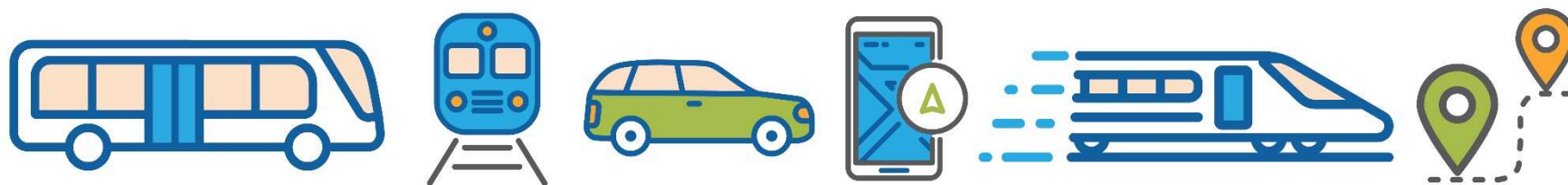


老年人安全乘車指南



聖地牙哥縣居民
交通服務資源指南

由 **Age Well San Diego** 交通和社區連接



團隊的成員提供

COUNTY OF SAN DIEGO
HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY



LIVE WELL
SAN DIEGO

2024 年 9 月更新

目錄








關於老年人安全乘車指南	3
主要交通資源 (FACT、MTS、NCTD、511)	4-7
服務類型	8
查找您的下一次行程	9-31
<i>服務於所有地區的提供商</i>	10-15
<i>服務於中心地區的提供商</i>	16-17
<i>服務於東部地區的提供商</i>	18-19
<i>服務於北部沿海/內陸地區的提供商</i>	20-28
<i>服務於北部中心地區的提供商</i>	29
<i>服務於南部地區的提供商</i>	30-31
智慧型手機應用程式技術指南	32-33
交通和運輸應用程式	34
交通術語	35-43
Age Well San Diego	44

請注意： 請直接聯絡交通提供商以獲取最新資訊。

關於老年人安全乘車指南



聖地牙哥縣擁有強大的交通方案和服務網路，幫助老年人继续保持獨立、能四处行动和与社交联系。作為 *Age Well San Diego* 倡議的一部分，交通運輸、老齡化和社會服務領域的專家共同編製了《**老年人安全乘車指南**》，這是聖地牙哥縣提供的交通服務的資源指南。《**老年人安全乘車指南**》包含以下部分：

-  **主要運輸交通資源：**瞭解受該地區廣泛運用的交通計劃及機構。
-  **服務類型：**詳細瞭解乘客可以獲得的不同的幫助。
-  **查找您的下一次行程：**交通運輸提供商根據其服務的區域列出。首先查看「所有地區」部分，然後查看您所居住地區的部分。瞭解相關費用、資格要求、援助級別和使用限制。
-  **智慧型手機應用程式技術指南：**有關如何在 iPhone 或 Android 上搜索和下載應用程式的說明。
-  **交通和運輸應用程式：**可供下載的免費交通和運輸應用程式清單，例如 Uber 和 Lyft。
-  **交通術語：**讓您自己熟悉一般公共交通和運輸術語。
-  **改善我們地區的交通：**詳細瞭解該縣為改善交通狀況所做的努力。

請注意：請直接聯絡交通提供商以獲取最新資訊。

主要交通資源：FACT

FACT 簡介

促進協調交通 (FACT) 是一個成立於 2005 年的非營利機構，2006 年被聖地牙哥政府協會 (SANDAG) 指定為綜合交通服務機構 (CTSA)，負責協調聖地牙哥縣的公共、非營利、私人和其他交通服務。FACT 致力於改善老年人、殘疾人、退伍軍人和收入弱勢群體的交通便利性，並填補現有服務的空白。FACT 為那些正在尋找交通工具的人推薦最合適的交通方式，為他們提供流動管理服務。



聯絡資訊

516 Civic Center Drive, Oceanside, CA 92054

www.factsd.org

請致電 (888) 924-3228 獲取資訊或呼叫接送

FACT 為聖地牙哥縣 60 歲以上的老年人，以及殘障人士提供 RideFACT 計畫。RideFACT 提供週一至週五的路邊接送服務。請於預計出行日期前 3 至 7 天致電 (888) 924-3228 進行預約。

單程車資為 5 美元至 20 美元。

主要交通資源： MTS

MTS 關於

大都會交通服務 (MTS) 是一家聯邦監管的交通提供商，為聖地牙哥縣超過 300 萬人提供交通服務。MTS 直接或透過與私人營運商簽訂合約提供巴士和鐵路服務，並為無法使用 MTS 固定路線巴士和無軌電車服務的殘障客戶提供輔助客運服務。乘客可以使用 PRONTO - San Diego 應用程式或訪問 www.ridepronto.com 註冊帳戶並支付旅途費用和通行車票。



1255 Imperial Avenue, Suite 1000, San Diego, CA 92101 | www.sdmts.com | (619) 557-4555

如需計劃行程協助，請致電 (619) 233-3004

對於 MTS Security，請致電 (619) 595-4960 或傳送簡訊至 (619) 318-1338

單程票和通票 (老年人 (65 歲以上) /殘障人士/醫療保險)

單程票		通票
MTS Trolley: 1.25 美元	MTS Rapid Express/Premium (280、290 路線) : 2.50 美元	30 日通票: 23 美元或 32 美元 (高級區域)
MTS Bus: 1.25 美元	MTS Rural (路線 888、891、892、894) : 4 美元	1 日通票: 3 美元或 6 美元 (高級區域)
MTS Rapid: 1.25 美元	MTS Access: 5 美元	1 日 Coaster 客車通票: 7.50 美元或 58 美元 (30 天)

老年人/殘障人士/醫療保險的票價資訊可在以下網址找到: <https://www.sdmts.com/fares-passes>

主要交通資源： NCTD

NCTD 簡介

北縣交通區 (NCTD) 是一家特殊的地區交通機構，在北聖地牙哥縣提供交通服務。乘客可以使用 PRONTO - San Diego 應用程式或造訪 www.ridepronto.com 註冊帳戶並購買單程票和通票。



聯絡資訊

205 South Tremont Street, Oceanside, CA 92054

www.gonctd.com

(760) 966-6500

單程票和通票 (老年人 (65 歲以上) /殘障人士/醫療保險)

BREEZE Bus: 1.25 美元	Coaster 客車 3 區: 3.25 美元 (30 天通票為 58 美元)
SPRINTER Hybrid Rail: 1.25 美元	區域通票 (SPRINTER、BREEZE、MTS Buss、MTS Trolley、MTS Rapid) : 3 美元 (30 天通票為 23 美元)
FLEX 需求回應 (372): 5 美元/372 除外: 2.50 美元	高級區域通票 (區域通票加 MTS Rapid Express) : 6 美元 (或 30 天通票 32 美元)
Coaster 客車 1 區: 2.50 美元 (30 天通票 58 美元)	沿海地區通票 (高級區域通票加上 COASTER 和 MTS Rural) : 7.50 美元
Coaster 客車 2 區: 2.75 美元 (30 天通票 58 美元)	

老年人/殘障人士/醫療保險的票價資訊可在以下網址找到: <https://gonctd.com/fares/fares-passes/>

主要交通資源：511

511 簡介

511 網站將聖地牙哥的區域交通資訊整合為一站式資源。511 提供有關交通狀況、事故和駕駛時間、公共交通 (MTS、NCTD 等) 的時間表、路線和票價資訊、汽車拼車和小客車拼車推薦、騎單車資訊等資訊。自動 511 服務每週 7 天、每天 24 小時提供服務，可以透過在聖地牙哥縣撥打 511 或撥打 1-855-GO-SD-511 來聯絡。



聯絡資訊

401 B Street, Suite 800, San Diego, CA 92101

www.511sd.com

(619) 699-1900 | 1-855-GO-SD-511

特色

交通情況：

- 功能齊全且精簡的地圖，包括當前事件和施工資訊。

公共交通：

- 如果您已經知道路線，請使用 Transit Trip Planner 工具檢視地圖。
- 高速公路服務巡邏隊 (FSP) 可以為駕駛人士提供一加侖汽油、更換漏氣輪胎、搭電啟動汽車以及為散熱器加水等協助。如果 FSP 無法讓車輛行駛，他們將免費將車輛拖到安全的預定位置。

服務類型

協助
等級

低

路邊接送服務：

- 客運車輛在乘客家或目的地前的路邊或車道上接送乘客的運輸方式。
- 在路邊接送服務中，司機不會協助乘客步行或跑樓梯送到家或目的地門口。

門到門接送服務：

- 一種包括從車輛到住家或其目的地門口之間為乘客提供幫助運輸方式。

登門接送服務：

- 一種司機通過住所或目的地大門進屋提供協助的運輸方式。

非緊急醫療運輸：

- 為沒有緊急情況卻需要比計程車或其他交通服務能提供的更多幫助的個人所提供的交通服務。
- 車輛通常專門配備用於運送輪椅、擔架或有其他特殊需要的乘客。
- 在某些情況下，您的健康計畫可能會涵蓋這種運輸方式。

高

查找您的下一次行程

本部分列出了為聖地牙哥縣所有地區提供服務的運輸提供商，以及僅為特定地區（中部、東部、北部沿海/內陸、中北部和南部）提供服務的提供商。

要找人進行下一次行程，請搜索「所有地區」部分以及您的家/出發點所在的地區部分。每個部分都用顏色碼區分，如下所示。

所有地區 (第 10 – 15 頁)

中部 (第 16 – 17 頁)

東部 (第 18 – 19 頁)

北海岸/內陸地區 (第 20 – 28 頁)

中北部 (第 29 頁)

南部 (第 30 – 31 頁)

請注意： 請直接聯絡交通提供商以獲取最新資訊。

查找您的下一次行程

所有地區*					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
美國癌症協會的康復之路 (888) 227-6333 cancer.org	路邊接送 (能走動的人士) *會載送移動裝置	免費; 根據可提供服務 志願者人數而定	必須有癌症診斷; 以及可能適用的其他資格要求	全縣; 可能以郵遞區號而定	將診斷患有癌症的患者 送往與癌症相關的醫療 預約; 可於預約日期的 3 週前至數天前預訂 (至少 25 小時前)
Black Tiger Transportation (619) 457-0577 btmedtransport.com	門到門接送 (無樓梯) *輪椅升降機/會載送移動裝置* 額外支付 50 美元即可使用樓梯椅	單程 40 美元, 每英哩 5 美元 (能走動的人士) 單程 60 美元, 每英哩 5 美元 (不能走動的人士) 單程 150 美元, 每英哩 7 美元 (輪床)	無資格要求	全縣	24/7 全天候非緊急醫療運輸; 必須至少提前 48 小時預訂接送 (同一天的接送取決於是否能提供服務)
殘障美國退伍軍人 (858) 552-7470 dav.org	路邊接送 門到門接送 *不接受輪椅或輪床	免費	必須是退伍軍人且能走動的人士; 預約必須在中午 12 點之前結束才能使用服務 (洋邊市除外)	全縣	預約往返 VA 醫療中心、 米遜谷和洋邊市診所的醫療 必須至少提前兩週預訂

查找您的下一次行程

所有地區*					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
GoGoGrandparent (855) 464-6872 gogograndparent.com	能走動的人士 路邊接送 *會載送移動裝置	每月 10.39 美元的會員費; Uber/Lyft 車資加上每分鐘 0.27 美元	無資格要求; 需要註冊和啟動會員資格	全縣	100 英哩內的 24/7 全天候雜貨購物、醫療預約、跑腿等交通服務; 必須至少提前 15 分鐘預訂乘車服務
Lyft lyft.com	路邊接送 *啟用無障礙模式後可使用輪椅	按行程哩數而定	無資格要求	全縣	任何用途; 即時服務
MTS Access (844) 299-6326 sdmts/access.com	路邊接送 門到門接送 *輪椅升降機/會載送移動裝置	所有 MTS 區域的單程票 5 美元; 10 張套票 50 美元	必須獲得 ADA 認證; 需要申請	致電以確定您的出發地/目的地是否在服務區域內	任何用途; 必須至少提前於出行前一天下午 5 點預訂

*沒找到您要找的內容嗎? 後續部分按地區列出了其他提供商。

查找您的下一次行程

所有地區*					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
NCTD LIFT (760) 726-1111 gonctd.com/services/lift-paratransit/	路邊接送 *輪椅升降機/會載送移動裝置	單程票 5 美元; 10 張套票 50 美元	必須經過認證符合資格; 需要申請	致電以確定您的出發地/目的地是否在服務區域內	任何用途; 必須至少提前 1 天預訂
On the Go Navigator (858) 637-7320 (已報名) (858) 637-3210 (準備報名) jfssd.org	路邊接送 *會載送移動裝置	Lyft 乘車費用加上單程 6 美元的服務費	60 歲以上, 且擁有效期內的 On the Go 註冊狀態	全縣	任何用途; 必須至少提前 30 分鐘預訂接送服務, 週一至週五上午 8 點至下午 4 點適用
聖伊西德羅健康交通計畫 (619) 931-1998 www.syhealth.org/services/transportation	門到門接送 *輪椅升降機、運輸折疊輪椅	免費	必須是聖伊西德羅患者並且沒有往返診所的交通工具	全縣	每月最多 3 次往返聖伊西德羅診所的交通; 預約時安排交通, 但至少提前兩週做好預約

*沒找到您要找的內容嗎? 後續部分按地區列出了其他提供商。

查找您的下一次行程

所有地區*					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
Sol Transportation (866) 765-3177 soltransportation.com	門到門接送 *輪椅升降機/會 載送移動裝置	服務費 50 美元 + 4.50 美元/英 哩 (輪椅) ; 服務費 200 美 元 + 6 美元/英 哩	無資格要求	全縣	供非緊急能走動的人士 和不能走動的人士輪椅 運輸; 主要為醫療預約 提供服務
TLC Medical Transport (619) 284-7433 tlcride.com	路邊接送 門到門接送 *輪椅升降機/會 載送移動裝置	服務費 85 美元 + 6 美元/英哩 (輪椅車) ; 服務費 225 美 元 + 12 美元/英 哩 (輪床廂型 車)	無資格要求	全縣	非緊急輪椅和輪床運 輸; 可以透過電話或線 上安排當日行程

*沒找到您要找的內容嗎? 後續部分按地區列出了其他提供商。

查找您的下一次行程

所有地區*					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
Transit Van Shuttle (866) 537-9778 transitvanshuttle.com	門到門接送	按行程哩數而定	無資格要求	全縣	前往任何目的地的包機服務和非緊急醫療運輸；必須至少提前 1 天預訂
Travelers Aid Society of San Diego SenioRide (619) 295-8393 分機 314 *僅限醫療/購物乘車 travelersaidsandiego.org	門到門接送 *會載送移動裝置 (取決於供應商要求)	免費	60 歲以上低收入老年人	全縣	免費交通選項選單，包括年長者巴士票、MTS Access/LYFT 優惠券，和志願者司機計畫 (提供情形待定)

*沒找到您要找的內容嗎？後續部分按地區列出了其他提供商。

查找您的下一次行程

所有地區*					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
Uber uber.com	路邊接送 *啟用 Wav 後可 使用輪椅	按行程哩數而 定	無資格要求	全縣	任何用途; 即時服務
Yellow Taxicab (619) 444-4444 (858) 444-4444 (760) 444-4444 driveu.com	路邊接送 *會載送移動裝 置	3 美元固定費用 另加 3.30 美元/ 英哩。 *可享受 10% 老 年人折扣	無資格要求	全縣	任何用途; 即時服務

*沒找到您要找的內容嗎? 後續部分按地區列出了其他提供商。

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為中部地區提供服務的其他提供商。

中部					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域/郵遞區號	使用情況和服務可用性
救世軍老年人營養計畫 希望之門) (858) 483-1831 分機 9 salvationarmy.org	門到門接送 *會載送移動裝置 (不含輪椅)	建議捐款 2 美元	60 歲以上; 必須參加營養計畫	聖地牙哥市 (92111、 92117、92123)	前往都市區參加老年人營養計畫的團體交通; 需提前 1 天預訂乘車
Seniors A Go Go (619) 284-9281 elderhelpofsandiego.org	路邊接送 門到門接送 登門接送 *會運送手杖或助行器	捐贈為主	60 歲以上; 需要申請	縣的中部及東部和北部部分地區 – 致電以確定您的出發地區域是否在服務區域內	前往醫療預約的交通; 根據志願者的能力, 可能會提供前往其他目的地的乘車服務; 報名後, 必須至少提前 1 週預訂行程

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為中部地區提供服務的其他提供商。

中部					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
Travelers Aid Society of San Diego Senior Solutions (CDBG) (619) 295-8393 分機 314 travelersaidsandiego.org	門到門接送 (能走動的人士和不能走動的人士) ; Lyft、Uber、MTS Access、計程車	免費	62 歲以上; 30% 急性心肌梗死; 聖地牙哥市居民; 被診斷患有免疫功能低下的病症	聖地牙哥市 (921-郵遞區號)	必要出行的交通 (醫療、雜貨、藥房、銀行、市政) ; 必須在接受服務之前獲得批准
退伍軍人交通服務 (858) 552-7572 sandiego.va.gov	路邊接送 門到門接送 *可使用輪椅	免費	必須是退伍軍人; 預約必須在退伍軍人事務部	聖地牙哥市 (丘拉維斯塔和埃爾卡洪市的其他選擇)	往返 VA 醫療中心和診所的醫療運輸; 必須至少提前 2 個工作日預訂

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為東部地區提供服務的其他提供商。

東部					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
La Maestra Family Clinic Transportation (619) 280-4213 (619) 779-7900 (要求交通服務) lamaestra.org	路邊接送	免費	必須是沒有交通選擇的 La Maestra 患者	距 Fairmount Avenue 診所 5 英里範圍內	往返 Fairmount Avenue 診所或專科醫生的醫療交通；預約時安排交通
On the Go Rides & Smiles (858) 637-7320 (已報名) (858) 637-3210 (準備報名) jfssd.org	路邊接送 *會載送移動裝置	善款為基礎的計畫	60 歲以上，交通不便；需要申請	僅限聖地牙哥東部和北部以及北部內陸縣（某些郵遞區號，請參閱網站）	個人乘車前往醫療和個人預約、社交活動、辦事等，每個月最多 8 次；必須至少提前 7 天預訂

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為東部地區提供服務的其他提供商。

東部					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
Seniors A Go Go (619) 284-9281 elderhelpofsandiego.org	路邊接送 門到門接送 登門接送 *會運送手杖或助行器	捐贈為主	60 歲以上；需要申請	縣的中部及東部和北部部分地區 – 致電以確定您的出發區域是否在服務區域內	前往醫療預約的交通。根據志願者的能力，可能會提供前往其他目的地的乘車服務。報名後，必須至少提前 1 週預訂行程
救世軍老年人營養計畫 (619) 592-8292 salvationarmy.org	門到門接送 *會載送移動裝置	建議捐款 2 美元	60 歲以上；必須參加營養計畫	艾爾卡洪市 (92019、92020、92021)	前往艾爾卡洪參加老年人營養計畫的團體交通；需提前 1 天預訂乘車
退伍軍人交通服務 (858) 552-7572 sandiego.va.gov	路邊接送 門到門接送 *可使用輪椅	免費	必須是退伍軍人；預約必須在退伍軍人事務部	艾爾卡洪市 (丘拉維斯塔和聖地牙哥等城市的其他選擇)	往返 VA 醫療中心和診所的醫療運輸；必須至少提前 2 天預訂

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
Carlsbad West Taxi Company (760) 710-7373 carlsbadwesttaxi.com	路邊接送 *會載送移動裝置/折疊輪椅	4 美元/英哩 (最低 80 美元)	無資格要求	卡爾斯巴德、洋邊市、恩西尼塔斯、維斯塔、聖馬科斯、埃斯孔迪多等城市	前往社交活動、辦事、醫療應用、雜貨店等的交通；提供較低的機場費率。 服務時間為 早上 4 點至晚上 9 點

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
聖馬科斯市老年人中心 交通午餐班車 (760) 744-5535 分機 3605 san-marcos.net	路邊接送 *輪椅升降機/會 載送移動裝置	單程捐款 1 美 元; 建議捐款 4 美元作為午餐	聖馬科斯 60 歲 以上居民	聖馬科斯市; 不為聖馬科斯湖 的居民提供服務	週一至週五往返營養計 畫的交通; 必須預先報 名參加午餐計畫。必須 在午餐前的一個工作日 下午 2 點之前預訂
聖馬科斯市搭便車! (760) 744-5535 分機 3605 san-marcos.net	路邊接送 *輪椅升降機/會 載送移動裝置	城市範圍內單 程旅行 2.50 美 元, 或 20 英哩 內單程旅行 5 美元 (僅限醫 療旅行)	60 歲以上、月 收入低於 3,796 美元且沒有其他 交通工具的聖馬 科斯居民; 需要 預約申請	聖馬科斯市; 不 為聖馬科斯湖的 居民提供服務	城市範圍內任何目的的 交通以及城市範圍內/外 的醫療行程; 必須至少 提前 1 週預訂

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
維斯塔市老年人營養計畫 (760) 643-5288 cityofvista.com *需要在午餐日前 1 個工作日 進行預訂; 午餐供應時間: 中午 12 點至中午 12:30	門到門接送 (能 走動的人士) *輪椅升降機/會載 送移動裝置	建議捐款 1 美元 往返	60 歲以上的維 斯塔居民; 需要申請	維斯塔市	往返 Gloria McClellan 成 人活動和資源中心營養計 畫的交通; 必須在午餐前 一天的下午 1 點前進行 預訂。
德爾馬社區連接 Sassy 底盤廂式貨車服務 (858) 792-7565 dmcc.cc/transportation	路邊接送	免費	德爾馬市及部分 郵遞區號 92014 的 60 歲以上無 法駕駛居民; 需 要申請。必須接 種 COVID-19 疫 苗。	德爾馬市	前往零售店和雜貨店進行 必需品購物的團體交通; 必須在乘車前 1 週預訂

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
德爾馬社區連接個人化乘車 (858) 792-7565 dmcc.cc/transportation	門到門接送；路邊接送	免費	德爾馬市及部分郵遞區號 92014 的 60 歲以上無法駕駛居民；需要申請。必須接種 COVID-19 疫苗。	德爾馬市	前往零售店和雜貨店進行必需品購物的團體交通；必須在乘車前 1 週預訂
德爾馬社區連接 Foxy Flyer 輪椅搭乘 (858) 792-7565 dmcc.cc/transportation	門到門輪椅搭乘	免費	郵遞區號為 92014 的使用輪椅的成年居民；需要申請；必須接種 COVID-19 疫苗	德爾馬市	前往醫療預約或必要的差事的交通；必須在乘車前 1 週預訂

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
恩西尼塔斯老年人中心 午餐交通 (760) 943-2258 encinitas.ca.us	路邊接送 *可運送步行者	建議捐款 4 美 元往返	恩西尼塔斯 60 歲以上居民，不 允許 60 歲以下 的客人搭乘；需 要申請	恩西尼塔斯市 (92007、92024)	往返中心營養計畫的交 通（建議 60 歲以上人 士捐贈 4 美元午餐）； 必須在乘車前一個工作 日中午 12 點之前預訂
老年人照護廂型車計畫 基金會 (760) 723-7570 foundationforseniorcare.org	門到門接送 *會載送移動裝置	建議捐款 10 美 元往返；透過 旅行者援助詢 問低收入服務	60 歲以上老年 人和殘障成年 人；需附資格表	Fallbrook、 Bonsall、 Rainbow 和 De Luz	M – F 往返成人日間計 畫、健康預約、雜貨 店、藥房等的交通；雜 貨送貨上門；至少提前 48 小時預訂
Go Oceanside (760) 435-5155 ci.oceanside.ca.us	登門接送（志願 者司機和接送 服務）	免費志願司機 和班車服務	65 歲以上的洋 邊市居民；需要 申請	洋邊市	醫療預約的交通；必須 至少提前 1 週、最多提 前 2 個月預訂；每人每 月限乘 4 次；亦提供雜 貨採買服務，詳情請聯 絡洽詢

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
North County Transit District LIFT (760) 726-1111 gonctd.com/lift	路邊接送 *可使用輪椅	單程票 5 美元 或 10 張票 50 美元	必須有殘障並符合特定標準；造訪網站或致電以瞭解更多資訊	聖地牙哥北內陸和北海岸的大部分地區 (*巴士路線內 3/4 英哩)	醫療應用、雜貨購物、跑腿等的交通；必須在乘車前 1-7 天預訂
On the Go Rides & Smiles (858) 637-7320 (已報名) (858) 637-3210 (準備報名) ifssd.org	路邊接送 *會載送移動裝置	善款為基礎的計畫	60 歲以上，交通不便；需要申請	僅限聖地牙哥東部和北部以及北部內陸縣 (某些郵遞區號，請參閱網站)	個人乘車前往醫療和個人預約、社交活動、辦事等，每個月最多 8 次；必須至少提前 7 天預訂

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
Out & About 維斯塔市 老年人班車 (760) 643-5284 cityofvista.com	路邊接送 * 輪椅升降機/會 載送移動裝置	往返 5 美元; 單程 3 美元 (如果等候時間超過 45 分鐘); 志願者司機服務, 20 英哩內 6 美元, 20 英哩或以上 12 美元; 打折計程車優惠券	維斯塔居民, 60 歲以上; 需要申請	維斯塔市 (維斯塔以外地區提供志願者司機計畫和打車優惠券)	團體班車前往購物 – 週一、週三; 個人/小團體醫療預約週二、週四、週五 (可能會因供應情況而發生變化); 必須至少提前 1 天預訂 (醫療需要 2 天, 志願者司機計畫需要 1 週), 最好提前一週預訂
公園大道社區中心交通 (760) 839-4803 www.escondido.org/older-adult-services	路邊接送	建議單程捐款 1 美元	60 歲以上; 需要申請; 乘車次數有限	埃斯孔迪多市	前往中心營養計畫的交通; 必須提前 48 小時預訂 (週一至週五節假日除外)

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
埃斯孔迪多計程車優惠券 計畫老年人服務委員會 728 N Broadway, Escondido, CA 92025 (760) 480-0611 escondido-senior-services.org	路邊接送	免費	50 歲以上且 沒有其他交通工具的 埃斯孔迪多居民； 1- 2 人家庭年收入 <30,000 美元； 親自攜帶收入證明和 帶有出生日期的帶照 片的身分證件 申請	埃斯孔迪多市	僅限埃斯孔迪多醫療預 約、購物、銀行業務等 的計程車優惠券；週二 和週三上午 9 點至上午 11:30 索取小冊子；可 以在市政府辦公室領取 或安排郵寄優惠券
索拉納海灘電話叫車計程 車優惠券計畫 (858) 720-2400 ci.solana-beach.ca.us	路邊接送 *會 載送移動裝置	每本小冊子 7.50 美元 (價 值 20 美元) ； 每月允許使用 一本小冊子	索拉納海灘 65 歲 以上或符合收入 要求的身體殘障 居民； 需要批准 的申請	索拉納海灘市	任何用途； 付款後將透 過郵件收到優惠券 (目 前僅 Yellow Cab 和 Courtesy Cab 接受)

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為北部沿海/內陸地區提供服務的其他提供商。

北海岸/內陸					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
三城病患運輸快線 (760) 940-7433 tricitymed.org	路邊接送 *輪椅升降機/會載 送移動裝置	免費	沒有其他交通工具的三城病患	聖馬科斯、維斯塔、卡爾斯巴德、洋邊市等城市	僅限於往返醫療預約的交通；上午 7:30 - 下午 3:00，必須至少提前 1 天預訂，醫療預約確認後請立即來電；
維斯塔社區診所交通 (844) 308-5003 vistacommunityclinic.org	路邊接送 門到門接送	免費	僅限無法使用其他交通工具的門診 VCC 患者；	維斯塔市和洋邊市	往返診所地點的交通；必須至少提前 24 小時預訂（致電確認是否有空位）；
北縣黃色計程車 (760) 444-4444 driveu.com	路邊接送 *會載送移動裝置	2.80 美元固定費用另加 3 美元/英哩	無資格要求	僅限北部內陸和沿海地區	任何用途；即時服務

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為中北部地方提供服務的其他提供商。

中北部

名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
Out & About Peninsula (619) 223-1640 sdcvdc.org/programs	路邊接送 (志願司機服務) 登門接送 (廂型車服務) *會載送移動裝置	每年會員費 85 美元 購物車費用建議捐款 5 美元; 志願司機服務不收取任何費用	65 歲以上; 必須為 Peninsula Shepard Center 註冊會員	郵遞區號: 92106、92107、92110	醫療預約、雜貨購物等交通; 購物車必須至少提前 1 天預訂, 志願者司機服務必須提前 1 週預訂
Seniors A Go Go (619) 284-9281 elderhelpofsandiego.org	路邊接送 門到門接送 登門接送 *會運送手杖或助行器	捐贈為主	60 歲以上; 需要申請	縣的中部和北部部分地區 – 致電以確定您的出發地區是否在服務區域內	前往醫療預約的交通。根據志願者的能力, 可能會提供前往其他目的地的乘車服務; 報名後, 必須至少提前 1 週預訂行程

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為南部地區提供服務的其他提供商。

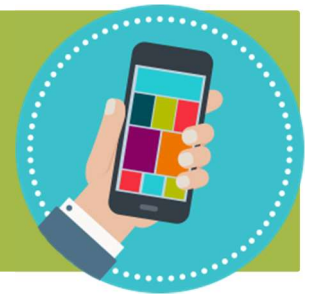
南部					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
IB Shuffling (619) 808-3970 www.ibshuffling.com	路邊接送 *可以載送移動裝置	靈活的定價; 2 人以上團體至少 10 美元, 每個座位 5 美元	無限制	帝國海灘市	帝國海灘周邊交通, 乘車使用無限制; 每天上午 8 點至凌晨 2 點提供服務
Paradise Health & Senior Center Transportation (619) 585-4257 paradisevalleyhospital.net	路邊接送 *輪椅升降機/會載送移動裝置	免費	天堂谷醫院 65 歲以上患者	納欣諾市和丘拉維斯塔市	僅限醫療運輸; 預約時安排乘車 服務時間: 上午 10 點至中午 12 點
Renewing Life (619) 517-3239 renewinglife4SD.com	路邊接送 門到門接送 登門接送 *將收費載送移動裝置	免費	必須是居住在符合條件之服務地點的 60 歲以上老年人和/或有殘障	Congregational Towers、Harvest Ridge、Towne Centre Manor 和 Summercrest	前往醫療預約的交通; 致電瞭解更多資訊; 必須至少提前 3 天預訂

查找您的下一次行程

請務必檢查從第 10 頁開始的「所有地區」部分，以查找為南部地區提供服務的其他提供商。

南部					
名稱	服務類型	費用	資格	出發區域	使用情況和服務可用性
救世軍老年人營養計畫 (619) 498-0298 salvationarmy.org	門到門接送 *會載送移動裝置	建議捐款 2 美元	60 歲以上; 必須參加營養計畫	丘拉維斯塔市 (91910、 91911)	前往丘拉維斯塔高級營養計畫的團體交通; 必須提前 1 天預訂
退伍軍人交通服務 (858) 552-7572 sandiego.va.gov	路邊接送 門到門接送 *可使用輪椅	免費	必須是退伍軍人; 預約必須在退伍軍人事務部	丘拉維斯塔市 (聖地牙哥和 埃爾卡洪市的 其他選擇)	往返 VA 醫療中心和診所的醫療運輸; 必須至少提前 2 個工作日預訂

智慧型手機應用程式技術指南



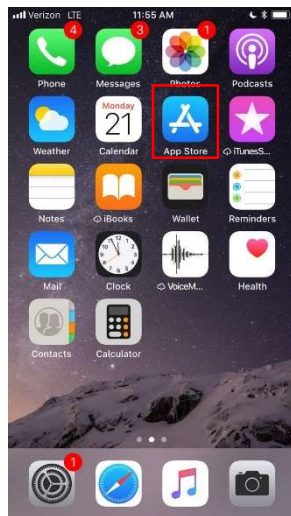
透過使用智慧型手機或平板電腦，您可以存取各種交通資源。以下說明將引導您逐步使用 iPhone、iPad 或 Android（任何非 Apple 產品）裝置搜索和下載有用應用程式。

在 App Store (iPhone) 中搜索並下載應用程式

步驟 1

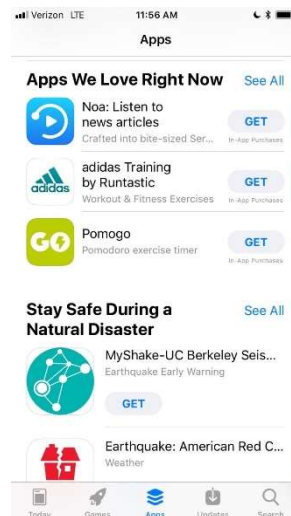
開啟

App Store



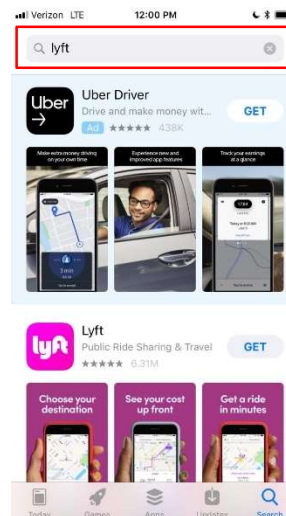
步驟 2

點擊



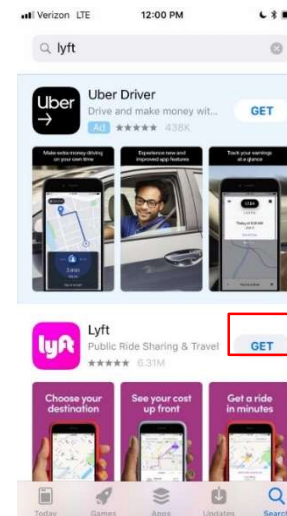
步驟 3

輸入應用程式名稱



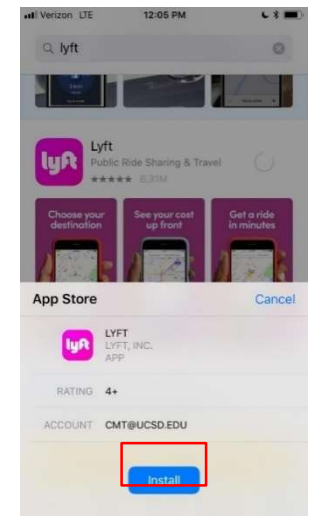
步驟 4

點擊獲取



步驟 5

點擊安裝



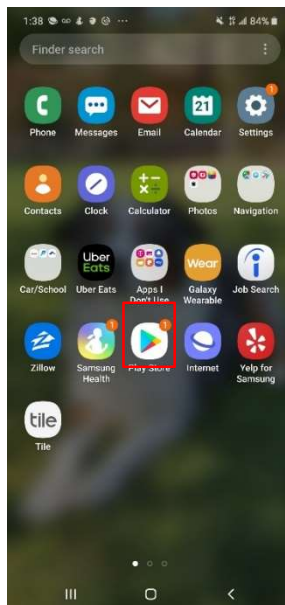
智慧型手機應用程式技術指南



在 Play Store (Android) 中搜索並下載應用程式

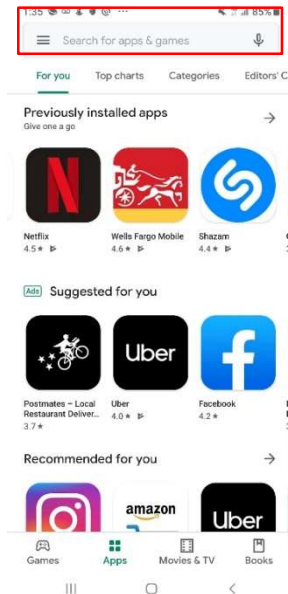
步驟 1

開啟 Play Store



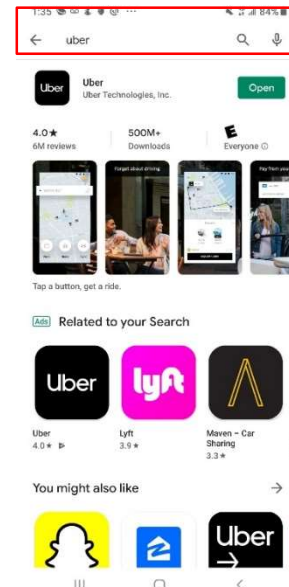
步驟 2

點擊搜索列



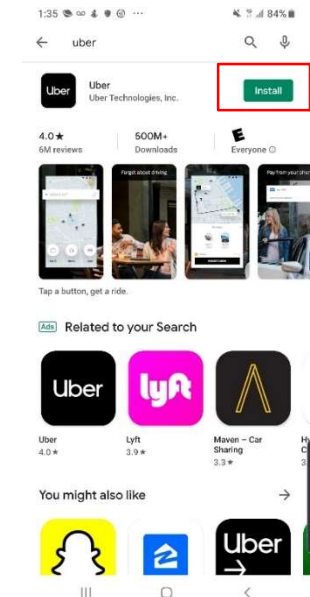
步驟 3

輸入應用程式名稱



步驟 4

點擊安裝



交通和運輸應用程式



名稱	費用	說明
Google 地圖	免費	<ul style="list-style-type: none"> 提供衛星圖像、航空攝影、街道地圖、360°街道全景、即時交通狀況以及步行、汽車、自行車、航空或公共交通的路線規劃
Lyft	按行程哩數而定	<ul style="list-style-type: none"> 向附近的司機叫車 應用程式顯示駕駛員的姓名、評分以及駕駛員/汽車的照片
One Bus Away	免費	<ul style="list-style-type: none"> MTS 巴士路線應用程式提供聖地牙哥的即時交通資料 設定出發提醒、跟蹤您的路線並儲存您最喜歡的路線
PRONTO – 聖地牙哥	免費	<ul style="list-style-type: none"> 購買 MTS 和 NCTD 交通服務的車票和票 建立個人資料、規劃路線並跟蹤到達狀態
Transit App	免費	<ul style="list-style-type: none"> 透過準確的即時預測、簡單的行程計畫、分步導航、服務中斷通知以及出發和停靠提醒來對您所在城市的公共交通系統進行導航
Transit Tracker – 聖地牙哥	免費	<ul style="list-style-type: none"> 只需快速輕按兩下即可查找最近的巴士站和預定網站，並查看即將發車的班次
Uber	按行程哩數而定	<ul style="list-style-type: none"> 向附近的司機叫車 應用程式顯示駕駛員的姓名、評分以及駕駛員/汽車的照片
Waze	免費	<ul style="list-style-type: none"> GPS 導航軟體應用程式有助於尋找方向並避免交通擁堵 提供導航資訊、行程時間和路線詳細資訊

交通術語

A

便利性：設施（包括交通車輛）無障礙的程度以及可供殘障人士（包括輪椅使用者）使用的程度。

ADA 補充輔助交通服務：《美國殘障法案》(ADA) 要求提供固定路線服務的公共交通機構向因殘障而無法使用固定路線巴士或鐵路服務的殘障人士提供「補充輔助交通」服務。ADA 法規具體定義了有權享受此項服務的客戶群體，這是一項公民權利。這些法規還定義了該服務必須滿足的最低服務特徵，才能被視為等同於其旨在補充的固定路線服務。一般來說 ADA 補充輔助交通服務必須在巴士路線或火車站 3/4 英哩範圍內、同一時間和同一天提供，價格不得超過常規固定路線票價的兩倍。

美國殘障法案 (ADA)：該法案於 1990 年由國會通過，規定殘障人士在就業、交通、通訊和公共住宿等領域享有平等機會。根據 ADA，大多數交通提供商有義務為其固定路線服務購買配備電梯的車輛，並且必須確保在整個系統範圍內為殘障人士提供按需回應服務。公共交通提供商還必須為那些因殘障而無法使用固定路線服務的人提供輔助客運服務來補充其固定路線服務。

老齡化管理 (AoA)：美國衛生與公眾服務部的一個機構，由負責老齡化事務的助理部長領導。根據 AoA 的授權，它是聯邦老年人事務協調中心和宣導機構，負責管理聯邦層面的大多數 AoA 計畫。AoA 資助六項核心服務：支援服務（包括交通）；營養；預防保健服務；全國家庭照護者支援計畫；保護弱勢老年人權利的服務；等等 AoA 為全國老齡化網路提供領導、技術援助和支援。

交通術語

老齡化地區機構 (AAA 或 3A) : 由國家指定的公共或私人非營利機構，旨在解決地區和地方各級所有美國老年人的需求和關切。

「地區老齡化機構」一詞是一個通用術語，當地 AAA 的具體名稱 [IRS 指定的 501(c)(3)] 可能有所不同。3A 機構主要負責一個城市、一個縣或多縣地區的地理區域。3A 機構可以指縣、市、地區規劃委員會、政府委員會、非營利或營利企業。所有 3A 機構均執行三項重要職能：制定多年計畫，提供有關可用服務和計畫的資訊和推薦，並協調 AoA 和其他支援其服務領域的基金。

巴士專用道： 僅供巴士使用的道路。也稱為「巴士車道」。

環線巴士： 一種頻繁繞著小地理區域行駛的巴士，沿途設有多個停靠站。通常會設在市中心或吸引遊客或大量人群，停車位有限且道路擁擠的區域營運。它可能全天營運，也可能僅在需求高峰時段營運，例如高峰時段或午餐時間。

社區交通： 社區中的系列交通服務，包括公共和私人來源，可滿足所有社區成員的出行需求。

聯合運輸服務局 (CTSA)： CTSA 是州法律指定的一個機構，旨在促進專用於專業運輸服務的資源和運營的優化。FACT 是聖地牙哥地區的 CTSA，CTSA 提供的服務包括電話交通推薦、網站推薦以及舉辦有關流動性相關話題的訓練研討會。

路邊接送服務： 輔助交通服務的常用名稱，交通車輛在乘客住所或目的地前面的路邊或車道上接送乘客。在路邊接送服務中，司機不會協助乘客步行或上樓梯到達家門口或其他目的地。

交通術語

D

需求回應服務：這種類型的交通服務允許個別乘客在特定時間請求從特定地點到另一個特定地點的運輸。這些服務通常需要提前預訂。

殘障人士：任何因疾病、受傷、年齡、先天性功能障礙或其他永久或暫時喪失工作能力或殘障，在沒有特殊設施的情況下，無法像正常人那樣有效地使用當地交通設施和服務的人士。

門到門接送服務：輔助交通服務的一種形式，包括在車輛與乘客家門口或其他目的地之間為乘客提供幫助。門到門接送提供的服務水準比路邊接送更高，但不像「登門接送」那麼專業，司機在出發地或目的地內提供實際的協助。

登門接送服務：由司機或交通護送人員透過進出住所和/或目的地的大門所提供的乘客服務。

F

票箱收入：公共交通術語，指作為乘車費用而收取的金錢或車票。票箱收入可以包括現金、門票、代幣、轉帳或票收據。

票價結構：確定票價收費方式的依據。常見類型的票價結構有以距離為根據的（行程越長，票價越高）、以時間為根據的（高峰時段服務期間的票價更高）或以服務品質為根據的（回應需求的行程通常比固定路線行程或固定票價行程更貴）。票價結構也可能根據乘客年齡、收入或殘障情況而有所不同。例如，對老年人、兒童和青少年、醫療補助受益人、收入有限的人員和殘障人士收取的票價通常較低。

交通術語

聯邦運輸管理局 (FTA): 美國交通部的一個組成部分，負責管理聯邦資金，以支援全美範圍內各種當地規劃、建設和運營的公共交通系統，包括公共汽車、地鐵、輕軌、通勤鐵路、有軌電車、單軌鐵路、客運渡船、傾斜鐵路和旅客捷運系統。FTA 為公共交通系統的資本、營運和規劃成本提供財政援助。

固定路線服務: 車輛按固定路線運行、停靠站固定且不繞行的交通服務。通常，固定路線服務的特點有印製出時班次或時間表、指定乘客上下車的公車站以及使用大型公車。

靈活的路線和時間表: 靈活的路線服務遵循行駛方向，但允許沿途偏離或重新安排路線，以滿足特定的行程要求。靈活路線系統的範例是路線偏離和位置偏離。

H

班距: 沿同一路線行駛的公車之間的停靠時間長度。如果沿路線 A 營運的巴士在上午 9:00、上午 9:30、上午 10:00 等時間到達第 1 站，則為半小時班距。當班距較短時，該服務被稱為高頻次運行。如果班距較長，則服務運行頻率次較低。

人力服務運輸: 為特定人員或社會服務機構的客戶提供的交通，通常僅限於特定的行程目的。人力服務機構的行程通常是根據與人力服務機構簽訂的合同提供的，可以專門提供，也可以與其他人力服務機構或一般公共服務拼車運輸。

交通術語

M

方式, 聯運, 多式聯運: 方式是指一種交通方式, 如汽車、公共交通、自行車、步行等。聯運是指各方式之間的接駁, 而多式聯運是指系統或通道內交通選擇的可用性。

N

全國人力資源運輸協調中心 (NRC): 2007 年根據美國社區運輸協會 (CTAA) 與聯邦交通管理局合作協議實施的《安全、負責、靈活、高效的運輸公平法案》而成立。NRC 的根本目的是支援各州和社區更好地將公共交通服務與其公共服務網路的服務和需求結合起來。

全國老年人交通中心 (NCST): 一個資源和技術援助中心, 由 FTA (聯邦交通管理局) 資助, 由 Easter Seals Inc. 與全國老齡化地區機構協會合作管理。其他團隊成員包括全國老齡化單位協會 (NASUA)、美國社區交通協會 (CTAA)、美國老齡化協會 (ASA) 和貝芙麗基金會。指導 NCST 工作的還有一個由老年人交通問題專家組成的全國指導委員會。

全國老齡化網路: 根據《美國老年人法案》建立的聯邦、州和地方機構 (美國老齡化管理局、州老齡化單位和地區老齡化機構) 網路。

交通術語

非緊急醫療運輸 (NEMT): 為未處於緊急情況但需要計程車服務無法提供的幫助的個人提供交通服務。服務提供者將配備特殊裝備來運送輪椅、擔架或有其他特殊需求的乘客。

O

美國老年人法案 (OAA): 聯邦法律於 1965 年首次通過。該法案建立了一個由聯邦、州和地方機構組成的全國網路，負責規劃和提供服務，使老年人能夠在家庭和社區中保持獨立。該法案為美國老年人及其家庭組織、協調和提供基於社區的服務和機會創建了基礎設施。

P

輔助客運系統: 比傳統固定路線交通更靈活但比使用私家車更結構化的客運交通類型。輔助客運系統是一個廣義術語，可用於描述除固定路線公共交通服務之外的任何共用乘車交通方式。輔助客運服務通常使用小型車輛（少於 25 名乘客），並提供提前預訂、按需回應的服務，即路邊接送或門到門接送服務。為無法使用固定路線服務的殘障乘客提供的輔助客運服務，且滿足特定服務等效性測試的輔助客運服務稱為 ADA 補充輔助客運服務。

R

快速運輸: 在專用路權上與其他交通方式分離的鐵路或公共汽車交通服務。通常作為特快服務營運，經停次數最少。

交通術語

拼車/搭車匹配計畫：一項促進小客車共乘和中型車共乘的計畫，通常用於工作旅行。此類計畫維護一個資料庫，其中包括有關使用者和潛在使用者的乘車時間、出發地、目的地以及司機/乘客偏好的資訊。申請加入現有資料庫的個人或尋找乘客的人由計畫工作人員匹配。

S

服務路線：專為滿足社區中特定細分市場（例如老年人或殘障人士）的需求而定制的交通路線。服務路線通常是從社區內的需求回應出行模式演變而來的。服務路線的特點包括停靠在高密度住宅區或集體之家、購物區、醫療設施以及針對目標人群的目的地，例如老年人中心或庇護工作場所。停靠站通常位於建築物的無障礙入口附近，而不是街道上，而且乘坐時間通常比覆蓋相同一般區域的「傳統」固定路線更長。車輛往往較小，方便殘障人士使用，司機通常提供相對較高水準的個人協助。

樓梯椅：醫療和非醫療運輸人員可以使用折疊椅將乘客以坐姿運送通過狹窄的大廳或上下樓梯。

聖地牙哥政府協會 (SANDAG)：SANDAG 是聖地牙哥地區的大都會規劃組織 (MPO) 和政府委員會 (COG)，彙集當地決策者，為地區問題制定解決方案，包括公平、交通、空氣品質、經濟發展、公共衛生、公共安全、住房等。

國家老齡化單位 (SUA)：由州長和州立法機構指定的州和地區政府機構，負責管理、處理、設計和宣導為老年人及其家人以及在許多州為身體殘障的成年人提供福利、計畫和服務。「國家老齡化單位」一詞是一個通用術語。政府單位的具體名稱和組織因州而異，可能被稱為部門、辦公室、局、委員會、理事會或

交通術語

長者、老年人、老人和/或有身體殘障的成年人委員會。自 1965 年以來，所有州老齡事務單位均在各自州執行《美國老年人法案》(OAA)。透過一個由地區老齡機構和服務提供者組成的國家網路，為老年人提供了一系列服務，包括家庭護理、集體和家庭送餐、交通、資訊和援助，以及代表老年公民個人進行宣傳。SUA 在利用其他聯邦、州和地方公共和私人資金支持老齡化計畫方面也發揮著重要的政策、規劃和宣傳作用。

預訂服務：當一名乘客或一群乘客要求重複乘坐（如每天或每週）時，通常會以預訂或「長期訂單」的方式安排行程。乘客提出一個單獨的初始行程請求，交通系統會自動安排他們每天或每週的行程。這項服務經常用於將人力服務機構的客戶運送到常規的機構計畫。

T

第三章：《美國老年人法案》的一個章節，授權為老年人服務的營養和交通計畫支出。

第六章：1964 年《民權法案》的一個章節，確保美國境內的任何人都不會因種族、膚色或國籍而受到歧視。1993 年 10 月頒佈的交通規劃條例要求大都市交通規劃流程必須符合第六章的規定。

交通弱勢群體：此術語用於描述那些因為交通系統不能滿足他們的需求而很少或根本無法獲得有意義的工作、服務和娛樂的人員。通常指那些因年齡、殘障或缺乏資源而無法駕駛私家車的人員。

交通術語

運輸管理協會 (TMA): 一個由公共和私人機構和公司組成的自願協會，旨在合作制定一個地區的交通運輸增強計畫。TMA 是在擁擠的郊區社區更好地管理交通需求的合適組織。

U

美國衛生與公眾服務部 (HHS): 該聯邦機構通過老齡化管理局、啟蒙計畫、醫療補助、貧困家庭臨時援助和其他聯邦計畫為各種公共服務運輸提供資金。

美國交通部 (DOT): 聯邦部門負責國家公路、航空、交通、管道和海上運輸基礎設施的資金、效率和安全。

V

小客車拼車: 一種預先安排的拼車服務，多人定期乘坐一輛小客車一起出行。

志願者網路: 志願者網路將交通請求與志願者司機相匹配，志願者司機通常按每英哩獲得報銷。請求服務的人致電網路，網路致電司機並安排行程。志願者網路經常在資源匱乏的農村地區使用，需要交通的人可能居住在偏遠地區，社區意識並不罕見。

W

輪椅無障礙車輛 (WAV): 符合 ADA 標準的車輛，可容納使用輪椅或其他個人移動裝置且需要坡道或電梯進出車輛的乘客。

Age Well San Diego



Age Well San Diego 是一項由聖地牙哥縣領導的地區性計畫，目的是希望讓我們的社區成為各年齡層的人都能享有健康、安全及繁榮生活的好地方。2016 年，聖地牙哥縣監事會加入了 AARP® 老年友好社區網路和癡呆症友好美國網路，並啟動了「聖地牙哥老年健康計畫」，為我們地區快速增長的老年人口做好規劃。在加入這些網路的過程中，該縣承諾進行為期五年的需求評估，並與社區居民、組織和其他利益相關者合作，制定、實施和評估行動計畫。Age Well San Diego 行動計畫於 2018 年制定，作為最初

Age Well San Diego 行動計畫的一部分，後來於 2022 年進行更新，以反映社區當前的需求和優先事項。Age Well San Diego 包括五個重點領域的目標：癡呆症、健康和社區支援、住房、社會參與和交通。由縣工作人員、服務提供者、居民和其他利益相關者組成的各種社區團隊定期開會指導實施，監測計畫進展，並協助評估活動。Age Well 交通重點領域社區團隊稱為交通和社區聯繫團隊。

交通和社區連接團隊將來自該地區的居民和專業人員聚集在一起，創建一個安全、方便和公平的社區，與資源和活動緊密相連。交通和社區連接團隊的任務聲明於 2023 年進行了修訂，內容如下：

***「為所有年齡段的人員提供負擔得起、方便和公平的交通和社區
連接、生活品質活動和空間。」***

有關 Age Well San Diego 的更多資訊，請造訪 www.livewellsd.org/agewell

要於線上查找此資源，請造訪 <https://www.livewellsd.org/i-want-to/learn-more/aging/age-well-san-diego/transportation>