



Together We Ride

 **OUTREACH**

Chúng Ta Cùng Nhau Đi Chung Xe
TRUNG TÂM QUẢN LÝ HỖ TRỢ DI CHUYỂN
HƯỚNG DẪN DI CHUYỂN CHO NGƯỜI CAO NIÊN

Quận Santa Clara và quận San Mateo

1 Tháng 10, 2012

Mục lục

Lời nói đầu	3
Cơ quan vận chuyển Santa Clara Valley (VTA)	4
Cơ quan vận chuyển Quận San Mateo	6
Trung tâm quản lý Hỗ trợ di chuyển của OUTREACH	7
Paratransit (Vận chuyển người)	8
Vận chuyển y tế (trong trường hợp không khẩn cấp)	9
Các người lái xe tình nguyện	14
Các chương trình cộng đồng và hệ thống xe buýt	18
Các chương trình lái xe an toàn cho người cao niên	23
Đào tạo du ngoạn và lập kế hoạch chuyến đi	25
Các dịch vụ taxi	27
Các nguồn thông tin thêm	29
Địa chỉ liên lạc với chúng tôi	32

Lưu ý: Thông tin trong tài liệu hướng dẫn di chuyển này có giá trị nhất tại thời điểm phát hành. Các thông tin có thể thay đổi theo thời gian.

Vui lòng liên lạc chúng tôi ở số điện thoại (408) 436-2865 hoặc qua email: admin@outreach2.org nếu quý vị cần thêm thông tin hoặc thông tin cập nhật.

Lời nói đầu

Tài liệu hướng dẫn di chuyển này cung cấp thông tin về phương tiện vận chuyển đa dạng sẵn có đối với mọi độ tuổi và mức thu nhập ở cả hai quận Santa Clara và quận San Mateo. Cho dù bạn đang tìm kiếm phương tiện vận chuyển công cộng, phương tiện vận chuyển linh hoạt theo nhu cầu, các tài xế tình nguyện hay các chương trình lái xe an toàn, cuốn tài liệu hướng dẫn này sẽ cung cấp thông tin cần thiết để biết và sử dụng các dịch vụ phúc lợi mà bạn, khách hàng của bạn và những người thân yêu của bạn có thể tiếp cận sử dụng được.



Xin đừng ngần ngại liên lạc với Trung tâm quản lý Hỗ trợ di chuyển OUTREACH bất cứ khi nào bạn có các câu hỏi khác chưa được giải đáp trong cuốn sách hướng dẫn này.

Xin bấm số **(408) 436-2865** để biết thông tin về mọi nhu cầu di chuyển của bạn.

Các nguồn thông tin bổ sung về phương tiện vận chuyển và đi lại hiện có sẵn trên trang web www.outreach1.org. Nhấn chuột vào thanh liên kết "**Community Search System**" để tiếp cận hơn 200 tổ chức dịch vụ về sức khỏe và xã hội trên toàn khu vực vùng vịnh San Francisco.

Cơ quan vận chuyển Santa Clara Valley

Santa Clara Valley (VTA) là một đơn vị vận tải độc lập, chuyên cung cấp các dịch vụ vận chuyển mang tính



bền vững, dễ tiếp cận và hướng đến cộng đồng. Đây là các dịch vụ có tính đổi mới, thể hiện trách nhiệm với môi trường và nâng cao sức sống cho khu vực chúng ta. Tất cả các xe buýt VTA, tuyến tàu điện và các phương tiện trung chuyển đều có thể tiếp cận sử dụng.

Ngoài 3,700 trạm dừng xe buýt, 62 trạm dừng tàu điện và 15 trung tâm trung chuyển, VTA cung cấp đa dạng thêm những sự lựa chọn sau:

- **Thẻ Clipper:** Clipper là loại “thẻ giao thông trọn gói thông minh” mà bạn có thể xuất các thẻ đi lại và trả giá trị tiền điện tử được sử dụng trên các hệ thống giao thông của khu vực vịnh, bao gồm VTA, SF Muni, BART, AC Transit, Caltrain, SamTrans, và Phà qua vịnh San Fransisco. Thẻ Clipper trước đây được gọi là thẻ giảm giá RTC. Các thẻ clipper được bán giảm giá cho những người từ 65 tuổi trở lên.
- **Daycations:** Đây là chương trình được phát triển để giúp đỡ những người cao niên ở địa phương “đi ra ngoài và đi phiêu lưu” bằng cách giúp đỡ họ định hướng và sử dụng hệ thống giao thông công cộng. Một diễn giả VTA sẽ tổ chức những buổi đào tạo vào buổi sáng, theo sau ngay đó là một chuyến hướng dẫn miễn phí bằng xe buýt hoặc tàu điện đến các địa điểm giải trí và mua sắm theo sự lựa chọn của họ trong quận Santa Clara (các nhóm đi tối thiểu là 5 người và tối đa là 10 người đối với một nhóm).

- **Điểm dừng ban đêm:** Như là một biện pháp an toàn, người lái xe buýt VTA sẽ đỗ xe tại địa điểm gần đích đến cuối cùng của bạn hơn là điểm dừng thông thường, miễn là điểm đỗ đó nằm trên tuyến đường vận chuyển của xe. Dịch vụ này có sau các giờ cao điểm vào buổi tối cho đến giờ cao điểm của buổi sáng và chỉ dành cho việc đỗ xuống xe. Đây là dịch vụ theo yêu cầu và chỉ được cung cấp ở những nơi và tại thời điểm mà người lái xe buýt cảm thấy an toàn để đỗ lại.

VTA đang tiếp tục xây dựng các quan hệ đối tác để cung cấp các giải pháp vận chuyển nhằm đáp ứng nhu cầu di chuyển ngày càng phát triển của Quận Santa Clara.

Xin hãy vào thăm trang web VTA để tra cứu thông tin về lịch trình tuyến xe và giá vé của giao thông công cộng trong quận Santa Clara hoặc gọi tới số dưới đây để có được sự trợ giúp trong việc lập kế hoạch cho chuyến đi.

Địa chỉ: 3331 North 1st St, San Jose, CA 95134

Điện thoại: (408) 321-2300.

Website: www.vta.org

Cơ quan vận chuyển Quận San Mateo

Cơ quan vận tải khu vực quận San Mateo là đơn vị quản lý hành chính vận chuyển công cộng và các chương trình vận chuyển trong quận San Mateo.



Năm 1977, hơn một thập kỷ trước khi người Mỹ áp dụng luật trợ giúp cho những người tàn tật (Disabilities Act), Samtrans đã chịu trách nhiệm thiết lập chương trình Redi-Wheel, một chương trình vận chuyển linh hoạt theo yêu cầu cho những người đi lại với nhu cầu di chuyển ngoài các tuyến có trong hệ thống vận chuyển công cộng (RediCoast là

chương trình di chuyển linh hoạt theo yêu cầu cung cấp cho các khách đi lại dọc theo tuyến duyên hải của Quận San Mateo).

SamTrans đang vận hành 48 tuyến xe buýt trong quận cũng như là trong các khu vực Palo Alto và San Francisco. Khi các chương trình của họ được phát triển, SamTrans bắt đầu đưa vào sử dụng các xe buýt có lượng khí thải cực thấp và các xe buýt có sàn thấp. Họ phấn đấu cải thiện các dịch vụ dựa trên các mô hình đi lại của khách hành và các nguồn lực sẵn có và tiếp tục mở rộng để đáp ứng các nhu cầu của người dân quận San Mateo.

Địa chỉ liên lạc: 1250 San Carlos Ave, San Carlos, CA 94070

Điện thoại: (650) 508-6200

Website: www.samtrans.com

Trung tâm quản lý Hỗ trợ di chuyển OUTREACH

OUTREACH bắt đầu chuyến hành trình của mình cách đây 30 năm trước như là một tổ chức hoạt động trong cuộc chiến chống nghèo đói và thuộc cơ quan được giao cung cấp dịch vụ giao thông của Ủy ban giao thông nội thị cho quận Santa Clara (CTSA). Đóng vai trò là nguồn lực tiên phong trong dịch vụ vận chuyển con người, OUTREACH đang hoạt động dưới vai trò nhà môi giới về dịch vụ vận chuyển trong luật Hỗ trợ những người tàn tật cho VTA nhằm cung cấp dịch vụ vận chuyển cộng đồng linh hoạt (public paratransit) tới 15 thành phố chính và các thành phố nhỏ trong vùng South Bay.



Trong bối cảnh quận liên tục mở rộng và đa dạng hóa dân số của mình, OUTREACH đã phát triển các dịch vụ của mình nhằm bao gồm các lựa chọn di chuyển cho tất cả đối tượng có thu nhập thấp và người cao niên. Các chương trình bổ sung gồm vận chuyển cho người cao niên, cung cấp phiếu đi taxi, tình nguyện cho đi nhờ xe, thẻ đi xe buýt và các thẻ xăng.

Trung tâm quản lý hỗ trợ di chuyển OUTREACH là động lực thúc đẩy những lựa chọn di chuyển cải tiến trong khu vực South Bay, cung cấp không chỉ các dịch vụ vận chuyển mà còn hàng loạt các công cụ trực tuyến để trợ giúp các tổ chức chăm sóc sức khỏe và xã hội trong việc quản lý các dịch vụ của họ.

Địa chỉ: 926 Rock Ave, Suite 10, San Jose, CA 95131

Điện thoại: (408) 436-2865

Website: www.outreach1.org

Paratransit (Vận chuyển người)

Trong điều khoản của Luật hỗ trợ người người tàn tật (ADA) đối với những người Mỹ, dịch vụ vận chuyển linh hoạt bổ trợ là bắt buộc cho những hành khách không có khả năng định vị hệ thống xe buýt công cộng tại một số thời điểm hoặc trong tất cả thời điểm; không có khả năng đến các nơi mà từ đó họ có thể sử dụng được hệ thống xe buýt công cộng; hoặc một số loại thời gian giới hạn do khuyết tật.

Quận Santa Clara

OUTREACH là nhà cung cấp dịch vụ vận chuyển linh hoạt cho quận Santa Clara. Dịch vụ vận chuyển linh hoạt được xây dựng trên hệ thống đặt chỗ, trong đó các khách hàng tiến hành đặt chỗ cho các chuyến đi từ 1 ngày tới 3 ngày trước. Trung tâm sẽ cung cấp dịch vụ các xe hơi 4 chỗ và xe Van.

Địa chỉ liên lạc: 926 Rock Ave, Suite 10, San Jose, CA 95131

Website: www.outreach1.org

Điện thoại: (408) 436-2865

Quận San Mateo

Cơ quan quản lý vận chuyển quận San Mateo (Sam Tran) điều hành hai chương trình vận chuyển linh hoạt tại Quận San Mateo: Redi-Wheels (khu vực tại vịnh) và RediCoast (khu vực duyên hải). Các khách hàng có thể đặt sớm các chuyến đi trước 7 ngày cho bất cứ mục đích đi lại gì.

Địa chỉ: 1250 San Carlos Ave, P.O. Box 3006, San Carlos, CA 94070

Điện thoại: (650) 508-6448

Website: www.samtrans.com

Vận chuyển y tế (trường hợp không khẩn cấp)

Vận tải công cộng và vận chuyển người theo nhu cầu cung cấp các dịch vụ giao thông cho người đi tới hầu hết bất cứ địa điểm cần đến, cho dù là đến tiệm cắt tóc, các viện bảo tàng, các bệnh viện, các trường học hoặc nhà một người bạn. Tuy nhiên thông thường vận chuyển khám chữa bệnh là nhu cầu cấp thiết nhất đối với những đối tượng dân số đang gặp khó khăn. Sau đây là danh sách các nhà cung cấp cho những đối tượng cần chuyển chở đi khám nhưng không khẩn cấp (không đe dọa đến tính mạng người).

Quận Santa Clara

Chuyên chở y tế AAA.



Dịch vụ chuyên chở khám chữa bệnh AAA cung cấp dịch vụ chuyên chở khám bệnh chuyên nghiệp đến tận cửa cho tất cả các đối tượng, bao gồm (nhưng không giới hạn) những công dân lớn tuổi, những người phải sử dụng xe lăn, và các bậc phụ huynh và trẻ em với nhu cầu đặc biệt. Những dịch vụ này được sử dụng bởi các cá nhân, các bệnh viện, các bác sĩ, các công ty bảo hiểm/HMO, các y tá, nhà điều dưỡng hoặc nhóm điều dưỡng, các cơ sở hỗ trợ sinh hoạt và các nơi khác. Để biết thêm thông tin, vui lòng liên lạc theo số điện thoại dưới đây.

Website: www.aaamedicaltransportation.net

Điện thoại: (408) 879-9111

Công ty Boundless Care.



Công ty Boundless Care chuyên cung cấp dịch vụ vận chuyển đáng tin cậy với mức giá thỏa thuận và phải chăng xuyên suốt 24 giờ/ngày và 7 ngày trong một tuần cho những người cần chở đến hoặc chở về từ các cơ sở chăm sóc bệnh nhân nội trú/ngoại trú, đến các buổi hẹn của bác sĩ, các buổi hẹn lọc máu, các

buổi hóa trị liệu và một số cơ sở giải trí khác. Xin hãy gọi số điện thoại dưới đây để có được thêm thông tin.

Website: www.boundlesscare.org

Điện thoại: (408) 363-8900

CARE Trans



CARE Trans cung cấp xe chuyên chở người đi khám trong trường hợp không khẩn cấp và tương thích với việc sử dụng xe lăn cho các công dân trong khu vực vịnh phía nam. Dịch vụ này chấp nhận cá nhân thanh toán riêng và là tổ chức được Medi-Cal chấp thuận. Để biết thêm về mức giá và thông tin, vui lòng liên lạc công ty theo email hoặc số điện thoại dưới đây.

Website: www.caretransofsanjose.com

Điện thoại: (408) 392-9007

Email: caretrans1917@att.net

Công ty Family Tree Medical Transport, LLC

Family Tree Medical Transport cung cấp chuyên chở y tế trong trường hợp không khẩn cấp tin cậy, an toàn với mức giá phải chăng trong toàn bộ khu vực vịnh San Francisco. Các xe chuyên chở chứa được xe lăn và cung cấp cánh cứu thương. Mức phí được tính là phí cố định không có tính theo dặm đi và phí thay đổi dựa theo thời gian chờ đợi, số lên xuống bậc thang và các trợ giúp dành cho những bệnh nhân quá cân.

Website: www.familytreemedtrans.com

Điện thoại: (408) 694-3350

One-Stop MedEx

One-Stop MedEx nỗ lực phấn đấu cung cấp các dịch vụ chuyên chở không khẩn cấp, an toàn, tin cậy và giá cả hợp lý cho các nhà điều dưỡng, các bệnh viện, các cá nhân và các vụ bồi thường tai nạn lao động của công nhân trong toàn bộ miền Bắc California. Cùng với việc cung cấp xe cứu thương, xe lăn và các dịch vụ cấp cứu cảng, One-Stop MEDEX là một nơi cung cấp trọn gói cho các điều phối viên chăm sóc bệnh nhân, nhân viên xã hội, nhân viên định giá bảo hiểm, nhân viên lập kế hoạch xuất viện, và các nhà quản lý dành cho bệnh nhân. Để biết thêm thông tin, vui lòng liên lạc số điện thoại dưới đây.

Website: www.onestopmedex.com

Điện thoại: (510) 500-4487

Road Runners (Bệnh Viện El Camino)

Road Runners là dịch vụ chuyên chở được cung cấp bởi những tình nguyện viên của bệnh viện El Camino. Việc chuyên chở được cung cấp cho khám răng và khám y tế và các dịch vụ khám bệnh ngoại trú của bệnh viện.

Website: www.elcaminohospital.org

Điện thoại: (650) 940-7016

Road to Recovery



Chương trình Con đường hồi phục của Hiệp hội Ưng thư Mỹ cung cấp phương tiện vận chuyển tới và về từ nơi chữa trị cho các bệnh nhân ung thư không có khả năng tự mình lái xe hoặc không tiếp cận được với phương tiện vận chuyển. Các người lái xe tình nguyện dành thời

gian của mình và xe cá nhân của họ để giúp những người bệnh nhân này nhận được sự chữa trị y tế họ cần.

Website: www.cancer.org

Điện thoại: (800) 227-2345

Chuyên chở y tế của S&P Medical Transportation

S&P Med Trans là tổ chức cung cấp chuyên chở y tế trong trường hợp không khẩn cấp hoạt động ở thành phố San Jose và các thành phố lân cận. Các dịch vụ do tổ chức này cung cấp gồm xe chuyên chở tương thích với xe lăn cho người già và người tàn tật. Để biết thêm thông tin, vui lòng liên lạc theo email hoặc số điện thoại dưới đây.

Website: www.sandpmedtrans.com/home.html

Điện thoại: (408) 829-8648 hoặc (408) 264-6411

Dịch vụ chuyên chở của UBF Transport Services

UBF Transport Services là công ty vận chuyển y tế trong trường hợp không khẩn cấp, chuyên cung cấp các dịch vụ vận chuyển hành khách một cách an toàn, thoải mái và hiệu quả cho bất cứ ai đi lọc máu, đến cuộc hẹn của bác sỹ, đáp ứng nhu cầu vận chuyển khách có xe lăn và các nhu cầu y tế khác. UBF chuyên cung cấp việc chuyên chở đúng thời gian; Việc xác minh có đáp ứng yêu cầu của Medi-Cal chỉ diễn ra trong ít phút. Tất cả các tài xế của công ty đều có chứng chỉ sơ cứu và hô hấp nhân tạo CPR. Để biết thêm thông tin, xin hãy gọi số dưới đây.

Website: www.ubftransport.com

Điện thoại: (408) 263-1234

Quận San Mateo

Tổ chức Friends in Service to Humanity (FISH).

FISH là dịch vụ hỗ trợ chuyên chở tình nguyện dành cho các cuộc hẹn y tế. Những người có nhu cầu được đưa tới các buổi hẹn khám chữa trị vật lý trị liệu, khám răng hoặc khám y tế. Đối tượng phục vụ là những người không thể đến được các cuộc hẹn của họ và không có khả năng đi lại bằng phương tiện giao thông công cộng. Những người sử dụng dịch vụ này vẫn phải còn khả năng đi lại được bởi vì họ được đưa đi trên các xe cá nhân của những người tình nguyện.

Địa chỉ: 1 Davis Dr, Belmont, CA 94002

Điện thoại: (650) 570-6002

Các dịch vụ cho người cao niên và người già ở quận San Mateo.

Phòng phụ trách các dịch vụ cho người cao niên và người già ở quận San Mateo (San Mateo County Aging & Adult Services Department) chuyên chở các khách hàng bằng các phương tiện mà quận sở hữu hoặc đang điều hành. Phòng này cũng cung cấp các phiếu taxi và thẻ xe buýt dành cho các dịch vụ y tế và việc liên quan đến vận chuyển.

Website: <http://www.co.sanmateo.ca.us/portal/site/coa>

Địa chỉ: 225 37th Ave, San Mateo, CA 94403

Số điện thoại: (650) 573-3527

Các lái xe tình nguyện viên

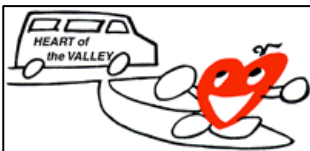


Trong khi có nhiều lựa chọn sẵn có về phương tiện vận tải công cộng, bạn có thể gặp một số trở ngại di chuyển phát sinh trong lịch trình hàng ngày hoặc lịch trình hàng tuần. Hệ thống các tuyến cố định hoặc phương tiện vận chuyển linh hoạt không phải lúc nào cũng đáp ứng được nhu cầu giờ giấc di chuyển của bạn, hoặc có lẽ bạn cần những tuyến

di chuyển trực tiếp đi đến và đi về từ cửa hàng tạp hóa hoặc cửa hàng thuốc. Những trở ngại này có thể buộc bạn phải xem xét các lựa chọn khác. Phần tiếp sau đây của cuốn sách sẽ liệt kê thông tin về các công ty cung cấp dịch vụ cho con người và sức khỏe trong quận Santa Clara và quận San Mateo. Đây cũng là các công ty cung cấp các chuyến xe tình nguyện cho những chính khách hàng của họ và cho cộng đồng nói chung.

Quận Santa Clara

Heart of the Valley



Cơ quan Heart of the Valley Services for Seniors ra đời với cam kết hỗ trợ cuộc sống độc lập cho những người già từ 59 tuổi trở lên sống tại miền tây của quận Santa Clara. Heart of the Valley tuyển những

tình nguyện viên để cung cấp cho những người cao niên dịch vụ hộ tống di chuyển và nhiều dịch vụ tại gia khác bao gồm làm vườn, trợ giúp máy tính, sửa chữa lặt vặt trong nhà, dọn dẹp tủ kệ hoặc đồng hành chung cùng người cao niên.

Website: www.servicesforseniors.org

Địa chỉ: P.O. Box #418, Santa Clara, CA 95052

Điện thoại: (408) 241-1571

Hospice of the Valley



Từ năm 1979, Hospice of the Valley – nhà dưỡng bệnh cộng đồng phi lợi nhuận dành cho bệnh nhân đang hấp hối lâu đời nhất tại Santa Clara đã mang lại cho hơn 30,000 thân hữu và hàng xóm dịch vụ chăm sóc cuối đời và hỗ trợ mát mát một cách tận tình và sâu sắc. Họ sẽ cung cấp phương tiện vận chuyển giới hạn trong Quận Santa Clara cho những gia đình có người thân muốn sống phần đời còn lại trong bình an và phẩm giá khi việc chữa bệnh không còn là một sự lựa chọn.

Website: www.hospicevalley.org

Địa chỉ: 4850 Union Ave, San Jose, CA 95124

Điện thoại: (408) 559-5600

Love in the Name of Christ (Love, Inc.)



Love, Inc. là một tổ chức phi lợi nhuận chuyên kết nối các nhà thờ địa phương và các tình nguyện viên nhà thờ thuộc mọi giáo phái để giúp những người có nhu cầu. Love, Inc cung cấp phương tiện chuyên chở thông qua các tình nguyện viên từ các nhà thờ địa phương.

Website: www.loveincsanclaracounty.org

Địa chỉ: P.O. Box #111363, Campbell, CA 95011

Điện thoại: (408) 723-9223

Chương trình POSSO Escort



Tổ chức của người Bồ Đào Nha (POSSO) được thành lập vào năm 1976 với một thông điệp hy vọng cho một ngày mai tốt hơn và làm từ thiện cho những người có nhu cầu. Chương trình hộ tống của POSSO cung cấp dịch vụ lập kế hoạch, phương tiện chuyên chở, phiên dịch, cũng như dịch vụ chăm sóc cho người cao niên bởi các chuyên gia huấn luyện và các tình nguyện viên.

Website: www.portuguesecenter.org

Địa chỉ: 1115 East Santa Clara St, San Jose, CA 95116

Điện thoại: (408) 293-0877

Road Runners (Avenidas)



Chương trình “Roadrunners” của Trung tâm chăm sóc sức khỏe thường nhật cho người cao niên Avenidas cung cấp các tài xế tình nguyện

phục vụ chuyên chở những người cao niên đến bất cứ nơi nào họ muốn trong giờ làm việc các ngày trong tuần. Khách hàng cao niên có thể sắp xếp chuyến đi cho bất kỳ mục đích nào, chẳng hạn như đi đến các cuộc hẹn y khoa, tiệm làm tóc, ngân hàng, hoặc cửa hàng tạp hóa. Các chuyến đi được cung cấp cho bất kỳ địa điểm nào trong vòng bán kính mười dặm từ giao lộ giữa Middlefield Rd và đường cao tốc Oregon Expressway.

Website: www.avenidas.org/services/transportation

Địa chỉ: 450 Bryant St, Palo Alto, CA 94301

Điện thoại: (650) 289-5425

Quận San Mateo

Coastside Opportunity Center



Coastside Hope phục vụ người lao động nghèo, người vô gia cư, người già sống dưới mức nghèo, người tàn tật và gia đình và / hoặc cá

nhân đang gặp khủng hoảng. Dịch vụ chuyên chở tận cửa được cung cấp từ nhà các cá nhân tại miền duyên hải và/hoặc từ Bệnh viện Seton Coastside đến các cuộc hẹn của họ (cho mục đích y tế và giải trí).

Website: www.coastsidehope.org

Địa chỉ: 99 Avenue Alhambra, El Granada, CA 94018

Điện thoại: (650) 726-9071

Get Up & Go (Peninsula Jewish Community Center)

Hãy tận dụng chương trình dịch vụ di chuyển đi chung xe với giá rẻ vào các ngày Thứ Hai, Thứ Ba và Thứ Sáu hàng tuần. Người đi cùng sẽ được cung cấp khi có nhu cầu. Dịch vụ này cho phép người lớn tuổi không lái xe được có thể "Dậy & Đi" đến các cuộc hẹn y tế, nha khoa và các cuộc hẹn cá nhân; hoặc dành cho các việc vặt cá nhân như đi tới ngân hàng, mua sắm thực phẩm và quần áo. Những nhân viên chăm sóc cá nhân sẽ được vận chuyển miễn phí. Dịch vụ này yêu cầu đặt chỗ trước muộn nhất là vào ngày thứ năm trong tuần trước khi đi.

Website: www.pjcc.org

Địa chỉ: 800 Foster City Blvd, Foster City, CA 94404

Điện thoại: (650) 378-2750

Transportation Reimbursement for Independence Program (TRIP)

(Hoàn trả phí vận chuyển cho Chương trình Độc lập)

Dịch vụ Peninsula Family cung cấp hàng loạt các dịch vụ cho cư dân của quận San Mateo, bao gồm hoàn trả phí vận chuyển cho Chương trình Độc lập (TRIP). TRIP nhắm tới những người cao niên không thể sử dụng tuyến xe buýt SamTrans hoặc dịch vụ vận chuyển linh hoạt Redi-Wheels. Dự kiến người cao niên sẽ tuyển chọn các lái xe tình nguyện riêng cho riêng mình (là bạn bè hoặc người trong gia đình), tự sắp xếp các chuyến đi cho bản thân, và gửi báo cáo hàng tháng cho nhân viên của TRIP cho để được hoàn trả phí theo dặm đường đã đi.

Địa chỉ: 24 Second Ave, San Mateo, CA 94410

Phone: (650) 780-7546

Các chương trình công đồng và tuyến xe buýt

Quận Santa Clara và San Mateo cung cấp các lựa chọn đi lại bổ sung dưới hình thức của các chương trình cộng đồng (ví dụ như các trung tâm chăm sóc người cao niên, dịch vụ chăm sóc sức khỏe hàng ngày dành cho người lớn, vv ...) và các xe buýt dành cho cộng đồng. Cả hai hình thức này đều cho phép chuyên chở trong một khu vực giới hạn (giới hạn đi trong thành phố, đi trong vòng bán kính 3 dặm, vv), hoặc cho một mục đích hạn chế, chẳng hạn như đến và đi từ nhà của một khách hàng từ chương trình của họ.

Quận Santa Clara

Live Oak Senior Nutrition Center

(408) 354-0707

Được thành lập vào năm 1974, Trung tâm Dinh dưỡng người cao niên Live Oak là một tổ chức phi lợi nhuận độc lập đã được hỗ trợ bởi nhiều thành viên nhà thờ như là một tổ chức người cao niên quan trọng trong cộng đồng Los Gatos. Một phần của chương trình này là cung cấp chuyên chở hai chiều bằng xe riêng cho những người cao niên có nhu cầu đến các cuộc hẹn trong địa phương, đi mua sắm, vv. Dịch vụ này không có tính phí.

Xe buýt Marguerite

(650) 723-9362

Marguerite là dịch vụ xe buýt công cộng miễn phí của trường đại học Stanford, trong đó các xe di chuyển xung quanh khuôn viên trường và kết nối với các điểm trung chuyển, trung tâm mua sắm, các địa điểm ăn tối và giải trí gần đó. Dịch vụ này miễn phí cho công chúng.

Palo Alto Shuttle Service

(650) 329-2520

Xe buýt của thành phố Palo Alto miễn phí cho tất cả mọi người. Mọi xe buýt đều tương thích xe lăn. Các điểm dừng xe buýt được đánh dấu bằng đề can "Palo Alto Shuttle" trên bảng cột dấu hiệu điểm dừng trong khu dân cư.

San Mateo County

Bayshore/Brisbane Senior Shuttle

(415) 740-9458

Bayshore / Brisbane Senior Shuttle hiện đang vận hành một dịch vụ chuyên chở theo yêu cầu. Các xe buýt sẽ chạy xoay vòng trên tuyến đường cho đến khi nó nhận được cuộc gọi đặt chuyến. Nếu tài xế đang điều khiển xe buýt, họ sẽ cố gắng trả lời cuộc gọi của bạn từ điểm dừng kế tiếp. Nếu có thể, tài xế sẽ thực hiện chuyến đi trong cùng một ngày, tuy nhiên, nếu nhu cầu cao hoặc nếu xe buýt đã được đặt một khu vực khác, chuyến đi của bạn sẽ được xếp đặt ở thời gian có sẵn tiếp theo. Các chuyến đi chỉ thực hiện trong khu vực Bayshore/ Brisbane.

Belmont Twin Pines Senior Center

(650) 595-7444

Trung tâm cộng đồng và người già Twin Pines là một cơ sở đa dụng đẹp và hiện đại nằm trong công viên Twin Pines. Việc chuyên chở các thành viên của trung tâm cao được thực hiện suốt từ Thứ Hai đến trưa Thứ Năm và một số ngày thứ Sáu cho các chương trình đặc biệt.

East Palo Alto Senior Shuttle

(650) 853-3119

Xe buýt dành cho người cao niên khu vực phía đông thành phố Palo Alto hoạt động ba tuyến đường khác nhau trong thời gian trưa: 1) Thứ hai và Thứ năm, xe buýt đưa đón vào trung tâm thành phố Palo Alto, Palo Alto Medical Foundation, Trung tâm mua sắm Stanford, Đường Welch và Stanford Medical Center; 2) Thứ Ba và Thứ Sáu, xe buýt đi qua bệnh viện Kaiser, Foods Co., Smart & Final, Kmart, Sequoia Station ở thành phố Redwood, và bệnh viện Stanford; và 3) Thứ Tư, xe buýt đi qua Trung tâm mua sắm San Antonio, Costco và Wal-Mart ở Mountain View.

Foster City Connections Shuttle

(650) 286-3236

Foster City Connections Shuttle là một dịch vụ xe buýt miễn phí trong nội ô Foster với hai tuyến đường. Xe buýt hoạt động suốt Thứ Hai đến Thứ Sáu từ 9:30 giờ sáng đến 3:30 chiều. Xe Blue Line phục vụ khu vực phía tây của thành phố và Trung tâm mua sắm Bridgepoint. Tuyến xe Blue Line được kết nối với tuyến xe Red Line và tuyến xe buýt SamTrans 251 tại Trung tâm Foster City Recreation và các địa điểm khác. Các điểm dừng xe buýt tuyến Red Line giống như các điểm dừng của Trans Sam tuyệt 251. Cả hai tuyến này đều kết nối đến ga xe lửa Hillsdale Caltrain.

Foster City Senior Express Shuttle

(650) 286-2585

Senior Shuttle Express là một dịch vụ theo yêu cầu cho các cư dân từ 50 tuổi trở lên của thành phố Foster. Dịch vụ bao gồm đưa đón tại nơi cư trú và dừng tại Foster City Senior Wing hoặc các điểm đỗ theo quy định. Việc đặt chỗ có thể được thực hiện từ 14 ngày trước.

Menlo Park Midday Shuttle

(650) 330-6770

Xe buýt tuyến Midday Menlo Park hoạt động theo một lịch trình hàng giờ từ thứ Hai đến thứ Sáu, 9:30 sáng đến 3:30 chiều. Xe buýt phục vụ đến ga tàu lửa Menlo Park Caltrain, Thư viện Menlo Park, Trung tâm Y tế V.A, Trung tâm người cao niên Menlo Park, các địa điểm mua sắm và bệnh viện Stanford.

Menlo Park Senior Center

(650) 330-2280

Trung tâm người cao niên Menlo Park cung cấp các chương trình y tế, giải trí và giáo dục, cũng như các sự kiện văn hóa và dịch vụ xã hội cho người cao niên. Trung tâm cung cấp các bữa ăn nóng với chế độ dinh dưỡng cân bằng, và dịch vụ chuyển chở trong địa phương đến tận cửa dành cho người già từ Trung tâm vào các ngày trong tuần với chi phí tối thiểu dành cho những người được bảo trợ đã đăng ký.

Redwood City Climate Best Express

(650) 588-1600

Redwood City Climate Best Express cung cấp dịch vụ theo yêu cầu ở khu vực phía Đông của thành phố Redwood và hai điểm dừng bên ngoài khu vực dịch vụ: Veterans Memorial Senior Center và Woodside

Bản quyền tác giả của OUTREACH & Escort, Inc. © 2012

Plaza. Giờ hoạt động từ Thứ Ba đến Thứ Bảy (trừ ngày lễ) 10:00 sáng đến 5:00 chiều.

Redwood City Veterans Memorial Senior Center (650) 780-7270

Trung tâm người cao tuổi Veterans Memorial dành riêng cho vấn đề sức khỏe của người cao tuổi bằng cách tăng cường thể chất, trí tuệ và tinh thần. Việc vận chuyển đi và đến trung tâm hiện diễn ra từ 9:00 giờ sáng đến 4:00 chiều từ thứ Ba đến thứ Năm.

San Bruno Senior Center (650) 616-7150

Trung tâm người cao tuổi San Bruno cung cấp một loạt các lớp học, chương trình, buổi hội thảo, chuyên đề, và các cơ hội làm tình nguyện cho hơn 250 người tuổi từ 50 trở lên. Việc chuyển chỗ được cung cấp tận cửa cho cư dân San Bruno. Việc đặt chỗ bắt buộc thực hiện tối thiểu trước 24 giờ. Dịch vụ được cung cấp từ Thứ Hai đến Thứ Sáu.

San Mateo Senior Center (650) 522-7490

Trung tâm người cao tuổi San Mateo tổ chức các hoạt động pha trộn sôi động, bao gồm các trò chơi, chơi lô tô, và thực đơn ăn trưa. Một phần trong những dịch vụ cung cấp là chuyên chở cho các chuyến đi của nhóm mua thực phẩm địa phương vào thứ Năm đầu tiên và thứ ba của tháng (Chi phí \$ 3.00 chuyển đi hai chiều).

Senior Coastsiders (650) 726-9056

Senior Coastsiders sở hữu 2 xe buýt và cung cấp dịch vụ cho người cao niên ở bên bờ biển San Mateo từ Montara qua Half Moon Bay.

Seniors in Action

(650) 738-7384

Xe van Seniors in Action chuyên chở những người cao niên đi và đến trung tâm người cao niên Pacifica từ Thứ Hai đến Thứ Sáu trong thời gian trưa với thông báo bằng điện thoại trước 24 tiếng. Trung tâm sắp xếp lịch trình hai chuyến mua sắm theo nhóm trong một tháng tới các điểm đến địa phương. Yêu cầu vận chuyển cá nhân đến các cuộc hẹn y tế sẽ được đáp ứng khi kế hoạch cho phép và phải được yêu cầu ít nhất trước 72 giờ.

South San Francisco Senior Center

(650) 829-3824

Dịch vụ chuyên chở của trung tâm người cao niên tại miền Nam San Francisco chủ yếu được sử dụng để vận chuyển khách hàng trong chương trình Adult Day Care đi và về nhà của họ. Việc vận chuyển đến Trung tâm người cao niên El Camino và Trung tâm Magnolia phụ thuộc vào thời gian và địa điểm đón người.

Các chương trình lái xe an toàn cho người cao niên

Khu vực Vịnh San Francisco có các nguồn phương tiện giao thông rộng lớn, phổ biến rộng rãi cho người dân đang gặp khó khăn như



người cao niên và người tàn tật. Các phần trước của cuốn sách hướng dẫn này đã nhắm vào những cá nhân cần các tùy chọn di chuyển cho một số hoặc tất cả các chuyến đi của họ.

Tuy nhiên, có nhiều người cao niên vẫn có thể chủ động lái xe phục vụ cho nhu cầu bản thân hoặc vận chuyển người thân

của mình. Hiện có những chương trình quốc gia và địa phương dành cho những người lái xe kinh nghiệm. Đây là những người có giấy phép lái xe nhưng có thể phải thực hiện một vài điều chỉnh thói quen lái xe do sự thay đổi về thể chất và tinh thần khi già yếu có thể ảnh hưởng đến khả năng lái xe an toàn. Các phần phụ sau đây cung cấp chi tiết về các chương trình lái xe an toàn cho người cao niên cả về hướng dẫn trực tiếp từng người và trực tuyến, địa phương và trên toàn tiểu bang.

AAA Foundation for Traffic Safety



Hiệp hội ô tô Mỹ (AAA) từ lâu đã được công nhận là một tổ chức ủng hộ cho đào tạo lái xe và an

toàn ở miền Bắc California, Nevada và Utah. Đầu những năm 2000, AAA tập trung vào việc thúc đẩy an toàn lái xe cho người cao niên, hỗ trợ các giải pháp như thiết kế đường dễ lái dành cho người cao niên, giáo dục cho người cao niên và gia đình của họ, các phương tiện vận chuyển bổ sung, và các công cụ sàng lọc để giúp người cao niên trở thành các tài xế an toàn hơn. AAA cung cấp nhiều chương trình và lớp học địa phương, và trang web của họ có chứa nhiều bài kiểm tra đánh giá và các tài nguyên hữu ích khác về lái xe an toàn cho người cao niên.

Website: www.aaaseniors.com

Điện thoại: (800) 922-8228

AARP



Được thành lập vào năm 1958, AARP là một tổ chức phi lợi nhuận và phi đảng phái, chuyên giúp đỡ những người tuổi từ 50 trở lên nâng cao chất lượng cuộc sống của họ. Sự mệnh của AARP là nâng cao chất lượng cuộc sống cho mọi công dân Mỹ khi về già, bằng cách tiên phong trong sự thay đổi tích cực về mặt xã hội, và mang lại giá trị cho các thành viên thông qua các thông tin, hỗ trợ, và dịch vụ. Trang web của họ hiện đang tổ chức một chương trình lái xe an toàn để thúc đẩy an toàn giao thông cũng như giúp đỡ các người lái xe cao tuổi duy trì tính chủ động trong việc di chuyển, và nâng cao tính độc lập ở những người cao tuổi.

Website: www.aarp.org/home-garden/transportation

Địa chỉ: 1415 L St, Sacramento, CA 95814

Điện thoại: (886) 448-3614

Hướng dẫn đi lại và lập kế hoạch chuyến đi

Chìa khóa để duy trì một cuộc sống tự chủ và năng động là khả năng di chuyển an toàn và tự tin. Hiện nay, vùng Vịnh có nhiều chương trình sẵn có nhằm cung cấp hỗ trợ và đào tạo cho những người khuyết tật thị giác, thể chất và nhận thức cũng như những người lớn tuổi mong muốn có thể sử dụng các phương tiện giao thông công cộng một cách tự tin.

VTA

VTA có hai chương trình trợ giúp cho việc đào tạo du ngoạn (<http://www.vta.org/senior/services>):

- **Daycations:** “Nhằm giúp người lái xe cao tuổi biết cách sử dụng hệ thống VTA tốt hơn, chúng tôi hiện cung cấp dịch vụ đào tạo kết hợp với các chuyến du ngoạn với tên gọi ‘Daycations’. Các buổi đào tạo sáng sẽ được tổ chức bởi một diễn giả của VTA. Ngay sau đó, họ sẽ được hướng dẫn đến các trung tâm giải trí và mua sắm tùy chọn bằng xe buýt hoặc tàu điện trong quận Santa Clara. Số điện thoại của chúng tôi là (408) 321-2300.”
- **Trip planning:** “Chúng tôi giúp bạn dễ dàng biết cách làm thế nào để đến được nơi mình muốn. Bạn có thể nhận được một hành trình riêng cho mình bằng cách nói chuyện với một trong các đại diện dịch vụ thông tin của chúng tôi (ISR). ISR làm việc từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, 6:00 sáng cho đến 7:00 tối, và thứ Bảy từ 7:30 giờ sáng đến 4:00 chiều. Số điện thoại của chúng tôi là (408) 321-2300.”

OUTREACH

OUTREACH hỗ trợ việc đào tạo du lịch và lập kế hoạch cho chuyến đi. Xin hãy liên lạc với Trung tâm quản lý hỗ trợ di chuyển OUTREACH để biết thêm thông tin.

Website: www.outreach1.org

Địa chỉ: 926 Rock Ave, Suite 10, San Jose, CA 95131

Điện thoại: (408) 436-2865

Santa Clara Valley Blind Center

Trung tâm người mù Santa Clara Valley (SCVBC) đã phục vụ người mù và khiếm thị của San Jose và cộng đồng mở rộng từ năm 1953. SCVBC cung cấp việc phương tiện vận chuyển và dịch vụ đào tạo du lịch như là một phần của các dịch vụ tái hòa nhập nhằm giúp những người mù có được cuộc sống dễ dàng và an toàn hơn.

Website: www.visionbeyondsight.org

Địa chỉ: 101 North Bascom Ave, San Jose CA 95128

Điện thoại: (408) 295-4016

Vista Center for the Blind and Visually Impaired



Trung tâm dành cho người mù và khiếm thị Vista cung cấp chương trình đào tạo di chuyển được điều hành bởi các chuyên gia Hướng dẫn và Di chuyển, những chuyên gia này sẽ dạy cho người lớn và trẻ em bị khiếm khuyết về thị giác các kỹ năng cụ thể cần thiết để xác định đường đi thông qua môi trường xung quanh mình và kỹ năng để đi lại một cách an toàn và hiệu quả tại nhà, trường học, công sở, và trong cộng đồng.

Website: www.vistacenter.org

Địa chỉ: 2470 El Camino Real, Ste 107, Palo Alto, CA 94306

Điện thoại: (650) 858-0202

Các dịch vụ taxi

Các công ty taxi hiện đáp ứng nhu cầu cho các dịch vụ trực tiếp, tức thời. Việc giảm giá cho người cao niên cũng có thể giúp giá cả của phương tiện đi lại này trở nên phải chăng hơn - Luật Thành Phố San Jose (Chương 6.64) ấn định rằng: "Những người khuyết tật hoặc từ 65 tuổi trở lên sẽ được giảm giá ít nhất mười lăm phần trăm (15%) dựa trên tổng giá cước bình thường. Những taxi cung cấp mức cước được trợ giá có thể có mức giảm giá lớn hơn mười lăm phần trăm (15%) tổng giá cước bình thường. Mức giảm giá này áp dụng cho tất cả các công ty taxi hoạt động tại Sân bay Quốc tế San Jose hoặc đang hoạt động theo giấy phép trong thành phố San Jose.

1-800-TAXI

Danh bạ tra cứu điện thoại và trực tuyến của 1-800-TAXI-USA hiện là danh bạ chi tiết đầy đủ và đáng tin cậy nhất, mang đến sự thuận tiện, dễ dàng sử dụng và dễ dàng nhớ các số điện thoại miễn phí để kết nối nhanh chóng người gọi và các hãng taxi địa phương.

Website: www.1800taxiusa.com

Điện thoại: (800) 829-4872

Các nguồn thông tin thêm

Dưới đây là danh sách các các nguồn dịch vụ về con người, sức khỏe, đi lại và trung chuyển bổ sung phục vụ các quận Santa Clara và San Mateo.

Quận Santa Clara

Council on Aging Silicon Valley



Hội đồng người cao tuổi ở Trung tâm thung lũng Silicon cung cấp một hệ thống toàn diện các dịch vụ và hỗ trợ cho cộng đồng người cao tuổi và những người chăm sóc của họ. Đồng thời cho phép họ duy trì được sự độc lập của mình và trang bị cho họ tốt hơn để có thể đưa ra nhiều quyết định chính xác hơn.

Website: www.coasiliconvalley.com

Địa chỉ: 2115 The Alameda, San Jose, CA 95126

Điện thoại: (408) 350-3200

511



511 là số điện thoại và trang web cung cấp thông tin cập nhật từng phút về tình hình giao thông, trung chuyển, dịch vụ đi chung xe và đi xe đạp tại khu vực vùng Vịnh. Dịch vụ này hoàn toàn miễn phí và sẵn có bất cứ khi nào bạn cần – 24 giờ một ngày, 7 ngày một tuần tại bất cứ nơi nào trong 9 quận của thuộc vùng Vịnh.

Website: www.511.org

Hướng dẫn sử dụng dịch vụ bằng điện thoại: quay số “5-1-1” và nói “traffic,” “public transportation,” “ridesharing,” “bicycling,” hay “more choices” để bắt đầu.

211 Quận Santa Clara



211 Santa Clara County, một chương trình của United Way Silicon Valley, là mã quay số miễn phí cung cấp thông tin về thảm họa, sức khỏe và thông tin không khẩn cấp của cộng đồng tại quận

Santa Clara.

Website: www.211scc.org

Địa chỉ: 1400 Parkmoor Ave, Suite 250, San Jose, CA 95126

Điện thoại: Bấm số “2-1-1” trong vùng Santa Clara County
(866) 896-3587 ngoài vùng Santa Clara County

United Way Silicon Valley



United Way Silicon Valley cam kết cải thiện các điều kiện của cộng đồng bằng cách giúp người dân địa phương trở nên ổn định và độc lập về tài chính. Để tạo ra thay đổi tích cực, United Way Silicon Valley giúp mọi người hỗ trợ chính bản thân mình bằng cách xác định các nhu cầu quan trọng, huy động sức mạnh quan tâm của cộng đồng, và bố trí các nguồn lực nhằm đạt được những giải pháp tốt nhất.

Website: www.uwsv.org

Địa chỉ: 1400 Parkmoor Ave, Suite 250, San Jose, CA 95126

Điện thoại: (408) 345-4300

Quận San Mateo

San Mateo County Area on Aging (AAA)



San Mateo County AAA chịu trách nhiệm ký kết hợp đồng với các cơ quan khác của quận, thành phố và các tổ chức dựa vào cộng đồng để cung cấp các dịch vụ cần thiết cho người cao niên và người khuyết tật trong Quận.

Website: www.smchealth.org

Địa chỉ: 225 37th Ave, San Mateo, CA 94403

Điện thoại: (650) 573-5900

211 Bay Area

211 trong Quận San Mateo hỗ trợ việc tìm kiếm thực phẩm, chăm sóc sức khỏe, cung cấp nhà ở, dịch vụ cho người cao niên, chăm sóc trẻ em, trợ giúp pháp lý, giao thông vận chuyển, và nhiều dịch vụ khác. United Way hợp tác với Chương trình Thông tin cộng đồng San Mateo (CIP) để cập nhật và duy trì cơ sở dữ liệu của 211 San Mateo (http://cip.plsinfo.org/whats_in_database.htm).

Website: www.211bayarea.org/san-mateo

Điện thoại: (415) 808-4300

Liên lạc với chúng tôi

Mục tiêu của chúng tôi là cung cấp một danh sách chi tiết và đầy đủ các thông tin về tùy chọn di chuyển trong Quận Santa Clara cho bạn hoặc những người thân yêu của bạn.

Nếu có bất cứ câu hỏi hay ý kiến bổ sung nào, xin vui lòng liên lạc với Trung tâm quản lý hỗ trợ di chuyển OUTREACH:

Địa chỉ: 926 Rock Ave, Suite 10, San Jose, CA 95131

Điện thoại: (408) 436-2865

Fax: (408) 382-0470

Email: admin@outreach2.org

Website: www.outreach1.org

Chúng tôi mở cửa từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, 8 giờ sáng đến 5 giờ chiều. Chúng tôi sẽ cảm thấy rất vui khi được giúp bạn tìm hiểu thêm về bất kỳ các chương trình được liệt kê trong tài liệu hướng dẫn này hoặc bất kỳ chương trình bổ sung hiện có trong khu vực của bạn.

Xin cứ tự nhiên đưa ra đề xuất cho các chương trình khác mà bạn cảm thấy có thể quan trọng để đưa vào trong tài liệu hướng dẫn di chuyển này.