



2019 Guía De Recursos Para Personas Mayores Nueva York - Edición Primavera



Donella, Sarah Y Tiara con la señora Helen, 100 años.

Queridos Amigos,

¡Bienvenido a la cuarta edición de la Guía de Recursos para Personas Mayores de Hermanos Pequeños-Amigos de los Mayores!

Una vez más, estoy agradecido por los voluntarios, socios y defensores principales que hicieron posible la impresión y distribución de nuestra Guía de Recursos para Personas Mayores. También se puede encontrar una versión digital en línea en: littlebrothersnyc.org/resources/



Mientras atiendo a la población de edad avanzada, me recuerdan constantemente lo difícil que puede ser envejecer en la Ciudad de Nueva York. Sin embargo, esta no es una batalla que deba ser luchada sola. Espero que los recursos en esta Guía ofrezcan un apoyo práctico y oportuno.

En Hermanos Pequeños, entramos en la vida de los ancianos para ayudar a aliviar la soledad y el aislamiento. Gracias a la visita amistosa, se desarrollan bellas amistades entre los voluntarios y sus mayores que necesitan compañía. Los momentos más felices ocurren a menudo durante las visitas amistosas en el hogar cuando nuestros mayores se sienten recordados, escuchados, conectados, valorados y amados.

En la edición de primavera de nuestra Guía, se han agregado más recursos, especialmente para Veteranos (Pág. 30-31), Cuidadores (Pág. 31-35) y Grupos de defensa que se ocupan de necesidades específicas (Pág. 35-37). Si está cuidando a un familiar mayor en su vida, o conoce a alguien que lo haga, utilice esta Guía y compártala con sus amigos, vecinos y seres queridos. Deseando a todos una bendita temporada de primavera por delante!

Jérôme Michaux



TABLA DE CONTENIDO

1. VIVIENDA PARA PERSONAS MAJORES	3
2. SUPERMERCADOS	6
3. ALIMENTOS COMUNITARIO Y COMEDOR DE BENEFICENCIA	7
4. RECURSOS DE CUIDADO A LA SALUD.....	9
5. SERVICIOS SOCIALES Y GRUPOS DE APOYO	16
6. SERVICIOS LEGALES	20
7. NEGOCIOS LOCALES PARA MAYORES	25
8. ACTIVIDADES DIVERTIDAS PARA MAYORES	28
9. BENEFICIOS DE LOS VETERANOS	30
10. APOYO A LOS CUIDADORES	31
11. GRUPOS DE DEFENSA	35
12. OPORTUNIDADES PARA VOLUNTARIOS	37
13. TRANSPORTE	38
14. NÚMEROS TELEFÓNICOS ÚTILES	39

Hermanos Pequeños - Amigos de los Mayores

Nuestra Misión

Hermanos Pequeños - Amigos de los Mayores (HPAM) es una organización nacional, sin fines de lucro, basada en el voluntariado, comprometida a aliviar la soledad y el aislamiento entre las personas mayores. Ofrecemos a personas de buena voluntad la oportunidad de unirse a los ancianos en amistad y celebración de la vida.

Nuestra Filosofía

“Flores antes que el pan”. Este lema expresa nuestra creencia de que el amor, la dignidad y la belleza en la vida son tan esenciales como las necesidades físicas. En HPAM, **el servicio comienza siendo un amigo**.

Nuestra Historia

Hermanos Pequeños fue fundado en París en 1946 por el noble francés **Armand Marquiset**. Después de presenciar el sufrimiento de los ancianos en una Europa devastada por la guerra, Marquiset comenzó a entregar comidas calientes y flores a sus vecinos ancianos en París. El primer capítulo de Estados Unidos comenzó en Chicago en 1959, seguido por Cincinnati en 1997. Hermanos Pequeños ahora sirve a los ancianos en Boston, Minneapolis/St. Paul, la península superior de Michigan, Filadelfia, San Francisco y más recientemente la ciudad de Nueva York.

Sitio de expansión de la ciudad de Nueva York

Jérôme Michaux | littlebrothersnyc@gmail.com

718 395 5722 | www.littlebrothersnyc.org

Hacer una donación para apoyar a los ancianos.

Por favor únase a nosotros para obtener un nuevo capítulo de **Hermanos Pequeños - Amigos de los Mayores de los ancianos** oficialmente incorporados en Nueva York! Nuestro capítulo patrocinante de HPAM en Cincinnati ha aceptado actuar como nuestro agente fiscal. Con su ayuda, podemos incorporarse plenamente como una organización sin fines de lucro de Nueva York. Si desea apoyar nuestra misión y hacer una donación caritativa, por favor, escriba un cheque para **Little Brothers** y envíelo por correo a:

Little Brothers Cincinnati

Attn: New York City Expansion Site

5530 Colerain Ave, Cincinnati, OH 45239



**VIVIENDA PARA PERSONAS
MAJORES**

***ENCUENTRA ALTERNATIVAS EN VIVIENDAS PARA
MAYORES, MANERAS DE CONTROLAR EL ALQUILER Y
RECIBIR AYUDA CON REPARACIONES MENORES***

Corporación de Desarrollo Local de Crown Heights

252 Kingston Ave, Brooklyn, NY 11213

Tel: 718 467 8800 | Fax: 718 467 8803

Horas: Lun- Vier 9AM – 5PM

Página web: www ldcch.org

Ofrece apartamentos de vivienda para ancianos de bajos ingresos para personas mayores 62 y más. Para aplicaciones en:

- Residencia de ancianos de Condado de Kings en 600 Albany por favor llame a Grenadier Realty Corp, Sra. Jermaine en 718 240 4176
- David Chavis Apto en 230 Kingston Ave por favor llame al 718 493 5200
- Crown Heights Apto en 1055 St. John’s Pl por favor llame administración Wavecrest en 718 463 1200

SCRIE: Exención de Aumento de Renta de Ciudadanos Mayores

MAYORES, NO DEJEN QUE SU RENTA AUMENTE

La ciudad de Nueva York tiene un programa especial para proteger a las personas mayores de ingresos limitados de ciertos tipos de aumentos de renta. Incluso si califica para los beneficios de SCRIE, su renta no se congelará hasta que presente su solicitud. El programa SCRIE no les cuesta nada a los propietarios porque los aumentos permitidos que hubieran recibido de sus inquilinos se restan de sus impuestos a la propiedad de la Ciudad de Nueva York. Su arrendador no puede negarse a participar en el programa SCRIE o evitar que usted participe.

Arrendatarios en apartamentos de la autoridad de vivienda pública o recibiendo las subvenciones de renta de la sección 8 no califican para beneficios de SCRIE.

Para presentar una solicitud y obtener información sobre elegibilidad, visite:

www1.nyc.gov/site/rentfreeze/tools/scrie-applications.page

Respuestas del Tribunal de Vivienda

Corte de Vivienda de Brooklyn

141 Livingston Street, Brooklyn, NY 11201

Segundo Piso, sala de oficina, habitación 202

Tel: 212 962 4795 – Línea de ayuda Martes - Jueves 9AM – 2PM

Horas: Lunes - Jueves 9AM – 4PM, Viernes 9AM – 1PM

Página web: www.housingcourtanswers.org

Organización sin fines de lucro que proporciona información a las partes no representadas en los procedimientos del Tribunal de la Vivienda y trabaja para mejorar el sistema del Tribunal de la Vivienda. La línea directa proporciona información sobre los procedimientos del Tribunal de Vivienda, la aplicación de las infracciones al código de vivienda y otras cuestiones relacionadas con los propietarios / inquilinos para residentes, organizaciones comunitarias y otros proveedores de servicios. También proporcione la lista más actualizada de organizaciones sin fines de lucro que brindan asistencia con los beneficios de vivienda y vivienda pública.

Exenciones de Impuestos Personales del Propietario de Vivienda

Visite: www.nyc.gov/ownerexemption para solicitar exenciones o verificar qué exenciones ya tiene. Llame al 311 para ver si califica para ahorrar dinero en su impuesto a la propiedad o para que le envíen una solicitud por correo.

Tipos de Exenciones/Créditos:

1. Exención para Propietarios de Personas Mayores (SCHE)
2. Exención para propietarios discapacitados (DHE)
3. Exención de veteranos
4. STAR Básica (Alivio de Impuestos Escolares)

NYC Conexión De La Vivienda

Tel: 212 863 5610

Página web: www.nyc.gov/housingconnect

NYC Conexión De La Vivienda es un portal central para buscar y solicitar oportunidades de vivienda asequible en los cinco condados. En el sitio, los residentes pueden aprender cómo solicitar viviendas asequibles, ver oportunidades de vivienda actuales y futuras, solicitar opciones de vivienda e inscribirse para recibir alertas por correo electrónico sobre nuevas loterías de viviendas asequibles.



SUPERMERCADOS Y MERCADOS DE PRODUCTOS

***OBTENGA PRODUCTOS FRESCOS Y AHORRE DINERO
EN ALIMENTOS***

FineFare Supermercado

261 Kingston Ave (entre Lincoln y St John's Pl.)

Brooklyn, NY 11213 | **Tel:** 718 363 7600

Horas: LUN – DOM 7AM – 10PM

10% de descuento para mayores los miércoles. Excluye artículos en venta. Acepta cupones de alimentos y tarjetas EBT

Key Food

651 Nostrand Ave (Entre St Marks Ave y Prospect Pl.),
Brooklyn, NY 11216 | Tel: 718 774 0200

Horas: LUN – SÁB 7AM – 10PM, DOMINGO 7AM – 8PM

Gaste \$ 60 y obtenga la entrega a domicilio GRATIS dentro de 6 bloques. 10% de descuento para adultos mayores los martes y miércoles de 8:30 a.m. a 1:30 p.m. Excluye artículos en venta. Acepta efectivo, crédito / débito, cupones de alimentos / EBT, cupones.



ALIMENTOS COMUNITARIO Y
COMEDOR DE BENEFICENCIA

DESPENSAS DE ALIMENTOS

Bed-Stuy Campaña contra el hambre

2004 Fulton St (entre Howard Y Saratoga)

Brooklyn, NY 11233

Tel: 718 773 3551

Despensa de comida estilo supermercado los Lunes y Jueves (10am-4pm), Martes y Miércoles y Viernes (10AM – 6PM). Traiga ID y una bolsa vacía. Sirve los 5 distritos.

COMEDOR DE BENEFICENCIA

Iglesia Metodista Unida de Bethany

1208 St Johns Pl, Brooklyn NY 11213

Tel: 718 774 6753 | Contacto: Vera Burnett

Almuerzo los Martes (12:30PM – 2:30PM)

St Johns Pan Y Vida

795 Lexington Ave, Brooklyn, NY 11221

Tel: 718 574 0058 x 115 | Contacto: Kathy Martinez

Códigos postales servidos: Todo Brooklyn. **De lunes a viernes. Desayuno 8AM - 9:30 AM. Almuerzo 10:30 AM - 12:30 PM. Para registrarse en la despensa de alimentos, venga los lunes de 8:30 a.m. a 11:30 a.m. o los martes y jueves de 3 a.m. a 6 p.m., con un comprobante de domicilio y una identificación con fotografía.**

COMIDAS-EN-CARRO

Aquellos que están en casa y mayores de 60, físicamente o mentalmente incapacitados, pueden **recibir comidas entregadas hasta 7 días/semana**. Los ingresos no afectan la elegibilidad.

Cómo solicitar: llame a su agencia de administración de casos. Para la agencia local apropiada, comuníquese con el Departamento de programa de ciudad comidas-en-carro al **212 687 1234** de 10AM a 5PM, de lunes a viernes. Más información en: www.citymeals.org/get-meals



FARMARCIAS, CLÍNICAS Y RECURSOS DE LA SALUD

AHORRE DINERO EN MEDICAMENTOS DE VENTA LIBRE, VACÚNESE ANTES DE ENFERMARSE, SEPA A DÓNDE ACUDIR PARA EL CUIDADO DE HOMECARE, LA ATENCIÓN DE LA MEMORIA Y EL CUIDADO DE HOSPICIO

FARMARCIAS

Kingston Farmacia

1106 St Johns Pl, Brooklyn, NY 11213

Tel: 718 221 4805 | **Fax:** 718 221 4811

Contacto: Mary

Horas: Lun – Sáb 9AM – 7:30PM, Domingo Cerrado

Día del jubilado 10% de descuento todos los días. Entrega gratuita dentro de un radio de 1 milla.

Rite Choice Farmacia

1484 Fulton St, Brooklyn, NY 11216

Tel: 718 773 3700 | **Fax:** 718 773 4425

Contacto: Chirag Parikh, RPh

Horas: Lun – Vier 9AM – 7:30PM, Sáb 9AM – 5PM.

Ofrece 10% de descuento a los adultos mayores en medicamentos de venta libre todos los días. Entrega en el mismo día de las prescripciones en un radio de 1 milla.

S & T Farmacia

391 Eastern Parkway, Brooklyn, NY 11216

Tel: 718 756 6026 | **Fax:** 718 953 3720

Contacto: Donald St. Fleur

Horas: Lun – Vier 10AM – 6:30PM, Sáb 10AM – 5:30PM

Descuentos para personas mayores. Entrega gratuita dentro de un radio de 4 millas. **Habla criollo, francés y español.**

AGENCIAS DE ASISTENCIA DOMICILIARIA

CABS Atención Domiciliaria

44 Varet Street, Brooklyn, NY 11205

Tel: 718.388.0220 Ext. 330

Pagina Web: www.cabshomecare.org

CABS aporta curaciones, enseñanzas y descubrimientos innovadores junto con más de 40 años de servicios de atención domiciliaria de calidad, que incluyen asistentes de salud en el hogar y tareas domésticas ligeras. Respaldamos sus necesidades durante algunas horas o con personal de tiempo completo.

Hemos construido una reputación que promueve a los clientes más allá de las necesidades de atención domiciliaria al asociarnos con los servicios comunitarios y las organizaciones para proporcionar un círculo completo y completo de atención a cada cliente. Nuestra organización sin fines de lucro está comprometida a trabajar con las familias, los ayudantes actuales y los planes de salud para

proporcionar una transición perfecta para usted o sus seres queridos.

CABS es un servicio de atención domiciliaria líder para ancianos y discapacitados en los cinco condados de la ciudad de Nueva York, incluido el condado de Nassau.

Estamos autorizados por el Departamento de Salud del Estado de Nueva York y mantenemos una calificación de A + en el Better Business Bureau. Continuamente contratamos y capacitamos a nuestros asesores que dominan muchos idiomas, incluyendo español, francés, chino y ruso. Para una ingesta acelerada, contactar en 718.388.0220 Ext. 330

CenterLight Cuidado De La Salud

1733 Eastchester Rd, 2nd Piso, Bronx, NY 10461

Tel: 833 252 2737 o 877 226 8500, TTY 711

Horas: Lunes – Viernes 7AM – 11PM

Pagina Web: www.ccmny.org

CenterLight Healthcare es una organización sin fines de lucro de atención administrada a largo plazo del estado de Nueva York que brinda atención médica domiciliaria y servicios médicos (pacientes internos, ambulatorios, transporte) a personas mayores, personas con discapacidades y personas con enfermedades crónicas.

CLINICOS

SUNY Downstate Centro Médico

Centro de Excelencia para la enfermedad de Alzheimer(CEAD)

445 Lenox Road, Suite CTSC, 5to piso

Psiquiatría geriátrica, MSC 1203, Brooklyn, NY, 11203

Pagina Web: www.downstate.edu/alzheimers-cead/

Para citas, información y ensayos clínicos contactar a:

Tel: 718 270 2003 | **Fax:** 718 270 2619

Correo Electrónico: cead.downstate@downstate.edu

- **Tren:** Coger el #2 o #5 hasta Winthrop Street.
- **AutoBus:** Coger #12 o #44 autobus hasta Clarkson Avenue.

El Centro ofrece una evaluación integral y una amplia gama de tratamientos para los trastornos de la memoria. Proporcionan asesoramiento y servicios educativos junto con evaluaciones exhaustivas de la memoria que incluyen exámenes psiquiátricos, neurológicos y físicos. También ofrecen un **grupo de apoyo** para cuidadores y un grupo de actividades para pacientes.

Fort Greene Centro de Salud

295 Flatbush Ave. Ext., 5to piso., Brooklyn, NY, 11201

Esquina de Willoughby St. Y Flatbush Ave. Ext.,

Cerca de Fulton Mall Y Long Island University.

Tel: 347 396 2400

Horas: Lun – Vier, 8:30AM – 2:30PM

Dirección: A, C, o F al Jay St., o 2,3,4 y 5 a Nevins St. o R, Q, &

B a DeKalb Ave.

Para adultos y niños (4 años y más). No hay citas. Las personas se ven por orden de llegada. **Por favor traiga su registro de vacunación e información de seguro.**

CUIDADO AL FINAL DE LA VIDA

VNSNY Cuidador y Cuidados Paliativos

1250 Broadway, Piso 16

Tel: 212 609 1900

Contacto: Coordinador de Admisión

Horas: Lun – Vier 8:30AM – 9PM

Pagina Web: www.vnsny.org

Los servicios de cuidados paliativos y de cuidados paliativos de VNSNY están diseñados para mejorar la calidad de vida de los pacientes y las familias que viven con enfermedades avanzadas y que limitan sus vidas. La atención interdisciplinaria incluye apoyo emocional al inicio del servicio, tratamiento del dolor y los síntomas, atención personal y asesoramiento por duelo que se extiende hasta 13 meses después de la muerte de un paciente.

El cuidado se proporciona en la casa del paciente, ya sea una residencia privada, un centro de enfermería o nuestra residencia de hospicio. Nuestro dedicado equipo de expertos trabaja para:

- Proporcionar apoyo emocional temprano
- Reducir las hospitalizaciones innecesarias mediante la educación del paciente y las familias.
- Agilizar la coordinación del tratamiento médico.
- Manejar la incomodidad rápidamente

VNSNY tiene programas especializados de cuidados paliativos que brindan un mejor nivel de atención, incluidos los programas para afecciones cardíacas, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y heridas. Para obtener

más información, llame al **212 609 1900** (de 8:30 am a 9 pm)

Área de servicio: Los cinco condados de la ciudad de Nueva York

Opciones de fin de vida Nueva York

Página Web: www.endoflifechoicesny.org

End of Life Choices New York (EOLCNY) es una organización que tiene como misión expandir la elección al final de la vida, respetando los deseos de cada individuo y propiciando el mayor bienestar posible en este periodo, así como una muerte humana y pacífica. Asesoramos personas y sus familias que enfrentan el final de su vida o que desean planificar con anticipación esta etapa, brindando información y apoyo en temas relacionados. Para los pacientes que tienen una enfermedad terminal se analizan alternativas legales seguras y efectivas para acelerar la muerte, en caso que así lo deseen.

EOLCNY brinda conferencias, talleres gratuitos en senior centers y bibliotecas (en inglés y español) sobre temas como directivas anticipadas, opciones de tratamiento, cuidados paliativos y hospicios, así como manejo del dolor y educación sobre los derechos de los pacientes.

Contacte nuestros consejeros (inglés) al (212) 252-2015.

SALUD MENTAL

Entrenamientos de Primeros Auxilios en Salud Mental

Aprenda a apoyar a los neoyorquinos que luchan por tomar un **curso gratuito de primeros auxilios en salud mental**.

Proporciona un plan de acción de cinco pasos comprobado sobre cómo escuchar sin juzgar y elegir las mejores palabras al hablar con alguien. El curso de 8 horas se ofrece en los cinco condados en inglés, español y mandarín. En el curso usted:

- Aprende una manera simple y efectiva de proporcionar ayuda inicial.
- Practicar cómo acercarse a alguien en apuros.
- Aprenda sobre otros recursos disponibles a través de ThriveNYC

¡Regístrese para un curso en nyc.gov/mhfa hoy !

NYC Bien Estar

¿Problemas para sobrellevar? No se esfuerzan solos.

Estamos aquí para escuchar y ayudar con problemas como estrés, depresión, ansiedad o abuso de drogas y alcohol. Para ti o para alguien que te importa. **NYC Bien Estar** está ayudando a los neoyorquinos en crisis y es su conexión con el **apoyo gratuito y confidencial de salud mental**.

Hable con un consejero por teléfono, texto o chat y obtenga acceso a servicios de salud mental y abuso de sustancias, en más de 200 idiomas, 24/7.

Habla 1-888-NYCWELL (1-888-692-9355 Presiona 3), envía WELL al 65173 o chatea en: nyc.gov/nycwell



SERVICIOS SOCIALES & GRUPOS DE APOYO

***RECLAMAR SUS BENEFICIOS, PERMANECERSE
CONECTADO CON SUS VECINOS, UNIRSE A UN GRUPO
DE APOYO Y VOLUNTARSE POR UNA BUENA CAUSA***

Grupos de Apoyo de Duelo

Hospital de Calvary – Bronx Campus

1740 Eastchester Road, Bronx, NY 10461

Tel: 718 518 2125 | **Contacto:** Maria Georgopoulos, LMHC

Horas: Lun – Vier, 9AM – 5PM

Hospital de Calvary ofrece grupos de apoyo en **Manhattan**, **Brooklyn** y el **Bronx** para aquellos que han experimentado la muerte de un ser querido. Los grupos son gratuitos y son parte integral de la misión de compasión y no abandono de Calvary. En estos grupos, los adultos, niños y adolescentes de todas las tradiciones y antecedentes religiosos son bienvenidos.

Los grupos de adultos del Calvary están organizados por la relación de uno con el difunto; por ejemplo, grupos para cónyuges jóvenes de duelo, cónyuges de mayor edad, hijos adultos, padres, hermanos y un grupo de habla hispana. Para los niños y adolescentes, los grupos utilizan juegos de rol, terapia con mascotas, actividades artísticas para ayudarles a expresar sus sentimientos en un entorno seguro.

Para obtener una lista completa de los grupos y la información de contacto de los facilitadores, visite www.calvaryhospital.org en la Página de Admisiones > Apoyo para el duelo.

Antes de asistir a su primera reunión, comuníquese con el consejero de duelo en Brooklyn a continuación:



Contacto: Ms Rashida Sanchez, MA

Tel: 347 504 2704 | **Horas:** Lun – Vier, 9AM – 5PM

CUANDO:

Jueves: 5:00 pm - 6:30 pm | Muerte de un cónyuge / pareja

Martes: 6:00 pm - 7:30 pm | Muerte de un padre adulto

DÓNDE: St. Joseph High School
80 Willoughby Street, Brooklyn, NY 11201
(Entre Lawrence St y Bridge St)

Para encontrar otros grupos de apoyo en NY visita:
www.griefshare.org

Cuidado del Cancer

275 Seventh Avenue, 22nd Piso, New York, NY 10001

Tel: 800 813 4673

Horas: Lunes – Jueves 10AM – 6PM, Viernes 10AM – 5PM

Pagina Web: www.cancerca.org

CancerCare brinda servicios de apoyo profesional gratuitos a individuos, familias y cuidadores para ayudarlos a enfrentar y manejar los desafíos emocionales y prácticos del cáncer. Los servicios incluyen grupos de apoyo de consejería, talleres y asistencia financiera, como

pequeñas subvenciones financieras. CancerCare brinda asesoramiento y grupos de apoyo en persona y por teléfono.

Centro de Audiencia y Comunicación.

50 Broadway, 6to Piso, New York, NY 10004

Tel: 917 305 7751 | **Contacto:** Kay

Horas: Lunes – Viernes 8:30AM – 3:30PM

Página Web: www.chchearing.org

Este centro de rehabilitación auditiva sin fines de lucro ofrece una amplia gama de servicios que incluyen exámenes de audición gratuitos, evaluaciones auditivas completas, ajustes de audífonos, venta y reparación, terapia del habla, terapia de reentrenamiento del acúfeno, asesoramiento y la evaluación y tratamiento de los trastornos del procesamiento auditivo.

Departamento Para El Envejecimiento (DFTA)

2 Lafayette St, Habitación 402, New York, NY 10007

Tel: 212 602 4180

Opción española con respuesta automatizada

Horas: Lunes – Viernes 8AM – 5PM

Página Web: www.nyc.gov/aging

Programa de Pago de Facturas

¿Necesita ayuda para organizar sus facturas, presupuestar su dinero y balancear su chequera? ¿Preocupado por el fraude? El programa Bill Payer puede emparejarlo con un voluntario para visitar su casa u otro lugar designado. Nuestros voluntarios están entrenados y se someten a una verificación de antecedentes. Para ser elegible para los servicios gratuitos de Bill Payer, usted debe:

- Tener 60 años o más
- Ser elegible para los servicios de administración de casos y aceptar una referencia al programa
- Tener un ingreso anual de \$ 50,000 o menos
- No tenga otra ayuda con sus tareas de pago de facturas
- Tener una cuenta corriente o estar dispuesto a abrir una
- Tener fondos suficientes para cubrir los gastos mensuales.
- Estar dispuesto a dirigir el trabajo de un voluntario.

Comuníquese con una agencia de administración de casos para obtener una referencia o llame al 311 para obtener más información.

Hermanos Pequeños – Amigos de los Mayores (HPAM)

Sitio de expansión de la ciudad de Nueva York

Tel: 718 395 5722 | **Contact:** Jérôme Michaux

Horas de visita en el Hogar: Lunes – Sábado 10AM – 6PM

Página Web: www.littlebrothersnyc.org

Hermanos Pequeños – Amigos de los Mayores (HPAM) es una organización nacional, sin fines de lucro, basada en el voluntariado, comprometida a aliviar la soledad y el aislamiento entre las personas mayores. Ofrecemos a personas de buena voluntad la oportunidad de unirse a los ancianos en amistad y celebración de la vida.

Descripción del Programa / Servicio:

Elegibilidad: Mayores de 70 años, con contactos sociales limitados y con pocos miembros de la familia que visitan. Principalmente al servicio de personas mayores que residen en el centro de Brooklyn y Manhattan (UWS).

Programa de visitas de Amistad y Flores:

Los voluntarios con un corazón para los adultos mayores hacen visitas al hogar con flores donadas de **BloomAgainBklyn** el **tercer sábado** de cada mes. Estas visitas amistosas ayudan a reducir el aislamiento social y promueven amistades intergeneracionales honrando el legado de nuestros mayores.

Programa Amistoso de Visita y Defensa:

Los visitantes amistosos brindan amistad y apoyo social a los ancianos en riesgo de aislamiento social. Los ancianos reciben visitas **dos veces al mes** de su partida de voluntarios. Los visitantes en curso deben asistir a la orientación y programar una entrevista de antemano.

Si conoces a un anciano que pueda beneficiarse de nuestros servicios, o si usted es un anciano en la población a la que servimos, llame a hermanos pequeños al 718 395 5722 para seguir discutiendo.



SERVICIOS JURIDICOS

Brooklyn Corporación A de Servicios Legales

619 Throop Avenue, 3er Piso, Brooklyn NY 11216
(Oficina Bed-Stuy)

Tel: 718 487 2300 Presiona 2

Contacto: Por favor llame o venga a la oficina

Horas: Lun – Vier 9AM – 5PM | **Página Web:** www.bka.org

Brooklyn Corporación A de Servicios Legales (Brooklyn A)

ha proporcionado servicios legales de alta calidad (representación legal completa, consejos/servicios breves y educación legal) a personas de ingresos bajos y moderados y organizaciones comunitarias sin fines de lucro (CBOs) en Brooklyn y en toda la ciudad de Nueva York por 50 años.

Nuestra misión es promover la justicia social y económica y empoderar a las comunidades a través de una representación y defensa legal innovadora, colaborativa y de alta calidad en el vecindario. Ejemplos de lo que podemos ayudar incluyen:

- Representación en procesos de ejecución hipotecaria.
- Organización y representación legal para asociaciones de inquilinos que trabajan juntas para preservar la vivienda o para exigir reparaciones
- Asesoramiento y representación en materia fiscal.
- Asesoría a entidades sin ánimo de lucro y pequeñas empresas.

Área de servicio: personas de ingresos medios a bajos en Brooklyn y Queens y organizaciones comunitarias de los cinco condados. Nuestras principales áreas de servicio son el norte y el este de Brooklyn, pero podemos atender a individuos en toda la Ciudad de Nueva York según la capacidad.

Además de nuestra oficina de Bed-Stuy, también tenemos dos oficinas comunitarias adicionales: 260 Broadway, Suite 2, Brooklyn, NY 11211 (Oficina de Williamsburg); y 1455 Myrtle Avenue, Brooklyn, NY 11237 (Oficina de Bushwick

- solo por cita). Nuestros abogados también están disponibles para reunirse después de las horas hábiles regulares.

Mano Legal Crown Heights

250 Kingston Ave, Brooklyn, NY 11213

Tel: 718-619-4248 Español, llame lunes por la noche, miércoles y viernes.

Contacto: Hannah Margolin

Horas: Lun: 12PM – 8PM, Mar y Juev: 10AM – 5PM, Miér: 10AM – 5PM, Vie: 10AM – 1PM, Sáb: 11AM – 2PM.

Página Web: www.legalhand.org

Los voluntarios entrenados y no abogados de Legal Hand operan fuera de los centros de tiendas en los vecindarios más vulnerables de Nueva York, brindando información legal gratuita, asistencia y referencias a miembros de la comunidad. Los voluntarios ayudan a los residentes a navegar por los sistemas de servicios sociales, a completar formularios legales en línea y más.

Cada centro es administrado por un coordinador de voluntarios, y un abogado de servicios legales está en el lugar para capacitar y ayudar a los voluntarios. Otras oficinas de Legal Hand se encuentran en (por favor, llame de antemano el horario de oficina puede variar):

Brownsville | 650 Rockaway Avenue, Brooklyn, NY 11212

Tel: 347 404 9585 | **Contacto:** Ana Rosa Granados

Jamaica | 149-13 Jamaica Avenue, Jamaica, NY 11435

Tel: 646 741 6411 | **Contacto:** Tiffany Butters

Highbridge | 1759 Jerome Avenue, Bronx, NY 10453

Tel: 929 222 2015 | **Contacto:** James Coger

Tremont | 713 E Tremont Ave, Bronx, NY 10457

Tel: 929 222 2014 | **Contacto:** Erica Maldonado

AyudaLegal/NY

Pro Bono Net, 151 West 30th St, #10, New York, NY 10001

Tel: 212 626 7383 | Información legal general y asesoramiento

Página Web: www.lawhelpny.org

LawHelpNY.org es una herramienta en línea para ayudar a los neoyorquinos de bajos ingresos a resolver sus problemas legales. Su misión es proporcionar y promover el acceso a información de calidad sobre:

- Servicios legales gratuitos en todo el estado de Nueva York.
- Derechos legales en una gama de áreas sustantivas.
- El sistema judicial del estado de Nueva York.
- Grupos de defensa, oficinas gubernamentales y organizaciones de servicios sociales que ayudan a los neoyorquinos de bajos ingresos.

LawHelpNY ayuda a los neoyorquinos de bajos ingresos y a otros vulnerables a lograr un acceso equitativo a la justicia al proporcionar información fácil de usar en inglés, español y otros idiomas.

Sociedad de Ayuda Legal

199 Water Street, New York, NY 10038

Tel: 212 577 3300 | **Fax:** 212 509 8761

Página Web: www.legal-aid.org

Es la organización privada sin fines de lucro más antigua y más grande de la nación y **brinda servicios legales gratuitos** a personas y familias de bajos ingresos en la Ciudad de Nueva York; En las áreas de vivienda, inmigración, prestaciones, derecho de familia, derecho laboral, defensa penal, protección infantil y derechos juveniles.

Las referencias pro bono se hacen en nombre de los clientes de Legal Aid. Los casos son examinados por los abogados por mérito legal y elegibilidad financiera. **Si necesita asistencia legal y vive en Nueva York**, llame al **212 577 3300** para recibir información en inglés y español sobre cómo acceder a nuestros servicios.

Para los residentes de Brooklyn, contacte a:

Oficina del Tribunal de Vivienda de Nueva York
141 Livingston Street, 2nd Piso, Brooklyn, NY 11201
Tel: 646 386 5730

Grupo de Asistencia legal de Nueva York
7 Hanover Square, 18th Piso, New York, NY 10004
Tel: 212 613 5000
Horas: Lun – Vier 9AM – 5PM
Pagina Web: www.nylag.org

NYLAG proporciona servicios legales civiles gratuitos a los neoyorquinos que no pueden pagar un abogado privado. A través de su red de personal remunerado, 1,200 abogados pro bono y otros voluntarios,

NYLAG ofrece esperanza para miles de neoyorquinos necesitados cada año. Por ejemplo:

- Ayudar a los pacientes con enfermedades crónicas y discapacitados a acceder a atención médica para salvar vidas.
- Luchar para que los ancianos neoyorquinos reciban los beneficios públicos y la asistencia domiciliaria necesarios para llevar una vida digna,
- Prevenga la ejecución hipotecaria y el desalojo al abogar por mantener a las personas en sus hogares.

Llame al 212 613 5000 para un manejador de casos.

Voluntarios de Servicios Legales (VOLS)

40 Worth Street, Suite 820, New York, NY 10013

Tel: 212 966 4400

Servicios legales gratuitos con documentos de planificación de la vida (Testamentos en vida, Testamentos, Poder notarial, Poder notarial de atención médica) para neoyorquinos de bajos ingresos de 60 años o más, y para los trabajadores sociales y defensores que los asisten. Por favor llame al 212 966 4400 para una ingesta. Si es elegible, será referido a un abogado privado.

Mas en: www.volsprobono.org/projects/elderly-project



NEGOCIOS LOCALES PARA MAYORES

Luther Burbank dijo: "Las flores son luz del sol, alimento y medicina para el alma". La Madre Teresa declaró una vez: "El hambre de amor es mucho más difícil de eliminar que el hambre de pan".



Jenny's Restaurante

233 Kingston Ave, Brooklyn, NY 11213

Tel: 718 604 9376 Y 347 435 0656 | **Horas:** Lun – Vie 7AM – 7:30PM, Sáb 7AM – 6:30PM, Dom 8AM – 4PM

10% de descuento para adultos mayores los fines de semana. Entrega gratuita entre Fulton St, Empire Blvd, Nostrand y Utica Ave. Pedido mínimo \$ 7 solo para personas mayores.

Comida casera española y americana con personal amable.



Mayday Hardware

755 Washington Ave (entre Sterling Place y St Johns Pl)
Brooklyn, NY 11238

Tel: 718 783 7171 | **Horas:** Lun – Sáb 10AM – 6PM

20% de descuento todos los días para personas mayores de 60 años y más. Prueba de edad requerida. Debe mencionar "amigos de los ancianos".

Servicio amigable, cortés e informado disponible en esta ferretería clásica. Abierto desde 1964, ofrece pintura, plomería, herramientas y artículos de jardinería, además de un cerrajero. Llaves hechas con precisión. Referencias para reparaciones locales y manitas disponibles. Pregunte por Liz.



OATS

Servicios de Tecnología para Adultos Mayores

Centro de Exploración de Planetas Senior

127 West 25th St, New York, NY 10011

Tel: 646 590 0615 or 718 502 9203

Horas: Lun – Vie 10AM – 5PM

Página Web: www.seniorplanet.org y www.oats.org

¿Está interesado en mejorar sus habilidades informáticas, en aprender a encontrar un trabajo en la era digital o en aprovechar el poder de la tecnología para mejorar su forma de envejecer?

¡Infórmese sobre todos los servicios y eventos que se llevan a cabo en el Senior Planet Exploration Center y tenga una charla técnica personalizada para obtener ayuda personalizada! Caminatas son bienvenidos. Las personas mayores interesadas pueden llamar de antemano al 646 590 0615.

Para aumentar las oportunidades de capacitación, Senior Planet se ha asociado con 22 sitios comunitarios en la ciudad de Nueva York para mantener laboratorios de tecnología de punta que apoyen las necesidades de diversas comunidades. Estos laboratorios están abiertos al público y son anfitriones de los cursos Senior Planet. Cada laboratorio es operado por su organización anfitriona. Llame al 718 502 9203 para encontrar un laboratorio cerca de usted, información sobre ofertas y cómo registrarse para un curso.



Fun for Seniors PELÍCULAS, GIMNASIO, MUSICA, JUEGOS, CENTROS MAYORES ARTES Y ARTESANIAS.

**¡ TÓMESE EL TIEMPO PARA JUGAR!
ES EL SECRETO DE PERMANECER JOVEN**
*Mantenerse activo y comprometido en su comunidad
agrega años a su vida. Un estudio de salud reciente
mostró que los efectos del aislamiento prolongado son
tan perjudiciales para su salud como fumar 15
cigarrillos al día. Simplemente poner la soledad mata.*

Biblioteca Pública De Brooklyn

10 Grand Army Plaza, Brooklyn, NY 11238

Tel: 718 230 2100

Hours: Lun – Jue 9AM – 9PM, Vie– Sáb 9AM – 6PM,
Dom 1 – 5PM



Los servicios para adultos mayores incluyen programación inclusiva y servicios adaptados a los visitantes de más de 50, incluyendo conferencias, películas, actuaciones y programas educativos que reflejan los amplios intereses de los adultos mayores de hoy en día.

Libros para llevar suministrar materiales de lectura y visualización a adultos mayores en residencias de ancianos, centros de ancianos y centros de guardería para adultos. Los

materiales incluyen libros en inglés y otros idiomas (algunos en letra grande), DVDs y audiolibros.

Libros por correo proporciona libros, audiolibros y videos a personas que están en casa o tienen una discapacidad visual.

Para obtener información adicional **Llame 718 236 1760**, o visite: www.bklynlibrary.org/outreach/older-adults

Goddard Riverside Senior Center

593 Columbus Ave New York NY 10024

Tel: 212 873 6600

Horario: Lunes – Viernes 8AM – 4PM



Elegibilidad: 60 años y mayores. Para unirse, traiga un comprobante de la fecha de nacimiento, sus medicamentos y la información de su contacto de emergencia. La membresía es gratis.

Líneas de autobús: M7, M10, M11, M104

Líneas de Subway: 1, C, B hasta la calle 86.

Los servicios incluyen desayuno por una contribución voluntaria de **\$ 1.00** de 8:30 AM a 9:30 AM, Almuerzo por una contribución voluntaria de **\$2.00** de **12:00 PM a 1:00 PM** de Lunes a Viernes.

Actividades Físicas y de Salud: clases diarias de ejercicio, presentaciones sobre salud y nutrición, exámenes de presión arterial.

Actividades educativas y de otro tipo: clases de computación, arte, pintura, proyección de películas, joyería, actuación, hora social, viajes culturales, bingo.

Eventos especiales: El último Viernes de cada mes, de 12pm a 3pm, los residentes mayores se reúnen para disfrutar de una celebración festiva de cumpleaños. Invitados por primera vez y no miembros son bienvenidos. Nuestras próximas fiestas de cumpleaños serán el 26 de Julio, el 30 de Agosto y el 27 de Septiembre.



BENEFICIOS DE LOS VETERANOS

"Recordemos el servicio de nuestros veteranos y renovemos nuestra promesa nacional de cumplir con nuestras obligaciones sagradas para con nuestros veteranos y sus familias que se han sacrificado tanto para que podamos vivir libres"
- **Dan Lipinski**

Brooklyn Centro de Veteranos

25 Chapel St, Suite 604, Brooklyn, NY 11201

Tel: 718 630 2830 | **Contacto:** Victor Dendariarena

Horas: Lun – Vier 9AM – 5PM

Para asistencia después de horas, fines de semana y días festivos, llame al: 1-877-WAR-VETS (1-877-927-8387). Para emergencias llame a crisis de veteranos 1-800-273-8255 (Oprima 1).

División de Asuntos de Veteranos del Estado de Nueva York

245 W Houston St, New York, NY 10014

Tel: 888 838 7697

Hours: Lun – Vie 8AM – 5PM

Para obtener más información sobre los beneficios y servicios para los cuales puede ser elegible como veterano, miembro del servicio o miembro de la familia de un veterano o miembro del servicio, llame a la línea de ayuda de la División de Asuntos de Veteranos del Estado de Nueva York al 888 838 7697.

También visite www.veterans.ny.gov para obtener información sobre oportunidades de empleo para veteranos con discapacidades y sobre el apoyo que se ofrece a los miembros del servicio actual, miembros de la familia y cuidadores.

Línea de Crisis de los Veteranos

Si usted es un veterano, miembro del servicio actual o un miembro de la familia preocupado por uno, llame al 800 273 8255. Presione 2 para hablar en español y para comunicarse con un asesor de crisis de veteranos.



CUIDADORES

"NO ES LO MUCHO QUE HACES, PERO LO AMOR QUE PONAS EN LA OBRA" - Madre Teresa

"Cuidar de aquellos que una vez nos cuidaron es uno de los más altos honores". Busque el apoyo que necesita y aproveche los recursos a continuación en su viaje de cuidado.

AARP Centro de Recursos de Cuidados

Tel: 1 888 971 2013 – Línea directa para cuidadores

Horas: Lun – Vie 7AM – 11PM

Página Web: www.aarp.org/home-family/caregiving/

AARP ofrece una amplia variedad de recursos e información sobre los problemas que enfrentan los cuidadores actuales y futuros.

Envejecimiento con Dignidad

Tel: 850 681 2010

Horas: Lun – Vie 9AM – 5PM

Página Web: www.agingwithdignity.org y www.fivewishes.org

Un destacado defensor de las necesidades de los ancianos y de quienes los cuidan, Aging with Dignity está dedicado a ayudar a nuestros mayores a tomar sus propias decisiones educadas en sus etapas posteriores de la vida. El programa "Cinco Deseos" ayuda a todas las personas mayores de 18 años a escribir sus preferencias personales en tiempos de enfermedad grave.

Cinco Deseos es más que un documento de planificación anticipada de cuidados. Es un enfoque completo para discutir y documentar sus opciones de cuidado y comodidad. Se trata de conectar a las familias, comunicarse con los proveedores de atención médica y mostrar a su comunidad lo que significa cuidarse unos a otros.

CaringKind

360 Lexington Ave, 3^{er} Piso

New York City, NY 10017

Tel: 212 609 1900 | **Horas:** Lun – Vier 8AM – 5PM

Pagina Web: www.caringkindnyc.org

CaringKind proporciona información, asistencia y apoyo gratuitos para las personas con enfermedad de Alzheimer y demencias relacionadas, y para sus familias y cuidadores en los 5 condados.

CaringKind Se puede contactar las 24 horas del día, los 365 días del año, en 200 idiomas, **en su línea de asistencia 24/7 646 744 2900**. Es un gran número para consultar y hablar con los expertos en demencia de la ciudad de Nueva York.

Programa de Manejo de Casos de Heights Y Hills

81 Willoughby Street, 3^{er} Piso

Brooklyn, NY 11201

Tel: 718 596 8789 | **Horas:** Lun – Vie 9AM – 5PM

Pagina Web: www.heightsandhills.org

Envejecer trae nuevos retos. Nuestro programa de administración de casos está aquí para ayudar a los **adultos mayores de 60 años** a permanecer en sus propios hogares y comunidades a medida que envejecen. Si usted o un adulto mayor que conoce responde "Sí" a cualquiera de las siguientes preguntas, usted o ellos pueden ser elegibles para recibir servicios de apoyo.

¿Se ha vuelto más difícil preparar las comidas?

¿Ha tenido dificultades para salir a comprar comestibles?

¿Podría utilizar alguna ayuda con tareas domésticas o tareas domésticas?

Podemos enviar un administrador de casos para una visita domiciliaria para averiguar exactamente qué se necesita para que usted se mantenga saludable y maneje aquellas actividades que se han vuelto más difíciles con la edad.

Servicios Brindamos una mejor nutrición al recibir comidas a domicilio, hacer arreglos para que alguien ayude con las tareas del hogar, ayudar a crear un plan para mantener su independencia en colaboración con familiares y amigos, y asegurarnos de que esté recibiendo todos los servicios, beneficios y derechos para cual eres elegible

Para acceder a los Servicios, llámenos al **718 596 8789** para una entrevista de admisión por teléfono para determinar su elegibilidad para servicios. Una vez que confirmemos que usted es elegible, organizaremos una visita a domicilio para comprender sus necesidades y desarrollar un plan de atención. Luego, lo ayudaremos a organizar los servicios y beneficios, y controlaremos sus necesidades y servicios a lo largo del tiempo.

Centro de Memoria de Nueva York

199 14th Street

Brooklyn, NY 11215

Tel: 718 499 7701 | **Horas:** Lun – Vie 7AM – 7PM

Página Web: www.nymemorycenter.org

El Centro de Memoria de Nueva York ofrece atención y apoyo para los cuidadores de la enfermedad de Alzheimer y demencia en el marco del Programa de recursos familiares.

Ofrece programas educativos y de bienestar para cuidadores de personas con Alzheimer y trastornos de la demencia relacionados con servicios que incluyen:

- Cuidado Entrenamiento
- **Grupo de apoyo**
- Servicios de navegación de Alzheimer (ej: ayuda con beneficios)
- **Programas** de bienestar para cuidadores familiares.
- Referencias para subvenciones de relevo a corto plazo u otros servicios
- **Sesiones educativas y talleres.**

Tómate un tiempo para ti mismo. Para obtener más información y confirmar su asistencia para todos los programas, comuníquese con **Megan Christ, LMSW, Trabajadora Social del cuidador** al **718 499 7701** o al **708 677 5637**.



GRUPOS DE DEFENSA

"Nunca tenga miedo de alzar su voz por la honestidad, la verdad y la compasión contra la injusticia y la mentira y la codicia. Si la gente de todo el mundo ... hiciera esto, cambiaría la tierra "

- William Faulkner

Asociación Americana para Personas Retiradas(AARP)

750 Tercera Avenida, 31st Piso , New York, NY 10017

Tel: 866 227 7442

Horas: Lun – Vie 7AM – 11PM

Página Web: www.aarp.org/nyc

Organización nacional que brinda beneficios, defensa y recursos para personas de 50 años o más.

Sociedad Americana del Cáncer

Brooklyn Capítulo

503 5th Ave, Suite 2A

Brooklyn, NY 11215

Tel: 800 227 2345 - 24 línea de asistencia

Página Web: www.cancer.org

Ofrece una lista de servicios que brindan información y recursos gratuitos sobre el cáncer, incluidos exámenes de detección de cáncer con tarifas reducidas y programas de apoyo para personas con cáncer.

American Diabetes Association

Gran ciudad de Nueva York

1 Penn Plaza, Suite # 6204

New York, NY 10119

Tel: 800 342 2383 or 212 725 4925

Horas: Lunes – Viernes 9AM – 7PM

Website: www.diabetes.org

Trabaja para prevenir y curar la diabetes y para mejorar la vida de todas las personas afectadas por la diabetes. Proporciona información y recetas de nutrición, así como asistencia para los cuidadores.

Centro de derechos de Medicare

Línea Directa: 800 333 4114 (Español disponible)

Horas: Lunes – Viernes 10AM – 3PM

Página Web: www.medicarerights.org

El Centro de Derechos de Medicare es la mayor fuente independiente de información de atención médica para personas con Medicare. Brinda asistencia directa a adultos mayores y personas con discapacidades, así como a amigos, familiares, cuidadores y profesionales que tienen preguntas o problemas relacionados con Medicare.

Los asesores capacitados responden a las preguntas sobre las opciones de planes de salud, derechos y beneficios disponibles, y pueden ayudar a las personas a obtener la atención y los medicamentos que necesitan. Cuando sea apropiado, el personal representa a los clientes que no pueden asegurar la atención o cobertura que necesitan por su cuenta.



OPORTUNIDADES PARA VOLUNTARIOS

"Te ganas la vida con lo que obtienes. Haces una vida por lo que das "- Winston Churchill

Hermanos Pequeños - Amigos de los Mayores

Tel: 718 395 5722 | **Horas:** Lun – Sáb 9AM – 7PM

Página Web: www.littlebrothersnyc.org

Correo Electrónico: littlebrothersnyc@gmail.com

El programa de visitas amistosas de Hermanos pequeños está buscando visitantes amigables, jóvenes y viejos, para ofrecer compañía y apoyo a los ancianos confinados en hogares en riesgo de aislamiento social.

Para oportunidades de voluntariado actuales, llame al 718 395 5722 o complete un formulario en línea en: littlebrothersnyc.org/volunteer/

New York Cares

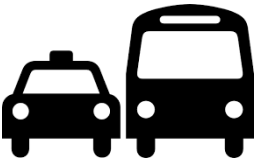
65 Broadway, 19th Floor
New York, NY 10006

Tel: 212 228 5000 | **Horas:** Lun – Vie 9AM – 5PM

Página Web: www.newyorkcares.org

New York Cares es una organización sin fines de lucro que une a personas de todas las edades con miles de oportunidades de voluntariado a través de la ciudad. Hay oportunidades disponibles para aquellos que quieren ayudar por tan solo un día.

Primero, cree una cuenta en línea y complete un formulario de información para voluntarios, luego llame para registrarse para una orientación de voluntarios en Brooklyn. Después de completar la orientación, usted puede inscribirse para proyectos voluntarios en su página web.



TRANSPORTE

***MOVERSE CON SEGURIDAD Y
DENTRO DE SU PRESUPUESTO***

¿No puedes tomar el transporte público y no puede permitirse un taxi? Considere carpooling con un vecino o aplíquese al acceso-uno-monta.



Acceso-A-Ride

1. Clientes actuales de Access-A-Ride: "Guía para acceder a un paseo" está disponible en su idioma preferido.
2. Solicitantes interesados: El folleto "cómo aplicar" de Access-A-Ride está disponible en su idioma preferido.
3. **Llame a 877 337 2017 (8AM – 5PM) Español opción 2** para solicitar su guía o para comenzar el proceso de solicitud.

Tarifas reducidas de MetroCards

Tel: 718 330 1234 o 511 (automatizado)

Página Web: <http://web.mta.info/nyct/fare/rfindex.htm>

Las MetroCards de tarifa reducida actualmente ofrecen una tarifa de \$ 1.35 para adultos de 65 años o más y para personas con discapacidades de cualquier edad. Las tarjetas de tarifa reducida funcionan como las MetroCards estándar, pero están personalizadas con su nombre y foto. Opciones de pago por viaje y viajes ilimitados disponibles, así como EasyPay.

Solicite un formulario de solicitud o solicite en persona en 3 Stone Street . Tome el tren 4/5 a Bowling Green en Manhattan. Se necesitan dos formas válidas de identificación. Consulte el sitio web para saber dónde usar MetroCards de tarifa reducida.



NÚMEROS TELEFÓNICOS DE EMERGENCIA Y ÚTILES

- Servicios de Protección de Adultos: 212-630-1853 ext 2

- El SIDA Hotline: 800-233-7432
- Alcohólicos Anónimos: 212-348-2644 o 718-348-387
- Alzheimer y demencia Helpline: 646-744-2900 ext 1
- La Asociación Psiquiátrica Americana: 888-357-7924 Presione 2 para español
- Cruz Roja Americana en Nueva York: 800-733-2767
- Brooklyn Servicios de Protección de Adultos: 718-943-7723 Presione 3 para español, pregunte por Anthony.
- Citymeals-on-wheels: 212-687-1234
- Víctima del crimen: 212-577-7777 o 800-689-4357
- Línea directa de consejería sobre crisis: 888-692-9355
- Violencia doméstica y servicios de intervención de emergencia: 800-621-4673 o 212-331-4547
- Línea directa para víctimas de abuso de ancianos: 855-484-2846
- Cupones de alimentos 718-557-1399 inglés y español
- Refugio de emergencia, asistencia pública: 3-1-1
- Línea directa del Proyecto de Ley de Empleo: 888-218-6974
- Línea directa para personas sin hogar: 800-994-6494 o 212-533-5151 Presione 2 para español
- Prevención de personas sin hogar DOROT: 212-580-0001 Para los españoles, pregunte por Amelia.
- Línea directa de derechos de familia sin hogar: 800-649-9125
- El Tribunal de Vivienda responde a la línea directa: 212-962-4795
- Línea directa del hambre: 866-888-8777 ext 2
- Línea directa de inmigración: 800-566-7636 o 718-889-4000
- Línea directa de la unidad de ley de inmigración: 212-577-3456

- Asistencia fiscal del IRS: 212-436-1000 Oficina cerrada
- Sociedad de asistencia jurídica: 212-577-3300 Prensa 9 para español
- Línea directa de salud mental de 24 horas de LIFENET: 877-298-3273
- Centro de beneficios de LiveOn NY: 347-815-5930
- Clínica de contribuyentes de bajos ingresos: 212-426-3013 Prensa 2 para español
- Medicare: 800-633-4227
- Servicios de salud mental: 800-543-3638
- Tarifa reducida MTA: 212-638-7622
- Narcóticos Anónimos: 212-929-6262
- Grupo de asistencia legal de Nueva York: 212-613-5000
- Centro de abuso de ancianos de NYC: 212-746-7211
- Línea de ayuda del Departamento de salud de NYS 866-881-2809
- Policía, bomberos o ambulancia: 9-1-1
- Centro de control de envenenamientos: 800-222-1222 o 212-764-7667
- Safe Horizon (violencia doméstica, tráfico de personas y acoso): 800-621-4673
- Servicios de refugio/centro Weinberg para la prevención del abuso de ancianos: 800-567-3646
- Línea directa Senior: 800-342-9871
- Beneficios de SNAP Infoline: 718-557-1399
- Administración del seguro social: 800-772-1213
- Centros para dejar de fumar: 800-784-8669
- Línea de vida suicida: 800-673-3000 o 800-273-8255
- Línea de crisis de veteranos: 800-273-8255 ext 1
- Beneficios para Veteranos: Departamento de asuntos de veteranos de los Estados Unidos- Oficina regional de NY: 800-827-1000

NOTAS

UN GRAN AGRADECIMIENTO

A TODOS LOS DONANTES, PARTIDARIOS Y Voluntarios quién hizo la primero español edición de nuestro **2019 GUÍA DE RECURSOS SENIOR PARA NUEVA YORK POSIBLE** POR SU PARTICIPACIÓN Y CONTRIBUCIÓN AMABLE. TAMBIÉN ESTAMOS AGRADECIDOS POR NUESTRA **DISTRIBUIDORES** QUE HACEN QUE ESTA GUÍA DE RECURSOS SENIOR ESTÉ DISPONIBLE PARA LAS PERSONAS MAYORES Y SUS DEFENSORES EN LA COMUNIDAD.

AGRADECIMIENTOS ESPECIALES A



Stephanie Lugo Cynthia Miller Joyce Bolden

AMIGOS DE LOS MAYORES

Stephanie Lugo

Crystal Williams

Jeannie Martinez

Jenny's Restaurante

Iglesia Metodista Unida de Bethany

NUESTROS PATROCINADORES CORPORATIVOS



— HOMECARE —

Donde la novedad,
curacion, aprendizaje y
descubrimiento se reunen.



40+ años

Con asistentes

de salud confinable
en tu circulo the cuidado

quieres saber si califica?
Llamos al

(718) 344-0220 ext. 330 | cabshomecare.org



391 EASTERN PARKWAY
TEL: 718.756.6026, LUN-VIE
10AM-6:30PM, SÁB 10AM-
5:30PM. **Creole y Espanol.**



651 NOSTRAND AVE.
TEL: 718.774.0200, LUN- SÁB
7AM-10PM, DOM 7AM-8PM



**Rite Choice
Pharmacy**

1484 FULTON ST.
TEL: 718.773.3700, LUN-VIE
9AM-7:30PM, SÁB 9AM-5PM,
DOM 10AM-3PM

**JENNY's Restaurant
French Toast & Coffee Shop**

233 KINGSTON AVE.
Entrega de desayuno y almuerzo
8AM a 5PM. TEL 718.604.9376 o
347.435.0656. LUN-VIE 7AM-
7:30PM, SÁB 7AM- 6:30PM,
DOM 8AM-4PM.

**THE LOCAL DEVELOPMENT CORPORATION
OF CROWN HEIGHTS**

**252 KINGSTON AVE (entre St Johns Pl Y Lincoln Pl)
BROOKLYN, NY 11213**

TEL: 718 467 8800 | LUN-VIE 9AM-5PM

Correo Electrónico: ldcch@ldcch.org

**¡Felicidades a los Hermanos pequeños por tu 1ª Edición en
Español!**



Foto de Ashley – Katelyn con la señora Jacinta, 102 años.

Si desea recomendar más organizaciones, programas y patrocinadores para personas de Nueva York para nuestra caída 2019 edición de datos, por favor correo electrónico Para Jérôme Michaux en: littlebrothersnyc@gmail.com



Copyright © 2019 Hermanos Pequeños - Amigos de los Mayores de la ciudad de Nueva York. Todos los derechos reservados.