

東灣 仁愛中心

活動日曆和信息, 供您使用

2018年1月活動安排

奧克蘭 / 阿拉米達

每星期一 - 免費有機農場攤位 早上11點至下午2點
(或直到農產品售完為止)

地址: 5709 Market St. Oakland (位於 Arlington 醫療中心)

1月4日 - 健康生活課程 - 免費 (每月第一個星期四)

東奧克蘭老人中心, 工藝室, 地址: 9255 Edes Ave.,
Oakland, 電話: (510) 615-5731, 早上10點至下午2點, 每
日供應午餐, 乘坐BART至Coliseum (體育館), 轉45號公
交車

1月5日 - 奧克蘭亞洲文化中心 - 免費 (每月第一個星
期五)

藝術、表演和遊戲, 晚上6點至8點 地址: 388 9th St., Oakland,
電話: (510) 637-0455, 乘坐BART至第12街, 市中心

1月7日 - 奧克蘭加州博物館 - 每月第一個星期日免費
早上11點至下午5點

地址: 1000 Oak St., Oakland, 電話: (510) 318-8400 乘坐BART
至Lake Merritt, 或乘18號、88號公交車

1月31日 - 服喪支援組 - 免費, 下午4點

地址: 阿拉米達醫院婦女健康中心
2070 Clinton Ave, Alameda 電話: (510) 522-3700

伯克利 / 奧伯尼

1月17日 - 加州大學伯克利分校藝術博物館及太平洋
電影檔案館 - 每月第一個星期四免費, 早上11點至
晚上7點

地址: 2120 Oxford Street, Berkeley, (510) 642-0808

乘坐BART至: 伯克利市中心, 轉6號公交車

1月17日 - 視力退化 / 弱視支援小組 - 免費 每月第三
個星期三, 下午2點至3點半

位於伯克利。欲知詳情, 請致電 Eleanor 詢問, 電話: (510)
866-4781. (510) 428-4911

1月21日 - 週日集會鄰里歌會及見面會 - 免費, 早上
11點

南伯克利老人中心, 地址: 2939 Ellis St, Berkeley 12

10月27日 - 燭光迷宮散步及現場音樂 - 免費

Grace North教會, 地址: 2138 Cedar St. 二樓, Berkeley, 下午
6點至7點

海沃德 / 聖利安住

每星期一、三、五 - 光譜防範摔倒活動 - 免費

地址: Josephine Lum旅館, 2747 Oliver Dr, Hayward, 早上8點
至9點, 或9點15分至10點15分

每星期一、三、五 - 光譜防範摔倒活動 - 免費 電話:
(510) 881-6700

地址: Ashland 社區中心, 1530-167th Ave., San Leandro, 早上9
點45分至10點45分, 或11點15分至12點15分

每週星期二及星期五 - 尋寶舊貨商店, 早上10點至
下午3點30分 電話: (510) 881-6778

地址: Sorensdale 康樂中心九號房 275 Goodwin St., Hayward

1月2、16日 (每月第一、第三個星期二) 出櫃老人 -
免費 現場報名LGBTQQ老人互助組 早上11點30分至
下午2點

海沃德地區老年中心, 電話: (510) 881-6766 地址: 22325 North
3rd Street, Hayward

西康特拉科斯塔縣

1月8、22、29日 (每個星期一) 老年茶會舞會, 赫比
德比樂隊伴奏 - 1美元聖巴勃羅老人中心 - 下午1點至
3點

地址: 1943 Church Ln., San Pablo, 電話: (510)

215-3090 Richmond - 早上8點至9點半

1月10日 - 血壓篩查 (每月第二個星期三) 免費

里士滿Annex老人中心 早上10點到中午12點

地址: 5801 Huntington Ave., Richmond, 電話:

(510) 620-681211

請把即將舉行的老年活動安排
發送到 edavis@cei.elders.org



關注我們

由仁愛中心為您提供 elders.org

 CENTER FOR ELDER'S
independence

新的紅藍卡即將寄出

自2018年四月起, 享受Medicare 聯邦醫保者將會收到印有新的Medicare 會員號碼的新紅藍卡。新卡將在2018年四月至2019年四月期間寄出。

為何換新的會員號碼?

Medicare 不再在紅藍卡上印有您的社安號, 目的在於:

- 更好地保護您的健康和財務隱私
- 防止身份盜竊和舞弊
- 保護納稅人的稅金

每個獨特的“Medicare 受益人識別符”(MBI) 由11個數字和字母組成。您的 MBI 不會基於您的社安號、生日、地址、或其他與您有關的資訊。它沒有任何隱藏含義, 除了獲取醫療服務以外不能用於其他用途。

更新您的住址

請確保 Medicare 有您的最新住址以便您的新卡會安全寄到。如需更新您的住址, 請訪問 ssa.gov/myaccount 或撥打 1-800-772-1213 聯絡社安局。

(使用文字電話請撥打 1-800-325-0778。)

郵寄新卡給每一位需要時間。您可能不會和您的朋友、鄰居或配偶同時收到。

一旦收到新卡, 請妥善保管, 並銷毀舊卡。請立即開始使用新卡。

小心詐騙

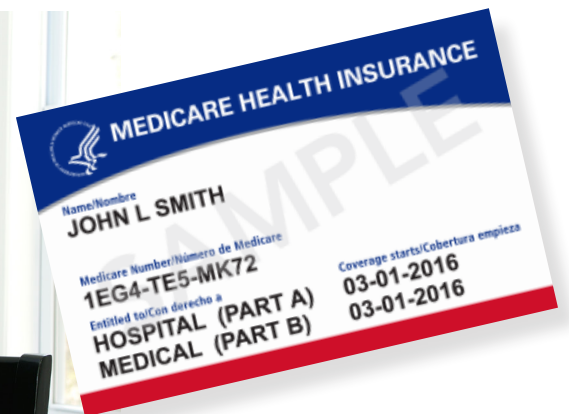
請像保護您的舊卡和其他個人資訊一樣保護您的新卡及卡號。請無將您的紅藍卡(或社安卡)放入皮夾或皮包內隨身攜帶。只有在需要醫療服務時才帶在身上。

新卡無需付費。Medicare 也不會致電索取個人資訊。對就新的紅藍卡聯絡您的人, 您無需理睬。如果接到這類可疑電話, 請掛斷電話並撥打 1-855-613-7080 聯絡加州老年人 Medicare 巡警 (SMP)。SMP 為全國性組織, 旨在幫助老年人防範, 發現並舉報 Medicare 舞弊及醫療費帳單錯誤。

您的福利不會改變

請別忘您的 Medicare 福利和先前一樣。您的醫生和其他醫務工作者已經準備好接受新卡新號。不會影響到您的醫療服務。

如果就 Medicare 您需要協助, 請致電 1-800-434-0222 聯絡醫療保險諮詢和權益保障項目 (HICAP)。



關注我們

由 仁愛中心為您提供 ● elders.org ● 1-844-319-1150

