



# **DIRECTORIO DE SERVICIOS 2024-2025**

**NEVADA | PLACER | SACRAMENTO | SIERRA | SUTTER | YOLO | YUBA**

AGENCY  
ON AGING  
AREA 4

# ACERCA DE AGENCY ON AGING AREA 4

---

Agency on Aging Area 4 es una de las 33 agencias para la tercera edad en California designada por el Estado para desarrollar, coordinar y financiar programas diseñados para ayudar a los adultos mayores y las personas con discapacidades a mantener su salud e independencia. Financiamos y supervisamos los programas ofrecidos por las organizaciones comunitarias locales con financiamiento conforme a la Ley de Estadounidenses Mayores (Older Americans Act).

## VISIÓN

Agency on Aging Area 4 aspira a lograr una sociedad sin discriminación por cuestiones de edad o capacidades.

## MISIÓN

La misión de Agency on Aging Area 4 es enriquecer la vida de los adultos mayores y las personas con discapacidades alentando las redes de apoyo, promoviendo las decisiones individuales, colaborando con los demás, garantizando la equidad y esforzándose por hacerlo con convicción.

## ENVEJECER ES VIVIR

---

Agency on Aging Area 4 abraza la diversidad. Fomentamos y respetamos las distintas identidades, capacidades, ideas y perspectivas, honrando las diferencias, participando con civismo, rompiendo las barreras y potenciando nuestro sentimiento colectivo de pertenencia, para dar vida a nuestra misión. Apoyamos a nuestras comunidades en constante evolución, incluidas las personas LGBTQ+ de nuestro entorno y más allá.

Agency on Aging Area 4 is a certified Age-Friendly Employer and has successfully completed LGBTQ+ Cultural Competency Training.



# A QUIÉN ATENDEMOS

---



- Adultos de 60 años o más
- Personas con discapacidades
- Veteranos
- Familiares de adultos mayores
- Cuidadores de adultos mayores

# DÓNDE ATENDEMOS

---

Trabajamos como una organización sin fines de lucro, un organismo conjunto con los condados de Nevada, Placer, Sacramento, Sierra, Sutter, Yolo, y Yuba.



# CÓMO PODEMOS AYUDARLE

---

## **APOYO PARA CUIDADORES**

Los programas de apoyo para cuidadores evalúan y abordan las necesidades de los familiares cuidadores con el fin de mantener su salud y bienestar, sostener su potencial para cuidar y producir mejores resultados para el beneficiario de los cuidados.

## **ASISTENCIA ALIMENTARIA DE CALFRESH**

El Programa CalFresh Expansion brinda asistencia a los adultos mayores de 60 años con bajos ingresos para comprar los alimentos nutritivos que necesitan para tener una buena salud. Los beneficiarios pueden comprar alimentos en cualquier tienda de abarrotes o mercado agrícola que acepte transferencia electrónica de beneficios (Electronic Benefit Transfer, EBT).

## **COMEDOR Y ENTREGA DE COMIDAS A DOMICILIO**

En un entorno social, los adultos mayores pueden disfrutar de una comida caliente y nutritiva en un centro para adultos mayores local o en otros espacios públicos de reunión.

## **COMEDORES MÓVILES Y VALES PARA RESTAURANTES**

Cuando es posible, se ofrecen formas alternativas de servicio de comidas, como vales de restaurante o comedores móviles en camiones de comida.

## **CONEXIÓN CON RECURSOS PARA ADULTOS MAYORES Y PERSONAS CON DISCAPACIDADES (ADRC)**

Las ADRC ayudan a las personas a navegar las opciones complejas de servicios a largo plazo, apoyo y recursos comunitarios.

## **CUIDADORES DE RELEVO**

El servicio de relevo en el hogar y fuera del hogar brinda un descanso a los cuidadores para que puedan ocuparse de sus actividades personales y recreativas sabiendo que su ser querido se encuentra en un entorno seguro.

## **INFORMACIÓN Y ASISTENCIA**

Los operadores telefónicos conectan a los adultos de 60 años o más con agencias y recursos comunitarios.

## **MEALS ON WHEELS**

Las comidas a domicilio ayudan a las personas mayores que están confinadas en su hogar y que no pueden preparar sus propias comidas.

## **PREVENCIÓN CONTRA EL MALTRATO A LOS ADULTOS MAYORES**

La educación para prevenir el maltrato a las personas mayores les enseña a los adultos de todas las edades cómo reconocer, responder y prevenir el maltrato contra los adultos mayores.

## **PROGRAMA CONVIVENCIA 'KEY CONNECTIONS'**

El programa tiene como objetivo garantizar que los adultos mayores continúen teniendo conexiones sociales significativas. Los propietarios mayores pueden envejecer en el lugar que valoran dentro de su comunidad, y los inquilinos mayores tienen acceso a vivienda segura y asequible.

## **PROGRAMA DE DEFENSA Y ASESORAMIENTO DE SEGUROS MÉDICOS**

(HICAP) Programa de asesoramiento sobre seguros médicos que proporciona asistencia con Medicare, seguros médicos y seguros de cuidados a largo plazo.

## **REPARACIONES EN EL HOGAR Y MODIFICACIONES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDADES**

Programas para ayudar a mantener los hogares seguros, protegidos y accesibles para los adultos mayores o vulnerables.

## **SERVICIO DE TRANSPORTE**

Los programas ofrecen transporte local gratuito o de bajo costo.

## **SERVICIOS JURÍDICOS**

Los programas de servicios jurídicos ayudan con las necesidades jurídicas de carácter civil, como la asesoría jurídica, y la representación legal.

## **SERVICIOS DE LOS DEFENSORES DE LOS DERECHOS DEL PACIENTE DE CUIDADOS A LARGO PLAZO**

Personal y voluntarios capacitados ayudan a los residentes de centros de cuidados a largo plazo y a sus familias a resolver sus quejas.

## **SERVICIOS DE EMPLEO**

Las clases de preparación para el empleo capacitan a los trabajadores adultos para una búsqueda de empleo más productiva y eficaz.

## **SERVICIOS DE EXTENSIÓN**

Asistencia personalizada para informar a los adultos mayores, o a sus cuidadores, sobre los servicios y beneficios existentes.

## **SALUD, BIENESTAR Y EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS**

Las clases de salud ayudan a mantener o mejorar la salud física y mental de las personas mayores de 60 años o más en temas como la diabetes y la educación para la prevención de caídas.

# CONDADO DE **NEVADA**

## **SI NECESITA INFORMACIÓN Y ASISTENCIA**

En el condado de **Nevada County**

### **CONNECTING POINT**



2-1-1 o 1(877) 847-0499



[www.211NevadaCounty.org](http://www.211NevadaCounty.org)

### **INFORMACIÓN Y ASISTENCIA MEJORADA/SIN TRUCOS**

#### **Aging & Disability Resource Connection**

1(800) 211-4545 | [www.adrc4.org](http://www.adrc4.org)

### **ASISTENCIA ALIMENTARIA DE CALFRESH**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(800) 211-4545 | [www.agencyonaging4.org/calfresh-food](http://www.agencyonaging4.org/calfresh-food)

### **SALUD, BIENESTAR Y EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(916) 486-1876 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

### **PROGRAMA DE DEFENSA Y ASESORAMIENTO DE SEGUROS MÉDICOS**

#### **HICAP of Northern California**

1(530) 258-6827 | 1(800)434-0222 | [www.hicapservices.net](http://www.hicapservices.net)

### **REPARACIONES Y MODIFICACIONES EN EL HOGAR**

#### **FREED Center for Independent Living**

1(530) 477-3333 | [www.freed.org](http://www.freed.org)

NOTES:

---

---

---

---

---



# CONDADO DE PLACER

## SI NECESITA INFORMACIÓN Y ASISTENCIA

En el condado de Placer County

### SENIORS FIRST



1(530) 889-9500



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

### INFORMACIÓN Y ASISTENCIA MEJORADA/SIN TRUCOS

#### Aging & Disability Resource Connection

1(800) 211-4545 | [www.adrc4.org](http://www.adrc4.org)

### ASISTENCIA ALIMENTARIA DE CALFRESH

#### Agency on Aging Area 4

1(800) 211-4545 | [www.agencyonaging4.org/calfresh-food](http://www.agencyonaging4.org/calfresh-food)

### APOYO Y RELEVO PARA LOS CUIDADORES

#### Del Oro Caregiver Resource Center

1(916) 728-9333 | [www.deloro.org](http://www.deloro.org)

### SERVICIOS DE EMPLEO

#### Agency on Aging Area 4

1(916) 486-1876 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

### PROGRAMA CONVIVENCIA 'KEY CONNECTIONS'

#### Agency on Aging Area 4

1(916) 237-0921

### PROGRAMA DE DEFENSA Y ASESORAMIENTO DE SEGUROS MÉDICOS

#### HICAP of Northern California

1(916) 376-8915 | 1 (800) 434-0222 | [www.hicapservices.net](http://www.hicapservices.net)

### SALUD, BIENESTAR Y EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS

#### Agency on Aging Area 4

# CONDADO DE PLACER

---

## **SERVICIOS JURÍDICOS**

**Legal Services of Northern California**

1(530) 823-7560 | [www.lsnr.net](http://www.lsnr.net)

## **SERVICIOS DEL DEFENSOR DE LOS DERECHOS DEL PACIENTE DE CUIDADOS A LARGO PLAZO**

**Agency on Aging Area 4**

1(916) 376-8910 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

## **COMEDOR Y ENTREGA DE COMIDAS A DOMICILIO**

**Seniors First Inc.** (Western Placer County)

1(530) 889-9500 | [www.seniorsfirst.org](http://www.seniorsfirst.org)

**Sierra Senior Services** (Eastern Placer County)

1(530) 550-7600 | [www.sierraseniors.org](http://www.sierraseniors.org)

## **REPARACIONES Y MODIFICACIONES RESIDENCIALES**

**Placer Independent Resource Services (PIRS)**

1(530) 885-6100 | [www.pirs.org](http://www.pirs.org)

## **SERVICIO DE TRANSPORTE**

**Seniors First, Inc.**

1(530) 889-9500 | [www.seniorsfirst.org](http://www.seniorsfirst.org)

NOTAS:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# CONDADO DE **SACRAMENTO**

## **SI NECESITA INFORMACIÓN Y ASISTENCIA**

En el condado de **Sacramento County**

### **211 SACRAMENTO/YOLO**



2-1-1 or 1(916) 498-1000



[www.211Sacramento.org](http://www.211Sacramento.org)

### **INFORMACIÓN Y ASISTENCIA MEJORADA/SIN TRUCOS**

#### **Aging & Disability Resource Connection**

1(800) 211-4545 | [www.adrc4.org](http://www.adrc4.org)

### **ASISTENCIA ALIMENTARIA DE CALFRESH**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(800) 211-4545 | [www.agencyonaging4.org/calfresh-food](http://www.agencyonaging4.org/calfresh-food)

### **CUIDADORES DE RELEVO**

#### **Del Oro Caregiver Resource Center**

1(916) 728-9333 | [www.deloro.org](http://www.deloro.org)

### **APOYO PARA CUIDADORES**

#### **ACC Senior Services Bridge to Healthy Families Program**

1(916) 393-9026 | [www.accsv.org](http://www.accsv.org)

#### **Del Oro Caregiver Resource Center**

1(916) 728-9333 | [www.deloro.org](http://www.deloro.org)

### **SERVICIOS DE EMPLEO**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(916) 486-1876 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

### **SALUD, BIENESTAR, EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(916) 486-1876 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

# CONDADO DE SACRAMENTO

---

## **PROGRAMA CONVIVENCIA 'KEY CONNECTIONS'**

**Agency on Aging Area 4**

1(916) 237-0921

## **PROGRAMA DE DEFENSA Y ASESORAMIENTO DE SEGUROS MÉDICOS**

**HICAP of Northern California**

1(916) 376-8915 | 1(800)434-0222 | [www.hicapservices.net](http://www.hicapservices.net)

## **SERVICIOS JURÍDICOS**

**Legal Services of Northern California Senior Legal Hotline**

1(916) 551-2140 | [www.lsn.org](http://www.lsn.org)

## **SERVICIOS DEL DEFENSOR DE LOS DERECHOS DEL PACIENTE DE CUIDADOS A LARGO PLAZO**

**Agency on Aging Area 4**

1(916) 376-8910 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

## **COMEDOR Y ENTREGA DE COMIDAS A DOMICILIO**

**Meals on Wheels Sacramento County**

1(916) 444-9533 | [www.mowsac.org](http://www.mowsac.org)

## **REPARACIONES Y MODIFICACIONES RESIDENCIALES**

**Rebuilding Together Sacramento**

1(916) 455-1880 | [www.rebuildingtogethersacramento.org](http://www.rebuildingtogethersacramento.org)

## **SERVICIO DE TRANSPORTE**

**ACC Senior Services Rides Transportation Service**

1(916) 393-9026 ext.333 | [www.accsv.org](http://www.accsv.org)

**Stanford Settlement Senior Center**

1(916) 927-1303 | [www.stanfordsettlement.org](http://www.stanfordsettlement.org)

NOTES:

---

---

---

# CONDADO DE **SIERRA**

## **SI NECESITA INFORMACIÓN Y ASISTENCIA**

En el condado de **Sierra County**

### **INCORPORATED SENIOR CITIZENS OF SIERRA COUNTY**



1(877) 993-4770

### **ASISTENCIA ALIMENTARIA DE CALFRESH**

**Agency on Aging Area 4**

1(800) 211-4545 | [www.agencyonaging4.org/calfresh-food](http://www.agencyonaging4.org/calfresh-food)

### **PROGRAMA DE DEFENSA Y ASESORAMIENTO DE SEGUROS MÉDICOS**

**HICAP of Northern California**

1(530) 258-6827 | 1(800) 434-0222 | [www.hicapservices.net](http://www.hicapservices.net)

### **SERVICIOS JURÍDICOS**

**Legal Services of Northern California**

1(530) 823-7560 | [www.lsn.net](http://www.lsn.net)

### **SERVICIOS DEL DEFENSOR DE LOS DERECHOS DEL PACIENTE DE CUIDADOS A LARGO PLAZO**

**Agency on Aging Area 4**

1(916) 376-8910 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

### **COMEDOR Y ENTREGA DE COMIDAS A DOMICILIO**

**Inc. Senior Citizens of Sierra County**

1(530) 993-4770

### **SERVICIOS DE EXTENSIÓN**

**Inc. Senior Citizens of Sierra County**

1(530) 993-4770

# CONDADO DE **YUBA/SUTTER**

## **SI NECESITA INFORMACIÓN Y ASISTENCIA**

En el condado de **Yuba/Sutter County**

### **FREED CENTER FOR INDEPENDENT LIVING**

 1(530)742-4474

### **ASISTENCIA ALIMENTARIA DE CALFRESH Y EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS**

#### **Agency on Aging Area 4**

CalFresh 1(800) 211-4545 | Educacion 1(916) 486-1876 | [agencyonaging4.org](http://agencyonaging4.org)

### **INFORMACIÓN Y ASISTENCIA MEJORADA/SIN TRUCOS**

#### **Aging & Disability Resource Connection**

1(800) 211-4545 | [www.adrc4.org](http://www.adrc4.org)

### **PROGRAMA DE DEFENSA Y ASESORAMIENTO DE SEGUROS MÉDICOS**

#### **HICAP of Northern California**

1(530) 742-4474 | 1(800) 434-0222 | [www.hicapservices.net](http://www.hicapservices.net)

### **SERVICIOS JURÍDICOS**

#### **Yuba-Sutter Legal Center for Seniors**

1(530) 742-8289 | [www.yubasutterlegalcenter.business.site](http://www.yubasutterlegalcenter.business.site)

### **SERVICIOS DEL DEFENSOR DE LOS DERECHOS DEL PACIENTE DE CUIDADOS A LARGO PLAZO**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(916) 376-8910 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

### **COMEDOR Y ENTREGA DE COMIDAS A DOMICILIO**

#### **Meals on Wheels Yuba Sutter**

1(530) 670-0033 | [www.yubasuttermow.org](http://www.yubasuttermow.org)

### **MODIFICACIONES EN EL HOGAR/TRANSPORTE/INFORMACIÓN Y ASISTENCIA**

#### **FREED Center for Independent Living**

1(530) 742-4474 | [www.freed.org](http://www.freed.org)

# CONDADO DE **YOLO**

## **SI NECESITA INFORMACIÓN Y ASISTENCIA**

En el condado de **Yolo** County

### **211 SACRAMENTO/YOLO**



2-1-1 or 1(916) 498-1000



[www.211Sacramento.org](http://www.211Sacramento.org)

### **INFORMACIÓN Y ASISTENCIA MEJORADA/SIN TRUCOS**

#### **Aging & Disability Resource Connection**

1(800) 211-4545 | [www.adrc4.org](http://www.adrc4.org)

### **ASISTENCIA ALIMENTARIA DE CALFRESH**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(800) 211-4545 | [www.agencyonaging4.org/calfresh-food](http://www.agencyonaging4.org/calfresh-food)

### **APOYO PARA CUIDADORES/CUIDADORES DE RELEVO**

#### **Del Oro Caregiver Resource Center**

1(916) 728-9333 | [www.deloro.org](http://www.deloro.org)

### **PROGRAMA CONVIVENCIA 'KEY CONNECTIONS'**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(916) 237-0921

### **PROGRAMA DE DEFENSA Y ASESORAMIENTO DE SEGUROS MÉDICOS**

#### **HICAP of Northern California**

1(916) 376-8915 | 1 (800) 434-0222 | [www.hicapservices.net](http://www.hicapservices.net)

### **SALUD, BIENESTAR Y EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE CAÍDAS**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(916) 486-1876 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

### **SERVICIOS DE EMPLEO**

#### **Agency on Aging Area 4**

1(916) 486-1876 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

# CONDADO DE **YOLO**

---

## **SERVICIOS JURÍDICOS**

**Legal Services of Northern California**

1(530) 662-1065 | [www.lsnrc.net](http://www.lsnrc.net)

## **SERVICIOS DEL DEFENSOR DE LOS DERECHOS DEL PACIENTE DE CUIDADOS A LARGO PLAZO**

**Agency on Aging Area 4**

1(916) 376-8910 | [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

## **COMEDOR Y ENTREGA DE COMIDAS A DOMICILIO**

**Meals on Wheels Yolo County**

1(530) 662-7035 | [www.mowyolo.org](http://www.mowyolo.org)

## **COMEDOR, NO TRADICIONAL**

**Yolo Healthy Aging Alliance**

1(530) 776-5006 | [www.yolohealthyaging.org](http://www.yolohealthyaging.org)

**Yolo Mobile Meals for Healthy Aging**

1(530) 776-5006 | [www.yolohealthyaging.org](http://www.yolohealthyaging.org)

## **SERVICIO DE TRANSPORTE**

**Dignity Health: Yolo Adult Day Health Center**

1(530) 669-3700 | [www.dignityhealth.org/sacramento/services/yolo-adult-day-health-services/yolo-adult-day-health-center](http://www.dignityhealth.org/sacramento/services/yolo-adult-day-health-services/yolo-adult-day-health-center)

NOTES:

---

---

---

---

---

---

---

---

# ¡SIGAMOS EN CONTACTO!

## Síguenos en las redes sociales

@agencyonaging4



## Suscríbese a nuestro boletín mensual



Escanee este código con la cámara de su teléfono o visite nuestro sitio web [www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org).

---

### Agency on Aging Area 4

1401 El Camino Avenue, 4th Floor  
Sacramento, CA 95815



(916) 486-1876



[www.agencyonaging4.org](http://www.agencyonaging4.org)

NOTA: Se ha hecho todo lo posible para garantizar que la información de este directorio sea oportuna y exacta. Actualizado el 13.º de enero de 2025.