin Hogar o En Trascición	
		Agencia de Apoyo de Vivienda	
		Complejos de Viviendas Subvencionadas	
		Viviendas Para Personas En La Tercera Edad No Subvencionadas	
		Centros de Cuidado Residencial	
<b><u>Servicios de Cuidado</u></b>	<b><u>22</u></b>	<b><u>Seguros</u></b>	<b><u>74</u></b>
Coordinación de Cuidados			
Cuidado de Relevo y Apoyo			
Administración del Cuidado			
Servicios de Ayuda en el Hogar (IHSS)			
Agencias de Cuidadores de Pago Privado			
Asistencia Voluntaria			
<b><u>Final de Vida</u></b>	<b><u>26</u></b>	<b><u>Legales y Abogacía</u></b>	<b><u>75</u></b>
Recursos Para el Final de Vida			
Hospicio			
<b><u>Asistencia del Pago de Energía (Servicios Públicos)</u></b>	<b><u>30</u></b>	<b><u>Bienestar Mental y Consejería</u></b>	<b><u>80</u></b>
<b><u>Finanzas</u></b>	<b><u>32</u></b>	<b><u>Centros Para Personas La Tercera Edad</u></b>	<b><u>85</u></b>
Derechos a Subsidios			
Subvenciones			
Administración del Dinero			
Impuestos			
<b><u>Alimentos</u></b>	<b><u>37</u></b>	<b><u>Centros de Enfermeria Especializados</u></b>	<b><u>88</u></b>
CalFresh (Conocido Anteriormente Como Estampillas de Comida)			
Centros/Congregaciones de Comedores Sociales			
Bancos y Despensas de Alimentos			
Entrega de Comestibles			
		<b><u>Abuso de Sustancias y Adicciones</u></b>	<b><u>90</u></b>
		<b><u>Tranquilidad Por Teléfono</u></b>	<b><u>92</u></b>
		<b><u>Transportación</u></b>	<b><u>93</u></b>
		<b><u>Veteranos</u></b>	<b><u>95</u></b>

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

## **Numeros de Emergencia – Condado de Lake**

En todas las áreas, marque el 911 en caso de emergencias de vida o muerte

	<b>Fuego</b>	<b>Sheriff</b>	<b>Policia</b>
<b>Clearlake:</b>			
Oficina	994-2170	262-4200	994-8251
Emergencia	911	911	994-7244
<b>Clearlake Oaks:</b>			
Oficina	274-3100	262-4200	262-4200
Emergencia	263-2690	263-2690	911
<b>Kelseyville:</b>			
Oficina	279-4268	262-4200	262-4200
Emergencia	911	911	911
<b>Lakeport:</b>			
Oficina	263-4396	262-4200	263-5491
Emergencia	911	263-2690	263-2690
<b>Lower Lake:</b>			
Oficina	994-2531	262-4200	262-4200
Emergencia	911	911	911
<b>Lucerne:</b>			
Oficina	274-3100	262-4200	262-4200
Emergencia	263-2690	263-2690	911
<b>Middletown:</b>			
Oficina	987-3089	262-4200	262-4200
Emergencia	911	911	911
<b>Nice:</b>			
Oficina	274-3100	262-4200	262-4200
Emergencia	263-2690	263-2690	911
<b>Upper Lake:</b>			
Oficina	274-3100	262-4200	262-4200
Emergencia	263-2690	263-2690	911

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

## **Numeros de Emergencia – Condado de Mendocino**

En todas las áreas, marque el 911 en caso de emergencias de vida o muerte

	<b>Fuego</b>	<b>Sheriff</b>	<b>Policia</b>
<b>Covelo:</b>			
Oficina	983-6719	983-8226	
Emergencia	911	911	911
<b>Fort Bragg:</b>			
Oficina	961-2831	964-6308	961-2800
Emergencia	911	961-2421	964-0200
<b>Point Arena:</b>			
Oficina	882-1833	882-2331	
Emergencia	911	911	911
<b>Ukiah:</b>			
Oficina	463-6276	463-4411	463-6242
Emergencia	463-6262	463-4086	463-6262
<b>Willits:</b>			
Oficina	459-6271	459-6111	459-6122
Emergencia	911	911	911

### **Control de Envenenamiento**

California **800-876-4766**

TTY/TDD **800-972-3323**

Ayuda 24 Horas al Día para envenenamientos accidentales, uso equivocado de medicinas, sobredosis, reacciones entre diferentes drogas.

(Nota: si la persona está desmayada o ha dejado de respirar, llame al 9-1-1)

## INFORMACIÓN PERSONAL IMPORTANTE (Pagina 1)

**Mantenga esta información al día !**

Información medica revisada \_\_\_\_\_ (fecha)

Nombre:	Genero: (marque uno) Hombre o Mujer
Direccion:	
Teléfono en casa:	Teléfono celular:
Doctor:	Teléfono:
Hospital Preferido:	

### CONTACTOS EN CASO DE EMERGENCIA

Nombre:	Teléfono:
Dirección	
Nombre:	Teléfono:
Dirección	

### DATOS MEDICOA

Condiciones especiales/comentarios:		
Medicinas	Dosis	Frecuencia
Farmacia:		
Fecha de nacimiento		
Grupo Sanguíneo:	Religion:	
Apoderado para asunto de salud registrado con:		
Directiva anticipada de atención de la salud archivado con:		
Cirujias recientes:	Fecha:	
Tiene una orden de no resucitar o no recibir RCP:	Si <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	
Donde se encuentra esa orden?:		

## INFORMACIÓN PERSONAL IMPORTANTE (Pagina 2)

### CONDICIONES DE SALUD

Check all that exist

<input type="checkbox"/> Ninguna	<input type="checkbox"/> Diálisis
<input type="checkbox"/> Electrocardiograma anormal	<input type="checkbox"/> Anemia hemolitica
<input type="checkbox"/> Insuficiencia suprarrenal	<input type="checkbox"/> Hepatitis- Tipo( )
<input type="checkbox"/> Angina de pecho	<input type="checkbox"/> Hipertensión
<input type="checkbox"/> Asma	<input type="checkbox"/> Hipoglucemia
<input type="checkbox"/> Trastornos de la sangre	<input type="checkbox"/> Laringectomia
<input type="checkbox"/> Cancer	<input type="checkbox"/> Leucemia
<input type="checkbox"/> Arritmia del corazón	<input type="checkbox"/> Limfomas
<input type="checkbox"/> Cataratas	<input type="checkbox"/> Transtorno de la memoria
<input type="checkbox"/> Trastornos de la coagulación	<input type="checkbox"/> Miostenia Gravis
<input type="checkbox"/> Injerto por bypass del corazón	<input type="checkbox"/> Marcapasos
<input type="checkbox"/> Demencia <input type="checkbox"/> Alzheimers	<input type="checkbox"/> Falla del riñon
<input type="checkbox"/> Diabetes que depende de insulina	<input type="checkbox"/> Trastornos convulsivos
<input type="checkbox"/> Cirujia del Ojo	<input type="checkbox"/> Anemia falciforme
<input type="checkbox"/> Glaucoma	<input type="checkbox"/> Derrame cerebral
<input type="checkbox"/> Problemas de audición	<input type="checkbox"/> Tuberculosis
<input type="checkbox"/> Valvula cardiaca artificial	<input type="checkbox"/> Trastorno de la vista
<input type="checkbox"/> Otros problemas	

### ALERGIA

<input type="checkbox"/> Aspirina	<input type="checkbox"/> Picaduras de insectos	<input type="checkbox"/> Penicilina
<input type="checkbox"/> Barbitúricos	<input type="checkbox"/> Látex	<input type="checkbox"/> Sulfa
<input type="checkbox"/> Codeina	<input type="checkbox"/> Lidocaína	<input type="checkbox"/> Tetraciclina
<input type="checkbox"/> Demerol	<input type="checkbox"/> Morfina	<input type="checkbox"/> Contrastes radiologicos
<input type="checkbox"/> Suero de caballo	<input type="checkbox"/> Novocaína	<input type="checkbox"/> Ninguna alergia
<input type="checkbox"/> Environmental:		
<input type="checkbox"/> Other:		

### SEGURO MEDICO

Compañía de seguro:	
Poliza #:	
Otra compañía de seguro:	
Poliza #:	
MediCal #:	Medicare #:

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

## **Emergencias Crisis Individuales**

También puede mirar en la sección de alimentos para información sobre ayuda con problemas por falta de comida

### **Servicio de Protección Para Personas en la Tercera Edad (APS)**

Responde a los reportes de abuso y abandono contra personas adultas incapacitadas y personas en la tercera edad. Interviene para resolver los problemas que conducen a problemas que ponen al adulto en riesgo, hace las conexiones para servicios necesarios y si es necesario busca algún otro domicilio para la víctima.

- **Condado de Lake**

16170 Main St., Unidad C,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4680 o 888-221-2204**  
Emergencias Durante la Noche o los Fines de Semana  
**888-221-2204**

Puede ver

[www.co.lake.ca.us/Government/Directory/SocialServices.htm](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/SocialServices.htm)

- **Condado de Mendocino**

746 S. Franklin St.  
Apartado Postal 1306, Fort Bragg  
**877-327-1677 o 962-1102**  
747 S. State St., Apartado Postal 839, Ukiah  
**877-327-1799 o 463-7900**  
221 S. Lenore Ave., Willits

**800-771-2453 o 456-3740**

Emergencia Despues de Horas

**800-575-4357**

Puede ver :

[www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/adult.htm](http://www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/adult.htm)

### **SIDA/HIV Horas Nocturnas**

Línea gratis en California

**800-628-9240 o 800-273-2437**

TTY (para los sordos)

**415-227-0245**

Asistencia fuera de horario cuando otras agencias están cerradas. Apoyo emocional, consejos durante una crisis, e información para personas con preguntas sobre el HIV.

Vea [www.sfsuicide.org/our-programs/hiv-nightlines](http://www.sfsuicide.org/our-programs/hiv-nightlines)

### **Programa de Asistencia Para Personas de Origen Indio Americano con Problemas de Violencia Doméstica y Abuso Sexual**

77826 Covelo Rd.,  
Apartado Postal 448, Covelo  
**983-9333**

Apoyo para víctimas de violencia doméstica, incluido transportación, acompañantes para la corte, ayuda con ordenes de restricción, recomendación para consejeros, ect.

### **Línea de Crisis en Mendocino**

**800-575-4357**

Servicio por Teléfono 24 horas al día que conecta a los residentes de Mendocino con agencias que ayudan durante una crisis.

**Sociedad Dorcas**

151 Cherry St., Ukiah

**463-1388**

Ropa de cama, prendas y pequeños artículos caseros. Miércoles 9:00 a 11:45 a.m.

**Primera Iglesia Bautista de Clearlake**

14550 Pear St.,

Apartado Postal 547, Clearlake

**994-5148**

Comida de emergencia, Amarias de Ropa. Lunes, Miércoles, Jueves, y Viernes de 9:00a.m a 11:00 a.m.. Asistencia se limita a dos veces por año. Debe traer comprobante de identidad.

**Línea de Amistad****800-971-0061 o 415-752-3778**

Instituto Para el Envejecimiento Servicio de la Area de la Bahía cuyo objetivo es ofrecer apoyo para personas de mas de 60 años. Puede llamarlos si necesita o ellos pueden llamar. Consejeros y voluntarios entrenados en intervención durante una crisis pueden ofrecer apoyo emocional o para recordar a las personas cuando tienen que tomar una medicina. Pueden ver [www.ioaging.org](http://www.ioaging.org)

**Lake Family Resource Center – Centro de Crisis Debido a la Violación y la Violencia Doméstica**

5350 Main St., Kelseyville

**888-775-8336 o 279-0563**

Línea de Crisis 24/7

**888-485-7733**

Ofrece servicios de terapia y consejería para la víctimas y las familias. Se ofrece abogacía, consejos, y órdenes de restricción. Refugio para mujeres, hombres y niños por medio de la Freedom House (Casa de Libertad). Vea [www.lakefrc.com](http://www.lakefrc.com)

**Centro de Hospitalidad de la Costa de Mendocino**

474 S. Franklin St.,

Apartado Postal 2168, Fort Bragg

**961-0172**

Línea de línea de acceso de salud mental

**800-555-5906 o 964-4747**

Centro de recursos para personas sin techo el cual ofrece información, recomendaciones y manejo del caso. Vea [www.mendocinochc.org](http://www.mendocinochc.org)

**Números Para Crisis de Salud Mental**

- **Condado de Lake**

Cubre a todo el condado

**800-900-2075**

- **Condado de Mendocino**

Fort Bragg

**964-4747**

Ukiah y al Norte del Condado

**472-2304**

**Project Sanctuary (Proyecto Santuario)**

461 N. Franklin St., Fort Bragg  
**961-1507**

465 S. Dora St.,  
Apartado Postal 450, Ukiah  
**462-9196**

Línea gratis en caso de crisis 24 horas al día

**800-575-4357**

Servicios para prevenir y reducir los efectos de la violencia doméstica y el asalto sexual, incluyendo un teléfono abierto 24 horas al día, refugio de emergencia para mujeres y sus niños, consejos, vivienda transicional en Ukiah, terapia individual y en grupo, programas de educación y prevención y un programa de voluntarios. Vea [www.projectsanctuary.org](http://www.projectsanctuary.org)

**Salvation Army (Ejército de Salvación)**

- **Condado de Lake**

14420 Lakeshore Dr., Oficina C, Clearlake

**995-1128**

Asistencia con los servicios públicos, despensa de comida y asistencia, servicios de emergencia cuando sean necesarios.

- **Condado de Mendocino**

714 S. State St., Oficina A, Ukiah  
**468-9577**

Varios programas para asistir a aquellos que se encuentran necesitados, incluyendo servicios públicos, leña, gas, prendas, y una cantidad limitada de cupones para alimentos, gasolina y transporte público.

**St John's Episcopal Church (Iglesia Episcopal de San Juan),**

Alimentos, Despensa de Comida, Artículos de Segunda Mano  
1190 N. Forbes St., Lakeport  
**263-1564**

Despensa de alimentos y Tienda de Artículos de Segunda Mano. Martes, miércoles y jueves de 10:00 am hasta las 4:00 pm. Traiga documentos de identidad para recibir alimentos y deben llegar a más tarde a las 3:00 p.m. para tener tiempo de procesar su aplicación.

**St Vincent de Paul (San Vicente de Pablo)**

- **Condado de Lake**

Queen of Peace Catholic Church (Iglesia Católica de la Reina de Paz)  
14435 Uhl Ave.,  
Apartado Postal 6697, Clearlake.  
Tienda de artículos de segunda mano en 16125 Orchard Ave., Lower Lake

**367-4771**

Asistencia de emergencia de comida en la Iglesia de La Reina de Paz en Clearlake con previo arreglo. Puede solicitar cupones para recibir un descuento o totalmente gratis artículos de ropa y artículos para el hogar en nuestra tienda de segunda mano. Otra clase de asistencia se puede obtener caso por caso si la junta directiva lo aprueba.

- **Condado de Mendocino**

Iglesia de Santa María de los Angeles 900 S. Oak, Ukiah  
**462-1431**

Asistencia limitada durante emergencias, principalmente alimentos, martes y jueves a las 4:00 p.m. con arreglo previo. Llame para aplicar.

**Ukiah Community Center (UCC)  
Centro Comunitario de Ukiah y  
Despensa de Comida**  
888 N. State St., Ukiah  
**462-8879**

Coordina recomendaciones para fuentes de ropa, alimentos y albergue por medio de organizaciones locales. Servicios directos para personas y familias sin hogar.

**Centro Comunitario de Ukiah y  
Banco de Comida (UCC)**  
888 N. State St., Ukiah  
**462-8879**

Coordina referencias para ropa, alimentos y refugio por medio the organizaciones locales. Servicios directos para individuales y familias sin hogar.

**Victim/Witness Program  
(Programa para Víctimas y  
Testigos)**

Ofrece programas inclusivos para apoyar a víctimas de crímenes violentos, incluyendo intervención durante una crisis, asistencia de emergencia, recomendación de recursos-incluyendo psicoterapia. Ayuda con la aplicación para el Programa de Compensación Estatal para Víctimas. Provee una orientación al Sistema de Justicia

Criminal, ayuda con escolta y apoyo en la corte, con el estado del caso y su disposición. Ayuda con recuperación de restitución, intervención con el empleador y proveedores de crédito y más. Está en contacto con agencias del condado y la comunidad.

- **Condado de Lake**

420 Second St., Lakeport  
**262-4282**

- **Condado de Mendocino**

County Court House (La Corte del Condado) Oficina 501  
100 N State St,  
Apartado Postal 144, Ukiah  
**800-785-3332 o 463-4218**  
Se pueden conseguir citas en las oficinas de Fort Bragg y Willits

**Willits Community Services (WCS)  
& Food Bank Servicios  
Comunitarios de Willits y  
Despensa de Comida**  
229 E San Francisco St., Willits  
**459-3333**

Despensa de comida y asistencia de emergencia para alimentos, transportación, albergue, mantas, servicios públicos, recetas medicas, artículos personales, formula para bebes y demás.

## Como Preparase Para un Desastre

Para prepararse para un desastre mayor, Ud. puede asumir que estará sin electricidad y no puede ir por comida o agua. Sus artículos de emergencia mientras está en casa deben incluir:

- Suficiente agua que debe alcanzar por 3 o 6 días (un galón por persona al día)
- Suficiente comida para 3 a 6 días (comida no perecedera que no requiere que se cocine)
- Un radio portátil con baterías adicionales
- Botiquin de primeros auxilios
- Un abrelatas manual
- Fósforos impermeables
- Un surtido de 3 a 6 días de sus medicinas recetadas y una copia de sus recetas
- Teléfono celular si lo tiene
- Dinero en efectivo o cheques viajeros
- Nombres y teléfonos de personas conocidas o que quiere dar a otra persona en caso de emergencia

Su “bolsa de evacuación” debe de incluir lo siguiente:

- Artículos básicos de higiene personal incluyendo papel de baño, toallitas de alcohol o desinfectantes de manos
- Un par de lentes adicionales
- Cambio de ropa
- Capa de lluvia compacta
- Un buen par de zapatos para caminar
- Mantas o saco de dormir
- Barras de energía, 1 o 2 botellas de agua y unos caramelos duros
- Mascarilla desechable para el polvo
- Copia de sus nombres y números de contactos y copias de sus recetas medicas

## Emergencias

### American Red Cross (Cruz Roja Americana)

5297 Aero Dr., Santa Rosa  
**557-7600**

Ayuda a la comunidad a prevenir, prepararse, y responder a desastres en los Condados de Lake, Mendocino y Sonoma. Vea [www.arcsm.org](http://www.arcsm.org)

### Oficina de Servicios de Emergencia

Se asegura que todos los condados estan preparados y pueden mitigar en contra, prepararse para, responder a y recuperarse de los efectos de emergencias que amenazan vidas, propiedades y el ambiente.

- **Condado de Lake**

255 N. Forbes St., Lakeport  
**263-2580 (Despues de horas hábiles llame al despacho central 263-2690 o 911).** Vea [www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Administration/OES.htm](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Administration/OES.htm)

- **Condado de Mendocino**

951 Low Gap Rd., Ukiah  
**463-5667.**  
 Vea [www.mendocinosheriff.com/oes](http://www.mendocinosheriff.com/oes)

### Estaciones de Radio Para Noticias de Emergencia

**KUKI, Ukiah 103.3 FM**  
**KOZT, Coast 95.3 o 95.9 FM**  
**KZY&Z 88.1, 90.7, 91.5 FM**

### Cierres de Carreteras /

#### Condiciones de Carreteras

Cal Trans **800-427-7623**  
 Tambien puede chequear con la pagina del California Highway Patrol (CHP) con los reportes de incidentes en <http://cad.chp.ca.gov> y escoja la area de Ukiah

## Preparandose Para Emergencias de la Salud

Nota: Sistema de Respuesta de Emergencia

Para servicios telefónicos en el hogar que tienen conexión directa con servicios de emergencia y le permiten mandar un mensaje a los servicios de emergencia durante una crisis, mire su directorio de páginas amarillas bajo "Medical Alarms" (Emergencias Medicas)

### Directiva Anticipada para Asuntos de Salud

Una directiva anticipada para asuntos de salud es un documento legal en el cual el individual especifica cuales acciones se deben tomar con respecto a su salud si no pueden tomar decisiones por su cuenta a causa de enfermedad o incapacidad. Una persona de confianza debe ser asignada para asegurarse que sus deseos son respetadas. Todos los adultos deberían tener una directiva la cual explica exactamente que decisiones se deben tomar o no tomar a la hora que la persona ya no puede actuar por si mismo. Un ejemplo de está directiva se puede encontrar en al sitio del internet del AARP buscando [http://www.aarp.org/content/dam/aarp/relationships/caregiving/2011\\_01/ad/California.pdf](http://www.aarp.org/content/dam/aarp/relationships/caregiving/2011_01/ad/California.pdf).

### **Afiliación con las Ambulancias Aéreas**

Protejase de los altos costos del transporte aéreo que puedan ser necesarios en una emergencia y que no son todos cubiertos por su aseguranza. Afiliacion con una compañía no garantiza que la segunda compañía acepta está afiliación y nunca se sabe cual aéro ambulancia va a ser utilizada. Se recomienda que sea miembro de las dos compañías que ofrecen este servicio. (Está no es una aseguranza medica y no garantiza que va a recibir transporte aéreo)

- **CALSTAR – Rescate Aereo de Choque Traumático**

1351 S. State St., Ukiah  
**888-207-5433 o 462-5972**  
 Correo: Afiliaciones con CALSTAR, 4933 Bailey Loop, McClellan, CA 95652  
 Agencia sin fin de lucro que ofrece servicios dentro de un radio de 150 millas con bases en Ukiah, Auburn, Lake Tahoe Sur, Concord, Vacaville, Gilroy, Salinas y Santa Maria. Servicios adicionales por medio de un arreglo reciproco con otras agencias sin fin de lucro que ofrece servicio de ambulancia aérea en ciertos estados del occidente del pais.. Vea [www.calstar.org](http://www.calstar.org)

- **REACH Air Medical Services (Servicios Médicos Aéreos)**

451 Aviation Blvd., Oficina 101, Santa Rosa  
**239-2505 o 324-2400**  
 Correo: REACH for Life, Apartado Postal 8380, Pasadena  
 La sede principal en Santa Rosa apoya bases en Concord, El Centro, Lakeport, Lodi, Marysville, Redding, Sacramento, y Santa Rosa, como tambien Corvallis, Oregon. Vea [www.REACHair.com](http://www.REACHair.com)

### **Archivo Para La Vida**

Area Agency on Aging (Agencia Local Para el Envejecimiento)  
 16170 Main St., #D Lower Lake  
**995-4680**  
 Información de emergencia que se mantiene en un sobre magnetico en su refrigerador para que el personal de emergencia pueda tener sus detalles médicos a la mano si Ud. no puede comunicarse. Se puede conseguir por medio de la Agencia Para el Envejecimiento de los Condados de Lake y Mendocino.

### **MedCure**

Es un programa nacional para donación de todo el cuerpo el cual sirve como enlace entre los donantes y investigadores medicos y educadores. MedCure ofrece servicios gratis incluyendo transportación, la cremación, y devolución de los resto mortales a la familia o disperción en el mar.  
**866-560-2525** o [info@medcure.org](mailto:info@medcure.org)

**MedicAlert**

2323 Colorado Ave., Turlock

**800-432-5378**

Pulsera o collar que permite al personal de emergencia que responde a una llamada ponerse en contacto con un centro que funciona 24 horas al día y tiene información sobre sus condiciones médicas, medicinas, alergias para que Ud. pueda recibir cuidados más seguros e inmediatos. Llame o visite [www.medicalert.org](http://www.medicalert.org)

**MedicAlert + La Asociación de Alzheimers Para el Regreso Seguro**

Apartado postal 21009,  
Lansing, MI

**888-572-8566**

Pulsera y un sistema de apoyo para ayudar a alguien se extravía además de proporcionar información vital para ayudar al personal de emergencia con datos médicos importantes. Cuando una persona con demencia se extravía, una llamada activa la red de apoyo de la comunidad para reunir a la persona extraviada con la persona que los cuida.

Cuando una persona es hallada, un ciudadano o la policía llama al número disponible 24 horas al día con el número inscrito en la pulsera o collar de identificación para notificar a la familia o la persona que atiende al paciente. La Oficina de Alzheimer provee apoyo durante la búsqueda y rescate. Llame o imprima la aplicación al "MedicAlert+Alzheimer's Association Safe Return" en la red [www.alz.org](http://www.alz.org)

**POLST (Ordenes Médicas Para Sostener la Vida)**

1331 Garden Hwy, Oficina 100,  
Sacramento

POLST es una forma que indica el nivel de tratamiento médico que desea el paciente cuando se acerca los últimos días de vida. Es impreso en un papel color rosa brillante y es firmado por el paciente y el doctor, POLST ofrece más control sobre el cuidado que el paciente puede escoger al final de sus días. Para más información, vea

[www.capolst.org](http://www.capolst.org) o pongase en contacto con la Coalición del Cuidado Compasivo de California al 916-489-2222

**Hospice of Ukiah, Inc.**

620 So. Dora Street, Suite 101  
Ukiah, CA 95482

*"Life with well being and death with dignity"*

**Free End of Life and Comfort Care services to the greater Ukiah area for the past 30 years.**

- RN/LVN Patient Services Coordinators who visit, monitor the health/comfort of the patient, advise and comfort family and friends, and coordinate pain control with the physician.
- Palliative (comfort) care to those with long term debilitating illness.
- Grief counseling and spiritual guidance
- In-home Health Worker to assist and support the full-time caregiver.
- Trained Volunteers to give caregiver respite and visit and cheer the patient.

*For a brochure call: 707 462-4038  
e-mail: [hospiceofukiah@pacific.net](mailto:hospiceofukiah@pacific.net)  
[www.hospiceofukiah.com](http://www.hospiceofukiah.com)*

## Vida Activa

### Educación

#### **California Human Development Farmworker Services (Servicios de Desarrollo Humano del Trabajador del Campo de California)**

55 First St., Box M, Lakeport  
**262-0440**

631 Orchard Ave., Ukiah  
**467-5959**

Programa para trabajadores agrícolas y sus dependientes mayores de 18 años. Crea vías y oportunidades para aquellos que buscan más auto suficiencia, independencia y dignidad por medio de educación y entrenamiento, alternativas a la justicia criminal, alojamiento y otros servicios. Educación en inglés, recomendaciones para la inmigración y otros servicios, renovación de la tarjeta verde, clases de ciudadanía y ayuda de emergencia. Asistencia con búsqueda de trabajo, experiencia de trabajo para el adulto o entrenamiento por medio del trabajo. Elegibilidad : Por lo menos de 50% del ingreso debe ser proveniente del empleo en el trabajo en agricultura como trabajador agrícola o es dependiente legal del trabajador del campo que tenga 18 años o mas. Puede venir sin cita o puede llamar para una cita. Vea [www.cahumandevlopment.org](http://www.cahumandevlopment.org)

#### **Konocti USD Adult School (Escuela Para Adultos)**

Las Instalaciones de Carle High School

9345 Winchester St., Salon 9,  
Apartado Postal 309, Lower Lake  
**994-1033**

Para obtener el diploma de bachillerato

#### **Literacy Volunteer Programs (Programas Voluntarios de Alfabetización)**

Tutores ayudan a los adultos a aprender a leer

- **Lake County Library Adult Literacy Program**  
(Biblioteca pública de el Condado de Lake)  
1425 N. High St., Lakeport  
**263-7633**
- **Coast Literacy Program for Adults**  
Mendocino County Public Library,  
Fort Bragg (Biblioteca pública de Mendocino)  
**964-5458 o 937-4637**
- **Literacy Volunteers of Willits**  
Mendocino County Public Library,  
Willits (Biblioteca pública de Mendocino)  
**459-5098**

**Mendocino College**

2565 Parallel Dr., Lakeport  
**263-4944**  
 1000 Hensley Creek Rd., Ukiah  
**468-3000**  
 Disability Resource Center  
 (Centro Para Incapacitados)  
**468-3031**  
 372 E Commercial St., Willits  
**459-6224**

Mendocino College es un centro público de estudios superiores totalmente acreditado. Puede solicitar por medio de la red o póngase en contacto con Admisiones y Archivos. Lake Transit Authority (Bus del Condado de Lake) ofrece servicio de bus entre Lakeport y Ukiah a diario. Para estudiantes con incapacidad verificable que pueden ser admitidos al centro universitario, son elegibles para recibir apoyo del programa de recursos para personas incapacitadas quienes asesoran las necesidades del estudiante y ayudan a acomodar al estudiantes con la tecnología o asistencia personal para que este estudiante pueda obtener acceso a la igualdad de entrada a la educación. Vea [www.mendocino.edu](http://www.mendocino.edu)

**Escuela de Adultos de Ukiah**

1056 N. Bush St., Ukiah  
**463-5217**  
 Diploma de GED/estudios secundarios, aprenden a hablar en inglés, clases de ciudadanía, programa de enfermería vocacional licenciada, y una variedad de otras clases para adultos activos. Vea [www.ukiahadultschool.net](http://www.ukiahadultschool.net)

**Yuba Community College \* Campo de Clear Lake**

15880 Dam Rd. Ext., Clearlake  
**995-7900**  
 Programa Para Personas Discapacitadas  
**995-7910**  
 Linea Para Sordos TTY  
**995-4183**

Escuela De Estudios Superiores de dos años completamente acreditadas. Clases se ofrecen para estudiantes de por vida, veteranos y estudiantes discapitados, Llame al departamento de admisiones y archivos o puede aplicar en la red al [www.yccd.edu](http://www.yccd.edu) y escoja "aplique ahora".

**Empleo****Servicio de Desarrollo Humano Para Trabajadores Agricolas**

55 First St., Box M, Lakeport  
 262-0440  
 631 Orchard Ave., Ukiah  
**467-5959 o 800-570-1377**  
 Programa para trbajadores agrícolas y sus dependientes mayores de 18 años. Crea vías y oportunidades para aquellos que buscan más auto suficiencia, independencia y dignidad por medio de educación y entrenamiento, alternativas a la justicia criminal, alojamiento y otros servicios. Eduación en inglés, recomendaciones para la inmigración y otros servicios, renovacion de la tarjeta verde, clases de ciudadanía y ayuda de emergencia. Asistencia con búsqueda de trabajo, experiencia de trabajo para el adulto o entrenamiento por medio del trabajo. Puede venir sin cita o puede llamar para una cita. Vea [www.cahumandevlopment.org](http://www.cahumandevlopment.org)

**Consortio de California Para  
Mano de Obra Indigena (CIMC)**

631 S. Orchard Ave., Ukiah  
**467-5932**

Asesoramiento y planificación personal para el empleo; educación y capacitación, y planificación para la inversión comercial para personas de origen indigeno Americano o de Alaska o Hawaii

**Departamento de Rehabilitación**

55 1<sup>st</sup> St., Oficina 215,  
Apartado Postal B, Lakeport  
**263-3797**

625 King Ct., Oficina A, Ukiah  
**463-4791**

Ofrece servicios, entrenamiento y abogacía que resulta en empleo, vida independiente, e igualdad para personas discapacitadas.

Programas personales incluyen "Objetivo Personal" y "Responsabilidades Caseras" para personas ciegas o con poca vision. Elegibilidad: Incapacidad fisica y mental permanente. Llame para solicitar y vea [www.dor.ca.gov](http://www.dor.ca.gov)

**Departamento de Desarrollo del Empleo \* CALJOBS**

Sistema usando la red (internet) de California que une las listas de empleos disponibles con el curriculum vitae del que busca trabajo. Crea un curriculum vitae que el empleador puede mirar. No hay tarifas y se pueden ver donde existe acceso a la red, incluso la biblioteca pública y centro de recursos de las agencias que ayudan con los empleos. Vea [www.caljobs.ca.gov](http://www.caljobs.ca.gov)

**Departamento de Desarrollo del Empleo \* Seguro de Desempleo**

**800-300-5616**

**TTY 800-815-9387**

Seguro de Desempleo.

Vea [www.edd.ca.gov](http://www.edd.ca.gov)

**Departamento del Desarrollo de Empleo\* Servicios de Trabajadores**

Servicio gratuito que ayuda con la búsqueda de trabajo, referencias, seguro desempleo, seguro estatal de incapacidad, empleo, entrenamiento; programas especiales para veteranos.

Vea [www.edd.ca.gov](http://www.edd.ca.gov)

- **Condado de Lake**

55 First St., Primer Piso, (correo a la oficina C), Lakeport  
**262-3105 o 262-3116**

- **Condado de Mendocino**

310 Redwood Ave., Fort Bragg  
**964-3295**  
631 S. Orchard, Ukiah  
**463-5710**



**La Experiencia Trabaja**

Santa Rosa

**565-5610**

Ayuda a personas de bajos ingresos que tienen más de 55 años a transicionarse a la fuerza laboral por medio de trabajos temporarios de entrenamiento en agencias públicas y organización comunitarias es sin fin de lucro. También hay entrenamiento suplementario intensivo que han sido diseñado para mejorar las capacidades relacionadas con los objetivos del empleo para eventualmente encontrar empleo permanente fuera del programa. Llame a la oficina para obtener los documentos de pre aplicación. Vea

[www.experienceworks.org](http://www.experienceworks.org)

**MPIC, Inc.**

Ofrece empleo, entrenamiento y recursos en la comunidad para aquellos que buscan trabajo y aquellos que ofrecen empleo.

- **Condado de Lake**

14092 Lakeshore Dr., Clearlake

**994-9004**

55 First St., Oficina F, Lakeport

**263-0630**Vea [www.workforce.org](http://www.workforce.org)

- **Condado de Mendocino**

310 E. Redwood Ave., Fort Bragg

**800-600-6950 o 964-3218**

631 S. Orchard Ave., Ukiah

**800-616-1196 o 467-5900****Programa de Rehabilitación Vocacional Pinoleville**

776 S. State St., Oficina 102A, Ukiah

**462-7801**

Consejos sobre entrenamiento vocacional para personas indígenas Americanon con discapacidades.

**Recreación y Actividades Físicas****Departamento de Parques y Recreación de California**

Numero gratis

**800-777-0369**

Pases de descuento para aparcamiento y para acampar en los parques estatales para personas con discapacidades, personas con más de 62+ años y algunos veteranos.

Mire en [www.parks.ca.gov](http://www.parks.ca.gov) para imprimir una aplicación o para recibir más información sobre posiciones con el programa de Anfitriones Voluntarios del Parque.

**Centro de Exelencia Para Prevenir Caídas**

Este sitio en la red ofrece ideas útiles para prevenir lesiones graves a causa de caídas en el hogar y la comunidad.

Vea [www.stopfalls.org](http://www.stopfalls.org)

**Licencias de Pesca**

601 Locust St., Redding

**530-225-2300**

Se ofrecen licencias de bajo costo o incluso gratis. Elegibilidad: Mayor de 65+ años o indigena americano y cumple criterios de bajo ingreso; o es un veterano que cumplió con su servicio honorablemente y tiene una incapacidad de mas de 50% a causa de su servicio militar; o cumple con los criterios de baja visión, dificultad de movimiento o desarrollo intelectual. Llame o mande una solicitud electrónica a [LRB@dfg.ca.gov](mailto:LRB@dfg.ca.gov); incluya su nombre, su dirección de correo y la clase de aplicación (costo reducido, un año gratis o cinco años gratis) que desea. Vea [www.dfg.ca.gov](http://www.dfg.ca.gov)

**Oportunidades de Voluntariado**

Estas organizaciones ayudan a conectar a los voluntarios con las agencias apropiadas o aquella personas necesitadas en la comunidad. Centros comunitarios para mayores de edad, centros comunitarios, despensas de comida, hospicios y otras agencias en este directorio que ofrecen programas y también dependen de voluntarios y a les da la bienvenida

**Conexión de Recursos Comunitarios (CRC)**

Apartado Aereo 366, Gualala

**800-395-8984 o 844-4562**

Ofrece ayuda “de vecino a vecino” en la costa del sur, como transportación, personas con habilidades manuales e información sobre servicios locales.

Vea [www.crconnection.org](http://www.crconnection.org)**Programa de Abuelos Adoptivos**

North Coast Opportunities

413 N. State St., Ukiah

**467-3200 ext 318**

Ofrece atención individualizada y apoyo para niños con necesidades especiales. Los participantes reciben estipendos y alimentos. Son elegibles personas con más de 55+ años, ingresos limitados y que están dispuestos a ofrecen 20 horas por semanas de servicio voluntario.

Vea [www.ncoinc.org](http://www.ncoinc.org)**Orientación de Seguro Médico y Programa de Abogacia (HICAP)**

1304 Southpoint Blvd., Segundo Piso, Oficina 280, Petaluma

**800-434-0222 o 526-4108**

Ofrece información gratis y objetiva además asistencia cuando está en tramites con Medicare, HMOS, cuidado de largo plazo y otros asuntos relacionados con los seguros de salud. Los voluntarios reciben entrenamiento.

Vea

[www.senioradvocacyservices.com](http://www.senioradvocacyservices.com)

### **Apoyo Para Personas en la Tercera Edad Konocti, Inc.**

14310 Memory Ln.,  
Apartado Postal 6668, Clearlake  
**995-1417**

Patrocina dos organizaciones voluntarias que ofrece visitas en el hogar para personas mayores de 55+ años en el Condado de Lake. Vea [www.konoctiseniorsupport.com/](http://www.konoctiseniorsupport.com/)

- Consejería Paritaria para Personas de la Tercera Edad voluntarios de más de 55+ años de edad reciben entrenamiento y supervisión semanal de un psicoterapeuta licenciado. Los voluntarios ofrecen un oído confidencial y sin fallo y también pueden ofrecer información sobre servicios comunitarios que permiten que el cliente escoja lo que prefiere
- Visitante Amistosos voluntarios que han cumplido más de 18 años reciben entrenamiento y ofrecen amistad, comprensión y compañía para aquellos que no pueden salir de casa, están aislados, se sienten solos o necesitan consuelo y apoyo.

### **Literacy Volunteer Programs (Programas Voluntarios de Alfabetización)**

Tutores ayudan a los adultos a aprender a leer

- **Lake County Library Adult Literacy Program**  
1425 N. High St., Lakeport  
(Biblioteca pública de el Condado de Lake)  
**263-7633**

- **Coast Literacy Program for Adults**

Mendocino County Public Library,  
Fort Bragg (Biblioteca pública de Mendocino)  
**964-5458 o 961-937-4637**

- **Literacy Volunteers of Willits**

Mendocino County Public Library, Willits (Biblioteca pública de Mendocino)  
**459-5098**

### **Programa de el Defensor de el Pueblo de los Condados de Lake y Mendocino Para Cuidados de Largo Plazo**

16170 Main St., Oficina D,  
Apartado Aereo 9000, Lower Lake  
**262-4525**

Visitan y abogan para los residentes en hogares de ancianos y centro de cuidados residenciales. Reciben entrenamiento para investigar y resolver problemas y quejas hechas por residentes o por aquellos que los representan

### **Programa Voluntario de Personas Jubiladas y en la Tercera Edad (RSVP)/Red de Voluntarios**

413 N. State St., Ukiah  
**462-1959**

Une a voluntarios de más de 55 años de edad con oportunidades para servir como voluntarios.

### **Servicio de Consejería Paritrraria \* Condado de Mendocino**

Voluntarios de 55 años o más reciben entrenamiento y supervisión de un clínico licenciado. Voluntarios ofrecen al cliente la oportunidad de hablar con alguien de su misma edad que ha tenido los mismos cambios de vida y puede entender sus mismas preocupaciones. Las reuniones toman lugar en el hogar del cliente.

- **Centro Para Personas Mayores de Redwood**  
**961-4305 o 964-0443**  
Para clientes en la costa de Mendocino
- **Centro Para Personas Mayores de Ukiah**  
**468-9452 o 462-4343**  
Para clientes en Ukiah y Willits

## **Programa de Día Para Adultos**

### **Programas de Día Para Adultos**

#### **Cuidado Diurno Para Adultos de la Tercera Edad en el Condado de Lake**

Programas Sociales Diarios que ofrecen actividades organizadas y nutrición para adultos mayores con problemas cognitivos y los cuales están aislados de la sociedad y al mismo tiempo ofrecen relevo para aquellos que los atienden.

Vea:

<https://www.facebook.com/pages/El-Der-Day-Services-of-Lake-County-CA-inc/3654985333625633?fref+nef>

- **Centro Diurno Para Adultos de Clearlake**

Iglesia Luterana de San Juan,  
14310 Memory Ln. (en Olympic Dr.),  
Clearlake  
Correo al Apartado Postal 333 en  
Lower Lake  
Jenny Johnson  
**350-3030**  
En la instalación / miércoles y jueves  
**994-2829**

- **Centro Diurno Para Adultos de Middletown**

Centro de Personas en la Tercera Edad  
21256 Washington St., Middletown  
Correo al Apartado Aereo 333 en  
Lower Lake  
Jenny Johnson  
**350-3030**  
En la instalación los viernes.

- **Centro Diurno Para Adultos en Northlake**

Primera Iglesia Luterana del Condado de Lake,  
3863 Country Club Ln, Lucerne  
Correo a: 1026 Compton St.,  
Lakeport  
Caroline Denny  
**263-9481**  
En la instalación los Jueves  
**274-5572**

**Programa Social Diurno del  
Circulo de Mayores En El Centro  
de Mayores de Redwood**  
490 N. Harold St., Fort Bragg  
**961-4310**

Programa social diurno que ofrece un ambiente seguro y estimulante con actividades terapéuticas divertidas. Respiro para las familias y aquellos que cuidan al cliente. Para adultos que están perdiendo sus habilidades cognitivas, están obligados a quedarse en casa o tienen problemas de salud y necesitan contacto social o ayuda para enfrentarse a la pérdida de independencia. Se ofrece transporte de puerta a puerta a bajo costo. Ves [www.rcscenter.org](http://www.rcscenter.org)

**Centro Para las Personas de la  
Tercera Edad de Ukiah “Manejo  
de Almuerzo” (Lunch Bunch)**  
499 Leslie St., Ukiah  
**462-4343**

Actividades guiadas durante el almuerzo y ayuda con cuidado de relevo  
[www.ukiahseniorcenter.org](http://www.ukiahseniorcenter.org).

## Servicios de Cuidado

### Coordinación de Cuidados

Estos programas desarrollan planes para el cuidado de individuales que por razón de sus edad, discapacidad, enfermedad, u otras dificultades no pueden hacer arreglos para su cuidado por su cuenta. Los servicios incluyen

asesoramiento de cuidados necesarios, coordinación de estos cuidados, y también evaluación sobre la efectividad de estos servicios. La Asociación Nacional de Asesores del Cuidado Geriátrico ofrece un directorio de asesores del cuidado que trabajan por medio de pago directo con un enfoque especializado con los problemas del envejecimiento y el cuidado de gente mayor de edad.

**Community Care Management  
Corp. (Corporación de Cuidado  
Comunitario)**

301 S. State St., Ukiah  
**468-9347**

Agencia privada sin fin de lucro que ofrece multi-programas para ayudar a las personas del Condado de Lake, Mendocino y Sonoma a vivir independientemente en sus hogares. Vea [www.communitycare707.com](http://www.communitycare707.com)  
Programas incluyen:

- **Programa de Cuidado  
Comunitario de HIV/SIDA  
(CCHAP) y Centro Social**

8050 Lake St., #A, Lower Lake  
**995-1606**

301 S. State St., Ukiah  
**462-3041**

CCHAP ofrece administración de casos y servicios de apoyo a personas en los condados de Lake y Mendocino que han sido diagnosticados con HIV ó SIDA. El centro de Lower Lake ofrece consejos, actividades sociales, reuniones informativas, grupos de apoyo y literatura a personas viviendo con HIV y la SIDA, sus familiares, amigos y aquellos que los cuidan.

- **Programa de Multi-Servicios Para Personas en la Tercera Edad (MSSP)**

8050 Lake St., #A, Lower Lake  
**995-7010**

301 S. State St., Ukiah

**468-9347**

205 S. Main, St., Fort Bragg

**964-4027**

**Red de Servicios De La SIDA/Hepatitis Vírica del Condado de Mendocino (MCAVHN)**

148 Clara St.,

Apartado Postal 1350, Ukiah

**462-1932**

Administración de casos, asistencia práctica, apoyo emocional, centro de acogida, información y referencias, cupones para alimentos, transporte, asistencia con renta y servicios públicos. Consejos para personas con hepatitis C o HIV, exámenes, intercambio de, intercambio de jeringas, grupos de apoyo para hepatitis C (HCV) y actividades sociales para los clientes.

Administración de caso para personas que sufren de otras enfermedades al mismo tiempo. Para cualquier persona afectada por, o viviendo con, o con riesgos de ser afectados por HIV o hepatitis C.

Mire [www.mcavhn.org](http://www.mcavhn.org)

## **Cuidado de Relevo y Apoyo**

**Hospicio de Ukiah y Voluntarios que Ofrecen Cuidado de Relevo Para los Que Cuidan de Personas con Alzheimer's**

620 S. Dora St., Oficina 101, Ukiah  
**391-8931 o 367-0560** (línea del servicio de relevo)

**462-4038** (Lineo del Hospicio)

**Centro de Recursos Para Cuidadores Redwood (RCRC)**

141 Stony Cir., Oficina 200,  
Santa Rosa

**800-834-1636 o 542-0282**

Provee servicios, inclusive posiblemente relevo para el cuidador, para ayudar a aquellos que cuidan a personas mayores, individuales delicadas, o personas mayores que cuidan a personas con discapacidades de cualquier edad. Tabien ofrecen consejos y apoyos para familiares que cuidan a personas con daño cerebral por medio de educación, investigación científica, y abogacia. Información de hechos y enlaces en la red electrónica en [www.redwoodcrc.org](http://www.redwoodcrc.org)

**Servicios Médicos del Redwood Coast \* Hospicio/Relevo Voluntario Shamil**

Apartado Postal 1100, Gualala

**884-4005 – 884-4853**

Ofrece manejo de síntomas y necesidades suplementarias y relevo para familias que se enfrentan a enfermedades que amenazan la vida o enfermedades crónicas. Vea

[www.rcms-healthcare.org](http://www.rcms-healthcare.org)

## Administración del Cuidado

Nota: Estos programas desarrollan planes para el cuidado de individuales que por razón de su edad, enfermedad, discapacidad u otras dificultades no pueden coordinar estos cuidados por su cuenta. Servicios incluyen asesoría de sus necesidades, coordinación de los servicios requeridos y vigilancia/seguimiento de estos servicios para determinar la efectividad de los servicios. Las únicas agencias en esta lista son aquellas que operan sin fin de lucro. La Asociación Nacional de Administradores de Cuidados Geriátricos mantiene un registro de administradores de pago privado con enfoque especializado en asuntos relacionados con el envejecimiento y cuidado de personas de edad avanzada en [www.caremanager.org](http://www.caremanager.org)

**Cuidado en el Hogar Adventist Health y Hospicio Phoenix**  
100 Sanhedrin Cir., Willits  
**800-606-9596 o 459-1818**

**Cuidado en el Hogar del Hospital de Distrito de Mendocino Coast**  
700 River Dr., Fort Bragg  
**961-4651**  
Vea [www.mcdh.org/dept/home-health-care-program](http://www.mcdh.org/dept/home-health-care-program)

**Servicio de Cuidado en el Hogar St Helena Hospital Clear Lake**  
9245 Hwy 53, Apartado Aereo 532, Lower Lake  
**994-0737**  
Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

**Cuidado en el Hogar Sutter**  
843 Parallel Dr., Lakeport  
**800-675-5595 o 263-7400**  
Vea [www.sttervnaandhospice.org](http://www.sttervnaandhospice.org)

## Servicios de Apoyo en el Hogar

### Servicios de Apoyo en el Hogar (IHSS)

Ofrece una gran gama de servicios que permiten a los clientes recibir los cuidados necesarios y a permanecer en su hogar en condición de seguridad. Por ejemplo ayudar a bañarse, ayudar a vestirse, limpieza de casa, compras, etc.). Son elegibles personas mayores de 65 años que reciben Medi-Cal, o que son legalmente ciegos o discapacitados de acuerdo con las regulaciones de Seguro Social o niños discapacitados.

- **Condado de Lake**

16170 Main St., Unidad C,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**888-221-2204 o 995-4680**

- **Condado de Mendocino**

764 S. Franklin St.,  
Apartado Postal 1306, Fort Bragg  
**877-327-1677 o 962-1100**  
747 S. State St.,  
Apartado Postal 839, Ukiah  
**877-327-1799 o 463-7900**  
221 Lenore St., Willits  
**800-771-2453 o 456-3740**

## Agencias de Cuidadores de Pago Privado

Nota: Contratando Ayuda en Casa Estas agencias ofrecen servicios que pueden incluir manutención del hogar, ayuda personal, transportación y compras, supervisión protectora, tranquilidad social y cuidado durante el final de la vida. Para aprender más de como contratar cuidadores, vea la hoja informativa de Los Recursos del Centro de Cuidadores Redwood "Como Contratar Ayuda Para el Hogar" en [www.redwoodcrc.org/factSheets.php](http://www.redwoodcrc.org/factSheets.php) y busque los enlaces "Cuidado en Casa"

### Cuidado Andersson

32924 Odom Ln., Fort Bragg  
**964-4040**

Area de servicio: la costa desde Sea Ranch hasta Westport. Vea [www.anderssoncare.com](http://www.anderssoncare.com)

### En Casa Con Nosotros

923 19<sup>th</sup> St., Lakeport  
**349-0971**

Area de servicio: condado de Lake. Vea [www.homewithus.com](http://www.homewithus.com)

### Cuidadores de Lake/Cuidadores de Mendocino

1102 S. Main St., Oficina 3A, Fort Bragg  
**877-964-2001 o 964-2000**

Area de servicio: Los condados de Lake y Mendocino. Vea [www.lakecaregivers.com](http://www.lakecaregivers.com) o [www.mendocinocaregivers.com](http://www.mendocinocaregivers.com)

### Servicios de Enfermería de Mendocino

1102 S. Main St., Oficina 3A, Fort Bragg

**800-462-0717 o 964-5556**

Ofrece servicios de Enfermeras Registradas y Enfermeras Vocacionales Licenciadas incluyendo pero no limitados a tratamientos ordenados por un doctor como inyecciones, administración de medicamentos, tratamiento para los pulmones y heridas y manejo del dolor. (Es agencia afiliada con Cuidadores de Lake/Cuidadores de Mendocino). Areas de servicio: condados de Lake y Mendocino. Vea [www.mendocinonursing.com](http://www.mendocinonursing.com)

### Red de Cuidadores Nason

Apartado Aereo 685, Albion  
**937-5002**

Area de servicio: De Elk a Fort Bragg y a Comptche.

### Soluciones Para Personas en la Tercera Edad Sequoia, Inc

1372 N. McDowell Blvd., Oficina S, Petaluma

**888-469-5694**

825 Main St., Lakeport

**Lake : 262-1477**

**Mendocino: 462-3227**

Areas de Servicio: Los condados de Lake y Mendocino. Vea [www.SequoiaSeniorSolutions.com](http://www.SequoiaSeniorSolutions.com)

## Asistencia Voluntaria

### Conexións de Recursos Comunitarios (CRC)

Apartado Aereo 366, Gualala  
**800-395-8984 o 884-4562**

Ofrece ayuda de “vecino a vecino” para personas de edad avanzada, adultos y jóvenes discapacitados y otros residentes del área de la costa entre Sea Ranch y Manchester incluyendo ayuda hábil para proyectos simples, ayuda con recados y transportación; información sobre proveedores de servicios en la área de servicio. Vea [www.crconnection.org](http://www.crconnection.org)

### Apoyo Para Personas en la Tercera Edad Konocti, Inc Visitantes Amistosos

14310 Memory Ln.,  
 Apartado Postal 6668, Clearlake  
**995-1417**

Visitas al hogar por voluntarios entrenados quienes ofrecen amistad, comprensión, y compañía. Son elegibles personas mayores de 55 años y que no pueden dejar su hogar, estan aislados, se sienten solos o necesitan consuelo y apoyo. Vea: [www.konoctiseniorsupport.com/](http://www.konoctiseniorsupport.com/)

## El Final de la Vida

### Recursos Para El Final de la Vida

Nota: Duelo

Tambien pongase en contacto con las agencias nombradas bajo “Hospicio” para información sobre grupos de apoyo continuo.

### Información Sobre Duelo y Pérdida de el AARP

Información y enlaces en el internet sobre temas del final de la vida. Vea [www.aarp.org/relationships/grief-loss/](http://www.aarp.org/relationships/grief-loss/) en el internet.

### Siguiendo Adelante

Centro de Actividades Para Personas en la Tercera Edad de Willits

1501 Baechtel Rd., Willits  
**459-6826**

Centro de apoyo social enfocado en actividades para viudas o mujeres en divorcio u otras mujeres interesadas. Se reúnen cada segundo y cuarto jueves de 12 a 1 p.m. para el almuerzo y reunion de la 1:00 pm a las 2:00 p.m. Se ofrecen actividades sociales como viajes, cenas, teatro y demás.

**Administrador Público**

15975 Anderson Park Ranchway,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4680**

747 S. State St., Apartado Postal  
839, Ukiah  
**463-7786**

Administra los bienes de personas fallecidas y que no tienen familia para administrar estos bienes. Ofrece cremación para familias sin recursos o de bajos recursos (en el Condado de Lake, la oficina del Sheriff ofrece cremación para familias sin recursos o de bajos recursos)

- **Condado de Lake**

16170 Main St.,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4680**

- **Condado de Mendocino**

747 S. State St.,  
Apartado Postal 839, Ukiah  
**468-7056**

**MedCure**

Es un programa nacional para donación de todo el cuerpo el cual sirve como enlace entre los donantes y investigadores médicos y educadores. MedCure ofrece servicios gratis incluyendo transportación, la cremación, y devolución de los restos mortales a la familia o dispersión en el mar.  
**866-560-2525** o [info@medcure.org](mailto:info@medcure.org)

**Hospicio****Hospicio de Ukiah**

620 S. Dora St., Oficina 101, Ukiah  
**462-4038**

Cuidado para el final de vida, incluyendo un coordinador de cuidados de enfermería, ayuda de salud en el hogar, capellán, trabajador social, voluntarios de relevo que visitan el hogar de personas con diagnóstico terminal y deterioro de salud. Cuidado paliativo para personas con una enfermedad debilitante de largo plazo. También ofrecen voluntarios que proveen relevo para los cuidadores de personas con Alzheimers o demencia.

Vea [www.hospiceofukiah.com](http://www.hospiceofukiah.com)

**Servicios del Hospicio del Condado de Lake**

1862 Parallel Dr., Lakeport  
**800-900-8820 – 263-6222**

Ofrece servicios para personas con enfermedades terminales incluyendo cuidado de enfermería (manejo de síntomas y dolor), educación para el paciente y su familia, asistentes de enfermería, trabajadores sociales, y cuidado espiritual y duelo para el paciente y su familia. El objetivo es la comodidad y no la cura. Son elegibles personas con orden médicas para el cuidado del hospicio para pacientes de cualquier edad. Medicare, Medi-Cal y muchas de los seguros médicos cubren cuidados de el hospicio.

Vea [www.lakecountyhospice.org](http://www.lakecountyhospice.org)

**Hospicio de la Costa de Mendocino**

700 River Dr., Fort Bragg  
**961-4617**

El coordinador del hospicio ofrece información y apoyo. Voluntarios ofrecen apoyo al paciente y a los que lo atienden. El programa podría ofrecer acceso a fondos que ayudan a pagar por artículos para la comodidad del paciente, asistencia para los que cuidan al paciente y un grupo de consuelo continuo.

Vea [www.mcdh.org/dept/hospice-program/](http://www.mcdh.org/dept/hospice-program/)

**Hospicio Phoenix**

100 Sanhedrin Cir., Willits  
**459-1818 o 800-606-9596**

Atención médica en casa y servicios del hospicio para personas con

menos de 6 meses de vida, incluyendo enfermeras, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, asistentes de enfermería, trabajadores sociales, capellán, voluntarios. Con referencias de un doctor.

**Servicios Médicos del Redwood Coast \* Programa del Hospicio/Alivio Voluntario Shamil**

Apartado Postal 1100, Gualala  
**884-4005 o 412-6018**

Ofrece manejo de síntomas y necesidades suplementarias y respire para familias que se enfrentan a enfermedades que amenazan la vida o enfermedades crónicas. Vea [www.rcms-healthcare.org](http://www.rcms-healthcare.org)

## LISTA DE VERIFICACION PARA VIUDOS Y VIUDAS

- Reuna documentos importantes así como la tarjeta o el número del seguro social, acta de defunción (Ud. puede recibir copias de la funeraria), además de el testamento o fondos de fideicomiso.
- Reuna cuentas vigentes y pague sus cuentas tan pronto sea posible.
- Si su pareja recibía los beneficios del seguro social, notifique a la oficina del Seguro Social sobre la muerte puesto que estos beneficios se deben descontinuar. Pregunte si Ud. es elegible para algunos beneficios que puede recibir en su seguro social.
- Avisele al patrón de su pareja y averigüe si Ud. puede recibir algunos beneficios.
- Si su pareja era un veterano, consulte con la Administración de Veteranos para saber si existen beneficios. Puede que sea elegible para recibir ayuda con el entierro u otros beneficios.
- Avise a los bancos, o a cualquier otra entidad financiera para saber si hay beneficios que pueda recibir incluso seguro de vida o prestaciones en caso de muerte.
- Cambie el beneficiario en su seguro de vida
- Pongase en contacto con Medicare o cualquier otra compañía de seguros médicos para parar las primas de pago.
- Transfiera el título de su auto a su nombre y cambie el nombre en el seguro automovilario. Pregunte si se puede reducir la prima de pagos.
- Pongase en contacto con las compañías de crédito para cambiar el nombre en la tarjeta o cancelar la cuenta. Averigüe si deben dinero que tal vez sea cubierto por el seguro.
- Transfiera el título de bienes inmuebles que tenga en conjunto a su nombre. Pongase en contacto con un abogado si necesita ayuda.
- Pongase en contacto con asociaciones profesionales donde tenga contrato para hacer los cambios necesarios.
- Haga o traiga al día su testamento.
- Pongase en contacto con el director de la funeraria para que le ayude con cualquier aspecto de esta lista.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

## Asistencia del Pago de Energía (Servicios Públicos)

### Asistencia del Pago de Energía

Nota: Ahorro de Energía

Vea también bajo la sección de “Rehabilitación y Modificación del Hogar” para programas que compensan los costos relacionados con la instalación de equipo ó electrodomésticos de bajo consumo o mejoras al hogar que previenen de la intemperie.

#### Departamento de Servicios Públicos de Ukiah

300 Seminary Ave.,  
Apartado Postal 2860, Ukiah  
**463-6228**

Programas para reducir los costos de energía para clientes que viven dentro de los límites de la ciudad de Ukiah. Vea [www.cityofukiah.com](http://www.cityofukiah.com) en el internet y el enlace de “Utilidades” para encontrar más información y solicitudes.

- **Descuentos de Programa C.A.R.E.S.**

Creditos mensuales se aplican a los costos de electricidad en los recibos de la ciudad. \$40 para personas mayores de 62 años que son elegibles. \$30 al mes para personas menores de 62 años. Tienen que cumplir con los requisitos de bajos ingresos. Clientes pueden llamar al Salvation Army

(Ejercito de Salvación) **468-9577** para completar su solicitud por teléfono.

- **Referencia Médica & Apoyo de Vida**

Aumenta la cantidad apoyada para personas que usan equipo necesario para el soporte vital en el hogar. Requiere verificación del médico y equipo requerido. Llame al departamento de utilidades para una solicitud.

- **Programa Temporal de Asistencia**

Un programa que ofrece ayuda máxima de \$350.00 cada 12 meses para pagar la cuenta eléctrica de la ciudad. Son elegibles personas de bajo ingreso. Todos los costos no relacionados con la electricidad tiene que estar pagados antes de poder recibir este beneficio. Clientes pueden llamar al Salvation Army (Ejercito de Salvación) **468-9577** para ser pre calificados por teléfono.

**Servicios Electricos de la Costa del Norte, Inc.**

966-B Mazzone St.,  
Apartado Postal 413, Ukiah  
**463-0303 o 800-233-4480**

Programas para reducir los costos de energía para clientes de bajos ingresos. Llame para recibir su solicitud.

- Programa de Intervención En Crisis Energética (ECIP) – Ofrece asistencia monetaria una vez al año para hogares elegibles con emergencias por causas del clima o relacionados con energía.
- Programa de Asistencia de Energía Del Hogar (HEAP) – Ofrece asistencia con los costos de calefacción o refrigeración del hogar

**Pacific Gas and Electric (PG&E)**

Línea Sin Costo 24 Horas al Día/7  
Días a la Semana  
**800-743-5000**

Vea

[www.pge.com/customerservice/financialassistance/](http://www.pge.com/customerservice/financialassistance/)

- **Punto de Referencia Médica y Apoyo Vital**

**800-743-5000**

En Español

**800-660-6789**

TDD

**800-652-4712**

Ofrece cantidades adicionales de energía al menor costo posible para clientes con condiciones médicas específicas. Son elegibles clientes de PG&E y que dependen de equipo vital para mantener la vida en el hogar y aquellos con condiciones que requieren calefacción o refrigeración adicional. Llame a PG&E para pedir una solicitud o puede imprimirla de nuestra página en el internet.

- **PG&E Tarifas Alternativas de Energía de California (C.A.R.E.)**

Apartado Postal 7979,  
San Francisco

**866-743-2273**

Descuento de 20% en la factura mensual para clientes de PG&E con bajos ingresos. Llame para pedir una solicitud o visite la página en la red para más información sobre los requerimientos de ingreso y la aplicación. Se tiene que recertificar cada 2 años.

- **PG&E Ofrece Asistencia en Materia de Energía Por Medio de Asistencia Comunitaria (REACH)**

Ofrece asistencia de \$200.00 solo una vez para cubrir gastos de energía. Son elegibles clientes de PG&E que están a riesgo de perder los servicios de PG&E a causa de circunstancias fuera de su control o dificultades económicas inesperadas y que no han recibido ayuda de REACH en los últimos 18 meses. Póngase en contacto con el Salvation Army o Servicios Comunitarios de Willits para aplicar.

- **Condado de Lake**  
Salvation Army, Clearlake  
**995-1128**

- **Condado de Mendocino**  
Salvation Army  
**468-9577**  
Servicios Comunitarios de Willits, Willits  
**459-3333**

**Instituto de Desarrollo de Energía Renovable (REDI)**

75 N. Main St., PMB #234, Willits  
**459-1256**

El programa de extensión REDI's HELP une a los residentes de Willits con los de Fort Bragg a programas ofrecidos por agencias/proveedores como PG&E y los Servicios de Energía de la Costa del Norte. Vea [www.redinet.org](http://www.redinet.org) en el internet.

**Salvation Army (Ejercito de Salvación)**

Varios programas que ayudan a personas necesitadas incluyendo servicios públicos.

- **Condado de Lake**  
14420 Lakeshore Dr., Oficina C, Clearlake  
**995-1128**

- **Condado de Mendocino**  
714 S. Main St., Oficina A, Ukiah  
**468-9577**

**Servicios Comunitarios de Willits (WCS)**

229 E. San Francisco St., Willits  
**459-3333**

Asistencia con emergencias de comida, transportación, albergue, utilidades, recetas medicas, artículos personales, y fórmulas para bebés.

## Finanzas

### Derechos a Subsidios

**Revisión de Beneficios**

Necesita saber si es elegible para beneficios/o programas? Patrocinado por El Consejo Nacional Para el Envejecimiento [www.BenefitsCheckup.org](http://www.BenefitsCheckup.org) le hace cierta cantidad de preguntas y basándose en sus respuestas, Ud. recibe una lista de programas para los cuales Ud. puede ser elegible. Ud. puede completar aplicaciones para muchos de estos programas en el Internet o puede imprimir las aplicaciones.

**Departamento de Desarrollo del Empleo \* Seguro de Desempleo**  
**800-300-5616**

**TTY 800-815-9387**

Seguro de Desempleo. Vea  
[www.edd.ca.gov](http://www.edd.ca.gov)

**Departamento del Desarrollo de Empleo\* Servicios de Trabajadores**

Servicio gratuito que ayuda con la búsqueda de trabajo, referencias, seguro desempleo, seguro estatal de incapacidad, empleo, entrenamiento; programas especiales para veteranos.

Vea [www.edd.ca.gov](http://www.edd.ca.gov)

- **Condado de Lake**

55 First St., Primer Piso, (correo a la oficina C), Lakeport  
**262-3105 o 262-3116**

- **Condado de Mendocino**

310 Redwood Ave., Fort Bragg  
**964-3295**  
 631 S. Orchard, Ukiah  
**463-5710**

**Departamento de Servicios Sociales del Condado de Lake**

15975 Anderson Ranch Pkwy.,  
 Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4200 o 800-628-5288**

Una agencia que ofrece una gama completa que ayuda con las necesidades de personas y familias de bajos ingresos incluyendo Medi-Cal, CMSP, asistencia general/CalFresh, IHSS (apoyo para personas en sus hogares), Agencia de Protección de Adultos, Alojamiento de la Sección 8, Administrador Público y el Guardian Público, el Guardian del Pueblo (ombudsman) on respecto al

cuidado de largo plazo. Pongase en contacto con la agencia o puede aplicar electronicamente en  
[www.C4Yourself.com](http://www.C4Yourself.com).

Vea

[www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Social\\_Services.htm](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Social_Services.htm)

**Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Mendocino, Sucursal de Servicios Sociales**

764 S. Franklin St.,  
 Apartado Postal 1306, Fort Bragg  
**877-327-1677 o 962-1100**

747 S. State St.,  
 Apartado Postal 839, Ukiah  
**877-327-1799 o 463-7900**

221 S. Lenore Ave., Willits  
**800-771-2453 o 472-2300**

Una agencia que ofrece una gama completa que ayuda con las necesidades de personas y familias de bajos ingresos incluyendo Medi-Cal, CMSP, asistencia general/CalFresh, IHSS (apoyo para personas en sus hogares), Agencia de Protección de Adultos, Alojamiento de la Sección 8, Administrador Público y el Guardian Público, Defensor del Pueblo, Agencia Local Para el Envejecimiento y servicios para veteranos. Pongase en contacto con la agencia o puede aplicar electronicamente en  
[www.C4Yourself.com](http://www.C4Yourself.com).

Vea

[www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/adult.htm](http://www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/adult.htm)

### **Administración del Seguro Social (Social Security)**

991 Parallel Dr., Oficina A, Lakeport  
**888-676-2666**

521 S. Orchard Ave., Ukiah  
**888-590-2706**

Línea Nacional **800-772-1213**  
**TTY 800-325-0778**

Recibe aplicaciones beneficios de jubilación, discapacidad, y sobrevivientes para trabajadores y sus familias. Administra el programa de Ingreso de Seguridad Suplemental (SSI). También expide los números sociales. Son elegibles personas jubiladas o discapacitadas que han trabajado suficientes trimestres para calificar. El suplemento de ingreso es para aquellos de edad avanzada o discapacitados con ingresos limitados y pocos recursos.

Póngase en contacto con el Seguro Social para saber cuanto dinero pueden ganar sin impactar sus pagos del Seguro Social o SSI. Muchos asuntos se pueden resolver por medio de la página del Seguro Social en el internet, por ejemplo se puede someter una solicitud, cambiar información, confirmar beneficios y otra información. Vea [www.socialsecurity.gov](http://www.socialsecurity.gov)

### **Subvenciones**

#### **La Fundación de la Comunidad del Condado de Mendocino**

204 S. Oak St., Ukiah  
**468-9882**

Es una organización sin fines de lucro que sirve a todo el condado y ofrece fondos paralelos a las donaciones que contribuyen donantes filantrópicos de acuerdo con las necesidades y oportunidades

de la comunidad. Administra varios programas incluyendo Angel Fund (Fondo del Angel), el fondo relacionado con el cáncer Foster Fund (vea en la sección de cáncer en esta guía) y La Subvención de Enriquecimiento Comunitario. Para información sobre los fondos y subvenciones vea [www.communityfound.org](http://www.communityfound.org)

- **Angel Fund**

Ofrece asistencia económica de \$100 a \$300 únicamente una vez para familias, niños, y personas de edad avanzada que están pasando por una crisis de corta duración y tienen necesidades que no están cubiertas por otras agencias públicas y privadas. Típicamente la asistencia concierne asuntos de salud y seguridad o para ayudar con empleo o educación. Los fondos son administrados por diferentes agencias locales sin fines de lucro. Llame si necesita más información.

### **Administración del Dinero**

Nota: Olvidándose de Pagar los Recibos

Si se está olvidando de pagar los recibos, pongase en contacto con los proveedores de servicios públicos y otros proveedores para participar en el programa de "Notificaciones a un Tercero" para que otra persona sepa que una cuenta está atrasada.

**Servicio de Consejería de Credito  
Para Consumidores de San  
Francisco \* Santa Rosa**

70 Stony Point Rd., Oficina C,  
Santa Rosa

**800-777-7526**

Consejeria y administración para los presupuestos y deudas, educación y consejeria de bancarrota. Agencia de consejería aprobada por HUD incluyendo prevención de ejecución hipotecaria y hipoteca inverse. Vea [www.cccssf.org](http://www.cccssf.org)

**Fiananzas para El Pueblo**

Apartado Postal 907,  
Redwood Valley

**485-8178**

Servicio del representante del beneficiario y administración de dinero para individuales referidos por el Seguro Social, otras agencias locales o autoreferencias. No se hace visita al hogar.

**Centro de Recursos  
Financieros/Servicio de  
Consejeria de Credito para el  
Consumidor**

1309 11th St., Ste. 104, Arcata

**800-762-1811 o 822-8536**

Consejeria y administración del presupuesto personal; educación y consejeria sobre la bancarrota counseling.

Vea

[www.financialresourcecenter.org](http://www.financialresourcecenter.org).

**Autoridad de Vivienda del  
Northern Indian Circle**

694 Pinoleville Dr., Ukiah

**468-1336**

Agencia de consejería de vivienda aprobada por HUD para cuestiones de credito, reparación de credito, educación para el que compra su primera residencia, y ayuda con el pago inicial para algunas comunidades the indios nativos.

Vea [www.nciha.org](http://www.nciha.org).

**Administración del Dinero del  
Centro de Personas en la Tercera  
Edad Redwood Coast**

490 N. Harold St., Fort Bragg

**964-0443**

Servicio del representante del beneficiario y administración de dinero para clientes referidos por la Agencia de Servicios Sociales y de Salud del Condado de Mendocino o Cuidado Comunitario MSSP. Se pueden hacer visitas al hogar.

**Servicios Fiduciarios Tom  
Cariveau**

Apartado Postal 1260, Lakeport

**263-0808**

Represante del servicio para beneficiarios, administración de fondos, administración de fideicomiso de necesidades especiales. Envie correo electronico a [tctrustee@mchsi.com](mailto:tctrustee@mchsi.com)

**Empresa Tsunami**

Apartado Postal 608, Ukiah  
**463-2546**

Servicio del representante del beneficiario y administración de dinero. Se pueden hacer visitas al hogar.

Vea [www.tsunami-enterprises.org](http://www.tsunami-enterprises.org).

**Administración del Dinero del Centro de Personas en la Tercera Edad de Ukiah**

499 Leslie St., Ukiah  
**462-4343 ext 102**

Servicio del representante del beneficiario y administración de dinero para clientes mayores de 55 años o personas mas jovenes con discapacidades. Se pueden hacer visitas al hogar.

Vea [www.ukiahseniorcenter.org](http://www.ukiahseniorcenter.org)

**Administración del Dinero del Centro de Personas en la Tercera Edad de Willits**

1501 Baechtel Rd., Willits  
**459-6826**

Servicio del representante del beneficiario y administración de dinero para clientes de más de 55 años.

Vea [www.willitsseniorcenter.com](http://www.willitsseniorcenter.com).

**Impuestos**

**Ayuda con los Impuestos del AARP (Asociación Americana de Personas Jubiladas)**

601 E. St., NW, Washington D.C  
**888-227-7669**

Voluntarios certificados por el IRS (Servicio de Ingresos Internos) ofrecen consejería gratis de uno a uno comenzando en febrero primero has abril 15 de cada año.

Generalmente ellos van a los

centros para personas en la tercera edad. Son elegibles personas que pagan impuestos y que son de ingresos bajos o intermedios con atención especial para personas mayores de 60 años.

Vea [www.aarp.org/money/taxaide](http://www.aarp.org/money/taxaide)

**Consejo de Impuestos Estatales de California**

Linea gratis

**800-852-5711**

Vea [www.ftb.ca.gov](http://www.ftb.ca.gov) en el internet.

**Servicio de Ingresos Internos (IRS)**

**800-829-1040**

Vea [www.irs.gov](http://www.irs.gov) en el internet

## Alimentos

### CalFresh (Conocido Anteriormente Como Estampillas de Comida)

#### Programa de CalFresh

Programa de asistencia para la nutrición que ayuda a personas con bajos ingresos con la compra de comida nutritiva. Son elegibles personas de bajos recursos y las directrices de bajos ingresos; ingresos más altos y límites de ingresos se ofrecen a personas mayores de 60 años ó personas más jóvenes con discapacidades. Aquellos que reciben SSI no son elegibles. Puede aplicar electrónicamente por el internet [www.C4Yourself.com](http://www.C4Yourself.com) ó llame/visite la oficina para pedir una aplicación.

- **Condado de Lake**

15957 Anderson Ranch Parkway,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**994-4200 o 800-682-2588**

- **Condado de Mendocino**

764 S. Franklin,  
Apartado Postal 1306, Fort Bragg  
**877-327-1677 o 962-1000**  
737 S. State St.,  
Apartado Postal 839, Ukiah  
**877-327-1711 o 463-7700**

### Centros/Congregaciones de Comedores Sociales

#### Centro de Personas en la Tercera Edad de Anderson Valley

Veteran's Hall, 14400 Highway 128,  
Apartado Postal 591, Boonville  
**895-3609**

Sirven almuerzo los martes y jueves a las 12:15 p.m. excepto el segundo y último martes del mes puesto que sirven la cena en vez del almuerzo a las 6:00 p.m.. Se les pide una contribución para huésped mayor de 60 años (y su pareja que los acompaña), y se cobra un costo para otras personas.

Vea

[www.avseniorcenter.blogspot.com](http://www.avseniorcenter.blogspot.com)

#### Calvary Chapel (Capilla del Calvario)

14330 Memory Ln. (Cerca de Olympic Blvd.),  
Apartado Postal 2062, Clearlake  
**994-5683**

Ofrece una comida comunal gratis de 4:00 p.m. a 6:00 p.m. los martes y jueves cada semana

#### Iglesia Metodista Comunitaria de Clearlake Oaks

12847 The Plaza en la Carretera 20,  
Apartado Postal 968, Clearlake Oaks  
**998-9435**

Ofrecen una comida comunal at las 5:30 p.m. los lunes y miercoles de cada semana

#### Centro de Personas de la Tercera Edad de la Costa

Veterans Hall 24000 S. Hwy 1,  
Apartado Postal 437, Point Arena  
**882-2137**

Se sirve el almuerzo el lunes y miércoles de las 11:30 a.m. hasta las 12:30 p.m. en Point Arena y los martes de 11:30 hasta las 12:30 p.m. en el centro comunitario de Gualala. Se pide una contribución de personas mayores de 60 años de edad, hay cobro para los demás.

Vea [www.southcoastseniors.org](http://www.southcoastseniors.org)

**Centro de Personas en la Tercera Edad de Highlands, Inc.**

3245 Bowers Rd.,  
Apartado Aereo 180, Clearlake  
**994-3051**

Almuerzos de lunes a viernes, se sugiere una donación de las personas mayores de 60 años; un costo para otros.

Vea [www.lcseniors.com](http://www.lcseniors.com)

**Centro Indio para Personas en la Tercera Edad**

425 N. State St., Ukiah  
**462-5595**

Abierto al público. Sirven almuerzo de lunes a viernes al medio día. Son elegibles personas mayores de 60 años más un miembro de la tribu con resolución; se sugiere una donación para otras personas. Puede llamar para recibir mas información

**Centro de Personas en la Tercera Edad de Lakeport, Inc**

527 Konocti Ave., Lakeport  
**263-4218**

Se sirven almuerzos de lunes a viernes al medio día; desayuno cada tercer domingo. Se pide una donación a personas mayores de 60 años, costo para todos los demas.

Vea [www.lcseniors.com](http://www.lcseniors.com)

**Centro de Personas en la Tercera Edad de Live Oak**

12502 Foothill Blvd.,  
Apartado Aereo 1389,  
Clearlake Oaks  
**998-1950**

Se sirve el almuerzo de lunes a viernes. Se pide una donación de personas mayores de 60 años y hay costo para los demas.

**Centro de Personas en la Tercera Edad de Lucerne Alpine, Inc.**

3985 Country Club Dr.,  
Apartado Aereo 937, Lucerne  
**274-8779**

Almuerzo de martes a viernes desde la 11:30 a.m. hasta la 1:00 p.m.. Se pide una donación de personas mayores de 60 años y hay costo para los demas. Vea

[www.lucernealpineseniorcenter.com](http://www.lucernealpineseniorcenter.com)

**Centro de Personas en la Tercera Edad de Origen Indigena de Manchester-Point Arena**

24 Mamie Laiwa Dr.,  
Apartado Postal 193, Point Arena  
**882-2879**

Almuerzo de lunes a viernes al medio día. Se requieren reservaciones el día anterior. Son elegibles personas de más de 55 años ó discapacitados que viven con una persona de la tercera edad. Hay un costo para personas que no son de origen indio nativo.

**Iglesia Metodista Comunitaria de Middletown**

15833 Armstrong St. (cerca de la carretera 29),  
Apartado Postal A, Middletown  
**987-3379**

Comida gratis para la comunidad cada domingo a las 12:30 p.m. al terminar el servicio de la iglesia.

**Centro de Personas de la Tercera Edad de Middletown**

12156 Washington St.,  
Apartado Postal 1037, Middletown  
**987-3113**

Se sirve el almuerzo de lunes a viernes. Se pide una donación de personas mayores de 60 años y hay costo para los demás. Vea [www.middletownseniorcenter.org](http://www.middletownseniorcenter.org)

**Centro de Paz y Justicia Plowshares**

1346 S. State St.,  
Apartado Aereo 475, Ukiah  
**462-8582**

Sirve comidas calientes para todos de las 11:30 a.m. hasta el medio día para el almuerzo. La cena para personas en la tercera edad y familias de 5:30 p.m. hasta las 6:00 p.m., y todos pueden venir de 6:00 p.m. hasta las 6:30 p.m. Servicios para personas sin hogar incluyen correo, productos de uso personal y el corte de cabellos durante las comidas.

Vea [www.plowsharesfeed.org](http://www.plowsharesfeed.org)

**Centro de Personas en la Tercera Edad de la Costa Redwood**

490 N. Harold St., Fort Bragg  
**964-0443**

Sirve el almuerzo en el centro de lunes a viernes de las 11:30 a.m. hasta la 1:00 p.m.

También sirven almuerzo al medio día los lunes y miércoles en la iglesia prebiteranea de Mendocino (Mendocino Presbyterian Church) y almuerzo al medio día en la estación de bomberos de Albion. Se requieren reservaciones para estos dos locales y puede llamar al centro para reservar un puesto.

Se pide una donación para aquellos con más de 60 años. Vea [www.rcscenter.org](http://www.rcscenter.org)

- **Iglesia Presbiteranea de Mendocino**

Preston Hall, 44831 Main St.,  
Apartado Postal 105,  
Mendocino  
**937-5441**

Almuerzo cada lunes y miércoles. Los viernes se sirve almuerzo en la estación de bomberos de Albion. Debe llamar al Centro de la Personas en la Tercera Edad de la Costa de Redwood para reservar su puesto.

**Centro de Personas en la Tercera Edad de las Tribus Indias de Round Valley**

77826 Covelo Rd., Covelo  
**983-6556**

Almuerzos sociales de lunes a jueves a las 11:30 p.m.. Desayuno todos los viernes a las 10:30 a.m. Se ofrece transporte para personas ambulatorias. El centro está abierto para todas las personas de más de 62 años y miembros de las tribus mayores de 55 años. Se pide una donación a las personas que no son indígenas, hay un costo para las personas de menor edad después de que los mayores han sido servidos.

Vea [www.rvit.org](http://www.rvit.org)

### **Centro de Personas de la Tercera Edad de Ukiah**

495 Leslie St., (correo a 499 Leslie St.), Ukiah

**468-9256**

Se sirve el almuerzo de lunes a viernes a las 11:30 a.m., se cobra una tasa y se requieren reservaciones. Llame con un día de anticipación o a más tardar a las 7:00 a.m. del día que desea venir para hacer su reservación.

Vea [www.ukiahseniorcnet.org](http://www.ukiahseniorcnet.org)

### **Pan de Cada Día en Willits**

58 Bush St., Willits

**459-3947**

Comidas calientes de lunes a jueves de 5:30 p.m. a 6:30 p.m.

### **Centro de Personas en la Tercera Edad de Willits**

1501 Baechtel Rd., Willits

**459-6826**

Sirve almuerzo de lunes a viernes de la 11:45 a 1:00 p.m., puede comer en el centro ó puede llevarse la comida. Se cobra una tasa. Puede comprar una tarjeta para 10 almuerzos con precio descontado.

## **Los Bancos y Despensas de Alimentos**

Nota: Bancos de Alimentos  
Bancos de alimentos distribuyen alimentos por medio de varios programas y cada uno de ellos tienen sus requisitos de elegibilidad y días de distribución. Si necesita alimentos de emergencia ó suplementacion basica mensual, pongase en contacto con el banco más cercano para saber si califica para cualquier programa.

### **Programa de Alimentos Suplementarios de Productos Básicos (CSFP)**

Proporciona una caja que contiene de 30 a 40 libras de comida para aquellas personas de más de 60 años que cumplen los requisitos de bajo ingreso. Póngase en contacto con el banco de alimentos para aplicar y confirmar los días y horas de distribución en los siguientes centros cerca de su hogar. Es posible que los solicitantes nuevos estén sujetos a pasar a una lista de espera.

#### **Centros de Distribución del CSFP del Banco de Alimentos**

##### **Redwood Empire**

**523-7900**

##### Condado de Lake

- Clearlake
- Lakeport
- Finley
- Lucerne
- Middletown
- Lower Lake

##### Condado de Mendocino

Ukiah  
Willits

#### **Centros de Distribución del CSFP del Banco de Alimentos de Fort**

**Bragg 964-9404**

- |               |                 |             |
|---------------|-----------------|-------------|
| • Fort Bragg  | Leggett         | Point Arena |
| • Laytonville | Anderson Valley |             |

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

**Caridades Catolica de la Diócesis de Santa Rosa \* Programa de Lake County**

21085 Bush St.,  
Apartado Postal 678, Middletown  
**528-8712**

Ofrece alimentos suplementarios.  
Vea

[www.srcharities.org/services/service\\_sbycounty.html](http://www.srcharities.org/services/service_sbycounty.html)

- Despensa en Middletown (21085 Bush St.) el tercer miercoles cada mes de 4:30 p.m. a 6:00 p.m
- Despensa de Kelseyville (Iglesia Catolica de San Pedro en la calle Main) el cuarto lunes de cada mes (menos días festivos) de 4:30 p.m. a 6:00 p.m.

**Clear Lake Gleaners, Inc (Banco de la Segunda Cosecha) \***

Programa de USDA  
1896 Big Valley Rd.,  
Apartado Postal 266, Finley  
**263-8082**

Son elegibles personas de bajos ingresos. Traiga tarjeta de identidad y verificación de ingresos. El primer méercoles de cada mes en varios centros en el condado de Lake.

**Primera Iglesia Bautista de Clearlake (First Baptist Church of Clearlake)**

14550 Pearl Ave.,  
Apartado Aereo 547, Clearlake  
**994-5148**

Comida de emergencia, armario de ropa. Lunes, miércoles, jueves y viernes de las 9:00 a 11:00 a.m.. La asistencia se limita a dos veces por año. Debe traer verificación de identidad.

**Banco de Alimento de Fort Bragg**

910 N. Franklin St.,  
Apartado Postal 70, Fort Bragg  
**964-9404**

Distribución de alimentos en varios lugares del Condado.

Vea [www.ftbraggfoodbank.org](http://www.ftbraggfoodbank.org)

**Iglesia Metodista Comunitaria de Middletown**

15833 Armstrong St. (en la carretera 29), Apartado Postal A, Middletown  
**987-3379**

Distribución de alimentos de emergencia. Cenas gratis comunitarias y almuerzo los domingos.

Vea [www.middletownmethodist.org](http://www.middletownmethodist.org)

**North Coast Opportunities**

**Despensa de Comida y Bodega**

Despensa: 14832 Lakeshore Dr.,  
Clearlake

Bodega: 785 Bevins St., Lakeport  
**994-4647 ext 123**

Ofrece alimentos a personas elegibles de bajos ingresos durante su distribución semanal que se ofrece en la despensa de Clearlake. Alimentos de la despensa ademas de productos agrícolas; una huerta en el predio. Coordina con socios de la comunidad para otras distribuciones de la bodega. Vea [www.ncoinc.org/programs/clearlake](http://www.ncoinc.org/programs/clearlake).

**Banco de Comida de Redwood Empire**

3990 Brickway Blvd., Santa Rosa  
**523-7900**

La organización mas grande de distribución de alimentos dedicada al alivio del hambre al norte de San Francisco, coordina con agencias locales para distribuir alimentos en los condados de Lake y Mendocino. Vea [www.rebf.org](http://www.rebf.org)

**Iglesia Episcopal de San Juan  
Despensa de Comida/Tienda de  
Segunda Mano (St John's  
Episcopal Church/Food  
Closet/Thrift**

1190 N. Forbes St., Lakeport  
**263-7564**

Despensa de comida y tienda de segunda mano los martes, miércoles y jueves de 10:00 a.m. hasta las 4:00 p.m.. Traiga tarjeta de identidad para asistencia de alimentos. No se puede procesar su aplicación despues de las 3:00 p.m.

**St Vincent de Paul (San Vicente de Pablo)**

- **Condado de Lake**

Queen of Peace Catholic Church  
(Iglesia Catolica de la Reina de Paz)  
14435 Uhl Ave, Apartado Postal  
6697, Clearlake. Tienda de articulos de segunda mano en 16125 Orchard Ave, Lower Lake  
**367-4771**

Asistencia de emergencia de comida en la Iglesia de La Reina de Paz en Clearlake con arreglo previo. Llame con anticipación para hacer una cita. Puede solicitar cupones para recibir un descuento o totalmente gratis artículos de ropa y artículos para el hogar en nuestra tienda de segunda

mano los sabados. Otra clase de asistencia se puede obtener caso por caso si la junta directiva lo aprueba.

- **Condado de Mendocino**

Iglesia dSanta Maria de los Angeles,  
900 S. Oak St., Ukiah  
**462-1431**

Asistencia limitada de emergencia, principalmente alimentos, martes y jueves a las 4:00 pm. Llame antes de las 3 pm para hacer cita.

**Banco de Comida del Centro  
Comunitario de Ukiah**

888 N. State St., Ukiah  
**463-2409**

Distribución de alimentos de emergencia semanalmente y mensualmente bajo el auspicio de varios programas de apoyo de comida. Traiga tarjeta de identidad validad para aplicar.

**United Christian Parish en  
Lakeport (Parroquia Cristiana  
Unida)**

745 N. Brush St., Lakeport  
**263-4788**

Distribución de alimentos con cita únicamente. Elegibilidad sólo cada tres meses.

**Servicios Comunitarios de Willits  
(WCS) y Banco de Alimentos**

229 E. San Francisco St., Willits  
**459-3333**

Asistencia de emergencia con alimentos, transportación, albergue, servicios públicos, recetas médicas, artículos personales, formula para bebes y de más. Traiga tarjeta de identidad valida para aplicar.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Programa “Brown Bag” de Willits**  
111 E. Commercial, Willits  
Distribuye almuerzos en bolsas en City Park en frente del City Hall los sábados de 1:00 hasta las 2:00 p.m.

## Entrega de Comestibles

### **Harvest Market** **964-7000 ext 28**

Entrega de comestibles o comprador personal por tarifa, entrega de comestibles requiere notificación con 24 horas de anticipación y los costos varían con la area. Area de servicio de Cleone a Albion.

Vea [www.harvestmarket.com](http://www.harvestmarket.com)

## Comida a Domicilio

Programas que preparan y entregan comidas calientes a personas de edad avanzada y personas discapacitadas que no pueden hacer sus compras ni preparar su comida por su cuenta o viajar a un lugar donde se sirve la comida.

### **Centro de Personas de la Tercera Edad de la Costa**

Veterans Hall 24000 S. Hwy 1,  
Apartado Postal 437, Point Arena  
**882-2137**

Entrega de comidas para personas de más de 60 años que no pueden dejar su hogar y son funcionalmente deficientes. Comidas calientes los lunes, martes y miércoles, comidas congeladas los jueves, viernes, sábado y domingo. Se sugiere una contribución.

Vea [www.southcoastseniors.org](http://www.southcoastseniors.org)

### **Centro de Servicios Para Personas en la Tercera Edad de Highlands, Inc.**

3245 Bowers Rd.,  
Apartado Postal 180, Clearlake  
**994-3051**

Comidas calientes se envían a los hogares de lunes a viernes al medio día para personas mayores de 60 años o que no pueden dejar su hogar ni tampoco ir de compras ni preparar su comida y no tienen acompañantes. Se sugiere una donación.

Vea [www.lcseniors.com](http://www.lcseniors.com).

### **Centro de Servicios Para Personas en la Tercera Edad de Indígena**

425 N. State St., Ukiah  
**462-5595**

Entrega de comidas a domicilio para personas confinados en el hogar que tienen dificultades funcionales. Son elegibles personas mayores de 60 años que son miembros de la tribu con resolución. Se sugiere una donación para otros. Llame para más información.

### **Centro de Servicios Para Personas en la Tercera Edad de Lakeport, Inc.**

527 Konocti Ave., Lakeport  
**263-4218**

Entrega de comida caliente a domicilio de lunes a viernes al medio día y comida congelada para los fines de semana. Son elegibles personas mayores de 60 años que no pueden dejar su hogar ni tampoco ir de compras ni preparar su comida y no tienen acompañantes. Se sugiere una donación.

Vea [www.lcseniors.com](http://www.lcseniors.com)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Centro de Servicios Para  
Personas en la Tercera Edad de  
Live Oak**

12502 Foothill Blvd.,  
Apartado Postal 1389,  
Clearlake Oaks

**998-1950**

Entrega de comida caliente a domicilio de lunes a viernes al medio día y comida congelada para los fines de semana. Son elegibles personas mayores de 60 años que no pueden dejar su hogar. Se sugiere una donación.

**Centro de Servicios Para  
Personas en la Tercera Edad de  
Lucerne Alpine, Inc.**

3985 Country Club Dr.,  
Apartado Postal 937, Lucerne

**274-8779**

Entrega de comida caliente a domicilio al medio día de martes a viernes y una comida congelada los lunes cuando el centro está cerrado. Son elegibles personas mayores de 60 años o que no pueden dejar su hogar. Se sugiere una donación.

Vea

[www.lucernealpineseniorcenter.com](http://www.lucernealpineseniorcenter.com)  
en el internet.

**Centro de Servicios Para  
Personas en la Tercera Edad de  
Origen Indigena de Manchester-  
Point Arena**

24 Mamie Laiwa Dr.,  
Apartado Postal 193, Point Arena

**882-2879**

Entrega de comida caliente a domicilio para personas de edad avanzada y personas indigenas. Son elegibles personas mayores de 55 años ó discapacitados que viven con una persona en la tercera edad.

**Centro de Personas en la Tercera  
Edad de Middletown**

12156 Washington St.,  
Apartado Postal 1037, Middletown

**987-3113**

Entrega de comida caliente a domicilio de lunes a viernes al medio día. Son elegibles personas mayores de 60 que no pueden dejar su hogar y personas discapacitadas que viven con una persona en la tercera edad. Se sugiere una donación.

Vea

<http://middletownseniorcenter.org>

**Centro de Paz y Justicia  
Plowshares**

1346 S. State St.,  
Apartado Postal 475, Ukiah

**462-8582**

Entrega de comida caliente a domicilio de lunes a viernes para personas mayores de 60 años que no pueden dejar su hogar.

Vea [www.plowsharesfeeds.org](http://www.plowsharesfeeds.org)

**Centro de Personas en la Tercera  
Edad de la Costa Redwood**

490 N. Harold St, Fort Bragg

**964-0443**

Entrega de comida a domicilio para adultos mayores de 60 años que no pueden dejar su hogar. Se sugiere una contribución.

Vea [www.rccenter.org](http://www.rccenter.org)

- Area de Fort Bragg almuerzo caliente de lunes a viernes, comida congelada en los fines de semanas
- Caspar, Mendocino, Albion almuerzo caliente lunes, miercoles y viernes, comida congelada para los otros días.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Centro de Personas de la Tercera  
Edad de las Tribus Indias de  
Round Valley**

77826 Covelo Rd., Covelo  
**983-6556**

Comidas entregadas al hogar de  
lunes a viernes. Se requiere receta  
médica y una aplicación completa.  
Son elegibles personas de origen  
indígena mayores de 55 años, otras  
personas mayores de 62 años. Se  
pide donación de personas que no  
son de origen indígena.  
Puede ver [www.rvit.org](http://www.rvit.org)

**Centro de Personas de la Tercera  
Edad de Willits**

1501 Baechtel Rd., Willits  
**459-6826**

Comidas entregadas en el hogar de  
lunes a viernes para personas de  
edad avanzada o personas  
discapacitadas. La entrega  
comienza a las 10:30 a.m. hasta que  
se completen las entregas. Hay un  
cobro.  
Vea [www.willitsseniorcenter.com](http://www.willitsseniorcenter.com).

## Servicios de Salud

### Clinical Dentales

**Centro de Salud de Anderson  
Valley**

13500 Airport Rd.,  
Apartado Postal 338, Boonville  
**895-3477**

Cuidado dental para personas de  
todas las edades aunque no tengan  
la capacidad de pagar.  
Vea [www.avhc.org](http://www.avhc.org) en el internet.

**Clinica Dental Familiar de  
Clearlake**

15230 Lakeshore Dr., Clearlake  
**995-4540**

Limpieza dental, reparación de  
cavidades, extracciones, coronas de  
acero inoxidable, dentaduras  
postizas, dentaduras parciales.  
Forma parte del programa del  
sistema de medicina rural del  
Hospital St. Helena Clearlake. Se  
acepta seguro privado y Medi-Cal.  
Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

**Proyecto Consolidado de Salud  
Tribal**

6991 N. State St., Redwood Valley  
**800-642-CTHP o 485-5115**

Cuidado dental preventivo que se  
centra en los servicios para la  
familia. No hay cobro para personas  
elegibles de origen indígena. Otros  
pagan con seguro o con pagos por  
escalas de tarifas ajustables.  
Vea [www.cthp.org](http://www.cthp.org)

**Consortio Tribal de la Salud del  
Condado de Lake**

925 Bevins Ct.,  
Apartado Postal 1950, Lakeport  
**263-8382 o 800-750-7181**

Ofrece cuidado dental al los  
miembros de las tribus y el público  
en general. Los pacientes pueden  
recibir cuidado por medio de escala  
de tarifas ajustables, pago privado,  
Medi-Cal, Medicare, CMSP o seguro  
privado.  
Vea [www.lcthc.com](http://www.lcthc.com)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad  
Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Centro de Salud Long Valley**

51 Branscomb Rd.,  
Apartado Postal 870, Laytonville  
**984-8222**

Cuidado preventivo y restaurativo  
para personas de todas las edades.  
Vea [www.longvalley.org](http://www.longvalley.org)

**Centro de Salud de la Comunidad de Mendocino**

Cuidado dental para personas en todas las edades. Exámenes, cuidado de las encías, reparación de cavidades, dentaduras postizas y cuidado de emergencia. Medi-Cal para niños, Medi-Cal de emergencia para adultos, seguro dental, CMSP, con ajuste por escala y pagos privado. El Centro de salud de Mendocino es una agencia local sin fin de lucro que mantiene 3 centros. Vea [www.mhcinc.org](http://www.mhcinc.org) en el internet.

- **Hillside Health Center**  
333 Laws Ave., Ukiah  
**468-1010**
- **Centro de Salud Lakeside**  
5335 Lakeshore Blvd.,  
Lakeport  
**263-7725**  
Es posible recibir ayuda con  
transportación.
- **Little Lake Health Center**  
45 Hazel St., Willits  
**456-9600**

**Clinicas de la Costa de Mendocino**

205 South St., Fort Bragg  
**964-1251**

Cuidado dental para pacientes de todas las edades. Se aceptan varios tipos de seguros y también se acepta pagos por escalas de tarifas ajustables de acuerdo con los ingresos del paciente. Se ofrece

transportación en la área local de Fort Bragg. Vea

[www.mendocinocoastclinic.org](http://www.mendocinocoastclinic.org)

**Servicios Médicos Redwood Coast \* Clinica Dental de Point Arena**

Cerutti Healthcare Center,  
175 Main St., Apartado Postal 629,  
Point Arena

**882-2189**

Vea [www.rcms-healthcare.org](http://www.rcms-healthcare.org).

**Centro Indio de Salud Round Valley**

En la Esquina de la carretera 162 & Biggar Ln.,

Apartado Postal 247, Covelo

**938-8061**

Cuidado dental complete para adultos y niños.

Vea

[www.roundvalleyindianhealthcenter.com](http://www.roundvalleyindianhealthcenter.com)

**Apoyos Especificos Para Discapacidades o Condiciones Especiales****Equipo Médico Duradero y de Adaptación de Asistencia**

Para empresas que ofrecen equipo médico (bastones, andadores, sillas de ruedas, silla con inodoro, camas de hospital y oxígeno) busque en la páginas amarillas de su guía telefónica bajo “Equipo y Provisiones Médicas” (Medical Equipment and Supplies) o “Equipo de Hospital, instrumentos y Provisiones Médicas” (Hospital Equipment, instruments and Supplies). Centros para personas en la tercera edad muchas veces tienen algunos productos similares que pueden prestar.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Programa de Acceso al Teléfono en California (CTAP)**

2033 Howe Ave., #150, Sacramento  
**800-806-1191**

**TTY 800-806-4474**

Ofrece equipo telefónico gratis a cualquier persona que tiene dificultad con la audición, la vista, movimiento, con la memoria o la habilidad de comunicarse con la voz.

**Centro de Servicio Para Discapacitados y Centro Para Asuntos Legales**

415 Talmage Rd., Oficina B, Ukiah  
**800-528-7704 ó 463-8875**

Información sobre soluciones de tecnología de asistencia.

Vea

[www.disabilityserviceandlegal.org](http://www.disabilityserviceandlegal.org)

**Linea Nocturna Para AIDS/HIV**

Linea para California

**800-628-9240 ó 800-273-2437**

TTY

**415-227-0245**

Linea gratis despues de hora que ofrece apoyo cuando otras agencias están cerradas. Ofrece apoyo emocional, consejos durante una crisis, e información básica para personas con cualquier preocupación relacionada con el HIV. Mire [www.sfsuicide.org/our-programs/hiv-nightlines](http://www.sfsuicide.org/our-programs/hiv-nightlines)

**Programa de Asistencia con Medicinas Para la SIDA (ADAP) Salud Pública,**

922 Bevins Ct., Lakeport

**800-794-9291 ó 263-1090**

Salud Pública 1120 S. Dora, Ukiah  
**472-2710**

Ofrecé acceso a la financiación para medicinas relacionadas con el HIV

para personas que lo necesitan si califican por ingreso. Son elegibles: personas de más de 18 años con un diagnostico de HIV ó SIDA, con receta de un médico licenciado en el estado de California e ingreso ajustado de menos de \$50,000.00. Vea

[www.cdhp.ca.gov/programs/aids/Pages/Default.aspx](http://www.cdhp.ca.gov/programs/aids/Pages/Default.aspx) para a estar al día con cambios al programa ADAP.

**Programa de Cuidado Comunitario de HIV/SIDA (CCHAP) y Centro Social**

8050 Lake St., #A, Lower Lake

**995-1606**

301 S. State St., Ukiah

**462-3041**

CCHAP ofrece administración de casos y servicios de apoyo a personas en los condados de Lake, Mendocino y Sonoma que han sido diagnosticados con HIV ó SIDA. El centro de Lower Lake ofrece consejos, actividades sociales, reuniones informativas, grupos de apoyo y literatura a personas viviendo con HIV y la SIDA, sus familiares, amigos y aquellos que los cuidan.

Vea [www.communitycare707.com](http://www.communitycare707.com)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Red de Servicios De La  
SIDA/Hepatitis Vírica del Condado  
de Mendocino (MCAVHN)**

148 Clara St., Apartado Postal 1350,  
Ukiah

**462-1932**

Administración de casos, asistencia práctica, apoyo emocional, centro de acogida, información y referencias, cupones para alimentos, transporte, asistencia con renta y servicios públicos. Consejos para personas con hepatitis C o HIV, exámenes, intercambio de, intercambio de jeringas, grupos de apoyo para hepatitis C (HCV) y actividades sociales para los clientes. Para cualquier persona afectada por, o viviendo con, o con riesgos de ser afectados por HIV o hepatitis C en Mendocino. Colaboración con CUSOC para el manejo de condiciones concurrentes con el HIV o la SIDA (enfermedades mentales/ adicción).

Vea [www.mcavhn.org](http://www.mcavhn.org)

**Cancer**

**Sociedad Americana del Cancer  
(American Cancer Society)**

**800-ACS-2345**

**TTT 866-449-6486**

- **Condado de Lake**

860 Napa Valley Corporate Way,  
Oficina E, Napa

**255-5911 x 3**

- **Condado de Mendocino**

1451 Guerneville Rd., Oficina 220,  
Santa Rosa

**545-6728**

Servicio para pacientes con cáncer, incluyendo transportación, peluca y referencias para recursos locales y nacionales. Ofrece información

especializada 24 horas al día/7 días a la semana, 365 días al año por medio de el Teléfono nacional.

Vea [www.cancer.org](http://www.cancer.org)

**Centro de Recursos Para el  
Cancer en el Condado de  
Mendocino**

45050 Calpella St.,  
Apartado Postal 50, Mendocino

**937-3833**

590 S. Dora St., Ukiah

**467-3828**

Ofrece una amplia gama de información, apoyo, abogacia aquellos que se enfrentan al cáncer. Prestan libros, ofrecen ayuda individual para escoger y planear los tratamientos, grupos de apoyo. Son elegibles: pacientes con cáncer, sobrevivientes del cáncer y aquellos que los apoyan.

Vea [www.crcmendocino.org](http://www.crcmendocino.org)

**Servicio Informativo de El Centro  
Nacional del Cancer**

Numero nacional

**800-422-6237**

**TTY 800-332-8615**

Oficina Regional

**510-608-5000**

Ofrece información al día sobre el cancer, y respuestas individualizadas y confidenciales a preguntas especificas por teléfono o por medio del internet. Vea [www.cancer.org](http://www.cancer.org) de los lunes a viernes desde las 6 a.m hasta las 8 p.m. hora pacifica. Vea [www.cancer.gov/aboutnci.cis](http://www.cancer.gov/aboutnci.cis)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Pérdida de Memoria y Habilidad Cognitiva**

Si tiene problemas recordándose de pagar facturas, póngase en contacto con las compañías de servicios públicos, teléfono u otros proveedores de servicios para ser parte de un programa de “Notificación a un Tercero” para que esa persona le ayude a acodarse de pagar sus facturas y no estar atrasados.

También mire bajo “Programa Diurnos Para Adultos” para saber de otros programas que sirven a personas con problemas cognitivos que ofrecen respiro para las personas que los cuidan.

### **Asociación de Alheimers**

Línea gratis 24 horas al día/7 días a la semana

**800-272-3900**

TDD

**866-403-3073**

Teléfono de asistencia 24 horas al día/7 días a la semana con información que ofrece apoyo, referencias, boletín informativo, materiales educativos, y el programa de identificación “Regreso Seguro”. Llame al número 800 o visite la página en el internet:

[www.alznorcal.org](http://www.alznorcal.org) (División del Norte de California) ó [www.alz.org](http://www.alz.org) (Nacional)

### **Programa de Acceso al Teléfono en California (CTAP)**

**800-806-1191**

TTY

**800-806-4474**

Provee equipo telefónico gratis para cualquier persona con discapacidad del oído, la vista, movimiento, memoria o el uso de la palabra.

Vea [www.ddtp.org](http://www.ddtp.org)

### **Centro de Recursos Para Cuidadores Redwood (RCRC)**

1140 Sonoma Ave., Oficina 1B,  
Santa Rosa

**542-0282 ó 800-834-1636**

Provee servicios, inclusive posiblemente alivio para el cuidador, para ayudar a aquellos que cuidan a personas mayores, individuales de salud frágil, o personas mayores que cuidan a personas de cualquier edad con discapacidades. También ofrecen consejos y apoyos para familiares que cuidan a personas con daño cerebral por medio de educación, investigación científica, y abogacía. Listas breves de hechos y enlaces en el internet en

[www.redwoodcrc.org](http://www.redwoodcrc.org)

### **Discapacidades del Intelecto/del Desarrollo**

#### **Junta de las Discapacidades de Desarrollo de la Area I**

505 S. State St.,  
Apartado Postal 245, Ukiah

**463-4700**

Aboga por los derechos legales, civiles y de servicios para personas con discapacidades del desarrollo.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Oficina de Abogacia de los Derechos del Clientes**

1116 Airport Park Blvd., Ukiah  
**462-2462**

Aboga a favor de personas con discapacidades del intelecto o del desarrollo en los condados de Lake y Mendocino; los servicios incluye consulta, representación, entrenamiento, investigación sobre quejas y asegurando el cumplimiento de normas en las instituciones y otras entidades que ofrecen servicios. Posiblemente ayude al individual que se considera discapacitado en su desarrollo intelectual y merece servicios del Centro Regional (Regional Center) para calificar para estos servicios. Son elegibles cualquier persona con discapacidad del desarrollo.

Vea [www.pai-ca.org/about/OCRA.htm](http://www.pai-ca.org/about/OCRA.htm)

### **Centro Regional de la Costa Redwood**

180 3<sup>rd</sup> St., Lakeport  
**888-909-0470 o 262-0470**

270 Chestnut St., Oficina A,  
 Fort Bragg  
**964-6387**

1116 Airport Park Blvd., Ukiah  
**800-281-3832 o 462-3832**

Una de las 21 agencias regionales privadas y sin fin de lucro en California. Sirven como punto de entrada para aquellos residentes con discapacidades del desarrollo o el intelecto y sus familias pueden obtener apoyo de la comunidad y servicios. Son elegibles personas de 0 – 3 años con desarrollo de acuerdo con las indicaciones del Título 17 y están a riesgo; ó con mas de 3 años de edad y con

discapacidad de desarrollo o con otra incapacidades (por ejemplo: parálisis cerebral, convulsiones, autismo, ó lesión cerebral traumática) diagnosticada antes de cumplir los 18 años. Vea [www.redwoodcoastrc.org](http://www.redwoodcoastrc.org) en el internet.

### **Pérdida de la Audición y La Vista**

#### **Consejo Americano de el Ciego 800-424-8666**

Organizacion principal nacional sirviendo a sus miembros ciegos y aquellos con visión limitada. Información, consejos, abogacia, supervisión y participación del gobierno, asistencia legal con respecto a asuntos relacionados con la ceguera. Ofrece becas para estudiantes ciegos.

Vea [www.acb.org](http://www.acb.org)

#### **Centro de Recursos de Accesibilidad ATT**

**800-772-3140**

**TTY 800-651-5111**

Ofrece servicios y equipo para suscriptores elegibles con problemas de visión, audición, elocución, y problemas de movilidad.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Braille y la Biblioteca del  
Audiolibro**

900 N St., Apartado Postal 942837,  
Sacramento

**800-952-5666 ó 916-654-0640**

Biblioteca para personas ciegas o que no pueden leer por otras discapacidades. Libros en Braille, libros grabados, equipo para escuchar libros grabados, y otros materiales se pueden recibir o enviar por correo sin costo al cliente. Son elegibles aquellas personas con formas específicas de discapacidad visual u otro tipo de discapacidad certificada por un doctor u otro agente autorizado. Llame para pedir una solicitud o se puede imprimir una mirando la siguiente pagina en el internet

[www.library.ca.gov/services/btbl.html](http://www.library.ca.gov/services/btbl.html)

**Programa de Acceso al Teléfono  
en California (CTAP)**

2033 Howe Ave., #150, Sacramento

**800-806-1191**

**TTY 800-806-4474**

Ofrece equipo telefónico a cualquier persona con incapacidades auditivas, de la vista, del movimiento, la memoria o el habla. Son elegibles los residentes de California con servicio telefónico y la firma de un doctor u otro agente autorizado. Llame para pedir una solicitud o la puede imprimir de la página en el internet buscando en [www.ddtp.org](http://www.ddtp.org).

**Consejo de Ciegos de California**

1510 J St., Oficina 125, Sacramento

**916-441-2100**

Línea Gratis y Noticias Después de Horas Habiles

**800-221-6359**

Division de Redwood en el Centro  
Earle Baum

**636-0082**

Ofrece información, consejos, asistencia técnica, afiliación y abogacia, desarrollo y liderato, promulgación, fondos de emergencia, prestamos para tecnología accesible. Es elegible cualquier persona con problemas visuales. Llame para recibir mas detalles.

Vea [www.ccbnet.org](http://www.ccbnet.org)

**Consejo Internacional de  
Personas Con Baja Visión**

Consejo Americano de los Ciegos,  
Washington DC

Organización con afiliación que ofrece información usando las diferentes formas de promulgacion (letras grandes, pasa cintas, Braille); revista trimestral "Vison Access"; congreso con temas relacionados con los problemas de la vista.

Vea [www.cclvi.org](http://www.cclvi.org) en el internet.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Departamento de Rehabilitación**

55 1<sup>st</sup> St., Oficina 215, Cajetilla B,  
Lakeport

**263-3797**

625 Kings Ct., Oficina A, Ukiah

**466-4791**

Ofrece servicios, entrenamiento, y abogacía que resulta en empleo, vida independiente, e igualdad para personas con discapacidades. Programas especiales incluyen “Objetivos Personales” y “Cuidado del Hogar” para personas ciegas y de baja visión. Son elegibles personas con discapacidades físicas y mentales permanentes. Llame para su aplicación o visite la página en el internet

[www.dor.ca.gov](http://www.dor.ca.gov).

**Fundación Oído del León Para la Audición de California/Nevada Inc.**

850 San Jose Ave., Oficina 115,  
Clovis

**800-327-8077**

Ofrecen audífonos reacondicionados a personas de bajos ingresos.

También reciben audífonos usados.

Son elegibles personas con ingresos de \$24,000 o menos para una familia de dos a menos que ocurran circunstancias especiales.;

recomendación de un doctor con examen de audición en los últimos 6 meses; préstamo de \$150 una vez por vida para cualquier audífono que es autorizado. Llame o mande un mensaje electrónico al

[hearingfoundation@aol.com](mailto:hearingfoundation@aol.com) para una solicitud.

**Centro Para Ciegos Earle Baum**

4539 Occidental Rd., Santa Rosa

**532-3222**

Ofrece entrenamiento para personas con pérdida de la vista. Orientación y ajuste a la movilidad por la pérdida de la vista, habilidades para la vida diaria, y tecnología adaptiva.

Servicios se ofrecen por medio de un representante certificado por el departamento de rehabilitación.

Fomenta las actividades sociales y recreativas. Conduce grupos de apoyo y ofrecen entrenamiento en el hogar del cliente en los Condados de Lake y Mendocino.

Vea [www.earlebaum.org](http://www.earlebaum.org)

**Sociedad Internacional de la Audición \* Línea de Asistencia Para la Audición**

16880 Middlebelt Rd., Oficina 4,  
Livonia

**800-521-5247**

Asociación profesional representando a los especialistas del instrumento de audición ofrece información y consejos a todos aquellos con pérdida de la audición y equipo auditivo.

Vea [www.ihsinfo.org](http://www.ihsinfo.org)

**TTY/TDD** (Equipo de Teléfono de Texto Conocido Como Servicios de Telecomunicaciones Para los Sordos)

Línea para todos **711**

Operadores de repetidores que permiten comunicaciones telefónicas para personas usando un teléfono de texto a causa de un problema de audición o comunicación verbal.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Sociedad Americana del Pulmon \*  
Grupo de Apoyo “Respira Mejor”**  
424 Pendleton Way, Oakland  
**800-LUNG-USA**

Educación sobre enfermedades crónicas del pulmón, sugerencias y técnicas para manejar las enfermedades del pulmón mas efectivamente. Llame para obtener información sobre locaciones locales. Vea [www.lung.org](http://www.lung.org). Para información sobre Liberación de fumadores (programa para dejar de fumar), escoja la opción “Deje de Fumar” en la pagina en el internet.

**Otros Apoyos**

**Programa Especial de Subsidio  
Para el Uso de Perros Asistentes**  
744 P St., MS 8-16-94, Sacramento  
**916-657-2628**

**TTY 916-653-7651**

Ofrece \$50 al mes para personas elegibles que usan an perro guia, perro que da señal o un perro que ayuda a personas discapacidades. Este dinero es para ayudar con los alimentos, cuidados de salud y otros cuidados que necesite el perro. Son elegibles personas que residen en California, son ciegos, sordos o que no oyen bien o tienen discapacidades y se benefician con la ayuda de un perro entrenado para guiar, dar señales o ayuda con otras discapacidades; este individual tambien recibe SSI, IHSS, CAPI, SSDI (de acuerdo con las limitaciones impuestas por el gobierno federal)

Vea

[www.dss.cahwnet/cdssweb/pg82.htm](http://www.dss.cahwnet/cdssweb/pg82.htm)

**Clinicas de Salud y Salud  
Pública**

Debido a cambios en el programa, por favor confirme con el proveedor que todavia acepta CMSP.

**Centro de Salud de Anderson  
Valley**

13500 Airport Rd.,  
Apartado Postal 338, Boonville  
**895-3477**

Cuidado de salud completo para personas de todas la edades aunque no puedan pagar. Se acepta Medi-Cal, Medicare, seguro privado y pagos por escalas de tarifas ajustables.

Vea [www.avhc.org](http://www.avhc.org)

**Centro de Cuidado  
Cardiopulmonar**

801 – 11<sup>th</sup> St, Oficina 3B, Lakeport  
**263-9502**

Servicio de pruebas para pacientes con enfermedades cardiovasculares y pulmonares. Está oficina es parte de la oficina de servicio cardiopulmonar del Hospital St. Helena Clearlake. Se acepta Medicare, Medi-Cal y seguro privado. Vea

[www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Centro de Salud Para la Familia Clearlake**

15230 Lakeshore Dr., Clearlake

**995-4500**

Pediatría

**995-4530**

Cuidado de medicina primaria, pediatría, salud emocional, obstetricia, salud de la mujer, cirugía general, podología, fisioterapia, y servicios de nutrición. Es parte de los servicios del sistema de medicina rural de St. Helena Hospital Clearlake. Se aceptan Medicare, Medi-Cal y seguro privado.

Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org).

**Proyecto de Salud Consolidado Tribal**

6991 N. State St., Redwood Valley

**800-642-CTHP o 485-5115**

Consulta externa, medicina ambulatoria, medicina familiar, WIC, cuidados prenatales y servicios para niños sanos. No hay costo para personas elegibles indígenas.

Servicios para otros por medio del seguro médico o pagos por escalas de tarifas ajustables. Se acepta Medi-Cal, Medicare y seguro privado.

Vea [www.cthp.org](http://www.cthp.org)

**Servicios Médicos de Hidden Valley**

18990 Coyote Valley Rd., Oficina 8, Hidden Valley Lake

**987-8344**

Ginecología y Obstetricia

**963-5006**

Neurología

**963-1882**

Medicina interna, oncología, urología, obstetricia y ginecología, además de servicios para la mujer, neurología, especialidades médicos

/quirúrgicas, laboratorio y radiología. Se acepta Medicare, Medi-Cal y seguro privado.

Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

**Centro de Salud Familiar de Kelseyville**

5290 Main St., Kelseyville

**279-8813**

Servicios de medicina para toda la familia. Forma parte de el sistema de el hospital St. Helena Clearlake que maneja la Clinica de Salud Rural. Se acepta Medi-Cal, Medicare y seguros privados.

Vea [www.sthelenahospital.org](http://www.sthelenahospital.org)

**Salud Pública \* Condado de Lake**

922 Bevins Ct., Lakeport

**800-794-9291 o 263-1090**

Agencia con varios programas para proteger y promover la salud y bienestar de los que habitan en el condado de Lake. Los servicios destacan programas de prevención y educación e incluyen programas para reducir el indice de enfermedades contagiosas e infecciosas. Incluye programas para el cuidado preventivo de la mujer y a lo mismo programas de salud maternal, salud de niños y adolescentes. Administra el programa de asistencia de medicinas para la SIDA. También administra el programa que maneja de identidad para los que usan marijuana medicinal así como las medidas del programa de preparación en emergencias y vacunas para la gripe. La elegibilidad varía con cada programa. Se acepta Medi-Cal y pagos por escala de tarifas ajustables.

Vea

<http://health.co.lake.ca.us/site10.aspx>

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Consortio Tribal de la Salud del Condado de Lake**

925 Bevins Ct., Apartado Postal  
1950, Lakeport

**263-8382 o 800-750-7181**

Ofrece atención primaria de salud para personas de todas las edades. Pueden venir sin cita o con cita para el mismo día. Servicios para personas de origen indígena y el público en general. Los pacientes pueden tener acceso a cuidados médicos y dentales con pagos por escalas de tarifas ajustables, pago privado, Medi-Cal, Medicare, CMSP o seguro privado.

Vea [www.lctch.com](http://www.lctch.com)

**Centro de Salud Long Valley**

50 Branscomb Rd.,  
Apartado Postal 870, Laytonville  
**984-6131**

Cuidado de salud integrado para hombres, mujeres y niños de todas las edades. Medicina, acupuntura, y otros servicios. Medi-Cal, Medicare, CMSP, y muchos seguros privados. También se ofrece pagos con ajuste de tarifas ajustables para personas de bajos ingresos.

Vea [www.longvalley.org](http://www.longvalley.org)

**Clinica de Salud Satelite de Manchester-Point Arena**

24 Mamie Laiwa Dr.,  
Apartado Postal 381, Point Arena  
**882-2877**

Servicios médicos y apoyo psicologico para personas de origen indigena y sus familias.

**Clinicas de la Costa de Mendocino**

205 South St., Fort Bragg  
**964-1251**

Atención medica para personas en todas las edades. Se acepta Medi-Cal, Medicare, CMSP, y casi todos los seguros privados y pagos con escalas de tarifas ajustables. Se ofrece transportación en la área local de Fort Bragg.

Vea [www.mendocinocoastclinics.org](http://www.mendocinocoastclinics.org)

**Centro de Salud de la Comunidad de Mendocino, Inc.**

Cuidado dental para personas en todas las edades. Exámenes, cuidado de las encías, reparación de cavidades, dentaduras postizas y cuidado de emergencia. Medi-Cal para niños, Medi-Cal de emergencia para adultos, seguro dental, CMSP, con ajuste por escala y pagos privado. El Centro de salud de Mendocino es una agencia local sin fin de lucro que mantiene 3 centros.

Vea [www.mhcinc.org](http://www.mhcinc.org)

- **Hillside Health Center**  
333 Laws Ave., Ukiah  
**468-1010**
- **Centro de Salud Lakeside**  
5335 Lakeshore Blvd.,  
Lakeport  
**263-7725**  
Es posible recibir ayuda con transportación.
- **Little Lake Health Center**  
45 Hazel St., Willits  
**456-9600**

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Mendocino, Sucursal de Salud Pública**

120 Fir St., Fort Bragg

**472-2600**

1120 S. Dora St., Ukiah

**472-2600**

221-B Lenore St., Willits

**472-2600**

Línea Sin Costo de Mendocino

**800-734-7793**

Agencia con varios programas para proteger y promover la salud y bienestar de los que habitan en el condado de Mendocino. Servicios pueden incluir supervisión de los cuidados de emergencia, vacunas contra la gripe, vacunas, clínicas de tuberculosis, disposición instrumentos cortantes, servicios de control del tabaco, registro de nacimientos fuera del hospital, programa de asientos infantiles para el coche, WIC, programas de niños de California, registros vitales, y enfermería en la comunidad. No todos los programas se pueden obtener en todos los sitios.

Vea

[www.co.mendocino.ca.us/hhsa/publichealth.htm](http://www.co.mendocino.ca.us/hhsa/publichealth.htm)

**Centro de Medicina Familiar de Middletown**

21337 Bush St.,

Apartado Postal 1519, Middletown

**987-3311**

Medicina familiar, obstetricia y ginecología, y servicios para mujeres. Es parte de los servicios del sistema de medicina rural de St. Helena Hospital Clearlake. Se

aceptan Medicare, Medi-Cal y seguro privado.

Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

**Servicios de Rehabilitación Para Pacientes Ambulatorios**

Burns Valley Mall,

14880 Olympic Dr., Clearlake

**995-4888**

Ofrece una variedad de servicios proporcionados por especialistas en fisioterapia, terapia ocupacional, terapia del lenguaje los cuales incluyen rehabilitación ortopédica y del deporte, rehabilitación de la mano, rehabilitación ergonómica e industrial, rehabilitación neurológica, terapia del linfedema, tratamiento de heridas, tratamiento de incontinencia, prevención de caídas, evaluación para silla de ruedas, aparatos ortopédicos y férulas a la medida. Es parte de los servicios del sistema de medicina rural de St. Helena Hospital Clearlake. Bajo la dirección de un doctor, se aceptan Medi-Cal, Medicare, seguro privado y compensación del trabajador.

Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

**Servicios Médicos del Redwood Coast\* Clínica Médica de Gualala**

46900 Ocean Dr.,

Apartado Postal 1100, Gualala

**884-4005**

Ofrece una gama completa de servicios primarios y preventivos incluyendo medicina familiar y servicios de urgencia. Se ofrecen consultas e en especialidades incluyendo cardiología, oftalmología, ortopedia y podología. Se ofrece servicios de radiología, y laboratorio en la clínica

Vea [www.rcms-healthcare.org](http://www.rcms-healthcare.org)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Servicios Médicos del Redwood Coast \* Clínica Médica de Point Arena**  
30 Mill St., Point Arena  
**882-1704**

Ofrece una gama completa de servicios primarios y preventivos incluyendo el programa "Living Well Program" (Programa Viviendo Bien), el cual es un programa de geriatría sirviendo a pacientes mayores de 60 años.

Vea [www.rcms-healthcare.org](http://www.rcms-healthcare.org)

**Clinica Médica Redwood**

88 Madrone St., Willits  
**459-6115**

Clinica de medicina para la familia afiliada con el sistema de Salud de Adventist Health. Acepta Medi-Cal, Medicare, PartnershipHealthplan (para aquellos que has sido asignados a la clinica) y otros seguros.

**Centro Indio de Salud Round Valley En la Esquina de la Carretera**

162 & Biggar Ln.,  
Apartado Postal 247, Covelo  
**983-6181**

Servicio complete de medicina primaria para personas en todas las edades. Se ofrece servicios de quiropractica y fisioterapia. Se acepta Medi-Cal y varias otras clases de seguro médico.

Vea [www.rvindianhealth.com](http://www.rvindianhealth.com)

**Clinica Comunitaria Sutter Lakeside**

5196 Hill Rd. E, Lakeport  
**263-6885**

Clinica rural que ofrece servicios completos de medicina familiar para adultos y niños, además de servicios

de obstetricia, enfermera partera, y enfermeras. Se aceptan Medi-Cal, Medicare, seguro privado; descuento para aquellos que no tienen seguro. Vea [www.sutterlakeside.org](http://www.sutterlakeside.org)

**Clinical de Medicina Familiar Sutter Lakeside**

5176 Hill Rd. E., Lakeport  
**262-5088**

Centro médico que ofrece servicios especializados asi como cardiología, podología y ortopedia servicios. Son elegibles los adultos y niños. Se aceptan Medi-Cal, Medicare, seguro privado y compensación del trabajador. Tambien pueden venir familias sin seguro de bajos ingresos.

Vea [www.sutterlakeside.org](http://www.sutterlakeside.org)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Centro Médico Rural de Ukiah Valley**

Envíe correo a 260 Hospital Dr.,  
Oficina 207, Ukiah

Clinica afiliada con Centro Médico de Ukiah Valley y el sistema de Adventist Health. Acepta Medi-Cal, Medicare, CMSP, y otros seguros.

Vea [www.uvmc.org](http://www.uvmc.org)

- Ukiah  
260 Hospital Dr  
**463-8000**  
1165 S. Dora St., Oficinas B-1 y C-2

**463-8000**  
1050 N. State St  
**463-8000**

Las especialidades incluyen alergias, salud mental, cirugía del seno, cardiología, cirugía cardiovascular y torácica, dermatología, ojos, oídos y garganta, práctica familiar, medicina interna, ginecología y obstétrica, cirugía general, oncología, oftalmología, ortopedia, manejo del dolor, pediatría y urología. Cuidado Rápido ofrece atención urgente para condiciones que no amenazan la vida.

- Lakeport  
487 Main St  
**263-4681**  
Incluye práctica de medicina interna, pediatría y servicios de laboratorio.

### **Hospitales**

#### **Frank Howard Memorial Hospital**

1 Madrone St., Willits  
**459-6801**

Parte del sistema de cuidado de Adventist Health.

Vea [www.howardhospital.org](http://www.howardhospital.org).

#### **Mendocino Coast District Hospital**

700 River Dr., Fort Bragg

**961-1234**

Vea [www.mcdh.org](http://www.mcdh.org)

#### **St Helena Hospital/Adventist Care**

10 Woodland Rd., St Helena

**963-3611**

Referencia para doctores

**800-540-3611**

Hospital afiliado con St. Helena Hospital Clear Lake.

Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

#### **St. Helena Hospital Clear Lake/Adventist Health**

15630 18<sup>th</sup> Ave, Apartado Postal, Clearlake

**994-6486**

Asociados con St. Helena Hospital para cuidado cardiovascular y del cancer.

Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

#### **Sutter Lakeside Hospital**

5176 Hill Road East, Lakeport

262-5000

Sala de Urgencias

**262-5050**

Vea [www.sutterlakeside.org](http://www.sutterlakeside.org)

#### **Ukiah Valley Medical Center**

275 Hospital Dr., Ukiah

**462-3111**

Forma parte del sistema de cuidado de Adventist Health.

Vea [www.uvmc.org](http://www.uvmc.org).

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

## Servicios Tribales de Extensión Comunitaria y Apoyo

### Proyecto Consolidado de las Tribus– Servicios Comunitarios

6991 N. State St., Redwood Valley  
**800-642-CTHP o 485-5115**

Representates de Las Enfermeras de Salud Pública Comunitarias ofrecen visitas al hogar, al hospital, chequeos de seguridad al hogar, manejo del cuidado de diabéticos, WIC y educación para la comunidad. Ayuda con la transportación. Estos servicios se ofrecen a miembros de las tribus que son elegibles (se requiere documentación).

Vea [www.cthp.org](http://www.cthp.org)

### Rancheria India Guidiville

419 Talmadge Rd. o  
 Apartado Postal 339, Talmage Ukiah  
**463-3693**

Ofrece transportación a miembros de la tribu para citas médicas además de asesoría para la prevención de alcoholismo y drogadicción.

### Salud Tribal Hopland

3000 Shanel Rd., Hopland  
**472-2100**

Abogan por y hacen citas con proveedores de salud médica, dental y psicológica. Ofrecen ayuda con transportación de acuerdo con las normas de transportación. Operan el programa de bienestar de los niños indios incluyendo abogacia familiar, servicios de visita y colocación. Sirven a la juventud y familias dentro de los límites de la Reserva de Hopland.

### Consortio de Salud Tribal de Lake County Servicio de Extensión Comunitaria

925 Bevins Ct.,  
 Apartado Postal 1950, Lakeport  
**263-8382 ext 1616 o 800-750-7181**

Enfermeras del Departamento de Salud Pública y representates de la salud de la comunidad ofrecen visitas en el hogar, cuidado después del hospital y educación para pacientes, detectores de humo, transportación a las citas médicas y dentales. El programa también patrocina educación sobre la diabetes, detección y exámenes de salud, asesoría nutricional, clases de cocina, grupos para caminar. Son elegibles pacientes de origen indio.

Vea [www.lcthc.com](http://www.lcthc.com)

### Extensión Comunitaria del Centro de Salud Indio Round Valley

Esquina de Hwy 162 & Biggar Ln,  
 Apartado Postal 247, Covelo  
**983-6404**

Visitas al hogar de personas mayores de edad, chequeo de presión en el centro, tele-salud/tele-medicina (diabetes y oftalmología); grupos de apoyo para la diabetes, chequeos y cuidado de heridas. Se ofrecen alguna ayuda con transportación. Se acepta Medi-Cal y muchas otras clases de seguro.

Vea [www.rvindianhealth.com](http://www.rvindianhealth.com)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Departamento de Salud y Servicios Sociales de La Banda de Indios Pomo** \* Scotts Valley  
1005 Parallel Dr., Lakeport  
**263-4220**

Prevención y consejería para el abuso del alcohol y las drogas. Ayuda con el cuidado de niños y referencias para el manejo de nutrición y el control de peso. Prevención del SIDA y las infecciones de transmisión sexual, abogacía para servicios sociales de salud, planeación para la salud, actividades para la juventud, y una biblioteca de recursos. Ofrece un foro para hacer frente a los problemas de adicción.

**Sherwood Valley Rancheria**  
190 Sherwood Hill Dr., Willits  
**459-9690 ext 111**

Representante de la salud comunitaria y un chofer de pacientes apoyan a clientes en áreas rurales para llegar a sus citas. Deben ser miembros de el Sherwood Valley Rancheria.

## Alojamiento y Refugio

### Rehabilitación/Modificación del Hogar

**Programa de Rehabilitación del Hogar de la Ciudad de Clearlake**  
14050 Olympic Dr., Clearlake  
**994-8201 ext 111**

Prestamos para la reparación de hogares que pertenecen o están ocupados por personas de bajos ingresos. Personas discapacitadas

permanentemente y viven en el hogar del que son dueños o tienen más de 62 años posiblemente pueden ser elegibles para recibir prestamos de pago diferido. Los prestamos se pueden utilizar para arreglar los techos, reparación de problemas del sistema eléctrico, plomería o problemas estructurales. Son elegibles personas que viven dentro de los límites de la ciudad de Clearlake y se conforman a los límites de ingreso de acuerdo con las normas impuestas por HUD.

**Prestamos Para Viviendas de la Ciudad de Lakeport**  
**Departamento de Viviendas,**  
225 Park St., Lakeport  
**263-5613 ext 11**

Ofrece prestamos directos con interés más bajo que el mercado común (diferido por 30 años) para proyectos de rehabilitación de la vivienda, y en algunos casos para construcción nueva. Son elegibles personas que viven en Lakeport con ingresos que se conforman a los límites de ingresos impuesto por el estado para determinar sus calificaciones. El programa se ofrece caso por caso mientras hay fondos en el programa.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Departamento de Utilidades,  
Energía Eficiente de la Ciudad de Ukiah**

**Reembolsos por el Uso Eficiente de Energía,**

5734 Lonetree Blvd., Rocklin  
**467-5700**

Servicios de Energía ofrece programas de reembolsos para la ciudad de Ukiah para ayudar a los clientes a instalar equipo que usa energía más eficientemente. Llame al número o mire nuestra página en la red [www.cityofukiah.com](http://www.cityofukiah.com) y escoja la pagina de "Utilities" para información y la aplicación.

**Comision de Desarrollo Comunitario (CDC)**

1076 N. State St., Ukiah  
**463-5462**

TDD/TTY

**463-5697**

- Programa de Asistencia de Energía (ESA)

El departamento de desarrollo y sostenimiento del CDC ofrece al programa de Asistencia de Ahorro de Energía para personas de bajos ingresos en los condados de Mendocino y Lake. Los clientes elegibles reciben una inspección de energía gratis y educación sobre energía. Ciertas medidas gratis de eficiencia de energía se instalan en el hogar del cliente. El CDC ha entrado en contrato con la Corporación de Hogares en Comunidades Rurales (RCHDC) para implementar el programa del ESA. Llame al RCHDC 463-1975 si desea mas información o para hacer una cita. Para

información en Español marque la extensión 113.

**Habitat para la Humanidad de Lake County**

16285 Main St.,  
Apartado Postal 1830, Lower Lake  
**994-1100**

El programa "Brocha de Bondad" ayuda con reparaciones en el hogar para personas en la tercera edad de bajos ingresos y veteranos.

Vea [www.lakehabitat.org](http://www.lakehabitat.org)

**Programa de Rehabilitación de Hogares Ocupados Por Sus Dueños de Lake County**

15975 Anderson Ranch Pkwy,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4200**

Prestamos de porcentaje simple anual para proyectos especificados de rehabilitación. Prestamos con pagos diferidos, préstamos en el cual solo se paga el interes, y prestamos amortizados basados en ingresos que califican. Prestamos amortizados por 15 años y/o hasta 30 años a la discreción del condado de Lake, se pueden hacer pagos a cualquier tiempo sin sanción por pagos anticipados. Son elegibles personas que viven en su propia residencia en áreas no incorporadas (se excluye Clearlake y Lakeport) y son los dueños de la casa que va a ser rehabilitada y son de bajos ingresos bajo las normas de las regulaciones. Los préstamos dependen de los fondos que el programa tiene.

Vea:

[www.co.lake.ca.us/Government/Directory/SocialServices/HousingPrograms.htm](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/SocialServices/HousingPrograms.htm)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Sistemas de Energía de la Costa Norte, Inc \* Programa de Impermeabilización**

966B Mazzone St.,  
Apartado Postal 413, Ukiah  
**463-0303 o 800-233-4480**

Ofrece servicios de impermeabilización sin costo para mejorar la eficacia del uso de energía en casas, incluyendo insulación de áticos, insulación de ventanas y puertas, reparaciones menores del hogar y otras medidas relacionadas con la conservación de energía. Se ofrece este servicio aproximadamente cada cinco años. Son elegibles personas de bajos ingresos y que califican por los criterios. Llame para pedir una aplicación o vea

<http://northcoastenergyservices.com/>

**Programa de Ahorros de Energía de PG&E**

Línea Gratis Energía Inteligente  
**800-933-9555**

TDD/TTY  
**800-652-4712**

Ofrece servicios gratis de impermeabilización y electrodomésticos de energía eficiente para personas de bajos ingresos para reducir el consumo de gas y electricidad. (También ofrecen reembolso para ventas al menor de refrigeradores, lavadoras y calentadores de agua). Son elegibles clientes de PG&E que deben cumplir con los límites de ingresos del programa y que no han participado en el programa desde 2002.

Visite la página en la red para encontrar más detalles. Llame o complete la aplicación electrónica al

Programa de Asistencia de Ahorro de Energía en la siguiente dirección en la red

[www.pge.com/myhome/customer-service/financialassistance](http://www.pge.com/myhome/customer-service/financialassistance).

**Instituto de Desarrollo de Energía Renovable (REDI)**

75 N. Main St., PMB #234, Willits  
**459-1256**

Los programas de extensión de REDI HELP une a los residentes de Fort Bragg con programas para reducir los costos de energía ofrecidos por medio de agencias/instituciones como PG&E y North Coast Energy Services.

Vea [www.redinet.org](http://www.redinet.org).

**Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) Para el Desarrollo Rural**

777 Sonoma Ave., Santa Rosa  
**526-6797 ext 107**

TDD  
**530-792-5848**

Programa de reparación de hogares que ofrece subvenciones y/o prestamos a dueños de hogares con ingresos muy bajos quienes viven en hogares que se consideran modestos para el área.

Subvenciones se dan sólo para personas con más de 62 años de edad. Se consideraría una casa móvil si el lote le pertenece al aplicante y si tiene un cimiento permanente o lo tendrá en el futuro, con fondos de la Sección 504.

Llame a la oficina para saber si califica.

Vea [www.rudev.usda.gov/ca](http://www.rudev.usda.gov/ca)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

## Refugio Para Personas Sin Hogar y en Transición

### Linea de Crisis \* Condado de Mendocino 800-575-4357

Servicio telefónico 24 horas al día que conecta a las personas que llaman con agencias que atienden situaciones de crisis.

### Proyecto de la Calle Ford 139 Ford St., Ukiah 462-1934

Agencia de multi-programas que sirve a los residentes del condado de Mendocino. Servicios para personas con problemas del alcohol o las drogas incluyen la desintoxicación, recuperación residencial, consulta externa y consejería individual además de un programa para las personas que han recibido una multa por conducir y consejería para varias poblaciones. Vea [www.fordstreet.org](http://www.fordstreet.org).

Programa De Alojamiento Transicional: Ofrece albergue en varias locaciones de 6 meses hasta 2 años que sirve como un puente entre albergue y hogar permanente. Incluye administración del caso y servicios para mejorar la auto suficiencia. Complete una aplicación en el Centro Comunitario de Ukiah para los servicios de el Programa de Apoyo de Hogar con fin de recibir una referencia para alojamiento transicional.

### Refugio de Emergencia y Programa Vocacional del Proyecto de la Calle Ford Ukiah

**468-6427**

Refugio que funciona 24/7 con 22 camas para individuales sin familia, estan limpios y sobrios, que estan dispuestos, capaces y que buscan activamente regresar a formar parte de la fuerza laboral. Cuando los residentes del refugio no estan en su trabajo, deben participar en programas que mejoran sus capacidades. No reciben visitantes ni mascotas.

Complete una aplicación en el centro comunitario de Ukiah, 462-8879, 888 N. State St., Ukiah.

### Casa de la Hospitalidad

237 N. McPherson St.,  
Apartado Aereo 2168,  
Fort Bragg

**961-1150**

Refugio de emergencia con 24 camas. Se sirve una cena a las 5:00 p.m. y desayuno a las 7:00 a.m.. No se permite el alcohol, drogas o marijuana; pruebas obligatorias de drogas. Llame al refugio despues de las 2:00 p.m. y antes de las 5:00 p.m..

Vea

[www.mendocinochc.org/hospitality-house/](http://www.mendocinochc.org/hospitality-house/)

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

**Lake Family Resource Center –  
Centro de Crisis Relacionado con  
la Violación y de Violencia  
Doméstica**

5350 Main St, Kelseyville  
**888-775-8336 o 279-0563**  
Linea de Crisis 24/7  
**888-485-7733**

Ofrece servicios para la víctimas y las familias. Se ofrece abogacía, consejos, y órdenes de restricción. Refugio para mujeres, hombres y niños por medio de la Freedom House (Casa de Libertad). Servicios de terapia y asesoramiento.

Vea [www.lakefrc.com](http://www.lakefrc.com)

**Centro de Hospitalidad de la  
Costa de Mendocino**

474 S. Franklin St.,  
Apartado Postal 2168, Fort Bragg  
**961-0172**

Ofrece recursos para personas sin hogar por medio de información, referencias y manejo de caso.

Vea [www.mendocinochc.org](http://www.mendocinochc.org)

**Project Sanctuary (Proyecto  
Santuario)**

461 N. Franklin St, Fort Bragg  
**961-1507**

564 S. Dora St.  
Apartado Postal 450, Ukiah  
**462-9196**

Linea de crisis 24 horas al día  
**800-575-4357**

Servicios para prevenir y reducir los efectos de la violencia doméstica y el asalto sexual, refugio de emergencia para mujeres maltratadas y sus niños. También vivienda transicional en Ukiah.

Vea [www.projectsanctuary.org](http://www.projectsanctuary.org)

**Centro Comunitario de Ukiah  
(UCC)**

888 N. State St., Ukiah  
**462-8879**

Coordina referencias para ropa, comida y albergue por medio de varias instituciones locales. Hay servicios disponibles para personas y familias sin hogar.

**Centro Comunitario de Willits  
(WCS)**

229 E. San Francisco St., Willits  
**459-3333**

Banco de comida y asistencia de emergencia de comida, transportación, albergue, mantas, servicios públicos, recetas médicas, artículos personales, formula para bebe, etc.

**Agencia de Apoyo de  
Vivienda**

**Comisión Comunitaria de  
Desarrollo (CDC)**

1076 N. State St., Ukiah

**463-5462**

TDD/TTY

**463-5697**

Administra propiedades subvencionadas y no subvencionadas. Ofrece ayuda asistencia de alquiler en el condado de Mendocino por medio del programa Sección 8, apoyo para veteranos por medio de los Asuntos de Veteranos (VASH). También ofrece prestamos para personas que compran su primer hogar. También ofrece Asistencia con Ahorro de Energía (ESA) para personas de bajos ingresos en los condados de Lake y Mendocino.

Vea <http://cdchousing.org>

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Habitat for Humanity de Lake County (Habitat para la Humanidad)**

16285 Main St.,  
Apartado Postal 1830, Lower Lake  
**994-1100**

Ayuda a familias necesitadas a construir un hogar simple, decente, y de precio módico por medio de labor voluntaria y donaciones de dinero/materiales. Las casas se venden a familias socias del programa sin fin de ganancia y son financiadas con hipotecas módicas a las cuales no se cobra interés. Las familias que serán dueñas, deben invertir 500 horas de su propia labor en su casa y los hogares de otros. Habitat del condado de Lake también ofrece reparaciones a los hogares de personas en la tercera edad.

Vea [www.lakehabitat.org](http://www.lakehabitat.org).

**Consejero del Valor Acumulado de la Vivienda (Home Equity Advisor)**

Página del Internet patrocinada por el Consejo Nacional del Envejecimiento que ofrece información sin fin de lucro, incluyendo técnicas y consejos para el consumidor para utilizar y proteger el valor de su hogar. Incluye listas para ayudarlo a explorar opciones para quedarse en el hogar vs. la venta del hogar y luego mudarse.

Vea [www.homeequityadvisor.org](http://www.homeequityadvisor.org)

**Comision Para la Vivienda de Lake County**

15975 Anderson Ranch Pkwy,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4200**

Administra los servicios de vivienda para personas de bajos ingresos para los residentes del condado de Lake. Vea los requisitos para los programas individuales los cuales son contingentes a los fondos disponibles.

Vea

[www.co.lake.us/Government/Directories/SocialServices/Housing/Programs.htm](http://www.co.lake.us/Government/Directories/SocialServices/Housing/Programs.htm)

• **Asistencia Para los Que Compran Su Primer Hogar**

Ofrece apoyo económico en forma de prestamos con pagos diferidos para familias que de otra manera no tienen la oportunidad de comprar su casa. Son elegibles residentes del condado de Lake que viven en áreas no incorporadas del condado (lo cual excluye a Lakeport y Clearlake). El ingreso no puede exceder el 80% del ingreso mediano del condado, ajustado anualmente de acuerdo con el tamaño de la familia. Póngase en contacto con la oficina para obtener una aplicación.

• **Programa de Cupon para Hogares Bajo el Programa de Sección 8**

Programa de asistencia para ayudar a personas de muy bajo ingreso a rentar. La lista de espera está cerrada de tiempo a tiempo pero se abre periódicamente para aceptar nuevas aplicaciones. Son elegibles personas cuyo ingreso no excede el 50% del ingreso mediano ajustado de acuerdo con el tamaño de la familia. Se da preferencia a las familias con menos del 30% del ingreso medio. Póngase en contacto con la oficina para obtener una aplicación.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Autoridad de Vivienda del Circulo Indio del Norte**

694 Pinoleville Dr., Ukiah

**468-1336**

Residencias con subsidio, servicio de administración de propiedades. Póngase en contacto con los complejos residenciales individualmente para completar una aplicación.

Vea [www.rchdc.org](http://www.rchdc.org)

### **Corporación de Desarrollo de Vivienda en Comunidades Rurales (RCHDC)**

499 Leslie St., Ukiah

**463-1975**

Servicio de administración subvencionada de viviendas y propiedades, y programas de autoayuda para obtener vivienda propias. Póngase en contacto con los diferentes complejos de vivienda para completar la aplicación.

Vea [www.rchdc.org](http://www.rchdc.org)

### **Complejos de Viviendas Subvencionadas**

- **Adagio**

15117 Olympic Dr., Clearlake

**995-0370**

Complejo para familias, 2, 3 o 4 dormitorios (3 unidades accesibles)

- **Austin Manor Apartments**

14900 Burns Valley Rd.,

Clearlake

**995-1650**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (2 unidades adaptadas), son

elegibles mayores de 62 años o discapitados.

- **Autumn Village Apartments**

14930 Burns Valley Rd.,

Clearlake

**995-1650**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (4 unidades adaptadas), son elegibles mayores de 62 años o discapitados.

- **Apartamentos de Personas en la Tercera Edad Bella Vista**

1075 Martin St., Lakeport

**263-3003**

Un complejo para personas en la tercera edad, uno o dos dormitorios. (Todas las unidades son amigables para personas discapacitadas y hay cuatro totalmente adaptadas). Son elegibles mayores de 62 años o discapitados

- **Cache Creek Apartments**

16080 Dam Rd., Clearlake

**994-9581**

Complejo para familias con dos, tres o cuatro dormitorios (5 unidades adaptadas)

- **Clearlake Apartments**

7145 Old Hwy 53, Clearlake

**994-5111**

Complejo para familias, 2, 3 o 4 dormitorios (5 unidades accesibles)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

- **Eskaton Clearlake Oaks Manor**

75 Lake St., Clearlake Oaks  
**998-9355**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (2 unidades adaptadas). Cada unidad mide 580 pies cuadrados, todo electrico. Complejo de vida independiente y libre de humo. Son elegibles personas mayores de 62 años. Ve [www.eskaton.org](http://www.eskaton.org) en el internet.

- **Highlands Village**

6215 Old Highway 53, Clearlake  
**994-7538**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (4 unidades adaptadas), elegibles mayores de 62 años o con impedimento de movilidad y con muy bajo ingreso.

- **Lakeport Village Apartments**

901 S. Forbes St., Lakeport  
**263-5231**

Complejo para familias, 1 o 2 dormitorios (2 unidades adaptadas).

- **Lakeview Apartments**

525 Bevins St., Lakeport  
**263-7021**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (4 unidades adaptadas), elegibles mayores de 62 años o despacitación de la movilidad.

- **Lakeview Terrace Apartments**

7055 Old Highway 53, Clearlake  
**995-5295**

Complejo para familias, 2, 3 o 4 dormitorios (4 unidades adaptadas).

- **Middletown Garden Apartments**

15750 Knowles Ln., Middletown  
**987-9668**

1, 2 or 3 dormitorios (2 unidades adaptadas). Son elegibles personas mayores de 62 años en una sección y más de 18 años en otra sección.

- **Nice Village Apartments**

6620 Collier Ave., Upper Lake  
**274-8259**

Complejo para familias, 1, 2, o 3 dormitorios (2 unidades adaptadas).

- **North Shore Villas**

5860 E. Highway 20, Lucerne  
**274-2318**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (3 unidades adaptadas), elegibles mayores de 62 años.

- **Oak Hill Apartments**

4425 Cruickshank St., Kelseyville  
**279-1500**

Complejo para familias, 2, 3 o 4 dormitorios (2 unidades adaptadas). Son elegibles personas de mas de 18 años y deben ser ser trabajadores del campo corrientemente o jubilados o discapacitados.

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

- **Olympic Villa Apartments**  
14580 Olympic Dr., Clearlake  
**995-1730**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (3 unidades adaptadas), son elegibles mayores de 62 años o personas con necesidades especiales.

Deben presentar un historial sobre los dueños de casa de los 5 años anteriores o 6 meses de estado de cuentas bancarias.

- **Olympic Village**

15097 Olympic Dr., Clearlake  
**994-2408**

Complejo para personas en la tercera edad. Uno o dos dormitorios (3 adaptadas), elegibles mayores de 55 años.

- **Orchard Garden Apartments**

5025 Gaddy Ct., Kelseyville  
**279-0804**

Complejo para familias, 1, 2, o 3 dormitorios (2 unidades adaptadas).

- **Ridge Lake Apartments**

15160 Austin Dr., Clearlake  
**994-1163**

Complejo para familias, 1 o 2 dormitorios (6 unidades adaptadas).

Vea

[www.ridgelakeapartments.com](http://www.ridgelakeapartments.com).

- **Sunshine Manor**

2031 Giselman St., Lakeport  
**263-3761**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (4 unidades adaptadas), elegibles

mayores de 62 años o despcacitación de movilidad.

- **Walnut Grove Apartments**  
3155 Smith Ln., Clearlake  
**995-0775**

Complejo para personas en la tercera edad, 1 o 2 dormitorios (4 unidades adaptadas), elegibles mayores de 55 años que califican por ingresos

### Condado de Mendocino

- **Autumn Leaves**

425 E. Gobbi St., Ukiah462-5550

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (4 unidades adaptadas, 18+), elegibles mayores de 62 años o que tienen una discapacidad.

- **Baechtel Creek Village**

61 Alder Ct., Willits  
**459-4607**

Complejo para personas en la tercera edad, 1 o 2 dormitorios (2 unidades adaptadas y 6 parcialmente adaptadas), elegibles mayores de 55 años.

- **Brookside Commons**

Varias direcciones en Cindee Dr., Ukiah

**463-5462**

Complejo para familias con 3 dormitorios (una unidad adaptada)

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

- **Comision de Desarrollo de la Comunidad (CDC)**

23 Unidades esparcidas para acomodar a familias en Ukiah  
**463-5462**

Algunos hogares unifamiliares, principalmente de tres dormitorios, una de cuatro y una de cinco con algunos que incluyen aspectos de adaptacion.

- **Cottages at Cypress**

330 Cypress St., Fort Bragg  
**962-9080**

Complejo para personas en la tercera edad, uno dormitorio o dos dormitorios (dos unidades adaptadas), elegibles mayores de 62 años o discapacitados.

- **Creekside Village**

751 Waughn Ln., Ukiah  
**463-0721**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (4 unidades accesibles, 18+), elegibles mayores de 55 años o discapacitados de movimiento.

- **Cypress Ridge**

520 Cypress St., Fort Bragg  
**964-7715**

Complejo para personas en la tercera edad, 1 o 2 dormitorios (3 unidades adaptadas), elegibles mayores de 62 años o discapacitados.

- **Duane Hill Terrace**

600 N. Orchard St., Ukiah  
**468-9200**

Complejo para familias, 1, 2 o 3 dormitorios (tres unidades adaptadas).

- **Duncan Place**

301 Cypress St., Fort Bragg  
**964-4858**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio, elegibles mayores de 62 años o discapacitados.

- **Ford Street Project  
Permanent Housing Project  
(Hogar Permanente)**

139 Ford St., Ukiah  
**462-1934**

Niveles de renta del programa HOME y que acepta cupones del programa de HUD en el Garden Court Apartments. Se sirven a personas sin hogar, adultos con muy bajos ingresos y generalmente con problemas psiquiatricos.

- **Gibson Court**

148 Gibson St., Ukiah  
**462-3005**

Solo con referencias del servicio de salud mental.

- **Glass Beach Apartments**

900-928 John Cimolino Way,  
Fort Bragg  
**463-5462**

Complejo para familias, 3 dormitorios (2 unidades adaptadas).

- **Holden Street**

490 Dora St., Ukiah  
**462-3005**

Solo con referencias del servicio de salud mental.

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

- **Holly Heights I**

77 Holly St., Willits

**459-2135**

Complejo para familias, 1, 2 o 3 dormitorios (no hay unidades adaptadas).

- **Holly Heights II**

201 Holly St., Willits (correo a 77 Holly St.)

**459-2153**

Complejo para familias, 1, 2, 3 o 4 dormitorios (no hay unidades adaptadas).

- **Jack Simpson School View Apartments**

1051 N. Bush St., Ukiah

**463-0300**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (una unidad adaptada), elegibles mayores de 62 años o descapacitación de movilidad.

- **Lenore Senior Apartments**

251 S. Lenore St., Willits

**459-2153**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio (1 unidad adaptada), por lo menos debe haber una persona con mas de 62 años de edad en el hogar.

- **McCarty Manor**

741 Waugh Ln., Ukiah

**468-0229**

Complejo para familias, 1, 2 o 3 dormitorios (4 unidades adaptadas).

- **Moura Senior Housing**

400 South St., Fort Bragg

**964-1203**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio, elegibles mayores de 62 años.

- **North Pine Street Apartments**

1080 N. Pine St., Ukiah

**463-0300**

Complejo para personas en la tercera edad, un dormitorio en el primer piso y el segundo sin elevador. Son elegibles solamente mayores de 62 años. Las oficinas se encuentran en el Jack Simpson View Apartments, 1051 N. Bush St.

- **Oak Creek**

300 Creekside Dr., Willits

**459-6223**

Complejo para familias, uno, dos o tres dormitorios (dos unidades adaptadas)

- **Oak Glenn**

1298 Locust St., Willits

**459-6233**

Complejo para familias, uno, dos o tres dormitorios (tres unidades adaptadas)

- **Orchard Manor**

610 Orchard Ave., Ukiah

**468-5810**

Complejo para familias, uno, dos y tres dormitorios (tres unidades adaptadas).

- **Orchard Village**

548 Ford St., (envíe correspondencia a 610 Orchard Ave.), Ukiah

**468-5810**

Complejo para familias, uno, dos y tres dormitorios (tres unidades adaptadas). Pongase en contacto con el administrador en la oficina de Orchard Manor 610 Orchard Ave.

- **River Gardens**

421 South St., Fort Bragg

**964-6811**

Complejo para familias, 1, 2 o 3 dormitorios (dos unidades adaptadas)

- **Sanderson Way Village**

532-586 Sanderson Way, Fort Bragg

**463-5462**

Complejo para familias de 3 o 4 dormitorios (una unidad adaptada).

- **Sea Cliff Apartments**

531 Cypress, Fort Bragg

**463-5462**

Complejo para familias, dos dormitorios (dos unidades adaptadas)

- **Summer Creek Village**

755 Village Circle, Ukiah

**467-1211**

Complejo para familias, dos, tres y cuatro dormitorios (cuatro unidades adaptadas). Se permiten personas solteras en los apartamentos de 2 dormitorios. Se acepta sección 8. Es un complejo para personas con ingresos modestos – no para bajos ingresos.

- **Ukiah Green, Ukiah Green South & Ukiah Terrace**

1164 Mulberry St. #41, Ukiah

**462-8272**

Complejo para familias, uno, dos o tres dormitorios (12 unidades adaptadas entre los 3 complejos). Sección 8.

Vea

[www.ukiahterraceapartments.com](http://www.ukiahterraceapartments.com)

en el internet.

- **Walnut Apartments**

311 Walnut St., Fort Bragg

**964-8041**

Complejo para familias, uno, dos o tres dormi

- **Walnut Village**

1240 N. Pine St., Ukiah

**468-9672**

Complejo para personas en la tercera edad, 1 o 2 dormitorios (seis unidades adaptadas 18+), elegibles mayores de 62 años o discapacidad de movilidad.

## **Viviendas Para Personas En La Tercera Edad No Subvencionadas**

### **Brookside Retirement Residence (Residencia de Jubilación)**

1199 S. Dora, Ukiah

**462-6262**

Complejo de 66 unidades, estudio, alcobas y suites (cinco unidades adaptadas). Asistencia con tareas domésticas, comidas comunales y transportación a destinos en Ukiah. Son elegibles únicamente personas mayores de 60 años.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Redwood Meadows**

1475 Baechtel Rd., Willits

**459-1616**

Complejo para personas en la tercera edad, uno o dos dormitorios (todas las unidades están adaptadas para sillas de ruedas y seis más tienen otras adaptaciones), elegibles mayores de 55 años y es posible que acepten cupones de HUD. Vea [www.redwoodmeadows.com](http://www.redwoodmeadows.com) en el internet.

## Centros de Cuidado Residencial

También son conocidos como “Alojamiento y Cuidado” o “Alojamiento Con Asistencia” ofrecen alojamiento, comida y supervisión. En general los cuidados no son médicos pero en algunas situaciones se ofrece cuidado médico limitado por personas profesionalmente calificadas.

### Condado de Lake

- **Brookdale Clearlake**  
14789 Burns Valley Rd.,  
Clearlake  
**995-1900**
- **Una Casa de Cuidado de Nice**  
6784 Crump Ave., Nice  
**274-9938**
- **Casa de Huespedes Clover Valley**  
820 Clover Valley Rd.,  
Upper Lake  
**275-2405**

- **Casa de Huespedes Edelweiss**

955 Pool St., Lakeport

**263-4340**

- **Three Lakes Assisted Living Facility**

8304 Lake St., Lower Lake

**995-6008**

- **Walnut Grove Retreat**

6680 Bergesen Dr., Kelseyville

**279-1102**

### Condado de Mendocino

- **Dalistan Care Home II**

208 Scott St., Ukiah

**468-9329 o 468-0924**

### **Diamond on the Water**

33531 Navarro Ridge Rd., Albion

**937-2540**

- **Equinox Care Facility**

38281 S. Hyw 1, Gualala

**884-4061**

- **Holy Child Residential Care Home I**

1074 Albright Pl., Ukiah

**462-2487**

- **Holy Child Residential Care Home II**

512 Cayon View Ct., Ukiah

**463-5589**

- **Holy Child Residential Care Home III**

419 Grove St., Willits

**456-1234**

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

- **Holy Spirit Residential Care Home**  
462-0428  
224 Laws Ave., Ukiah
- **Holy Spirit II Residential Care Home**  
1275 Elm St., Ukiah  
462-1531
- **Holy Spirit III Residential Care Home**  
414 Grove St., Willits  
367-1586
- **Mountain View Senior Living**  
1343 S. Dora St., Ukiah  
462-6212
- **Observatory Care Home**  
270 Observatory Ave., Ukiah  
468-7499
- **Oceanside Living Fort Bragg**  
535 E. Chestnut St., Fort Bragg  
409-5004
- **Oceanside Retirement Living**  
1370 Navarro Bluff Rd., Albion  
877-1701
- **Oceanside Villa**  
550 S. Franklin St., Fort Bragg  
916-591-6073
- **Rome Care Facility I**  
1127 S. Dora St., Ukiah  
468-5986

**Abogacia de California Para la Reforma de Hogares Para Personas de Edad Avanzada (CANHR)**

650 Harrison St., San Francisco  
800-474-1116 o 415-974-5171  
Se dedica a mejorar la calidad de cuidado que reciben los consumidores de cuidados de largo plazo y educar al público sobre las cuestiones en los centros de cuidado de personas de edad avanzada, centros de cuidado residencial/asistencia de vida, y cuidado de largo plazo. Consejería antes de la colocación en el centro, información planificación de sucesión, guías de diferentes programas residenciales. Referencias para abogados. Vea [www.canhr.org](http://www.canhr.org)

**División de Autorización de Cuidado Comunitario**

La agencia que concede autorización y regula varios centros de cuidado incluyendo centros de cuidado para personas de edad avanzada (RCFE). Búsque RCFE y otras residencias licenciadas en la página en el internet [www.cclcd.ca.gov](http://www.cclcd.ca.gov). Siga el enlace "Busque Cuidado Licenciado".

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

**Programa de el Defensor de el Pueblo de los Condados de Lake y Mendocino Para Cuidados de Largo Plazo**

16170 Main St., Oficina D,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**262-4525**

Line para reportar 24 horas al día  
**800-231-4024**

Recibe e investiga quejas puestas por residentes o a nombre de los mismos que viven en centros para personas de edad avanzada u hogares de cuidado residencial. Visitan instalaciones regularmente para descubrir o resolver problemas. Vea

[www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Socialservices/AAA/LongTerm.htm](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Socialservices/AAA/LongTerm.htm)

## Seguros

**Covered California (Cobertura para California)**

Apartado Postal 989725,  
West Sacramento

**800-300-1506**

En Español **800-300-0213**

**TTY 888-889-4500**

Mercado de seguros auspiciado por el estado para personas que buscan seguro de salud. Vea

[www.coveredca.com](http://www.coveredca.com) para obtener más información o para completar una aplicación

**Programa de Consejeria y Abogacia Para Seguro Médico (HICAP)**

1304 Southpoint Blvd., segundo piso, oficina 280

**800-434-0222 o 526-4108**

Ofrece información gratis y objetiva y asistencia cuando trata con Medicare, seguros médicos, seguro para cuidados de larga duración y otras cuestiones de seguro médico. Citas locales con voluntarios entrenados. Son elegibles los beneficiarios de Medicare, aquellos que van ha recibir Medicare por discapacidad o por razon de su edad. Llame a la oficina para información general o para pedir una cita individual en un lugar designado en los condados de Lake y Mendocino.

Vea

[www.senioradvocacyservices.org](http://www.senioradvocacyservices.org)

### **Programa de Medi-Cal**

Los programas de Medi-Cal y los Servicios Médicos del Condado (CMSP) pagan por los cuidados médicos de personas elegibles que califican de acuerdo con las normas de ingresos y recursos. Pagos pueden requerir “parte del costo” basados en el nivel de ingresos de la familia. Todos aquellos que reciben Ingreso Social Suplementario (SSI) califican para el Medi-Cal. Otros deben satisfacer los requerimientos de ingresos, recursos y otros normas. Se puede hallar información en [www.dhcs.ca.gov/services/medical/Pages/Medi-CalFAQ.aspx](http://www.dhcs.ca.gov/services/medical/Pages/Medi-CalFAQ.aspx) o puede aplicar por medio de la red [www.C4Yourself.com](http://www.C4Yourself.com) o llame o visite las oficinas para una aplicación.

- **Condado de Lake**

15975 Anderson Ranch Pkwy., P.O. Box 9000, Lower Lake  
**995-4200 o 800-628-5288**

- **Condado de Mendocino**

764 S. Franklin St., Apartado Postal 1306, Fort Bragg  
**877-327-1677 o 962-1100**  
 747 S. State St., Apartado Postal 839, Ukiah  
**877-327-1711 o 463-7700**  
 221 S. Lenore Ave., Willits  
**800-771-2453 o 456-3740**

- **Asociación del Plan de Salud de California**

**800-863-4155 o 863-4120**  
 Plan de Salud Administrado de Medi-Cal para los condados de Mendocino y Lake. Vea [www.partnershiphp.org](http://www.partnershiphp.org) en el internet.

### **Medicare**

**800-633-4227**

Vea [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov) para más información o puede aplicar electrónicamente. Información adicional en [www.MyMedicareMatters.org](http://www.MyMedicareMatters.org), una pagina en la red que se dirige principalmente al consumidor diseñado para ayudar al las personas a tomar una decisión informada y que está patrocinada por el Consejo Nacional Para la Vejez.

## **Legal y Abogacia**

### **AARP**

601 E. St., NW, Washington D.C  
**888-687-2277**

Organización sin fin de lucro que consiste en afiliados que ofrece abogacia y servicios, ayuda gratis para la preparación de impuestos, programa de ayuda para conductors, programas de seguro y más para adultos mayores de 50 años. Vea [www.aarp.org](http://www.aarp.org).

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Adult Protective Services (APS)  
Servicio de Protección Para  
Personas en la Tercera Edad**

Responde a reportes de abuso y abandono contra personas de edad avanzada y adultos dependientes. Interviene para resolver los problemas que ponen al adulto a riesgo, conecta con servicios necesarios y si es necesario, los translada a un lugar seguro.

- **Condado de Lake**

16170 Main St., Unidad C,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4680 o 888-221-2204**

Línea de emergencia durante la noche y los fines de semana  
**995-4680**

[www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Social\\_Services.htm](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Social_Services.htm)

- **Condado de Mendocino**

764 S. Franklin St.,  
Apartado Aereo 1306, Fort Bragg  
**877-327-1677 o 962-1102**

747 S. State St.,  
Apartado Aereo 839, Ukiah  
**877-327-1799 o 463-7900**

221 Lenore Ave., Willits  
**800-771-2453 o 456-3740**

Emergencia después de horas  
**800-575-4357**

[www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/adult.htm](http://www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/adult.htm)

**Programa de Violencia Doméstica  
y Asalto Sexual de Indios  
Americanos**

77826 Covelo Rd.,  
Apartado Postal 448, Covelo  
**983-9333**

Apoyo para víctimas de la violencia doméstica, incluyendo transportación y acompañamiento para ir a la corte, ayuda con ordenes

de alejamiento y referencias para consejería, y demás.

**Agencia Regional Para el  
Envejecimiento de los Condados  
de Lake y Mendocino (AAA)**

16170 Main St., Unidad D,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4680**

Planea y coordina el desarrollo y entrega de programas y servicios locales para personas mayores de 60 años.

Vea

[www.co.lak.ca.us/Government/Directory/Social\\_Services/AAA.htm](http://www.co.lak.ca.us/Government/Directory/Social_Services/AAA.htm)

**Junta de las Discapacidades de  
Desarrollo de la Área I**

505 S. State St.,  
Apartado Postal 245, Ukiah  
**463-4700**

Aboga por los derechos legales, civiles, y servicios para personas con discapacidades de desarrollo. Intercesor Para Los Derechos de los Pacientes de Salud Mental y Salud de Conducta. Ofrece representación para clientes con problemas de salud mental

- **Salud de Conducta del  
Condado de Lake**

6032 13<sup>th</sup> Ave,  
Apartado Postal 1024,  
**888-334-3390**

[www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Mental\\_Health/](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Mental_Health/)

- **Servicios de Salud de  
Conducta y Recuperación  
de Adicciones**

1120 S. Dora St., Ukiah  
**463-4614**

Vea

[www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/patientrights.htm](http://www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/patientrights.htm)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Abogacia de California Para la Reforma de Hogares Para Personas de Edad Avanzada (CANHR)**

650 Harrison St., San Francisco  
**800-474-1116 o 415-974-5171**

Se dedica a mejorar la calidad de cuidado que reciben los consumidores de cuidados de largo plazo y educar al público sobre las cuestiones en los centros de cuidado de personas de edad avanzada, centros de cuidado residencial/asistencia de vida, y cuidado de largo plazo. Consejería antes de la colocación en el centro, información planificación de sucesión, guías de diferentes programas residenciales. Referencias para abogados.

Vea [www.canhr.org](http://www.canhr.org)

**Servicios Legales Indios Americanos de California**

117 J St., Oficina 300, Sacramento  
**800-829-0284 o 916-978-0960**

Ofrece asistencia legal para asuntos específicos sobre la Ley India Federal: para personas de edad avanzada, cuestiones de terrenos, testamentos y sucesiones. Son elegibles personas que viven a 125% de la línea de pobreza, de acuerdo con la corporación de Servicios Legales.

Vea [www.calindian.org](http://www.calindian.org) en el internet.

**Servicios Para Personas Discapacitadas y Centro Legal**

415 Talmage Rd., Oficina B, Ukiah  
**800-528-7704 o 463-8875**  
**TTY 462-4498**

Ofrece aptitudes para vivir independientemente, información y referencias. Abogacia para la administración del Seguro Social, consejería sobre los beneficios,

apoyo de pares y soluciones de tecnología asistiva. Consejería gratis sobre la ley en la oficina de Ukiah el segundo jueves de cada mes de 1:00 p.m. a 3:00 p.m.. También se ofrecen horas en otros sitios. Llame para una cita.  
[www.disabilityserviceandlegal.org](http://www.disabilityserviceandlegal.org)

**Mediaciones del Condado de Lake**  
 Apartado Postal 1173, Lakeport  
**263-6800**

Ofrece mediadores entrenados como una alternativa a la litigación en muchas clases de conflictos, asuntos entre dueños y arrendatarios, en cuestiones de abuso de personas de edad avanzada, negocios, bienes raíces, disputas en comunidades, conflictos de organizaciones, y muchos otros. Un mediador facilita la comunicación respetuosas y fortalece a los clientes para discutir, analizar y resolver los conflictos de una manera colaborativa. Hay un costo por persona para sesiones mediadas, y se ofrece escala proporcional para personas de ingresos fijos. Llame para hacer una cita sin la cual no le podrán atender.

Vea [www.LakeCountyMediations.org](http://www.LakeCountyMediations.org)

**Lake Family Resource Center – Centro de Crisis Relacionado con la Violación y la Violencia Doméstica**

5350 Main St, Kelseyville  
**888-775-8336 o 279-0563**  
 Línea de Crisis 24/7  
**888-485-7733**

Ofrece servicios para la víctimas y las familias. Se ofrece abogacia, consejos, y órdenes de restricción. Refugio para mujeres, hombres y niños por medio de la Freedom House (Casa de Libertad).

Vea [www.lakefrc.com](http://www.lakefrc.com)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**LawHelpCA.org**

Este sitio en la red del Internet ofrece información sobre problemas legales comunes y un directorio de organizaciones que ofrecen consejos legales sin costo o de bajo costo y también representación. Este sitio es administrado por la Asociación de Asistencia Legal de California (LAAC), una organización compuesta de miembros en todo el estado que forman parte de las casi 100 grupos que operan sin fin de lucro bajo los auspicios de IOLTA (Interest on Lawyer Trust Account) la cual otorga subvenciones por la organización oficial de abogados de California. Veá [www.LawHelpCA.org](http://www.LawHelpCA.org)

**Servicios Legales del Norte de California**

421 N. Oak St., Ukiah  
**877-529-7700 o 462-1471**  
 Ofrece asistencia legal para personas con bajos ingresos o mayores de 60 años primariamente en asuntos de beneficios públicos (SSI, SSA, Medi-Cal, IHSS), derechos de alojamiento, leyes sobre las relaciones entre dueños/inquilinos, protección del consumidor, ejecución de hipotecas, naturalización, custodia de niños, y cancelación de un delito menor, e historial criminal. Servicios adicionales para persona de mas de 60 años incluyen abuso de personas de edad avanzada, y planeación para posible incapacidad en el futuro y cuidado de largo plazo, derechos del consumidor y fraude en contra de los ancianos. Llame o visite las oficinas para saber si Ud. es elegible para recibir está ayuda.

Veá [www.lsn.net](http://www.lsn.net) o [www.lsn.info](http://www.lsn.info)

**Programa de el Defensor de el Pueblo de los Condados de Lake y Mendocino Para Cuidados de Largo Plazo**

16170 Main St., Oficina D,  
 Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**262-4525**

Line para reportar 24 horas al día  
**800-231-4024**

Recibe e investiga quejas puestas por residentes o a nombre de los mismos que viven en centros para personas de edad avanzada u hogares de cuidado residencial. Visitan instalaciones regularmente para descubrir o resolver problemas. Veá

[www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Socialservices/AAA/LongTerm.htm](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Socialservices/AAA/LongTerm.htm)

**Consejo Para la Salud Mental del Condado de Mendocino**

1120 S. Dora St., Ukiah  
**472-2300**

Junta de asesoría sirviendo al los supervisores de condado y el director de los servicios de salud mental.

**Nuestra Casa**

487 N. State St., Ukiah  
**463-1818**

Centro de recursos para la familia que ofrece servicios bilingües, y apoyo culturalmente apropiado para las comunidades latinas del condado de Mendocino.

Veá [www.nuestracasafr.org](http://www.nuestracasafr.org)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Oficina de Abogacía de los Derechos del Cliente**

1116 Airport Park Blvd., Ukiah  
**462-2462**

Aboga por el bienestar de personas con discapacidad del desarrollo en los condados de Lake y Mendocino, los servicios incluyen consulta, representación, entrenamiento, investigación de quejas y se asegura que las agencias y los que ofrecen servicios están cumpliendo con las leyes. Posiblemente puede abogar por personas que se consideran discapacitados intelectualmente y podrían calificar para recibir servicios de el centro regional (Regional Center). Son elegibles para este servicio cualquier persona con una discapacidad intelectual o del desarrollo.

Vea

[disabilityrightsca.org/about/OCRA.htm](http://disabilityrightsca.org/about/OCRA.htm)

### **Project Sanctuary (Proyecto Santuario)**

461 N. Franklin St, Fort Bragg  
**961-1507**

465 S. Dora St.

Apartado Postal 450, Ukiah  
**462-9196**

Línea gratis en caso de crisis 24 horas al día

**800-575-4357**

Servicios para prevenir y reducir los efectos de la violencia doméstica y el asalto sexual, incluyendo un teléfono abierto 24 horas al día, refugio de emergencia para mujeres y sus niños, consejos, vivienda transicional en Ukiah, terapia individual y en grupo, programas de educación y prevención y un programa de voluntarios. Vea

[www.projectsanctuary.org](http://www.projectsanctuary.org)

### **Guardián**

#### **Público/Conservador/Administrador**

Supervisión designada por el tribunal para personas que no pueden manejar sus finanzas o cuidado personal.

También administra el patrimonio de personas que han fallecido y que no tienen herederos dispuestos o preparados para manejar este patrimonio. Custodia del patrimonio pueden ser referidas por cualquier persona (incluso miembros de la policía o los procuradores). Referencias para conservadores por razón de salud mental se pueden dar por psiquiatras calificados en conjunto con agencias e instituciones para la salud mental. Son elegibles todos aquellos que no pueden proveer por sí mismos económicamente o personalmente.

- **Condado de Lake**

15975 Anderson Ranch Pkwy,  
Apartado Postal 9000, Lower Lake  
**995-4260**

- **Condado de Mendocino**

747 S. State St.,  
P.O. Box 839, Ukiah  
**468-7056**

### **Oficina del Facilitador de Ley Familiar y Autoayuda**

El facilitador de la ley familiar ofrece asistencia gratis a aquellos que se representan a sí mismos en asuntos de divorcio, separaciones, manutención de hijos, visitación, custodia, apoyo conyugal y mantenimiento de seguro de salud. También se ofrece ayuda para asuntos de guardia y custodia, acoso civil, desalojos, cambio de nombre y respuestas para ordenes de alejamiento a causa de violencia doméstica. Otras áreas de autoayuda pueden incluir demandas pequeñas, desalojos y cancelación de un delito menor, e historial criminal.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Centro de Autoayuda en la Red de las Cortes de California**

El sitio en el web ofrece información que permite que los individuales funcionen mejor con un abogado y también permite a personas a representarse a si mismos en algunas situaciones. Ingles, español y otros idiomas.

Vea [www.courts.ca.gov/selfhelp.htm](http://www.courts.ca.gov/selfhelp.htm)

### **Corte Superior del Condado de Lake**

7000-A S. Center Dr., Clearlake  
994-6598 Ext 3

[www.lake.courts.ca.gov/sh/index.htm](http://www.lake.courts.ca.gov/sh/index.htm)

### **Corte Superior del Condado de Mendocino**

Oficina 212, 100 N. State St., Ukiah  
463-5666

[www.mendocino.courts.ca.gov/selfhelp/](http://www.mendocino.courts.ca.gov/selfhelp/)

### **Linea Directa Para Personas en la Tercera Edad \* Proyecto Para Asistencia de Pensiones de los Estados del Oeste**

Ofrece consejos y asistencia con asuntos sobre pensiones sin costo. Son elegibles residentes se California, Arizona, Nevada y Hawaii o personas no residentes que trabajaron en estos estados. Llame o haga una encuesta por medio el sitio en la red

Vea <http://slh.lsn.net/pension>

### **Victim/Witness Program (Programa para Víctimas y Testigos)**

Ofrece programas inclusivos para apoyar a víctimas de crímenes violentos, incluyendo intervención durante una crisis, asistencia de emergencia, recomendación de recursos-incluyendo psicoterapia.

Ayuda con la aplicación para el Programa de Compensación Estatal para Víctimas. Provee una orientación al Sistema de Justicia Criminal, ayuda con escolta y apoyo en la corte, con el estado del caso y su disposición. Ayuda con recuperación de restitución, intervención con el empleador y proveedores de crédito y más. Está en contacto con agencias del condado y la comunidad.

- **Condado de Lake**

420 Second St., Lakeport  
262-4282

- **Condado de Mendocino**

County Court House (La Corte del Condado) Oficina 501  
100 N State St, Apartado Postal 144, Ukiah

**800-785-3332 o 463-4218**

Se pueden conseguir citas en las oficinas de Fort Bragg y Willits

## **Bienestar Mental y Consejería**

Nota: CMSP

Debido a los cambios en el programas, por favor confirme con su proveedor de servicios todavía acepta seguro de CSMP.

### **Centro de Apoyo Entre Pares "The Bridge"**

14954 Burns Valley Rd., Clearlake  
Oficina 995-2973

Teléfono para invitados  
995-0893

Centro social que ofrece apoyo de cara en cara y un horario completo de grupos de apoyo y actividades. También sirve como un centro social para veteranos, personas sin hogar y en transición.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Centro de Salud Para la Familia Clearlake**

15230 Lakeshore Dr., Clearlake  
**995-4500**

Servicio de consejería para todas las edades. Forma parte del Sistema de Clinicas Rurales de St. Helena Hospital Clear Lake. Se acepta Medi-Cal, Medicare y seguros privados.

Vea [www.sthelenahospital.org](http://www.sthelenahospital.org)

### **Proyecto Consolidado de la Salud Tribal**

6991 N. State St., Redwood Valley  
**800-642-CTHP o 485-5115**

Consejería de abuso de sustancias, grupos ofreciendo alternativas a la violencia y grupos de apoyo para la sobriedad y terapia infantil.

Servicios sin costo para personas elegibles de las tribus. Personas no indígenas pueden recibir servicios de acuerdo con las escalas impuestas por los seguros médicos y también se acepta pagos con escala de tarifas ajustables. Se acepta Medi-Cal, Medicare y seguros privados.

### **Departamento de Salud Conductual del Condado de Lake**

7000-B S. Center Dr., Clearlake  
**994-7090**

6032 13<sup>th</sup> Ave.,  
Apartado Postal 1024, Lucerne  
**274-9101**

Linea de crisis/entrevista de ingreso  
**800-900-2075**

Ofrece servicios cuyo objeto es la recuperación incluyendo resolución de la crisis, asesoría, consejería y acceso a cuidados hospitalarios y residenciales. Son elegibles adultos y niños que están sufriendo de

graves enfermedades mentales o alteración mental. También ofrece consejería con respecto al alcohol y drogas para adultos y jóvenes. Sirve principalmente a personas que tienen Medi-Cal, Medicare o son indigentes pero todas las personas son elegibles para pedir ayuda para determinar elegibilidad. Vea [www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Mental\\_Health/](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Mental_Health/)

- Sistema de Cuidado del  
Además de ofrecer la gama completa de servicios en sus oficinas por medio del Departamento de Salud Conductual del Condado de Lake, OASOC ofrece servicios de terapia y manejo de caso en el hogar para aquellas personas que no pueden dejar sus casas. Son elegibles personas de más de 60 años que tienen una enfermedad o alteración mental. Sirve principalmente a personas con Medi-Cal, Medicare o que son indigentes, pero cualquier persona puede aplicar para establecer su elegibilidad.

### **Intercesor Para Los Derechos de los Pacientes de Salud Mental del Condado de Lake**

6032 13<sup>th</sup> Ave,  
Apartado Postal 1024, Lucerne  
**888-334-3390**

Ofrece representación para clientes con problemas de salud mental.

Vea [www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Mental\\_Health/](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Mental_Health/)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Consortio Tribal de la Salud del Condado de Lake**

925 Bevins Ct.,  
Apartado Postal 1950, Lakeport  
**263-8382 o 800-750-7181**  
Ofrece consejería para la salud mental, consejería para el alcohol y las drogas, y educación individual y en grupo para personas de origen indio americano.

Vea [www.lcthc.com](http://www.lcthc.com)

**Centro de Salud Long Valley**

50 Branscomb Rd.,  
Apartado Postal 870, Laytonville  
**984-6131**  
Ofrece servicios para la salud mental y consejería. Se acepta el Medi-Cal, Medicare, y muchos seguros privados. Escala de tarifas ajustables para personas con bajos ingresos.

Vea [www.longvalley.org](http://www.longvalley.org)

**Clinica Satelite de Salud de Manchester-Point Arena**

24 Mamie Laiwa Dr.,  
Apartado Postal 381, Point Arena  
**882-2877**  
Servicios de salud y de salud conductual para indios americanos y sus familias

**Servicios Manzanita**

Correo al Apartado Postal 1424,  
Ukiah

Iglesia Unida Metodista de Ukiah,  
270 Pine St., Ukiah

**463-0404**

Centro de Recursos de Willits,  
286 School St., Willits

**456-9020 o 463-0404**

Apoyo para el bienestar y recuperación ofrecido por pares, educación, y recursos para personas enfrentándose a los retos de la salud mental y sus familias. Hay centros para visitas casuales en Ukiah y Willits. Grupos diarios de apoyo y clases. Apoyo uno a uno para poder navegar el sistema y aprovechar de la ayuda que se ofrece en terapias y salud en general. Se ofrece conexión a la red por medio de una computadora pública, Teléfono, entrenamientos, y talleres. También se ofrece manejo de caso para personas elegibles a los programas de Medi-Cal para la salud mental. Vea [www.manzanitaservices.org](http://www.manzanitaservices.org).

**Clinicas de la Costa de Mendocino**

205 South St., Fort Bragg

**964-1251**

Ofrece consejería para niños, adultos y familias proporcionado por Trabajadores Sociales con Licencia Clínica y Psicólogos Clínicos Licenciados. Se acepta el Medi-Cal, Medicare, y escala de tarifas ajustables para personas que califican de acuerdo con sus ingresos. Se ofrece transportación en la área de Fort Bragg.

Vea [www.mendocinocoastclinics.org](http://www.mendocinocoastclinics.org)

### **Centro de Salud de la Comunidad de Mendocino**

Consejería y psicoterapia para aquellos pacientes que reciben cuidados en nuestros centros. Medi-Cal, CMSP, Medicare, Partnership Health Plan, planes de Covered California, seguros privados, con ajuste por escala y pagos privado. El Centro de salud de Mendocino es una agencia local sin fin de lucro que mantiene 3 centros.

Vea [www.mhcinc.org](http://www.mhcinc.org)

- **Hillside Health Center**  
333 Laws Ave., Ukiah  
**468-1010**
- **Centro de Salud Lakeside**  
5335 Lakeshore Blvd,  
Lakeport  
**263-7725**  
Es posible recibir ayuda con transportación.
- **Little Lake Health Center**  
45 Hazel St, Willits  
**456-9600**

### **Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Mendocino, Sección de Salud Mental y Recuperación**

Atiende a personas en el condado de Mendocino cuyas vidas se ven afectadas por las enfermedades mentales. Ofrece educación sobre las posibilidades prometedoras de tratamiento y recuperación a lo mismo de los servicios comunitarios que aumentan la calidad de vida y la oportunidad de vivir independientemente.

Vea

[www.co.mendocino.ca.us/hhsa/mentalhealth.htm](http://www.co.mendocino.ca.us/hhsa/mentalhealth.htm)

### **Centros de Acceso a los Servicios de Salud Mental para adultos con más de 25 años**

**800-555-5906** 24 horas al día

- 544 Main St., Oficina B,  
Fort Bragg
- 564 S. Dora St., Oficina D,  
Ukiah

### **Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Mendocino Sucursal de Salud Mental \* Intercesor Para los Derechos de los Pacientes de Salud Mental**

1120 S. Dora St., Ukiah

**463-4614**

Ofrece representación para clientes con problemas de salud mental.

Vea

[www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/patientrights.htm](http://www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/patientrights.htm)

### **Siguiendo Adelante**

Centro de Actividades Para Personas en la Tercera Edad de Willits

1501 Baechtel Rd., Willits

**459-6826**

Centro de apoyo social enfocado en actividades para viudas, mujeres en divorcio u otras mujeres interesadas. Se reúnen cada segundo jueves de 12 a 1 p.m. para el almuerzo y reunión de la 1:00 pm a las 2:00 p.m.. Se reúnen cada cuarto jueves en otros lugares en la comunidad por arreglo previo. Se ofrecen actividades sociales como viajes, cenas, teatro y demás.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Alianza Nacional de la Salud Mental (NAMI) Mendocino**

Apartado Postal 1945, Ukiah

Donna **391-6867**

Mel **485-0239**

Sony **937-3339**

Sucursal local de la organización nacional voluntaria y de basada en el esfuerzo comunitario que se dedica a mejorar la vida de personas que sufren de enfermedades mentales graves ofreciendo respeto mutuo, apoyo, educación y abogacia. Vea

[www.namimendocino.org](http://www.namimendocino.org)

**Servicios Médicos del Redwood Coast**

46900 Ocean Dr.,

Apartado Aereo 1100, Gualala

**884-4005**

Servicios de salud conductual para individuales, parejas, familias, y adolescentes. Vea

[www.rcmshealthcare.org](http://www.rcmshealthcare.org)

**Centro Indio de Salud Round Valley**

Esquina de Hwy 162 y Biggar Ln.,

Apartado Postal 247, Covelo

**983-6181**

Cosejería para el abuso de sustancias, reuniones de alcohólicos anónimos, eventos y proyectos comunitarios. Se acepta Medi-Cal y muchos otros seguros.

Vea [www.rvindianhealth.com](http://www.rvindianhealth.com)

**Consejería de Grupo Paritario de Personas en la Tercera Edad**

Visitas al hogar por voluntarios en la tercera edad que han recibido entrenamiento y supervisión de un profesional licenciado. Estos consejeros paritarios ofrecen al cliente la oportunidad de hablar con una persona de su misma edad que ha pasado por los mismos cambios de la vida y pueden entender sus preocupaciones. Todas las conversaciones se mantienen en estricta confidencialidad y estos servicios son gratuitos.

- **Apoyo Para Personas de Edad Avanzada Konocti, Inc. 995-1417**

Sirve a los residentes del condado de Lake que son mayores de 55 años.

Vea

[www.konoctiseniorsupport.com](http://www.konoctiseniorsupport.com)

- **Centro Para Personas en la Tercera Edad de la Costa Redwood**

**961-4305 o 964-0443**

Sirve a los residentes de la costa de Mendocino quienes tienen más de 60 años.

- **Centro Para Personas en la Tercera Edad de Ukiah**

**468-9452 o 462-4343**

Sirve a los residentes con mas de 60 años de edad de Ukiah y Willits

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

**Hospital de St. Helena/Adventist Health Salud del Comportamiento**  
10 Woodland Rd., St Helena  
**963-3611**

Referencias de Médicos  
**800-540-3611**

Hospital afiliado con St Helena Clear Lake, la unidad de salud del comportamiento incluye una unidad de 24 camas para pacientes hospitalizados que están padeciendo de síntomas agudos de enfermedades mentales serias; también ofrece una unidad para rehabilitación de alcohol y drogas la cual ofrece desintoxicación supervisada. Acepta Medicare, Medi-Cal, seguro privado e compensación al trabajador.

Vea [www.sthelenahospitals.org](http://www.sthelenahospitals.org)

- **Centro Hospitalario Para Salud del Comportamiento de St. Helena**

525 Oregon St., Vallejo  
**648-2220**

Línea para Referencias de Salud Mental  
**649-4040**

Centro autónomo con 61 camas que ofrece un ambiente activo, con terapia estructurada para la salud mental.

**Servicios de Salud del Comportamiento Del Centro de Salud Rural de Ukiah Valley**

260 Hospital Dr., Oficina 101 (correo a la oficina 207), Ukiah  
**463-8000**

Ofrece consulta y consejería para niños y adultos. La clínica está afiliada con el Centro de Salud de Ukiah Valley y el sistema de cuidado de Adventist Health. Acepta Medi-

Cal, Medicare, CMSP, y otros seguros.

Vea [www.uvmc.org](http://www.uvmc.org)

**Para Servicios para Veteranos**  
(mire en la sección de veteranos)

## Centros Para Personas en la Tercera Edad

Centros de multiusos que sirven como un punto focal para adultos de edad avanzada, y ofrecen en un sitio fijo una variedad de servicios, programas y actividades. Muchos centros tienen boletines informativos y ofrecen afiliación por una suma nominal, además tienen tiendas de artículos de segunda mano y algunos prestan equipo médico duradero (así como cañas, andador ortopédico, inodoro portátil y demás). Algunos centros tienen programas de difusión en la comunidad para ayudar cara a cara a las personas de edad avanzada y ofrecer acceso a servicios corrientes para mantener su independencia y prevenir el aislamiento.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de Anderson Valley**  
 Veteran's Hall, 14400 Hwy 128,  
 Apartado Postal 591, Boonville  
**895-3609**

Comidas en grupo, transportación, programas sociales para personas mayores de 60 años.

Vea

[www.avseniorcenter.blogspot.com](http://www.avseniorcenter.blogspot.com)

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de la Costa**

Veterans Hall, 24000 S. Hwy 1,  
 Aparatado Aereo 437, Point Arena  
**882-2137**

Comidas en grupo, comidas a domicilio, banco de comida mensual, actividades de ejercicio y sociales, extensión en la comunidad y transportación para personas mayores de 60 años.

Vea [www.southcoastseniors.org](http://www.southcoastseniors.org)

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de Highlands**

3245 Bowers Rd.,  
 Apartado Postal 180, Clearlake  
**994-3051**

Almuerzos en grupo, comidas a domicilio, programas sociales y de ejercicios, grupos de apoyo, extensión en la comunidad, registro de proveedores de asistencia domiciliaria. Presentaciones educativas para personas de edad avanzada, familias, amigos y organizaciones de la comunidad sobre los beneficios y servicios que se pueden obtener para personas en la tercera edad.

Vea [www.lcseniors.com](http://www.lcseniors.com)

**La Linea de Amistad**

Asistencia por Teléfono 24 horas al día

Numero Local

**415-752-3778**

Numero Nacional

**800-971-0016**

Linea acreditada de intervencion en caso de una crisis y bajo los auspicios del Instituto del Envejecimiento (IOA) para personas mayores de 60 años. Pueden llamar y recibir llamadas. Para recibir llamadas pongase en contacto con el 415-752-3778. Personal y voluntarios pueden llamar para ofrecer apoyo emocional y recordar a los clientes de tomar sus medicinas.

**Centro Indigena de Servicios Para Personas En La Tercera Edad**

425 N. State St., Ukiah

**462-5595**

Comidas en grupo, comidas a domicilio, transportación a citas. Son elegibles personas mayores de 60 años y que son miembros de la tribu con resolución; servicios para otros se ofrecen con una contribución. Llame para más información

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de Kelseyville**

5245 Third St., Kelseyville

**279-2175**

Programas de alcance comunitario para personas en la tercer edad. El horario es variable; llame para pedir información

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de Lakeport, Inc.**  
527 Konocti Ave., Lakeport  
**263-4218**

Comidas en grupo, comidas a domicilio, programas de alcance comunitario, programas sociales, educacionales y de ejercicio.  
Vea [www.lcseniors.com](http://www.lcseniors.com)

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de Live Oak**  
12502 Foothill Blvd.,  
Apartado Postal 1389,  
Clearlake Oaks  
**998-1950**

Comidas en grupo, comidas a domicilio, programas sociales, programas de alcance comunitario y transportación en un vehiculo que acomoda sillas de ruedas para personas mayores de 60 años.

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de Lucerne Alpine, Inc.**

3895 Country Club Dr.,  
Apartado Aereo 937, Lucerne  
**274-8779**

Comidas en grupo, comidas a domicilio, programas sociales y programas de alcance comunitario.  
Vea [www.lucernealpineseniorcenter.com](http://www.lucernealpineseniorcenter.com)

**Centro Indigena de Servicios Para Personas en la Tercera Edad de Manchester-Point Arena**  
24 Mamie Laiwa Dr., Point Arena  
**882-2879**

Comidas en grupo, comidas a domicilio y programas sociales.

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de Middletown**  
12156 Washington St.,  
Apartado Postal 1037, Middletown  
**987-3113**

Comidas en grupo, comidas a domicilio, programas sociales y programas de alcance comunitario.  
Vea [www.middletownseniorcenter.org](http://www.middletownseniorcenter.org)

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de la Costa Redwood**  
490 N. Harold St., Fort Bragg  
**964-0443**

Comidas en grupo, comidas a domicilio, programas de salud y sociales, transportación, programas de alcance comunitario, administración del dinero. Programa Social Diurno del Circulo de Mayores y foros educativos relacionados con la demencia.  
Vea [www.rcscenter.org](http://www.rcscenter.org)

**Centro Para Personas en la Tercera Edad de las Tribus Indias de Round Valley**  
77826 Covelo Rd., Covelo  
**983-6556**

Comidas en grupo, comidas a domicilio y programas de alcance comunitario, programas sociales y de ejercicio. Ofrece transportación a las personas ambulatorias que vienen al centro. Son elegibles personas nativas americanas mayores de 55 años, otras personas mayores de 62 años.  
Vea [www.rvit.org](http://www.rvit.org)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Centro Para Personas en la Tercera Edad Sin Muros**

114 Montecito Ave., Oakland  
**877-797-7299**

Actividades ofrecidas por teléfono (así como grupos de libros, clases de ejercicios para el cerebro y grupos de apoyo) y conversación amistosa para personas de edad avanzada confinados a sus hogares o aquellos que tienen dificultades para ir a los centros comunitarios. Todos son elegibles, es un servicio gratis y no requiere ningún equipo especial. Llame o mande un mensaje electrónico para registrarse y para recibir más información. Un calendario de actividades se puede ver en su sitio en el internet: [www.seniorcenterwithoutwalls.org](http://www.seniorcenterwithoutwalls.org).

### **Instituto Triple “S” – Servicios de Apoyo Para Personas en la Tercera Edad**

9470 Mendenhall,  
Apartado Postal 925, Upper Lake  
**275-3513**

Ofrece programas de alcance comunitario e información sobre recursos para personas en la tercera edad en las comunidades de el norte del condado incluyendo actividades sociales y de ejercicio.

Vea

[www.seniorsupportlakecounty.org](http://www.seniorsupportlakecounty.org)

### **Centro Para Personas en la Tercera Edad de Ukiah**

495 Leslie St., (correo a 499 Leslie St.), Ukiah  
**462-4343**

Comidas en grupo, programas sociales, programas de alcance comunitario, administración del dinero y transportación para

personas mayores de 55 años, o menores con discapacidades. El programa de “Manejo de Aluerzo” ofrece actividades guiadas, almuerzo y cuidado de relevo. Vea [www.ukiahseniorcenter.org](http://www.ukiahseniorcenter.org)

### **Centro Para Personas en la Tercera Edad de Willits**

1501 Baechtel Rd., Willits  
**459-6826**

Comidas en grupo, comidas a domicilio, programas sociales, programas de alcance comunitario, ayuda con el manejo del dinero y transportación en un vehiculo que acomoda sillas de ruedas para personas mayores de 55 años.

Vea [www.willitsseniorcenter.com](http://www.willitsseniorcenter.com)

## **Centros de Enfermería Especializada**

Nota: Centros de Enfermería Especializada

También se conocen como “Hospitales de Convelecencia”, “Hogares de Enfermería Especializada” o “Centro de Asistencia Prolongada”. Sirven a personas de edad avanzada en estado frágil o con condiciones crónicas que requieren el cuidado de enfermeras y otros servicios 24 horas al día. Lake 4525. Se puede encontrar información útil en el enlace “Comparación de Centros de Enfermería Especializada” en [www.Medicare.gov](http://www.Medicare.gov)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Condado de Lake**

- **Evergreen Lakeport Healthcare Center**  
1291 Craig Ave., Lakeport  
**263-6382**
- **Meadowood Nursing Center**  
3805 Dexter Lane, Clearlake  
**994-7738**
- **Rocky Point Care Center**  
625 16<sup>th</sup> St., Lakeport  
**263-6101**

**Condado de Mendocino**

- **Mendocino Coast Swing Unit Care**  
700 River Dr., Fort Bragg  
**961-1234**
- **Mendocino Nursing Care Center**  
131 Whitmore Ln., Unidad D, Apartado Postal 9000, Ukiah  
**462-3200**
- **Northbrook Healthcare Center**  
64 Northbrook Way, Willits  
**459-5592**  
Vea <http://northbrooknursing.com>
- **Redwood Cove Healthcare Center**  
1162 S. Dora St., Ukiah  
**462-1436**  
Vea [www.redwoodcove.com](http://www.redwoodcove.com)
- **Sherwood Oaks Health Center**  
130 Dana St., Fort Bragg  
**964-6333**

Vea

<http://sherwoodoaksnursinghome.com>

- **Ukiah Post Acute**  
1439 S. Dora St., Ukiah  
**462-8864**  
Vea <http://ukiahpostacute.com>

**Abogacia de California Para la Reforma de Hogares Para Personas de Edad Avanzada (CANHR)**650 Harrison St., San Francisco  
**800-474-1116 o 415-974-5171**

Se dedica a mejorar la calidad de cuidado que reciben los consumidores de cuidados de largo plazo y educar al público sobre las cuestiones en los centros de cuidado de personas de edad avanzada, centros de cuidado residencial/asistencia de vida, y cuidado de largo plazo. Consejería antes de la colocación en el centro, información planificación de sucesión, guías de diferentes programas residenciales.

Referencias para abogados. Ves [www.canhr.org](http://www.canhr.org)

¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)

**Programa de el Defensor de el Pueblo de los Condados de Lake y Mendocino Para Cuidados de Largo Plazo**

16170 Main St., Lower Lake,  
Apartado Postal 9000 Lower Lake  
CA

**262-4525**

Line para reportar 24 horas al día  
**800-231-4024**

Recibe e investiga quejas puestas por residentes o a nombre de los mismos que viven en centros para personas de edad avanzada u hogares de cuidado residencial. Visitan instalaciones regularmente para descubrir o resolver problemas  
Vea

[www.lake.ca.us/Government/Directory/SocialServices/AAA/LongTerm.htm](http://www.lake.ca.us/Government/Directory/SocialServices/AAA/LongTerm.htm)

## Abuso de Sustancias y Adicciones

Nota: Puede ver en las secciones de “Salud Mental y Consejería” y “Servicios De Salud”: extension comunitaria tribal y apoyo para proveedores con programas de salud mental y salud del comportamiento quienes pueden apoyar a personas con problemas de abuso de sustancias.

**Al-Anon**

**800-283-7075**

Ofrece apoyo para familias y amigos de personas alcoholicas. Llame para información sobre la ubicación y horas de reuniones o puede ver la pagina en el internet

[www.ncwsa.org](http://www.ncwsa.org). Miembros muchas veces están dispuestos proporcionar transportación a las reuniones.

**Alcoholicos Anonimos (AA)**

Gualala – [www.gualalaaa.org](http://www.gualalaaa.org)

**884-1401**

Lower Lake – [www.alcoholics-anonymous.org](http://www.alcoholics-anonymous.org)

**995-3316**

Mendocino Coast –

[www.mendocinocoastaa.com](http://www.mendocinocoastaa.com)

**877-546-9286**

Ukiah Valley – [www.aaukiah.org](http://www.aaukiah.org)

**462-7123**

**Sociedad Americana del Pulmon\* Liberación de Fumadores en el Internet**

424 Pendleton Way, Oakland

**800-LUNG-USA o 527-5864**

Programa sin costo “Liberacion de Fumadores en el internet en la pagina [www.lung.org](http://www.lung.org). Escoja “Deje de Fumar” en la “tab” azul en la parte superior de la página.

**Consejo de California para los Problemas de Apuestas**

**800-GAMBLER (800-426-2537)**

Linea gratis 24 horas al día para personas que tienen problemas con el juego o apuestas o saben de alguien que tiene este problema.

Vea [www.calpg.org/problem-gambling-helpline/](http://www.calpg.org/problem-gambling-helpline/)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Servicios de Educación y Tratamiento de Problemas con el Juego de California (CalGETS)**

Tratamiento gratis ofrecido por proveedores de servicios de salud mental con licencia y entranamiento especial para personas con problemas de comportamiento problemático de jugadores. El programa es patrocinado por la colaboración entre el Programa de Estudios del Juego de UCLA y la oficina de Problemas del Juego. Ve

<http://problemgambling.securespsite.com/ccpqwebsite/help-available/treatment-services.aspx#search> para encontrar un consejero local.

**Proyecto de la Calle Ford**

139 Ford St., Ukiah

**462-1934**

Servicios para personas con problemas de alcoholismo u otros problemas de drogas. Centro mixto con licencia del estado para de la desintoxicación del alcohol y las drogas. Programa para la conducción bajo la influencia cuando ha ocurrido por primera vez por referencia de la corte.

Asesoramiento y consejería de drogas o alcohol para personas que reciben fondos de ayuda general proporcionada por el condado. Apoyo externo y durante la recuperación. Programa residencial de tratamiento con 43 camas con licencia del estado.

Ve [www.fordstreet.org](http://www.fordstreet.org)

**Jugadores Anonimos**

**888-424-3577**

Asociación de hombres y mujeres que comparten su experiencia, su fuerza y esperanza entresi para resolver problemas comunes y para ayudar a otros a recuperarse del problema de la adicción al juego del azar.

**Servicios de Alcohol y Otras Drogas del Condado de Lake (AODS)**

7000-B S. Center Dr., Clearlake

**994-6494**

6032 13<sup>th</sup> Ave,

Apartado Postal 1024, Lucerne

**274-9101**

AODS es una división del Departamento de Salud Mental y ofrecese servicios de prevención, diversion y tratamiento de alcohol y abuso de drogas con la colaboración de agencias locales. Consejería para individuales y grupos y educación sobre el abuso de sustancias para adultos y adolcentes. Se dan referencias para servicios de desintoxicación o centros de tratamiento residencial. Se acepta tarifa variable de acuerdo con los ingresos y Medi-Cal.

Ve

[www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Mental\\_Health/](http://www.co.lake.ca.us/Government/Directory/Mental_Health/)

**Agencia de Servicios de Salud y Humanos del Condado de Mendocino\*** Programa de Alcohol y Otras Drogas (SUDT) *conocida anteriormente como AODP*  
790-B W. Fir St., Fort Bragg  
**961-2522**  
1120 S. Dora St., Ukiah  
**472-2637**

Un servicio ofrecido por la Agencia de Servicios de Salud y Humanos del Condado de Mendocino Sucursal de Salud de Comportamiento y Servicios de Recuperación, SUDT ayuda a los participantes que sufren de trastornos por el uso de sustancias adictivas fomentando hábitos, vidas balanceadas, libres del alcohol y la drogas sanos al prevenir, reducir y ofrecer tratamientos para alcoholismo y otras adicciones a las drogas. Servicios externos de tratamiento, prevención e intervención. Se aceptan Medi-Cal y tarifas variables de acuerdo con los ingresos. Vea [www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/aod.htm](http://www.co.mendocino.ca.us/hhsa/adult/aod.htm)

## Tranquilidad Por Teléfono

**Community Care Connect – Conexión Comunitaria**  
Community Care, 301 S. State St., Ukiah  
**468-5132**  
Llamada amistosa semanal por un miembro del personal centro de Información y Asistencia de la Personas en la Tercera Edad para personas de más de 60 años en

partes interiores del condado de Mendocino.

### La Línea de Amistad

Asistencia por Teléfono 24 horas al día  
Numero Local  
**415-752-3778**  
Numero Nacional  
**800-971-0016**  
Línea acreditada de intervención en caso de una crisis y bajo los auspicios del Instituto del Envejecimiento (IOA) para personas mayores de 60 años. Pueden llamar y recibir llamadas. Para recibir llamadas pongase en contacto con el 415-752-3778. Personal y voluntarios pueden llamar para ofrecer apoyo emocional y recordar a los clientes de tomar sus medicinas.

### Centro Para Personas en la Tercera Edad Sin Muros

114 Montecito Ave., Oakland  
**877-797-7299**  
Actividades ofrecidas por teléfono (así como grupos de libros, clases de ejercicios para el cerebro y grupos de apoyo) y conversación amistosa para personas de edad avanzada confinados a sus hogares o aquellos que tienen dificultades para ir a los centros comunitarios. Todos son elegibles, es un servicio gratis y no requiere ningún equipo especial. Llame o mande un mensaje electrónico para registrarse y para recibir más información. Un calendario de actividades se puede ver en su sitio en el internet: [www.seniorcenterwithoutwalls.org](http://www.seniorcenterwithoutwalls.org).

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**No Está Solo– YANA**

Departamento de Policia de Clearlake,  
14050 Olympic Dr., Clearlake  
**994-8201 ext 322**

Ofrece llamadas telefónicas a diario de lunes a viernes (menos días festivos) para verificar el bienestar de clientes ancianos o/y de salud frágil que están solos en casa. Si no hay respuesta se hace un chequeo en el siguiente orden: primero verificación por medio de la compañía de teléfono, o un vecino predesignado, departamento de bomberos.

**Transportación****Programa de Seguridad Para el Conductor del AARP  
888-227-7669**

Un curso de repaso para conductores mayores de 50 años. Vea [www.aarp.org/home-garden/transportation/driver\\_safety/](http://www.aarp.org/home-garden/transportation/driver_safety/)

**Transportación del Centro de Personas en la Tercera Edad de Anderson Valley**

Veteran's Hall, 14400 Hwy 128, Apartado Postal 591, Boonville  
**895-3609**

Numero Alternativo para el bus  
**489-1175**

Transportación para los almuerzos en el Centro de Personas en la Tercera Edad además de viajes semanales a Ukiah para hacer compras o citas médicas. Se acomoda sillas de ruedas.

Vea [www.avseniorcenter.blogspot.com](http://www.avseniorcenter.blogspot.com)

**Pagina en la Red del DMV de California Para el Conductor en la Tercera Edad**

Inluye la guía para manejar con seguridad para los conductores en la tercera edad y el Defensor del Público para Mayores de Edad. Vea

[www.dmv.ca.gov/portal/dmv/detail/about/senior/senior-top](http://www.dmv.ca.gov/portal/dmv/detail/about/senior/senior-top)

**Personas en la Tercera Edad de la Costa**

Veterans Hall, 2400 S. Hwy 1, Apartado Postal 437, Point Arena  
**882-2137**

Transportación para personas mayores de los 60 o con discapacidades. Rutas por el pueblo, o para citas y compras locales. Una vez al mes viaja a Ukiah, Santa Rosa o Fort Bragg por calendario rotativo.

Vea [www.coastalseniors.org](http://www.coastalseniors.org)

**Servicios de Viajes de la Coneccion de Recursos Comunitarios (CRC)**

Apartado Postal 336, Gualala  
**800-395-8984 o 884-4562**

Conductores voluntarios ofrecen transportación gratis a los residentes de la área costal de Sea Ranch hasta Manchester para is citas médicas o de emergencia a Fort Bragg, Santa Rosa, y demás.

Tambien para eventos comunitarios importantes o para recoger correo, medicinas, comestibles y demás.

No se ofrece transporte para sillas de ruedas.

Vea [www.crconnection.org](http://www.crconnection.org)

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Hey Taxi**

50 Carousel Ln, #184, Ukiah  
Despacho

**467-1200**

Transportación Médica

**462-5336**

Servicio privado de taxi para la area general de Ukiah. Transportación a citas médicas que no son de emergencia. Se pueden acomodar sillas de ruedas o camillas para el norte de California. (Por favor llame al 462-5336 para hacer arreglos para acomodar sillas de ruedas o camillas u otras necesidades especiales)

**Transportación del Centro Indio para Personas en la Tercera Edad**

425 N. State St., Ukiah

**462-5595**

Transportación para citas médicas y algunas compras. Son elegibles personas mayores de 60 años o adultos con discapacidades y que son miembros de la tribu con resolución; no hay acceso para sillas de ruedas. El servicio puede ser utilizado por otros contribuyen una cantidad que se sugiere. Llame para más información.

**Autoridad de Transito de Lake**

9240 Hwy 53,

Apartado Postal 698, Lower Lake  
Clearlake

**994-3334**

Lakeport

**263-3334**

Transportación pública por medio de buses que acomodan sillas de ruedas y tienen rutas fijas por todo el condado de Lake, también van a Calistoga y Ukiah (pueden transferir en Calistoga al Transito de Napa para llegar a destinos más al

sur). Paradas flexibles de puerta a puerta se pueden obtener dentro de una milla de las rutas 1 a 4 (llamando con un día de anticipación. Se puede utilizar el servicio de camioneta "Llame Para un Viaje" de puerta a puerta en Clearlake, Lower Lake y Lakeport. Tarifa especial para personas mayores de 60 años (75 centavos cada viaje) por bus de ruta fija y Dial A Ride (Llame Para un Viaje) si lo necesita para llegar a un centro de personas en la tercera edad para el almuerzo.

Vea [www.laketransit.org](http://www.laketransit.org) en el internet.

**Autoridad de Transito de Mendocino (MTA)**

241 Plant Rd, Ukiah

**800-696-4682 o 462-1422**

Dial-A-Ride "Llame Para un Viaje",  
Fort Bragg

**964-1800**

**TDD 462-7360**

Dial-A-Ride "Llame Para un Viaje",  
Ukiah

**462-3881**

Transportación pública para todo el condado con rutas fijas. Dial-A-Ride "Llame Para un Viaje" ofrece servicio de puerta a puerta en Fort Bragg y Ukiah. Parada Tarifas reducidas para personas en la tercera edad y otros pasajeros con discapacidades específicas que muestran una tarjeta de descuento autorizada del MTA cuando están usando el servicio. Todos los buses del MTA pueden acomodar sillas de ruedas. Para más información llame al 800-696-4682 o vea

[www.mendocinotransit.org](http://www.mendocinotransit.org) en el internet para recibir información sobre rutas, horarios y tarifas.

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

**Centro de Personas en la Tercera Edad de la Costa Redwood**  
490 N. Harold St., Fort Bragg  
**964-0443**

Ofrece transportación de puerta a puerta de bajo costo en la costa de Cleone a Little River para personas mayores de 60 años o cualquier persona discapacitada. Acomoda a sillas de ruedas. Las tarifas varía de acuerdo con las distancias.

Vea [www.rcscenter.org](http://www.rcscenter.org)

**Transportación del Centro de Personas en la Tercera Edad de Ukiah**

499 Leslie St., Ukiah  
**462-4343**

Transporte de puerta a puerta accesible para sillas de ruedas para personas mayores de 55 años o menores con discapacidades.

Vea [www.ukiahseniorcenter.org](http://www.ukiahseniorcenter.org)

**Centro de Personas en la Tercera Edad de Willits**

1501 Baechtel Rd., Willits  
**459-6826**

Transportación de puerta a puerta para personas mayores de 55 años o menores con discapacidades por medio de una camioneta que acomoda sillas de ruedas o vehículo corriente. También hay conductores voluntarios disponibles que utilizan sus propios vehículos para viajes locales y fuera del condado. Tarifas fijas de acuerdo con las distancias.

## Veteranos

**Nota: Beneficios Para Veteranos**  
Hay muchos beneficios para veteranos que no son reclamados por muchas personas de la tercera edad que califican porque no aplican para esos servicios. Asistencia útil para veteranos o viudas sobrevivientes de veteranos se puede ver en [www.va.gov/opa/newtova.asp](http://www.va.gov/opa/newtova.asp) en el internet o poniéndose en contacto con las oficinas de Servicios Para Veteranos.

**Centro de Recursos Para Veteranos de North Bay**

200 Montgomery Dr., Oficina D,  
Santa Rosa  
**578-8387**

Uno de los varios centros de servicios en el norte de California ofreciendo apoyos basados en la comunidad para veteranos y sus familias. Los programas se enfocan en las realidades complejas de los problemas de los veteranos incluyendo desarrollo de la mano de obra, a los que le falta techo y enlaces con los servicios médicos del VA y otros beneficios. En el condado de Sonoma hay alojamiento transitorio con apoyo para veteranos que están sin techo y están a riesgo.

Vea [www.vietvets.org/nbvrc.htm](http://www.vietvets.org/nbvrc.htm)

**Centro Médico del VA en San Francisco (Fort Miley)**

4150 Clement St., San Francisco

**877-487-2838 o 415-221-4810**

Cuidado clínico y servicios de referencias; hospital ofreciendo atención médica, neurología, cirugía, psiquiatría, geriatría, cuidados de largo plazo incluyendo consultas médicas, cuidado de relevo, cuidado en un centro de enfermería especializado; cuidado paliativo y hospicio. Se ofrece asistencia con transportación.

Vea [www.sanfrancisco.va.gov](http://www.sanfrancisco.va.gov)

**Sistema de Transporte del Centro Médico del VA de San Francisco**

**415-221-4810 ext 6450**

Clínica externa del VA de Ukiah,  
630 Kings Ct., Ukiah

**468-7700**

Ofrece transporte para pacientes con citas médicas en la clínica del VA de Santa Rosa o el centro médico del VA de San Francisco. Los vehículos acomodan sillas de ruedas y son conducidos por empleados del centro médico y opera de lunes a viernes con tres viajes diarios que salen de la clínica externa del VA en Ukiah. Los pasajeros deben de poder subirse y bajarse del vehículo con asistencia mínima.

Todos los pacientes pueden utilizar este servicio si tienen cita el día de viaje. No hay reservaciones avanzadas y el servicio es por orden de llegada. Parientes y amigos no pueden viajar pero se pueden hacer acomodaciones para el cuidador si hay espacio. Vea

[www.sanfrancisco.va.gov](http://www.sanfrancisco.va.gov)

**Clinicas Externas del VA (Administración de Veteranos)**

Cuidado primario y salud mental externo para veteranos. Forma parte del Sistema del Centro de Salud del VA de San Francisco. Son elegibles veteranos que han recibido baja honorable y cumplen ciertos criterios de elegibilidad. Llame a la clínica para pedir una cita. No se atiende sin cita.

Vea [www.sanfrancisco.va.gov](http://www.sanfrancisco.va.gov)

- **Clinica Externa del VA de Clearlake**  
15145 Lakeshore Dr., Clearlake  
**995-7200**
- **Clinica Externa del VA de Santa Rosa**  
3841 Brickway Blvd., Santa Rosa  
**569-2300**
- **Clinica Externa del VA de Ukiah**  
630 Kings Ct., Ukiah  
**468-7700**

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

### **Oficinas de Servicios de Veteranos**

Ofrece información y asistencia cuando desean aplicar para programas para veteranos y beneficios. Actúa de enlace con los servicios de salud del VA, centros de veteranos, oficinas regionales del VA y organizaciones de servicio para los veteranos. Son elegibles veteranos y las familias de veteranos que han fallecido.

- **Condado de Lake**

285 N. Main St. (correo a 255 N. Forbes St.), Lakeport  
**263-2384**

Un representante del servicio para veteranos también se encuentra en la clínica externa en Clearlake los lunes y los miércoles.

- **Condado de Mendocino**

360 N. Harrison St., Fort Bragg  
**964-5823**  
405 Observatory,  
Apartado Aereo 839, Ukiah  
**800-765-9975 o 463-4226**  
189 N. Main St., Willits  
**456-3792**

### **Red de Transportación de Voluntarios Para Veteranos**

Transportación por ruta fija para veteranos elegibles que son ambulatorios con citas en las clínicas externas del VA y en el centro médico de SF que es operado por voluntarios afiliados con los Veteranos Americanos Discapacitados y se requieren reservaciones.

#### **De el condado de Lake y Fort Bragg**

**415-397-5612 o 877-487-2838 ext 6 y luego el #1**

#### **De Ukiah**

405 Observatory,  
Apartado Postal 839, Ukiah  
**800-765-9975 o 463-4226**

- AA, 90  
 AAA, 76  
 AARP, 26, 36, 75, 93  
 Abogacia de California Para la Reforma de Hogares Para Personas de Edad Avanzada, 73, 77, 89  
 Abuso de Sustancias y Adicciones, 90  
 Abuso Sexual, 7, 64, 76, 77  
 Adagio, 66  
 Administración de Veteranos, 96  
 Administración del Cuidado, 24  
 Administración del Dinero, 34  
 Administración del Dinero del Centro de Personas en la Tercera Edad de Ukiah, 36  
 Administración del Dinero del Centro de Personas en la Tercera Edad de Willits, 36  
 Administración del Dinero del Centro de Personas en la Tercera Edad Redwood Coast, 35  
 Administración del Seguro Social, 34  
 Administrador Público, 27, 79  
 Adult Protective Services, 76  
 Afiliación con las Ambulancias Aéreas, 13  
 Agencia de Apoyo de Vivienda, 64  
 Agencia de Salud y Servicios Humanos, 33, 56, 83, 92  
 Agencia Regional Para el Envejecimiento de los Condados de Lake y Mendocino, 76  
 Agencias de Cuidadores de Pago Privado, 25  
 AIDS/HIV, 7, 22, 23, 47, 48  
 Al-Anon, 90  
 Alcohol y Otras Drogas, 91, 92  
 Alcoholicos Anonimos, 90  
 Alianza Nacional de la Salud Mental, 84  
 Alimentos, 37  
 Alojamiento y Refugio, 60  
 Alzheimer's, 23  
 American Cancer Society, 48  
 American Red Cross, 12  
 Angel Fund, 34  
 AODS, 91  
 Apartamentos de Personas en la Tercera Edad Bella Vista, 66  
 Apoyo Para Personas en la Tercera Edad Konocti, Inc, 20, 26, 84  
 Apoyos Especificos Para Discapacidades o Condiciones Especiales, 46  
 APS, 7, 76  
 Archivo Para La Vida, 13  
 Asistencia del Pago de Energía, 30  
 Asistencia Para los Que Compran Su Primer Hogar, 65  
 Asistencia Voluntaria, 26  
 Asociación de Alzheimers, 49  
 Asociación de Alzheimers Para el Regreso Seguro, 14  
 ATT, 50  
 Austin Manor Apartments, 66  
 Autoridad de Transito de Lake, 94  
 Autoridad de Transito de Mendocino, 94  
 Autoridad de Vivienda del Circulo Indio del Norte, 66  
 Autoridad de Vivienda del Northern Indian Circle, 35  
 Autumn Leaves, 68  
 Autumn Village Apartments, 66  
 Ayuda con los Impuestos del AARP, 36  
 Baechtel Creek Village, 68  
 Banco de Alimento de Ft. Bragg, 41  
 Banco de Comida de Redwood Empire, 42  
 Banco de la Segunda Cosecha, 41  
 Bancos y Despensas de Alimentos, 40  
 Banda de Indios Pomo, 60  
 Bienestar Mental y Consejería, 80  
 Braille y la Biblioteca del Audiolibro, 51  
 Brookdale Clearlake, 72

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

- Brookside Commons, 68  
 Brookside Retirement Residence, 71  
 C.A.R.E, 31  
 C.A.R.E.S, 30  
 Cache Creek Apartments, 66  
 Cal Trans, 12  
 CalFresh, 37  
 CALJOBS, 17  
 CALSTAR, 13  
 Calvary Chapel (Capilla del Calvario), 37  
Cancer, 48  
 CANHR, 73, 77, 89  
 Caridades Catolica de la Diócesis de Santa Rosa, 41  
 Casa de Huespedes Clover Valley, 72  
 Casa de Huespedes Edelweiss, 72  
 Casa de la Hospitalidad, 63  
 CDC, 64, 69  
 Centro Comunitario de Ukiah, 10, 42, 64  
 Centro Comunitario de Willits, 10, 32, 42, 64  
 Centro de Apoyo Entre Pares, 80  
 Centro de Autoayuda en la Red de las Cortes de California, 80  
 Centro de Cuidado Cardiopulmonar, 53  
 Centro de Exelencia Para Prevenir Caidas, 18  
 Centro de Hospitalidad de la Costa de Mendocino, 8, 64  
 Centro de Medicina Familiar de Middletown, 56  
 Centro de Paz y Justicia Plowshares, 39, 44  
 Centro de Recursos de Accesibilidad, 50  
 Centro de Recursos Financieros/Servicio de Consejeria de Credito para el Consumidor, 35  
 Centro de Recursos Para Cuidadores Redwood, 23, 49  
 Centro de Recursos Para el Cancer en el Condado de Mendocino, 48  
 Centro de Recursos Para Veteranos de North Bay, 95  
 Centro de Salud de Anderson Valley, 45, 53  
 Centro de Salud de la Comunidad de Mendocino, 46, 55, 83  
 Centro de Salud Familiar de Kelseyville, 54  
 Centro de Salud Lakeside, 46, 55, 83  
 Centro de Salud Long Valley, 46, 55, 82  
 Centro de Salud Para la Familia Clearlake, 54, 81  
 Centro de Servicio Para Discapacitados y Centro Para Asuntos Legales, 47  
 Centro Diurno Para Adultos de Clearlake, 21  
 Centro Diurno Para Adultos de Middletown, 21  
 Centro Diurno Para Adultos en Northlake, 21  
 Centro Hospitalario Para Salud de Comportamiento de St. Helena, 85  
 Centro Indigena de Servicios Para Personas En La Tercera Edad, 86  
 Centro Indio de Salud Round Valley, 46, 57, 84  
 Centro Médico del VA en San Francisco, 96  
 Centro Médico Rural de Ukiah Valley, 58  
 Centro Para Ciegos Earle Baum, 52  
 Centro Para Personas en la Tercera Edad Sin Muros, 88, 92  
 Centro Regional de la Costa Redwood, 50  
 Centros de Acceso a los Servicios de Salud Mental, 83  
 Centros de Cuidado Residencial, 72  
 Centros de Enfermeria Especializada, 88

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

- Centros Para Personas en la Tercera Edad, 85
- Centros/Congregaciones de Comedores Sociales, 37
- Cierres de Carreteras, 12
- Clear Lake Gleaners, Inc, 41
- Clearlake Apartments, 66
- Clinica Comunitaria Sutter Lakeside, 57
- Clinica Dental de Point Arena, 46
- Clinica Dental Familiar de Clearlake, 45
- Clinica Externa del VA de Clearlake, 96
- Clinica Externa del VA de Santa Rosa, 96
- Clinica Externa del VA de Ukiah, 96
- Clinica Médica de Gualala, 56
- Clinica Médica de Point Arena, 57
- Clinica Médica Redwood, 57
- Clinica Satelite de Salud de Manchester-Point Arena, 55, 82
- Clinical de Medicina Familiar Sutter Lakeside, 57
- Clinical Dentales, 45
- Clinicas de la Costa de Mendocino, 46, 55, 82
- Clinicas de Salud y Salud Pública, 53
- Clinicas Externas del VA, 96
- Cobertura para California, 74
- Comida a Domicilio, 43
- Comision de Desarrollo Comunitario, 61, 64, 69
- Comision Para la Vivienda de Lake County, 65
- Community Care Connect, 92
- Community Care Management Corp., 22
- Como Preparase Para un Desastre, 11
- Complejos de Viviendas Subvencionadas, 66
- Condiciones de Carreteras, 12
- Coneccion Comunitaria, 92
- Conexiónes de Recursos Comunitarios, 19, 26
- Conocido Anteriormente Como Estampillas de Comida, 37
- Consejeria de Grupo Paritario de Personas en la Tercera Edad, 84
- Consejero del Valor Acumulado de la Vivienda, 65
- Consejo Americano de el Ciego, 50
- Consejo de California para los Problemas de Apuestas, 90
- Consejo de Ciegos de California, 51
- Consejo de Impuestos Estatales de California, 36
- Consejo Internacional de Personas Con Baja Visión, 51
- Consejo Para la Salud Mental del Condado de Mendocino, 78
- Conservador Público, 79
- Consorcio de California Para Mano de Obra Indigena, 17
- Consorcio Tribal de la Salud del Condado de Lake, 45, 55, 59, 82
- Control de Envenenamiento, 4
- Coordinación de Cuidados, 22
- Corporacion de Cuidado Comunitario, 22
- Corporación de Desarrollo de Vivienda en Comunidades Rurales, 66
- Corte Superior del Condado de Lake, 80
- Corte Superior del Condado de Mendocino, 80
- Cottages at Cypress, 69
- Covered California, 74
- Creekside Village, 69
- Crisis Individuales, 7
- Crisis Relacionado con Violación y la Violencia Doméstica, 8, 64, 77
- Cruz Roja Americana, 12
- CTAP, 47, 49, 51
- Cuidado Andersson, 25
- Cuidado de Relevo y Apoyo, 23

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

- Cuidado Diurno Para Adultos de la Tercera Edad en el Condado de Lake, 21
- Cuidado en el Hogar Adventist Health y Hospicio Phoenix, 24
- Cuidado en el Hogar del Hospital de Distrito de Mendocino Coast, 24
- Cuidado en el Hogar Sutter, 24
- Cuidadores de Lake, 25
- Cuidadores de Mendocino, 25
- Cypress Ridge, 69
- Dalistan Care Home II, 72
- Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, 62
- Departamento de Desarrollo del Empleo, 17, 33
- Departamento de Parques y Recreación de California, 18
- Departamento de Rehabilitación, 17, 52
- Departamento de Salud Conductual del Condado de Lake, 81
- Departamento de Salud y Servicios Sociales de La Banda de Indios Pomo, 60
- Departamento de Servicios Públicos de Ukiah, 30
- Departamento de Servicios Sociales del Condado de Lake, 33
- Departamento de Utilidades, Energía Eficiente de la Ciudad de Ukiah, 61
- Derechos a Subsidios, 32
- Descuentos de Programa C.A.R.E.S., 30
- Diamond on the Water, 72
- Directiva Anticipada para Asuntos de Salud, 12
- Discapacidades del Intelecto/del Desarrollo, 49
- División de Autorización de Cuidado Comunitario, 73
- Duane Hill Terrace, 69
- Duncan Place, 69
- Educación, 15
- Ejercito de Salvación, 9, 32
- Emergencias, 7, 12
- Empleo, 16
- Empresa Tsunami, 36
- En Casa Con Nosotros, 25
- Entrega de Comestibles, 43
- Equinox Care Facility, 72
- Equipo Médico Duradero y de Adaptación de Asistencia, 46
- Escuela de Adultos de Ukiah, 16
- Escuela Para Adultos, 15
- Eskaton Clearlake Oaks Manor, 67
- Estaciones de Radio Para Noticias de Emergencia, 12
- Evergreen Lakeport Healthcare Center, 89
- Experiencia Trabaja, 18
- Extensión Comunitaria del Centro de Salud Indio Round Valley, 59
- Fiananzas para El Pueblo, 35
- Final de la Vida, 26
- Finanzas, 32
- First Baptist Church of Clearlake, 41
- Food Bank Servicios Comunitarios de Willits y Despensa de Comida, 10
- Ford Street Project Permanent Housing Project, 69
- Fort Miley, 96
- Frank Howard Memorial Hospital, 58
- Fuego, 3, 4
- Fundacion de la Comunidad del Condado de Mendocino, 34
- Fundación Oido del Leon Para la Audicion de California/Nevada Inc., 52
- Gibson Court, 69
- Glass Beach Apartments, 69
- Guardián Público, 79
- Habitat para la Humanidad, 61, 65
- Harvest Market, 43
- Hey Taxi, 94
- HICAP, 19, 74
- Highlands Village, 67
- Hillside Health Center, 46, 55, 83

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

- HIV/SIDA, 22, 47  
 Hogar Permanente, 69  
 Holden Street, 69  
 Holly Heights I, 70  
 Holly Heights II, 70  
 Holy Child Residential Care Home I, 72  
 Holy Child Residential Care Home II, 72  
 Holy Child Residential Care Home III, 72  
 Holy Spirit II Residential Care Home, 73  
 Holy Spirit III Residential Care Home, 73  
 Holy Spirit Residential Care Home, 73  
 Home Equity Advisor, 65  
 Hospicio, 27  
 Hospicio de la Costa de Mendocino, 28  
 Hospicio de Ukiah, 27  
 Hospicio de Ukiah y Voluntarios que Ofrecen Cuidado de Relevo Para los Que Cuidan de Personas con Alzheimer's, 23  
 Hospicio Phoenix, 24, 28  
 Hospital de St. Helena/Adventist Health Salud del Comportamiento, 85  
 Hospitales, 58  
 Iglesia Episcopal de San Juan, 9, 42  
 Iglesia Metodista Comunitaria de Clearlake Oaks, 37  
 Iglesia Metodista Comunitaria de Middletown, 38, 41  
 Iglesia Presbiterana de Mendocino, 39  
 IHSS, 24  
 Impuestos, 36  
 Indio para Personas en la Tercera Edad, 38, 94  
**INFORMACIÓN PERSONAL IMPORTANTE, 5**
- Información Sobre Duelo y Pérdida de el AARP, 26  
 Instituto de Desarrollo de Energía Renovable, 32, 62  
 Instituto Triple "S", 88  
 Intercesor Para Los Derechos de los Pacientes de Salud Mental del Condado de Lake, 81  
 IRS, 36  
 Jack Simpson School View Apartments, 70  
 Jugadores Anonimos, 91  
 Junta de las Discapacidades de Desarrollo de la Area I, 49, 76  
 Konocti USD Adult School, 15  
 Lake Family Resource Center, 8, 64, 77  
 Lakeport Village Apartments, 67  
 Lakeview Apartments, 67  
 Lakeview Terrace Apartments, 67  
 LawHelpCA.org, 78  
 Legal y Abogacia, 75  
 Lenore Senior Apartments, 70  
 Licencias de Pesca, 19  
 Linea de Amistad, 8, 86, 92  
 Linea de Crisis, 7, 8, 63  
 Linea Directa Para Personas en la Tercera Edad, 80  
 Linea Nocturna Para AIDS/HIV, 47  
**LISTA DE VERIFICACION PARA VIUDOS Y VIUDAS, 29**  
 Little Lake Health Center, 46, 55, 83  
 Manojito de Almuerzo, 22  
 McCarty Manor, 70  
 Meadowood Nursing Center, 89  
 MedCure, 13, 27  
 Mediaciones del Condado de Lake, 77  
 Medi-Cal, 75  
 MedicAlert, 14  
 Medicare, 75  
 Mendocino Coast District Hospital, 58  
 Mendocino Coast Swing Unit Care, 89

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

- Mendocino College, 16  
 Mendocino Nursing Care Center, 89  
 Middletown Garden Apartments, 67  
 Modificación del Hogar, 60  
 Mountain View Senior Living, 73  
 Moura Senior Housing, 70  
 MPIC, Inc., 18  
 MTA, 94  
 Nice Village Apartments, 67  
 No Está Solo, 93  
 North Coast Opportunities Despensa de Comida y Bodega, 41  
 North Pine Street Apartments, 70  
 North Shore Villas, 67  
 Northbrook Healthcare Center, 89  
 Nuestra Casa, 78  
 Numeros de Emergencia – *Condado de Lake*, 3  
 Numeros de Emergencia – *Condado de Mendocino*, 4  
 Numeros Para Crisis de Salud Mental, 8  
 Oak Creek, 70  
 Oak Glenn, 70  
 Oak Hill Apartments, 67  
 Observatory Care Home, 73  
 Oceanside Living Ft. Bragg, 73  
 Oceanside Retirement Living, 73  
 Oceanside Villa, 73  
 Oficina de Abogacia de los Derechos del Clientes, 50, 79  
 Oficina de Servicios de Emergencia, 12  
 Oficina del Facilitador de Ley Familiar y Autoayuda, 79  
 Oficinas de Servicios de Veteranos, 97  
 Olympic Villa Apartments, 68  
 Olympic Village, 68  
 Oportunidades de Voluntariado, 19  
 Orchard Garden Apartments, 68  
 Orchard Manor, 70  
 Orchard Village, 71  
 Ordenes Médicas Para Sostener la Vida, 14  
 Orientación de Seguro Médico y Programa de Abogacia, 19  
 Pacific Gas and Electric, 31  
 Pagina en la Red del DMV de California Para el Conductor en la Tercera Edad, 93  
 Pan de Cada Día en Willits, 40  
 Parroquia Cristiana Unida, 42  
Pérdida de la Audición y La Vista, 50  
Pérdida de Memoria y Habilidad Cognitiva, 49  
 Personas en la Tercera Edad, 85  
 Personas en la Tercera Edad de Anderson Valley, 37, 86, 93  
 Personas en la Tercera Edad de Highlands, 38, 43, 86  
 Personas en la Tercera Edad de Indigena, 43  
 Personas en la Tercera Edad de Kelseyville, 86  
 Personas en la Tercera Edad de la Costa, 37, 43, 86, 93  
 Personas en la Tercera Edad de la Costa Redwood, 39, 44, 84, 87, 95  
 Personas en la Tercera Edad de Lakeport, 38, 43, 87  
 Personas en la Tercera Edad de las Tribus Indias de Round Valley, 39, 45, 87  
 Personas en la Tercera Edad de Live Oak, 38, 44, 87  
 Personas en la Tercera Edad de Lucerne Alpine, 38, 44, 87  
 Personas en la Tercera Edad de Middletown, 39, 44, 87  
 Personas en la Tercera Edad de Origen Indigena de Manchester-Point Arena, 38, 44, 87  
 Personas en la Tercera Edad de Ukiah, 22, 40, 84, 88, 95  
 Personas en la Tercera Edad de Willits, 40, 45, 88, 95  
 PG&E, 31, 62

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

- PG&E Ofrece Asistencia en Materia de Energía Por Medio de Asistencia Comunitaria (REACH), 32
- PG&E Tarifas Alternativas de Energía de California (C.A.R.E.), 31
- Plowshares, 39, 44
- Policia, 3, 4
- POLST, 14
- Preparandose Para Emergencias de la Salud, 12
- Prestamos Para Viviendas de la Ciudad de Lakeport, 60
- Primera Iglesia Bautista de Clearlake, 8, 41
- Programa "Brown Bag" de Willits, 43
- Programa de Abuelos Adoptivos, 19
- Programa de Acceso al Teléfono en California, 47, 49, 51
- Programa de Ahorros de Energía de PG&E, 62
- Programa de Alimentos Suplementarios de Productos Básicos, 40
- Programa de Asistencia con Medicinas Para la SIDA, 47
- Programa de Asistencia Para Personas de Origen Indio Americano con Problemas de Violencia Doméstica y Abuso Sexual, 7
- Programa de CalFresh, 37
- Programa de Consejería y Abogacía Para Seguro Médico, 74
- Programa de Cuidado Comunitario de HIV/SIDA, 22, 47
- Programa de Día Para Adultos, 21
- Programa de el Defensor de el Pueblo de los Condados de Lake y Mendocino Para Cuidados de Largo Plazo, 20, 74, 78, 90
- Programa de Medi-Cal, 75
- Programa de Multi-Servicios Para Personas en la Tercera Edad, 23
- Programa de Rehabilitación de Hogares Ocupados Por Sus Dueños de Lake County, 61
- Programa de Rehabilitación del Hogar de la Ciudad de Clearlake, 60
- Programa de Rehabilitación Vocacional Pinoleville, 18
- Programa de Seguridad Para el Conductor del AARP, 93
- Programa de Violencia Doméstica y Asalto Sexual de Indios Americanos, 76
- Programa del Hospicio/Alivio Voluntario Shamil, 28
- Programa Especial de Subsidio Para el Uso de Perros Asistentes, 53
- Programa para Víctimas y Testigos, 10, 80
- Programa Social Diurno del Circulo de Mayores En El Centro de Mayores de Redwood, 22
- Programa Temporal de Asistencia, 30
- Programa Voluntario de Personas Jubiladas y en la Tercera Edad, 20
- Programas Voluntarios de Alfabetización, 15, 20
- Project Sanctuary, 9, 64, 79
- Proyecto Consolidado de Salud Tribal, 45, 54, 59, 81
- Proyecto Para Asistencia de Pensiones de los Estados del Oeste, 80
- Proyecto de la Calle Ford, 63, 91
- Proyecto Santuario, 9, 64, 79
- Punto de Referencia Médica y Apoyo Vital, 31
- Rancheria India Guidiville, 59
- REACH, 32
- REACH Air Medical Services, 13
- Recreación y Actividades Físicas, 18
- Recursos Para El Final de la Vida, 26
- Red de Cuidadores Nason, 25

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

- Red de Servicios De La  
SIDA/Hepatitis Vírica del Condado  
de Mendocino, 23, 48
- Red de Transportación de  
Voluntarios Para Veteranos, 97
- Red de Voluntarios, 20
- REDI, 32, 62
- Redwood Cove Healthcare Center,  
89
- Redwood Meadows, 72
- Referencia Médica & Apoyo de Vida,  
30
- Refugio, 60
- Refugio de Emergencia y Programa  
Vocacional del Proyecto de la Calle  
Ford, 63
- Refugio Para Personas Sin Hogar y  
en Transición, 63
- Rehabilitación/Modificación del  
Hogar, 60
- Residencia de Jubilación, 71
- Revisión de Beneficios, 32
- Ridge Lake Apartments, 68
- River Gardens, 71
- Rocky Point Care Center, 89
- Rome Care Facility I, 73
- RSVP, 20
- Salud de Conducta, 76
- Salud Mental, 84
- Salud Pública, 47, 54, 56
- Salud Tribal Hopland, 59
- Salud y Servicios Humanos, 33, 56,  
83, 92
- Salvation Army, 9, 32
- San Vicente de Pablo, 9, 42
- Sanderson Way Village, 71
- Sea Cliff Apartments, 71
- Sección 8, 65
- Seguro de Desempleo, 17, 33
- Seguros, 74
- Servicio de Consejería de Credito  
Para Consumidores de San  
Francisco, 35
- Servicio de Consejeria Paritraria \*  
Condado de Mendocino, 21
- Servicio de Cuidado en el Hogar St  
Helena Hospital Clear Lake, 24
- Servicio de Desarrollo Humano Para  
Trabajadores Agrícolas, 16
- Servicio de Ingresos Internos, 36
- Servicio de Protección Para  
Personas en la Tercera Edad, 7,  
76
- Servicio Informativo de El Centro  
Nacional del Cancer, 48
- Servicios de Apoyo en el Hogar, 24
- Servicios de Apoyo Para Personas  
en la Tercera Edad, 88
- Servicios de Cuidado, 22
- Servicios de Desarrollo Humano del  
Trabajador del Campo de  
California, 15
- Servicios de Educacion y  
Tratamiento de Problemas con el  
Juego de California, 91
- Servicios de Enfermeria de  
Mendocino, 25
- Servicios de Rehabilitación Para  
Pacientes Ambulatorios, 56
- Servicios de Salud, 45
- Servicios de Salud del  
Comportamiento Del Centro de  
Salud Rural de Ukiah Valley, 85
- Servicios de Salud Mental, 83
- Servicios de Trabajadores, 17, 33
- Servicios de Viajes de la Coneccion  
de Recursos Comunitarios, 93
- Servicios del Hospicio del Condado  
de Lake, 27
- Servicios Electricos de la Costa del  
Norte, Inc., 31
- Servicios Fiduciarios Tom Cariveau,  
35
- Servicios Legales del Norte de  
California, 78
- Servicios Legales Indios Americanos  
de California, 77
- Servicios Manzanita, 82
- Servicios Médicos Aéreos, 13

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad  
Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

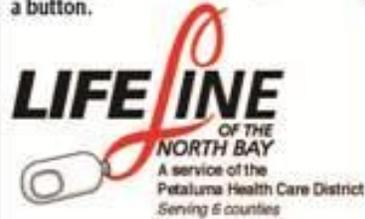
- Servicios Médicos de Hidden Valley, 54
- Servicios Médicos del Redwood Coast, 23, 28, 56, 57, 84
- Servicios Para Personas Discapacitas y Centro Legal, 77
- Servicios Públicos, 30
- Servicios Sociales, 33
- Servicios Tribales de Extensión Comunitaria y Apoyo, 59
- Sheriff, 3, 4
- Sherwood Oaks Health Center, 89
- Sherwood Valley Rancheria, 60
- SIDA, 22, 23, 47, 48
- SIDA/HIV Horas Nocturnas, 7
- Siguiendo Adelante, 26, 83
- Sistema de Transporte del Centro Medico del VA de San Francisco, 96
- Sistemas de Energia de la Costa Norte, Inc, 62
- Social Security, 34
- Sociedad Americana del Cancer, 48
- Sociedad Americana del Pulmon, 53, 90
- Sociedad Dorcas, 8
- Sociedad Internacional de la Audición \* Linea de Asistencia Para la Audición, 52
- Soluciones Para Personas en la Tercera Edad Sequoia, Inc, 25
- St Helena Hospital/Adventist Care, 58
- St John's Episcopal Church, 9, 42
- St Vincent de Paul, 9, 42
- Subvenciones, 34
- Sucursal de Salud Mental, 83
- Summer Creek Village, 71
- Sunshine Manor, 68
- Sutter Lakeside Hospital, 58
- Three Lakes Assisted Living Facility, 72
- Trabajador del Campo, 15
- Trabajadores Agricolas, 16
- Tranquilidad Por Telefono, 92
- Transportación, 93
- Transportación del Centro de Personas en la Tercera Edad de Anderson Valley, 93
- Transportación del Centro de Personas en la Tercera Edad De Ukiah, 95
- Transportación del Centro Indio Para Personas en la Tercera Edad, 94
- TTY/TDD, 52
- Ukiah Green, 71
- Ukiah Green South, 71
- Ukiah Post Acute, 89
- Ukiah Terrace, 71
- Ukiah Valley Medical Center, 58
- Una Casa de Cuidado de Nice, 72
- United Christian Parish en Lakeport, 42
- USDA, 62
- Veteranos, 95
- Victim/Witness Program, 10, 80
- Vida Activa, 15
- Violencia Doméstica, 7, 8, 64, 76, 77
- Visitantes Amistosos, 26
- Viviendas Para Personas En La Tercera Edad No Subvencionadas, 71
- Walnut Apartments, 71
- Walnut Grove Apartments, 68
- Walnut Grove Retreat, 72
- Walnut Village, 71
- YANA, 93
- Yuba Community College, 16

**¿Tiene preguntas? Llame al Asistencia e Información Para Personas de Edad Avanzada al 800-510-2020 o 707-468-5132 o [www.SeniorResourceDirectory.org](http://www.SeniorResourceDirectory.org)**

Enjoy  
independent &  
active living  
anytime, anywhere!



with fast and easy access to 24-hour  
emergency assistance at the press of  
a button.



- Local & personal service • No long term contracts
- FDA approved • Automatic fall detection available

**GoSafe —**  
mobile with GPS  
a single, easy to wear,  
waterproof button  
that accesses help  
both inside and away  
from the home with  
GPS and automatic  
fall detection.

For more information on the leading personal  
medical response service since 1974 call:  
**(707) 778-7883 • (800) 949-2434**  
[www.lifelinenorthbay.com](http://www.lifelinenorthbay.com)

**EVERY MOMENT  
COUNTS.**

**Comfort Care.**  
Paid for by  
Medicare.



**263-6222**

**Harry B. Matossian, M.D.**  
Board Certified Gastroenterology



Phone (707) 462-0681  
Fax (707) 462-4647

234 HOSPITAL DRIVE ♦ UKIAH, CA 95482  
[www.matossianedo.com](http://www.matossianedo.com)

♦ Serving Lake & Mendocino Counties since 1988 ♦

**UKIAH PERIODONTICS AND  
IMPLANT CENTER**

Your partner for a better oral health  
George Morarasu, DDS, MSD

620 S DORA STREET,  
SUITE 202  
UKIAH, CA 95482  
707-468-8080  
[www.fixgums.com](http://www.fixgums.com)



*baby  
boomers...*



*refuse to act your age*

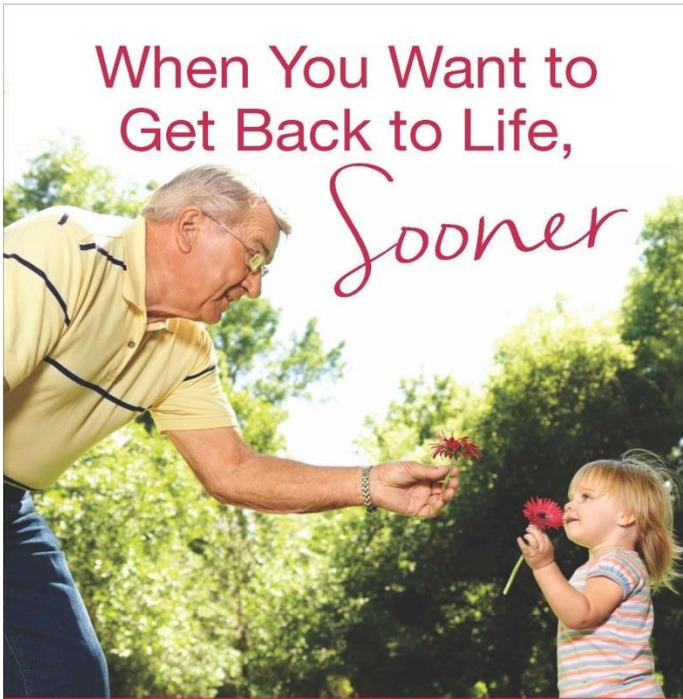
STAY HEALTHY | HAVE FUN | KEEP SMILING



**Hillside  
HEALTH CENTER**  
**(707) 468-1010**  
333 Laws Avenue, Ukiah

**Lakeview  
HEALTH CENTER**  
**(707) 263-7725**  
5335 Lakeshore Blvd, Lakeport

**Little Lake  
HEALTH CENTER**  
**(707) 456-9600**  
45 Hazel Street, Willits



# When You Want to Get Back to Life, *Sooner*

If you or a loved one has suffered a serious illness or are coping with a chronic medical condition, we can help. Adventist Health Home Care Services can help you or your loved one stay in your home while receiving the skilled medical care you need.

Our team of nurses and therapists offer treatment as well as education to help you remain independent in your home.

#### LEARN MORE:

707.967.5770 Napa County  
707.994.0737 Lake County



STHELENAHOSPITALCLEARLAKE.ORG

## Long-Term Care Ombudsman Volunteers Needed



Are you looking for community involvement? Are you concerned about elderly family members, relatives or neighbors? Become a Certified Volunteer Ombudsman!

The Ombudsman deals with resident rights, quality of life, care concerns, receiving and investigating complaints and is an advocate for the elderly.

The Ombudsman provides information to families, friends, and prospective long-term care residents.

**WE WILL TRAIN YOU FREE OF CHARGE!**

The Ombudsman Program is accepting applicants for the next Volunteer Training Program.

For more information contact:  
Sonya Lujan  
Long-Term Care Ombudsman  
(707)262-4525  
slujan@dss.co.lake.ca.us