

Directorio de Servicios, Derechos y Beneficios

Para **Personas Mayores** en el
Condado de Westchester
(914) 813-6300



Abogacía Apoyo a Quienes Cuidan Vivienda
Entrenamiento Laboral Información y Ayuda
Nutrición Información y Ayuda
Ayuda Enriquecimiento y Bienestar
Abogacía Apoyo a Quienes Cuidan Vivienda
Entrenamiento Laboral Información y Ayuda
Vivienda Información y Ayuda
Transporte Apoyo a Quienes Cuidan Vivienda
Vivienda Entrenamiento Laboral Información
Bienestar Abogacía Transporte Salud Bienes
Salud y Bienestar **Nutrición** Información y Ayuda
Abogacía Apoyo a Quienes Cuidan Transporte
Transporte Apoyo a Quienes Cuidan Salud y
Bienestar Abogacía y Entrenamiento Laboral
Información y Ayuda **Apoyo a Quienes Cuidan**
Vivienda Información y Ayuda Nutrición Ayuda
Salud y Bienestar Entrenamiento Laboral Salu
Abogacía Apoyo a Quienes Cuidan Transporte
Apoyo a Quienes Cuidan Transporte Salud y B

DEPARTAMENTO DE PROGRAMAS & SERVICIOS PARA PERSONAS MAYORES
Mae Carpenter, Comisionada

**Directorio de Servicios, Derechos y Beneficios para
Personas Mayores en el Condado de Westchester**

**Laura Bolotsky
Directora de Operaciones**

**Jeanne Pici
Administradora de Programas**

**Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores
www.westchestergov.com/seniors**

**Información y Asistencia
(914) 813-6300**

**Línea de Información de Medicare
(914) 813-6100**

**Para Información en Español
(914) 813-6393**

**Servicios de Personas Mayores en el Norte del Condado
(914) 245-2088**

**Centro de Recursos para Proveedores de Cuidado
(914) 245-9167**

**Línea de Ayuda por Abuso de Personas Mayores
(914) 813-6436**

**Aparato de Telecomunicaciones para Sordos (TDD)
(800) 662-1220**

2008

**Publicado por
El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores
del Condado de Westchester
9 South First Avenue
Mount Vernon, NY 10550-3414**

DEPARTAMENTO DE PROGRAMAS Y SERVICIOS PARA PERSONAS MAYORES DEL CONDADO DE WESTCHESTER

Quien Somos

El Acta de Americanos de Edad Avanzada de 1965 (Older Americans Act of 1965) creó redes a nivel federal, estatal y local para administrar programas que ayudan a los de edad avanzada a mantener su salud y su independencia en sus propios hogares y comunidades.

El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester es parte de esta Red Nacional para los de Edad Avanzada que incluye la Administración de Envejecientes del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, 57 agencias estatales para personas mayores, 670 agencias del área para envejecientes, y aproximadamente 27,000 organizaciones proveedoras de servicios locales bajo contrato con agencias del área.

En 1974, la Oficina de Envejecientes del Condado de Westchester fue designada por la Oficina de Envejecientes del Estado de Nueva York como la agencia del área para envejecientes que serviría a todas las personas de 60 años de edad o más en el área de Westchester. En marzo del año 2001, la Oficina de Envejecientes del Condado de Westchester se convirtió en el Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester

Nuestra Misión

Nuestra misión es de identificar y dar prioridad a las necesidades de las personas mayores en Westchester; crear planes comprensivos y coordinados para cumplir con esas necesidades; y abogar por políticas, programas, acciones, legislación y recursos relevantes que apoyen a los de edad avanzada.

El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester también realiza actividades y desarrolla programas y servicios que cumplen con la intención del Acta de Americanos de Edad Avanzada y el Acta de Servicios Comunitarios para Personas Mayores del Estado de Nueva York. Las metas y misiones, tanto del acta federal y el estatal, son de aumentar la calidad de vida para las personas de edad avanzada en las siguientes áreas críticas:

1. *Suficiente ingreso para las necesidades básicas*
2. *La mejor salud física y mental posible*
3. *Vivienda apropiada según las necesidades y los deseos individuales*
4. *Servicios para restaurar la salud al mejor estado posible*
5. *Oportunidades de empleo*
6. *Un retiro digno, honorable y saludable*
7. *Libertad de dedicarse a actividades significativas*
8. *Servicios comunitarios adecuados*
9. *Beneficio de las investigaciones sociales y médicas lo más pronto posible*
10. *El uso de iniciativa, libertad e independencia en el manejo y planeación de sus propias vidas*

Un papel primordial del Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester es de mantener un inventario completo de los servicios disponibles para personas mayores y de servir **como un punto de información y de referencia a los servicios locales.**

El periódico, "**Generations**" para los envejecientes que el Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester mensualmente publica es enviado a personas de 60 años de edad o más e indica el número de teléfono, (914) 683-6300, del Centro de Información del Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester como otros números importantes.

El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester también es el enlace para "Eldercare Locator Services of the National Network on Aging" que es un servicio en toda la nación que ayuda a familiares y amigos a encontrar información acerca de los servicios que hay en la comunidad para las personas mayores.

UNA PLENITUD DE SERVICIOS

Este directorio fue preparado por el Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester para familiarizarlo a usted con la plenitud de servicios y beneficios que hay disponibles para los residentes de Westchester de edad avanzada. Los servicios están en orden alfabético para ayudarle a localizar el beneficio o servicio que le interese. Los servicios también aparecen listados por comunidad en el apéndice al final. Esperamos que este directorio le sea útil.

Publicaciones del Departamento

Los siguientes directorios y folletos son producidos por el Departamento de Programas y Servicios del Condado de Westchester.

A Guide for Caregivers: Respite Services and Support Groups

A Guide for Caregivers: What you Need to Know

Caring Newsletter

At the Crossroads

Directory of Services, Rights & Benefits

Directorio de Servicios, Derechos y Beneficios

Financial Benefits & Savings Guide

Directorio de Beneficios y Ahorros

Generations Newspaper

Generaciones Hispanas (Boletín)

Medical Information Bags....

'If I get Sick

Nutrition Site Brochures

Older Driver Family Assistance Program

Senior Citizen Guide to Mental Health Services

Services Outstationed to Seniors brochure

VOCAL Brochure

Westchester County Senior Housing Sites

INDICE

AARP (previamente la Asociación Americana de Personas Retiradas)	8
Abuelos Criando a Nietos	8
Abuelos de Crianza (Foster Grandparents)	8
Acompañamiento Para Ir de Compras	8
Asilos de Ancianos	8
Asistencia Con la Vivienda	9
Asistencia Financiera de Emergencia	9
Asistencia Social	9
Autobús Para las Personas Mayores (Solo Viajes en Grupo).	9
Beneficios del Seguro Social	9
Bibliotecas	10
Bolsa con Información Médica de Emergencia	10
Carta Poder del Cuidado de Salud	11
Centro de Información del Condado de Westchester	11
Centros de Guardería Para Adultos	11
Centros de Nutrición	11
Centros de Servicio para Quienes Cuidan a Envejecientes	12
Centros Seguros Para las Personas Mayores	13
Clínicas del Cuidado de Salud	13
Clubes y Centros de Personas Mayores	14
Comidas a Domicilio	14
Comisión de los Derechos Humanos	15
Concilio de Empleo Para Personal de Edad Avanzada (SPEC*)	15
Consejería Familiar	15
Cuidado Temporal de Ancianos Para Dar un Descanso (En Casa)	
- Proyecto Descanso	15
Cuidado Temporal de Ancianos Para Dar un Descanso (Institucional)	16
Cupones de Alimentos (Food Stamps)	16
Departamento de Motores y Vehículos	16
Depósito Directo de Cheques	16

*Abreviaciones basadas en las siglas en inglés.

INDICE

Descuento en el Teléfono	16
Descuentos en las Tarifas de Autobús (MetroCard)	17
Devolución de Impuestos (IT – 214*)	17
Dificultades de Audición.	17
Disminución de Impuestos Para Dueños de Casas	18
Educación	18
Elderhostel	18
Empleo	18
Enfermedad de Alzheimer	19
Hogares Tipo Familiar Para Adultos	19
Información Para los Veteranos	19
Ingreso Suplemental del Seguro Social (SSI*)	19
Línea de Ayuda de United Way of Westchester/Putnam	19
Línea de Ayuda por Abuso a Personas Mayores	20
Localizador Eldercare	20
Mainstream - Instituto de Retiro.	20
Mediación	20
Medicaid	21
Medicare	21
MetroCard (Vea Descuento en las Tarifas de Autobús, Tarjeta de Tarifa Reducida)	21
New York Connects.	21
Notificación Temprana	22
Oficina de Colocación de Personal para Personas Mayores	22
Oficina Para los Incapacitados	23
Oficinas Para los Envejecientes	23
Para-Tránsito	23
Parques del Condado de Westchester	23
Parques del Estado de Nueva York.	24
Parques Nacionales - Pasaporte de la Edad Dorada de Acceso a los Parques Nacionales	24
Periódico "Generations"	24
Prevención de Crímenes y Asistencia Para las Víctimas	25
Programa CONCERN de Con Edison	25
Programa de Acompañamiento Para Dar un Descanso	25
Programa de Asistencia con la Energía en el Hogar (HEAP).	25
Programa de Asistencia de Nutrición Suplemental	26
Programa de Asistencia Farmacéutica (EPIC*)	26
Programa de Empower New York	26
Programa de Hipoteca Reversa	26
Programa de Información, Consejería y Asistencia con los Seguros de Salud (HIICAP).	27

*Abreviaciones basadas en las siglas en inglés.

INDICE

Programa del Mediador del Interés Público Para el Cuidado a Largo Plazo	27
Programa de Relevo de Impuestos Escolares (STAR*)	27
Programas de Recreación	28
Promoción de la Salud y Prevención de las Enfermedades.	28
Protección del Consumidor	28
Protección y Exención del Aumento de Renta para las Personas Mayores (SCRIE*)	29
Pruebas de Salud	29
Red de Ayuda de Viudos a Viudos	29
Relación Entre Propietario e Inquilino	29
Reparaciones de Casas.	29
Salud Mental.	30
Seguros de Cuidado a Largo Plazo	30
Servicios a los Ciudadanos e Información Pública	30
Servicios de Cuidado en el Hogar	30
Servicios de Protección de Adultos	31
Servicios Establecidos en Edificios de Personas Mayores (SOS)	31
Servicios Legales	31
Sistema del Emblema de Alerta Médica .	31
Sistemas de Aviso en Casos de Emergencia	32
Tarjeta de Identificación de Personas Mayores	32
Tarjeta de Tarifa Reducida	32
Trabajo de Voluntario	32
Transporte (Especial)	33
Universidad Sin Paredes	33
Visitas Amistosas	33

APÉNDICE: Lista en Orden Alfabético de Comunidades Locales y los Servicios que Ofrece.

*Abreviaciones basadas en las siglas en inglés.

AARP (PREVIAMENTE LA ASOCIACIÓN AMERICANA DE PERSONAS RETIRADAS)

AARP es la organización de mayor importancia en la nación abogando por las personas de 50 años de edad o más. La organización proporciona abogacía legislativa, investigación, programas informativos y servicios comunitarios administrados a través de una red de oficinas regionales y voluntarios de mucha experiencia. AARP le ofrece a sus miembros una gran gama de beneficios especiales incluyendo la revista AARP y un boletín mensual. Para más información, favor de llamar al **1-888-687-2277**.

ABUELOS CRIANDO A NIETOS

La Coalición de Abuelos del Condado de Westchester provee información a los abuelos que están criando a sus nietos y a parientes criando a jóvenes menores de 21 años de edad. La información incluye grupos de apoyo, abogacía, beneficios, actividades recreativas y educativas, etc. Para más información llame al **813-6393**.

ABUELOS DE CRIANZA (Foster Grandparents)

Si usted está interesado en trabajar en las escuelas con los niños que necesitan atención individual y usted tiene 60 años de edad o más, y tiene un ingreso limitado, considere el programa de Abuelos de Crianza (Foster Grandparents). Éste es auspiciado por el gobierno federal y paga un estipendio sin impuestos. Para más información, llame al **592-5600**. **Seleccione la opción Ext. 114**

ACOMPAÑAMIENTO PARA IR DE COMPRAS

Algunas comunidades de Westchester proveen asistencia de transporte limitada. Las personas mayores sin problemas ambulatorios son llevadas en grupo a supermercados, centros de nutrición y a veces individualmente a citas médicas. Para más información, favor de llamar a su oficina local para los envejecientes o centro de nutrición listado al final de este directorio.

ASILOS DE ANCIANOS

Para información acerca de los asilos de ancianos en el Condado de Westchester, incluyendo el proceso de colocación y los asilos disponibles favor de llamar al **813-6393**.

ASISTENCIA CON LA VIVIENDA

Para información acerca de los programas de asistencia con las viviendas que hay disponibles para personas mayores en el Condado de Westchester, favor de llamar al **813-6393**.

ASISTENCIA FINANCIERA DE EMERGENCIA

Si usted recibe el Ingreso Suplemental del Seguro Social (SSI), la Asistencia Financiera de Emergencia se le podría otorgar para situaciones que pongan en riesgo su vida, seguridad o bienestar personal, tales como el desalojamiento, falta de dinero para pagar la renta, los servicios públicos, la compra de comida o cheques de beneficios perdidos, etc. Los que no reciben SSI pueden solicitar asistencia pública (Safety Net Assistance, SNA). Para información, llame al Departamento de Servicios Sociales listado al final de este directorio o llame al **813-6393**.

ASISTENCIA SOCIAL

Si necesita ayuda para seguir viviendo en su casa, o si necesita ayuda planeando para el futuro, la asistencia social está disponible. Bajo este programa se determinan las necesidades del individuo de edad avanzada y se coordinan los servicios. El Programa de Servicios Extendidos en el Hogar para las Personas Mayores (EISEP por sus siglas en inglés) proporciona servicios para aquellos que requieren asistencia en su propio hogar. Para más información, favor de llamar al **813-6390**.

AUTOBÚS PARA LAS PERSONAS MAYORES (Sólo Viajes en Grupo)

El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester tiene un Programa de Transporte para grupos de la comunidad, de 16 a 28 personas para viajes de compras, visitas a teatros, museos, sitios históricos y eventos especiales. Se provee transporte de un lugar central hasta el lugar destinado. Se pide una contribución nominal. Para información y reservaciones favor de llamar al **813-6001**.

BENEFICIOS DEL SEGURO SOCIAL

Beneficios mensuales del Seguro Social se dan a un trabajador y a sus dependientes cuando el trabajador se retira, queda incapacitado o muere. Un trabajador debe primero juntar créditos por 40 cuartos o 10 años de trabajo para recibir beneficios de jubilación completos. Para más información y los reglamentos actuales, llame a la

Oficina del Seguro Social de 7 AM a 7 PM entre semana al número gratuito **1-800-772-1213**. **1-800-235-0778** (TDD aparato de telecomunicación para problemas de audición). **www.socialsecurity.gov**

Oficina del Seguro Social de Mount Vernon
5 Stevens Ave,
Mount Vernon, NY 10550
(914) 663-9306

Oficina del Seguro Social de New Rochelle
85 Harris Street
New Rochelle, NY 10801
1-800-772-1213

Oficina del Seguro Social de Peekskill
One Park Place, 3rd Floor
Peekskill, NY 10566
(914) 736-1475

Oficina del Seguro Social de White Plains
297 Knollwood Road
White Plains, NY 10605
(914) 682-6205

Oficina del Seguro Social de Yonkers
20 South Broadway, 10th Floor
Yonkers, NY 10701
1-(800)-772-1213

BIBLIOTECAS

La mayoría de las bibliotecas en el Condado de Westchester tienen servicios especiales para las personas de edad avanzada. Éstos incluyen programas y clases, libros con letra grande, equipos bifocales, acceso al internet y préstamo de libros por correo para residentes que no pueden salir de sus casas. Para más información, visite nuestra página web en **www.westchesterlibraries.org/ie.html** o llame a su biblioteca local o al Sistema de Bibliotecas de Westchester (Westchester Library System) al **674-3600**.

BOLSA CON INFORMACIÓN MÉDICA EN CASO DE EMERGENCIA

Al llenar la tarjeta con información de emergencia **“Si me enfermo o lesiono”** y colgarla en una bolsa detrás de la puerta de la entrada/salida principal de su vivienda,

esto ayuda a asegurar que los primeros en responder a una llamada de emergencia tengan la información que necesiten rápidamente. Para más información o para solicitar la tarjeta y la bolsa llame al (914) 813-6393.

CARTA PODER DEL CUIDADO DE SALUD

La nueva ley de la carta poder del cuidado de salud llamado "Health Care Proxy Law" del Estado de Nueva York le permite nombrar a alguien en quien usted confíe para que decida acerca de su cuidado de salud en caso de que usted pierda la habilidad de hacerlo por sí mismo. Usted puede lograr esto llenando un formulario "Health Care Proxy" para designar su agente del cuidado de salud. Esta ley le da el poder de asegurar que los profesionales del cuidado de salud cumplan con sus deseos. Su agente también puede decidir cómo se deben cumplir sus deseos conforme cambie su condición médica. Los hospitales, doctores y otros proveedores del cuidado de salud tienen que seguir las indicaciones de su agente como si fueran las suyas. Para conseguir formularios o más información, favor de llamar al **813-6393**.

CENTRO DE INFORMACIÓN DEL CONDADO DE WESTCHESTER

El Centro de Información del Condado de Westchester es una fuente de información central de la mayoría de los servicios disponibles en el condado para personas de todas las edades. Si necesita información acerca de algo que no aparece en este directorio, llame al **995-4636**. www.westchestergov.com/seniors

CENTROS DE GUARDERÍA PARA ADULTOS

Estos centros ofrecen programas de actividades diseñados para mejorar y mantener el bienestar físico, mental y social de personas mayores frágiles que viven en sus propias casas. Entre las funciones de apoyo esenciales de estos centros están el transporte y la nutrición. Servicios fundamentales incluyen la supervisión y la socialización. Para más información, llame al **813-6393**.

CENTROS DE NUTRICIÓN

El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester a través de su Programa de Nutrición, Salud y Condición Física provee una variedad de servicios en centros en todo el condado para personas de 60 años de edad o más. Se distribuyen comidas calientes al mediodía cinco días a la semana en sitios locales. Varias comunidades también ofrecen comidas los fines de semana. (Vea la lista

en el apéndice.) En estos centros, se distribuyen con regularidad folletos educativos preparados por nuestros nutricionistas certificados y dietistas registrados para proveer la más reciente información sobre la buena nutrición. Todos los sitios están libres de barreras para los incapacitados. Puede ver la lista de centros al final de este directorio. Para más información, favor de llamar al **813-6393**.

CENTROS DE SERVICIO PARA QUIENES CUIDAN A ENVEJECIENTES

Se han establecido en todo Westchester Centros de Servicio para Quienes Cuidan a Envejecientes y así facilitarles consejos y ayuda para cumplir con el cuidado de un pariente anciano. Nuestros Centros de Servicio Integral para el Cuidado de Ancianos con personal profesional se interesa y reconoce sus necesidades especiales, provee servicios directos y hace referidos. Nuestros Centros de Recursos en las bibliotecas, proveen una sección designada donde personas que cuidan de ancianos pueden encontrar literatura extensa sobre temas de su interés.

Centros de Servicio Integral:

Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester

- Mt. Vernon (914) 813-6300

Servicios para Personas Mayores del Norte del Condado

- Yorktown Heights (914) 245-2094

Oficina para Envejecientes de Yonkers

- Yonkers (914) 377-6822

Asociación de Alzheimer

- Purchase (914) 428-1919

ElderServe

- White Plains (914) 683-7530

Centros de Recursos para Quienes Cuidan a Ancianos

Biblioteca Field de Peekskill (914) 737-1212

Biblioteca de Greenburgh (914) 993-1600

Biblioteca de Katonah (914) 232-3508

Biblioteca John C. Hart Memorial (914) 245-5262

Biblioteca de New Rochelle (914) 632-7878

Biblioteca de Ossining (914) 941-2416

Biblioteca de Port Chester (914) 939-6710

**Sala de Lectura Gratis de Rye (Rye Free Reading Room)
(914) 967-0480**

Biblioteca Pública de Scarsdale (914) 722-1300

Biblioteca de Somers (914) 232-5717

Biblioteca Warner de Tarrytown (914) 631-7734

Biblioteca de White Plains (914) 422-1400

Por favor llame a las bibliotecas para información sobre los horarios.

CENTROS SEGUROS PARA LAS PERSONAS MAYORES

Los Centros Seguros para las Personas Mayores del Condado de Westchester proveen apoyo desde un punto céntrico a los ancianos en riesgo o a un miembro de la familia agobiado por las exigencias de proveer cuidado. Las señales que pueden indicar que un anciano está en riesgo son el aislamiento, depresión, temor, mala higiene, hambre, magulladuras o quemaduras inexplicables, etc. Los servicios provistos incluyen la consejería, revisiones de salud física y mental, servicios de protección al consumidor, protección de adultos, asistencia social, etc. Para más información llame al **683-7530** o **813-6300**.

Para los que viven en el norte de Westchester, llamen al **245-9167**.

CLÍNICAS DEL CUIDADO DE SALUD

Hay varias clínicas del cuidado de salud en el Westchester Medical Center:

Clínica Dental:

493-7625

Clínica del Habla y Audición:

493-7294

Visión y Cuidado de los Ojos:
493-7662

Operadora Central:
493-7667

Además el Departamento de Salud del Condado de Westchester da servicios del cuidado de salud en casa, inmunizaciones contra la influenza durante la temporada de riesgo y mamografías a los residentes de edad avanzada en Westchester a través de los siguientes centros de salud regionales:

New Rochelle: 813-5000
Mamografías: 813-5260

Rye/Port Chester: 995-5800

White Plains: 995-5800

Yonkers: 231-2504

Yonkers Community Health Center: 968-4898

CLUBES Y CENTROS DE PERSONAS MAYORES

Proveen actividades para los ratos libres, recreación, educación, abogacía, ejercicio físico y más. Estos clubes y centros están ubicados en cada una de las comunidades de Westchester. Comuníquese con su departamento de recreación local o llame al **813-6300** o visite el sitio web en www.westchestergov.com/seniors

COMIDAS A DOMICILIO

Se entregan comidas al hogar de personas frágiles que no pueden salir de sus casas, de 60 años de edad o más en casi todos los centros de nutrición del Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester. Cada comida que se sirve contiene una tercera parte de la recomendada asignación de nutrientes por día (RDA por sus siglas en inglés). A los envejecientes frágiles que no acostumbran salir de casa se les anima a asistir al lugar de reunión siempre que sea posible. Frecuentemente hay transporte disponible para viajar al centro de nutrición. Se distribuyen materiales educativos acerca de la comida saludable y otros consejos para la nutrición con todas las comidas como un beneficio adicional. En cada uno de los centros de nutrición, se fijan letreros con las contribuciones voluntarias que se sugieren por las comidas a domicilio o distribuidas en el local. Revise la lista al final de este

directorio para ver si hay comidas a domicilio en su área. Para más información, llame al **813-6393**.

COMISIÓN DE LOS DERECHOS HUMANOS

La Comisión de los Derechos Humanos del Condado de Westchester asegura los derechos de los individuos contra actos discriminatorios basados en la raza, color, religión, origen étnico, credo, edad, nacionalidad, condición de ciudadanía, género, estado civil, orientación sexual o incapacidad. Si usted piensa que sus derechos han sido violados por discriminación llame al **995-7710**.

CONCILIO DE EMPLEO PARA PERSONAL DE EDAD AVANZADA (SPEC)

El Concilio de Empleo Para Personal de Edad Avanzada (**SPEC** por sus siglas en inglés) es una fuente gratuita de referidos de personas maduras con experiencia, de 50 años de edad o más, que buscan empleo asalariado. **SPEC** también tiene un Programa de **Vecino Remunerado** que proporciona personas adultas de confianza para que ayuden a gente de edad avanzada a vivir independientemente en sus propios hogares. La asistencia incluye ayuda para cocinar, limpieza liviana, compras/mandados, etc. a un costo razonable por tiempo completo o parcial.

Para más información, llame al **948-8004 Ext. 246, de 9 AM a 12 PM entre semana**. www.fsw.org

Los residentes de Yonkers y empleadores llamen al 375-9154, de 9 AM a 12 PM entre semana.

CONSEJERÍA FAMILIAR

Normalmente, se pueden encontrar mejores soluciones para cualquier crisis familiar, financiera o de salud consultando a un servicio de consejería. Con gusto le ayudaremos a encontrar la organización más adecuada. Para más información, favor de llamar al **813-6393**.

CUIDADO TEMPORAL DE ANCIANOS PARA DAR UN DESCANSO (En Casa) - PROYECTO DESCANSO

El Proyecto Descanso es un servicio de Westchester Jewish Community Services. El Proyecto Descanso entrena y proporciona a trabajadores para ocuparse del cuidado en casa de personas mayores y así darles un descanso a los que cuidan de parientes o amigos frágiles y ancianos. Para más información, favor de llamar al **761-0600, Ext. 340**.

CUIDADO TEMPORAL DE ANCIANOS PARA DAR UN DESCANSO (Institucional)

Se han establecido programas para ayudar a familias con el cargo de cuidar de un pariente anciano o para proveerle un hogar temporal a un anciano frágil. Para obtener los nombres de instituciones que ofrecen cuidado temporal en sus instituciones para ancianos frágiles pero ambulantes, favor de llamar al **813-6393**.

CUPONES DE ALIMENTOS

Los cupones de alimentos pueden ayudarle a hacer rendir su dinero para la comida. Se le da una tarjeta de identificación de cupones de alimentos a las personas elegibles basado en su ingreso familiar y otras consideraciones. Se le da una tarjeta de débito a los individuos elegibles para usar en un supermercado participante. **Para más información y los requisitos de elegibilidad, llame a su Oficina local de Servicios Sociales.** Vea la lista al final del directorio para obtener el número de la oficina más cercana a usted o llame a Hunger Action Network al 1-866-526-2978

DEPARTAMENTO DE MOTORES Y VEHÍCULOS

Para información acerca de la identificación de "no-conductor" o para una solicitud visite el sitio web www.nysdmv.com o llame al **1-212-645-5550 o 1-800-342-5368**.

DEPÓSITO DIRECTO DE CHEQUES

Si se le dificulta cambiar su cheque del Seguro Social o si le preocupa si llegará el cheque, considere el depósito directo de su cheque a su cuenta bancaria o de ahorros. La mayoría de los bancos abrirán una cuenta de este tipo con un depósito pequeño y sin costo por los cheques. Los depósitos directos se acreditarán electrónicamente a su cuenta después de llenar un formulario simple autorizando que la administración del Seguro Social maneje esta transacción. Pregunte en su banco.

DESCUENTO EN EL TELÉFONO

Un ingreso limitado no tiene que significar servicios limitados en su teléfono. Verizon ofrece a los clientes que califican una tarifa reducida a través de su servicio Life Line que puede ahorrarle más de \$100 por año en su cobro de teléfono. Si usted califica para cualquiera de los siguientes programas, usted califica para Life Line: cupones de alimentos, Medicaid, HEAP, SSI, Pensión de Veterano Incapacitado, Pensión de Esposo(a) Sobreviviente de Veterano, AFDC o Ayuda del Hogar. Para hablar con un

representante de Verizon acerca de este programa, llame de lunes a viernes de 9AM a 5PM al **1-800-555-5000**.

DESCUENTOS EN LAS TARIFAS DE AUTOBÚS (MetroCard)

Los residentes de Westchester de 65 años de edad o más pueden tomar los autobuses del sistema Bee-Line por la tarifa reducida de \$1.00 por viaje, la transferencia es gratis. Se requiere el cambio exacto (no se permitirán billetes ni monedas de a centavo).

Para obtener el descuento, usted debe presentar la tarjeta MetroCard para personas mayores, la tarjeta de identificación para personas mayores con foto, o la tarjeta de Medicare al abordar.

La tarjeta MetroCard de Tarifa Reducida está disponible para las personas mayores. Las personas mayores que depositan en sus cuentas de MetroCard reciben un crédito de un 14 por ciento. Por ejemplo con \$7.00 usted compra ocho viajes.

Un descuento para los autobuses expresos de Bee-Line a la Ciudad de Nueva York es de \$2.50 por viaje sólo durante las horas no de máximo uso que son de 10 a.m. a 3:00 p.m. los días de entre semana y todo el día los fines de semana. El autobús Express de Central Avenue tiene una tarifa reducida de \$5.00 todo el tiempo.

Para solicitudes de MetroCard e información sobre el horario de los autobuses, llame al **813-7777**. (Vea Tarjeta de Tarifa Reducida).

DEVOLUCIÓN DE IMPUESTOS (Formulario IT-214)

El programa Cortacircuitos (Circuit Breaker) provee créditos en los impuestos a dueños de casa como también a los que alquilan departamentos que tengan ingresos que no superen \$18,000 al año. El valor de la propiedad no puede ser más de \$85,000. Un inquilino no puede pagar más de \$450 de renta mensual ajustada. Para más información y los reglamentos actuales, favor de llamar al Senior Housing Assistance Program al **428-0953**.

DIFICULTADES DE AUDICIÓN

Conforme las personas avanzan de edad, pueden enfrentar problemas con su audición. Estas dificultades pueden incluir el tener que pedirle a otros que repitan lo que dicen, el no oír el timbre de la puerta o recibir quejas de los vecinos que la televisión o el radio está muy fuerte. Para recibir consejería apropiada y los nombres de audiólogos calificados, llame a la Oficina para los Incapacitados al **995-2957 o 995-7397** (TDD – aparato de telecomunicación para problemas de audición).

DISMINUCIÓN DE IMPUESTOS PARA LOS DUEÑOS DE CASA

La mayoría de las comunidades en Westchester han adoptado la ley de Impuestos Sobre la Propiedad del Estado de Nueva York para dueños de propiedades. Bajo esta ley se puede reducir hasta 50% de ese impuesto para las personas de 65 años de edad o más que tengan un ingreso de hasta \$24,000 o más dependiendo del municipio. Tiene que haber sido el dueño de la propiedad por lo menos por dos años. Hay que solicitar la reducción todos los años y las fechas límites varían de una comunidad a otra. Si cree ser elegible, llame a su asesor de impuestos local.

EDUCACIÓN

El deseo de incrementar el conocimiento no se acaba con la edad. Para ayudar a los envejecientes a satisfacer su deseo por aprender, Westchester ofrece una amplia variedad de oportunidades educativas. Los centros de nutrición, y los clubes y centros para personas mayores frecuentemente proveen cursos y oradores. Los sistemas escolares locales ofrecen programas a un costo reducido o gratis para las personas mayores y muchas escuelas superiores les permiten que participen en sus cursos como un alumno oyente. El volver a la escuela significa formar nuevas amistades, encontrarle un nuevo sentido a la vida y frecuentemente una carrera nueva. Llame a su sistema escolar local, una escuela superior cerca de usted o al **813-6393**. (Vea también "Mainstream")

ELDERHOSTEL

"Elderhostel" provee programas educativos especiales en los campus de las escuelas superiores. Las personas mayores viven dentro del recinto universitario por una semana o más a un costo muy razonable y asisten a cursos. Mayormente, los programas se llevan a cabo en el verano pero también se ofrecen cursos en las otras temporadas. Para más información, por favor escriba a: Elderhostel, 75 Federal Street, Boston, MA 02110 o llame al **1-877-426-8056**. www.elderhostel.org

EMPLEO

El Departamento de Programas y Servicios de Personas Mayores del Condado de Westchester es socio de una red de agencias de empleo para personas mayores y programas que ofrecen asistencia experta en la búsqueda de empleos y entrenamiento para aprender nuevas destrezas y actualizar habilidades. Por favor comuníquese con uno de los socios en la red para asistencia en la colocación de empleo.

Urban League of Westchester 428-5850 ext. 227

También vea el Concilio de Empleo para Personal de Edad Avanzada (SPEC), Oficina de Colocación de Personal para Personas Mayores (SPPB) y Mainstream, el Instituto de Retiro de Westchester Community College.

ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Para información acerca de los síntomas, diagnosis, tratamiento y servicios, llame a la Asociación de la Enfermedad de Alzheimer y Desórdenes Relacionados (Alzheimer's Disease and Related Disorders Association) al **253-6860**.

HOGARES TIPO FAMILIAR PARA ADULTOS

Normalmente hay casas privadas en las que el dueño de casa provee un cuarto privado y servicios de apoyo a adultos ambulatorios independientes. El programa certificado del condado tiene cupo limitado. Para más información, favor de llamar al **995-5415**.

INFORMACIÓN PARA LOS VETERANOS

Los veteranos, las viudas de veteranos y padres de veteranos pueden ser elegibles para beneficios incluyendo pensiones. Para más información llame la Oficina de Asuntos de Veteranos del Condado de Westchester al **995-2146**.

INGRESO SUPLEMENTAL DEL SEGURO SOCIAL (SSI)

Las personas con un ingreso limitado, que tengan 65 años de edad o más, o que sean ciegos o incapacitados sin importar la edad, podrían tener derecho al Ingreso Suplemental del Seguro Social (SSI por sus siglas en inglés) además de los beneficios del Seguro Social. Este beneficio da dinero en efectivo mensualmente para sus necesidades de comida, ropa y techo, y lo califica automáticamente para el Medicaid. La cantidad del beneficio depende del ingreso del beneficiario y si vive solo, con otros, en el hogar de otros o en una residencia de cuidado. Las estipulaciones cambian cada año así que obtenga la información más reciente llamando gratis a la Oficina del Seguro Social de 7AM a 7PM al **1-800-772-1213**.

LÍNEA DE AYUDA DE UNITED WAY OF WESTCHESTER/PUTNAM

Profesionales entrenados proveen ayuda conectando a la persona que llama con organizaciones en Westchester y Putnam que le pueden ayudar. Las personas que llaman reciben información confidencial, referidos y una conexión telefónica directa con

servicios de referidos especializados para información más detallada. Personal bilingüe está disponible de 7 AM a 7 PM. Llame al **2-1-1** o marque el **1-800-899-1479**.

LÍNEA DE AYUDA POR ABUSO A PERSONAS MAYORES

El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester provee esta línea de teléfono especial. Un trabajador de caso entrenado proporciona información y referencias a cualquier persona de 60 años de edad o más que pueda ser víctima del abuso o negligencia (de lunes a viernes de 8:30AM a 4:30PM) Para más información, favor de llamar al **813-6436**. Después de las 4:30PM llame al **995-2099**.

LOCALIZADOR ELDERCARE

El localizador Eldercare es un servicio nacional de directorio telefónico diseñado para ayudar a las personas mayores y a quienes los cuidan a localizar recursos y apoyo local para los americanos envejecientes en cualquier parte de los Estados Unidos. Cualquier persona puede llamar al localizador "Eldercare" a su línea gratis de lunes a viernes de 9AM a 11PM tiempo del este al **1-800-677-1116** o en el Internet en **www.eldercare.gov**.

MAINSTREAM - INSTITUTO DE RETIRO

Mainstream, el Instituto de Retiro de Westchester Community College, se ha convertido en uno de los centros de educación preferidos de los adultos maduros. Para más información, favor de llamar al **606-6793**.

MEDIACIÓN

El Centro de Mediación de Westchester, con la autorización de la Oficina de Administración de la Corte del Estado de Nueva York provee mediadores neutrales entrenados para ayudar a las personas a resolver sus desacuerdos. Los desacuerdos pueden ser entre vecinos, dueños de residencias y sus inquilinos, o entre comerciantes y clientes. Las sesiones de mediación se realizan en todo Westchester y son gratis. Hablar es Mejor que Pelear. Para más información, favor de llamar al **963-6500**.

MEDICAID

El Medicaid es un programa de asistencia médica con fondos del gobierno del condado, estatal y federal que ayuda con los gastos médicos en caso de que no pueda pagar su cuidado de salud privadamente o con seguro médico. Para calificar para la asistencia, sus ingresos y todos sus bienes tienen que estar dentro de ciertos límites, los cuales cambian todos los años. Se permite tener un fondo para la sepultura en la cantidad de \$1,500. Si usted es elegible para el Ingreso Suplemental del Seguro Social (SSI), automáticamente califica para el Medicaid. Sin embargo tiene que notificar al Departamento del Seguro Social de su elegibilidad para SSI y Medicaid. Para más información, busque en la lista al final de este directorio el número de la Oficina del Seguro Social más cercano a usted o llame al Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester al **813-6393**.

MEDICARE

Medicare es un programa federal de seguro de salud para personas de 65 años de edad o más, personas con una deficiencia del riñón permanente y ciertas personas incapacitadas. Medicare tiene cuatro partes:

La Parte A: El seguro de hospital ayuda a pagar el cuidado cuando uno está internado y cierto seguimiento cuando sale del hospital.

La Parte B: El seguro médico paga los servicios de un doctor y ciertas otras cosas.

La Parte C: Planes de Medicare Advantage, HMO (Health Maintenance Organizations) o PPO (Preferred Provider Organizations).

La Parte D: Cobertura de medicamentos recetados.

Para información y ayuda acerca de Medicare llame al Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores al **813-6100**.

Para información y para asegurar que su cobertura empiece el mes que cumpla los 65 años de edad, comuníquese con la Oficina del Seguro Social por lo menos 3 meses antes de llegar a la edad de 65. Llame gratis al **1-800-772-1213**.

METROCARD (Vea Descuentos en las Tarifas de Autobús y Tarjeta de Tarifa Reducida)

NY CONNECTS

New York Connects (opciones en Westchester para el cuidado a largo plazo) es un nuevo programa estatal que le permite a personas que llaman obtener información acerca del cuidado a largo plazo para personas mayores, adultos y niños incapacitados, marcando un número de llamadas gratis.

El programa financiado por el estado reduce el número de llamadas que las personas tienen que hacer para aprender acerca de este cuidado, y ayuda a evitar la frustración que ese proceso puede causar.

New York Connects es una iniciativa conjunta del Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester, el Departamento de Servicios Sociales del Condado de Westchester y la Oficina para los Incapacitados del Condado. El Condado está trabajando en sociedad con especialistas entrenados por United Way of Westchester and Putnam y certificados por Alliance of Information and Referral Systems. Las personas que llamen podrían recibir información sobre una amplia gama de temas, incluyendo cuidado dentro y fuera de casa, Medicaid y Medicare, transporte, salud, recreación, abogacía, seguros y planificación financiera.

¡Todo lo que se requiere es una sola llamada gratis!

1-877-914-4040

24 Horas al Día, 7 Días a la semana

Confidencial

Hable con una persona que sabe y le interesa.

NOTIFICACIÓN TEMPRANA (Early Alert/Watch)

Muchas veces, la atención inmediata para las personas mayores cuando se enferman se retrasa por falta de contacto regular con amigos y parientes. La oficina de correo, en cooperación con organizaciones locales, provee un servicio vital para las personas que necesitan ayuda. Cuando una persona mayor se registra con la oficina de correo, se pone dentro de su buzón de correo una etiqueta especial que nadie más podrá ver. Si el correo no se recoge regularmente, el cartero notifica a la oficina local de la Cruz Roja Americana. La Cruz Roja se comunica con un pariente o amigo específico. **Por favor revise el apéndice al final de esta publicación para ver si este servicio está disponible en su área.** Solicitudes para el programa de Notificación Temprana (Early Alert/Watch) se pueden obtener en las oficinas de correo, los centros de nutrición y en la Cruz Roja de White Plains. Para más información, favor de llamar al **946-6500**.

OFICINA DE COLOCACIÓN DE PERSONAL PARA LAS PERSONAS MAYORES

Sirviendo a las comunidades de Sound Shore, la Oficina de Colocación de Personal para Personas Mayores (SPPB por sus siglas en inglés) ofrece oportunidades de empleo a cualquier persona de 55 años de edad o más que busca empleo remunerado. Personas con destrezas en trabajos de oficina, limpieza de casas, servicios de acompañamiento, etc. están disponibles. Para más información, llame al **235-7725, 9 AM a 12 PM días de entre semana.**

OFICINA PARA LOS INCAPACITADOS

Esta oficina proporciona información acerca de todos los servicios disponibles para los incapacitados. Entre estos está la comunicación por teléfono con el aparato TDD para los que tienen incapacidades de la audición, el sistema "Para-Transit" de transporte especial para los que no pueden usar los autobuses regulares del sistema Bee-Line, un boletín de noticias bimensual y una revista titulada "Hard Copy" que sale por semestre que evalúa servicios, productos, aparatos y desarrollos tecnológicos de interés para los incapacitados. No importa cual sea el problema que le evite funcionar como usted cree que puede, la Oficina para los Incapacitados podría tener la solución para usted. Para más información, favor de llamar al **995-2956** o **995-7937*** (*aparato TDD para incapacidades de audición)

OFICINAS PARA LOS ENVEJECIENTES

El Departamento de Programas y Servicios para las Personas Mayores del Condado de Westchester es la agencia de área para todo el condado. Éste administra muchos programas y apoya actividades locales a través de otorgamientos a las Oficinas de Envejecientes de Eastchester, Mount Pleasant, Mount Vernon, New Rochelle y Yonkers. Nuestra oficina satélite en Yorktown sirve a la Oficina de Servicios Para Personas Mayores del Norte del Condado y el Centro de Recursos para Quienes Cuidan a Ancianos. Si quiere comunicarse con la Oficina de Envejecientes local o localizar alguna agencia, vea el apéndice al final de este directorio. Si tiene alguna pregunta o no puede encontrar información acerca de cualquier servicio o beneficio que aparece en este directorio, favor de llamar nuestro número principal o a uno de los números de nuestras oficinas satélites que aparecen en la portada, **813-6393**.

PARA-TRÁNSITO

Un servicio de transporte especial llamado "para-transit" en inglés está disponible para las personas incapacitadas o frágiles a través de la Oficina de los Incapacitados. Se puede obtener información o solicitudes llamando al **(914) 995-2957**. Para reservaciones llame al **(914) 995-7272** o **(914) 995-7397** (aparato TDD para incapacidades de audición).

PARQUES DEL CONDADO DE WESTCHESTER

El Departamento de Parques, Recreación y Conservación del Condado de Westchester supervisa 40 parques y sitios de recreación en todo Westchester. De las actividades que puede disfrutar en estos locales se incluyen el navegar, esquiar a campo traviesa, pescar, golf, alpinismo, excursionar, museos, estudiar la naturaleza, picnics y natación.

El Condado de Westchester ofrece un **pase de parques especial** a los residentes de 60 años o más por \$45.00 que es válido por seis años. Su pase de parques le permite usar todos los parques y sitios que sean propiedad del condado y le da derecho a descuentos en las tarifas de uso y de estacionamiento donde estos apliquen. Por una cuota de \$4.00 los residentes de Westchester de 60 años o más pueden obtener una Tarjeta de Identificación o una Tarjeta de Tarifa Reducida (para personas de 65 años de edad o más) en Westchester County Center. Para más detalles vea Tarjeta de Identificación de Personas Mayores o Tarjeta de Tarifa Reducida. Por favor llame al Departamento de Parques, Recreación y Conservación al **864-PARK** o **864-7275** para más información.

PARQUES DEL ESTADO DE NUEVA YORK

Si es un residente del Estado de Nueva York de 62 años de edad o más, ya no es necesario obtener un pasaporte de la edad dorada para disfrutar del acceso a los parques y jardines botánicos del Estado de Nueva York, entrada gratis a sitios históricos y 50% descuento en sitios de natación, golf, tenis y renta de barcos manejados por el estado, en cualquier día entre semana menos los días feriados. Sólo necesita enseñar una licencia de conducir del Estado de Nueva York o una tarjeta de identificación de "no conductor" del Estado de Nueva York. Para información de los lugares donde estos programas son válidos, llame al Departamento de Parques del Estado de Nueva York al **1-518-474-0456** o **1-518-486-1899** (TDD para problemas de audición).

PARQUES NACIONALES - PASAPORTE DE LA EDAD DORADA CON ACCESO A PARQUES NACIONALES

El pasaporte de la edad dorada se emite a personas de 62 años de edad o más para obtener entrada a cualquiera de los parques nacionales. Usted puede solicitarlo en cualquier parque nacional. Hay un costo mínimo por el pasaporte de la edad dorada.

PERIÓDICO "GENERATIONS"

"Generations" es un periódico en inglés publicado por el Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester. Se presentan artículos de interés para los residentes maduros del Westchester. También publicamos información vital acerca de los servicios, derechos y beneficios para los de edad avanzada. "Generations" se envía automáticamente a los dueños de una Tarjeta de Identificación de Personas Mayores. Si usted está suscrito y se ha mudado o si no recibe el periódico, escriba a: "Generations" Address Change, , Westchester County Department of Senior Programs and Services, 9 South First Avenue, 10th floor, Mt. Vernon, NY 10550, envíenos un correo electrónico a bab6@westchestergov.com o llame

al **813-6406** o **813-6300**. Si usted desea también recibir "Generaciones", un boletín en español, por favor llame al **813-6393**.

PREVENCIÓN DE CRÍMENES Y ASISTENCIA PARA LAS VÍCTIMAS

El Servicio de Asistencia para las Víctimas de WESCOP, Inc. proporciona información acerca de la seguridad y programas de prevención de crímenes en la comunidad. Si usted es la víctima de un crimen, los profesionales de la agencia pueden decirle a donde ir y qué asistencia puede esperar. Los trabajadores profesionalmente entrenados le ofrecen consejería compasiva y ayuda para llenar formularios para compensación y otros servicios. Para más información y asistencia, favor de llamar al **345-3113**.

PROGRAMA "CONCERN" DE CON EDISON

Se les invita a los clientes de Con Edison que tengan 62 años de edad o más, tengan una incapacidad permanente o sean ciegos a que se inscriban en el programa "CONCERN". Este programa provee sin costo al cliente, un representante especialmente entrenado para que conteste preguntas acerca de su cobro, sugiera formas más convenientes de hacer pagos, explique los programas de asistencia del gobierno y ayude a comunicarse con otras organizaciones que ofrecen asistencia especial. Para inscribirse en el programa "CONCERN", favor de llamar al **1-(800)-404-9097**.

PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PARA DAR UN DESCANSO

El "Proyecto descanso" es un programa de Westchester Jewish Community Services que tiene acompañantes que acompañan a los miembros de la familia de edad avanzada a sus visitas médicas, al cine o de compras. No se cobra por el tiempo que lo acompañan. Usted solamente es responsable por el costo del transporte de la persona mayor y de la persona que lo acompaña si viajan por taxi o autobús. Si usan Para-Tránsito, el acompañante podrá viajar gratis. Para más información llame al 761-0600 ext. 340.

PROGRAMA DE ASISTENCIA CON LA ENERGÍA EN EL HOGAR

El Programa de Asistencia con la Energía en el Hogar (HEAP por sus siglas en inglés) fue desarrollado para ayudar a los hogares con bajos ingresos con los crecientes costos del gas, el aceite y la electricidad. HEAP puede ayudar con los costos proveyendo una concesión una vez al año. La elegibilidad se determina basado en el ingreso y en otras determinaciones que cambian cada año. Se hacen otorgamientos especiales para cubrir las emergencias cuando es necesario. Además hay una solicitud que se puede mandar por correo para los clientes de 60 años o más, o los incapacitados. El programa

normalmente empieza en noviembre y termina en abril. Para más información, favor de llamar al **813-6393**.

PROGRAMA DE ASISTENCIA DE NUTRICIÓN SUPLEMENTAL

Con fondos del Programa de Asistencia de Suplementos Nutritivos del Estado de Nueva York (SNAP por su siglas en inglés), el Departamento de Programas y Servicios para las Personas Mayores del Condado de Westchester da fondos a los municipios por identificar y servirle a las personas frágiles, envejecientes de 60 años de edad o más, que estén a riesgo nutritivamente. Ellos pueden recibir una comida nutritiva en su hogar o en un sitio de reunión para la nutrición. Las comidas se pueden entregar cinco días a la semana y en algunas comunidades, seis o los siete días de la semana. Las necesidades especiales dietéticas se tomarán en cuenta. Para más información, llame al **813-6393**.

PROGRAMA DE ASISTENCIA FARMACÉUTICA

A través del Programa de Asistencia Farmacéutica (EPIC por sus siglas en inglés), los participantes pueden ahorrar una gran porción de sus gastos en medicinas recetadas. Los reglamentos han cambiado últimamente y el programa ha sido simplificado. Usted puede usar EPIC para ahorrar aún más con el programa de prescripciones médicas de Medicare. Si usted ha pensado inscribirse en el programa y se desanimó porque parecía muy complicado, por favor llámenos y podemos explicarle la información necesaria acerca de los nuevos reglamentos, planes de pago, el proceso de solicitud y cómo inscribirse en el programa. Llame al **813-6393** o **1-(800)-332-3742**.

PROGRAMA DE HIPOTECA REVERSA

Bajo el Programa de Hipoteca Reversa, la participación en el capital de su casa le es disponible sin vender su casa, ni tener que refinanciarla con una hipoteca convencional. El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores e instituciones financieras participantes auspician este programa. Los solicitantes deben tener por lo menos 62 años de edad y vivir en casa propia dentro del Condado de Westchester. Para mayor información o para empezar el proceso, favor de llamar al Senior Housing Assistance Program al **428-0953**.

PROGRAMA DE EMPOWER NEW YORK

El programa de "Empower New York" ofrece servicio de energía sin costo a hogares que califiquen basado en el ingreso. Ellos pueden reemplazar aparatos viejos e ineficientes, instalar luces de mucha eficiencia, proveer consejos para ahorrar energía y en algunos

casos proveen “insulación” y otras medidas de eficiencia de energía en el hogar sin costo. Los fondos son limitados. Para más información por favor llame al 1-800-263-0960. Dígales que usted escuchó acerca de este programa a través del Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester. Si usted sobrepasa el ingreso para el programa de Empower New York y el programa de Asistencia con la Energía en el Hogar (página 25) usted aún podría ser elegible para ayuda de New York State’s Assisted Home Performance with Energy Star Program. Para más información llame a: Energy Finance Soluciones al 1-800-361-5663

PROGRAMA DE INFORMACIÓN, CONSEJERÍA Y ASISTENCIA CON LOS SEGUROS DE SALUD (HIICAP)

En el programa HIICAP (por sus siglas en inglés), los voluntarios entrenados y consejeros profesionales proveen información y asesoría acerca de Medicare, Medicare HMO’s, Medigap y seguros de salud de cuidado a largo plazo en varios sitios en todo el Condado de Westchester. Se le ayuda a las personas de edad avanzada a resolver disputas con oficinas médicas y compañías de seguros. Para materiales impresos e información sobre los sitios de consejería, favor de llamar al **813-6100**.

PROGRAMA DEL MEDIADOR DEL INTERÉS PÚBLICO PARA EL CUIDADO A LARGO PLAZO

El Programa del Mediador del Interés Público establece un vínculo entre la comunidad y los residentes de los asilos para ancianos de cuidado a largo plazo. Después de completar un entrenamiento de 36 horas, el defensor voluntario recibe una certificación como mediador del interés público del Estado de Nueva York. La meta es mejorar la calidad de vida de los envejecientes que requieren cuidado a largo plazo. El programa es administrado por la Oficina de Envejecientes del Estado de Nueva York y el Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester, y es patrocinado por la Asociación de Salud Mental del Condado de Westchester, Inc. Para más información, favor de llamar a Mental Health Association al **345-3933, extensión 234**.

PROGRAMA DE RELEVO DE IMPUESTOS ESCOLARES (STAR)

El programa STAR Elevado (por sus siglas en inglés) provee una reducción promedio de un 45 por ciento de los impuestos escolares sobre propiedad para los dueños de vivienda de 65 años de edad o más con ingresos anuales de menos de \$70,650.

El programa STAR Básico está disponible para todos los residentes de Nueva York sin importar el ingreso. La propiedad debe ser la residencia primaria. Para más información llame a su asesor de impuestos municipal.

PROGRAMAS DE RECREACIÓN

El Departamento de Parques, Recreación y Conservación del Condado de Westchester auspicia muchos programas que sirven a todo el condado además de ayudar a clubes y centros locales con el entrenamiento de líderes. Entre los eventos anuales del departamento para todo el condado se incluyen el Saludo a las Personas Mayores (en conjunto con el Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores y el Departamento de Transporte), el Torneo de Bochas, paseos en bote, torneos de golf y de boliche, un concurso de pesca, juegos para envejecientes, muchos paseos y la Fiesta Dorada del Tiempo de la Cosecha. La Orquesta de Personas de Edad Avanzada atrae a miembros de todas partes del condado. Para más información, favor de llamar al Departamento de Parques, Recreación y Conservación del Condado de Westchester al **864- PARK** o **864-7275**.

PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES

El Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester, a través de contratos con agencias y municipios, provee servicios de promoción de salud y prevención de enfermedades a designadas comunidades de escasos servicios médicos. Educadores de salud presentan ejercicios, educación de salud y exámenes de detección en los centros de nutrición, salud y bienestar, y también en programas para los envejecientes localizados en viviendas donde se congregan los envejecientes. La evidencia estadística indica que el ejercicio, la buena nutrición y un estilo de vida saludable significativamente incrementa la salud y reduce el número y la severidad de las enfermedades. Para mayor información, favor de llamar al **813-6393**.

PROTECCIÓN DEL CONSUMIDOR

El Departamento de Protección del Consumidor del Condado de Westchester le recomienda estar alerta a las posibilidades de fraude, cobros de más y otras estafas diseñadas para robarle. Tenga mucho cuidado de ofertas que parezcan “demasiado buenas” porque probablemente no son ciertas. Si cree que se están aprovechando de usted de cualquier manera, no dude en reportarlo al Departamento de Protección del Consumidor. Si tiene una queja o alguna pregunta, favor de llamar al **995-2155**.

PROTECCIÓN Y EXENCIÓN DEL AUMENTO DE RENTA PARA LAS PERSONAS MAYORES (SCRIE por sus siglas en inglés)

En 14 comunidades de Westchester, incluyendo a Dobbs Ferry, Hastings, Irvington, Greenburgh, Larchmont, la Villa y el Pueblo de Mamaroneck, Mount Vernon, New Rochelle, Sleepy Hollow, Pleasantville, Tarrytown, White Plains y Yonkers, las personas de 62 años de edad o más, con ingresos anuales de hasta \$27,000, viviendo en departamentos de renta controlada o estabilizada están protegidos de un aumento en la renta. Esta protección varía de una comunidad a otra y toma efecto si el aumento sería más de una tercera parte del ingreso anual del hogar. Para más información acerca de este programa, llame a New York State Division of Housing and Community Development al **948-4434**.

PRUEBAS DE SALUD

La mayoría de los hospitales en el Condado de Westchester gratuitamente proporcionan pruebas de la presión arterial como también otras pruebas de salud. Favor de llamar a su hospital local por los detalles.

RED DE AYUDA DE VIUDOS A VIUDOS

Es una ayuda para los que recién han enviudado; esta red es un programa donde voluntarios entrenados por personal profesional hacen llamadas telefónicas para dar apoyo. Para más información, favor de llamar al centro de auto-ayuda, Westchester Self Help Clearinghouse al **761-0600 ext. 314 o 308**.

RELACIÓN ENTRE INQUILINO Y PROPIETARIO

La Oficina de Relación entre Inquilino y Propietario del Condado de Westchester provee información y asesoría técnica en materias que se refieren a la protección de la relación entre inquilino y propietario, reglamentos, reparaciones de apartamentos y edificios, leyes y reglamentos que tratan con las conversiones de cooperativos/condominios, dirección en asuntos de ciertos procedimientos legales como el desalojamiento y los atrasos de renta. Favor de llamar al **995-2738**.

REPARACIONES DE CASAS

Este programa con fondos de último recurso, provee una concesión a dueños de casa de bajos ingresos que califiquen para el ahorro de energía y reparaciones críticas. Ejemplos podrían ser el reemplazo o la reparación del calentador de agua o el techo, o

cualquier arreglo que ahorre energía. Para más información acerca de esta concesión u otras concesiones que podrían ofrecerse en su área llame al (914) 813-6300.

SALUD MENTAL

Servicios de salud mental están disponibles en todo el Condado de Westchester, proporcionados por el Departamento de Salud Mental de la Comunidad y otras agencias que trabajan con el departamento. Estos servicios ayudan a las personas de edad avanzada a tratar con tensiones inusuales, depresión, problemas y emociones agobiantes. Las tarifas se establecen según la habilidad de pagar del individuo. Para localizar un centro de servicio de la comunidad del departamento o para obtener el nombre de una agencia en su área, llame al **995-5220**.

SEGUROS DE CUIDADO A LARGO PLAZO

Las pólizas de seguros de cuidado a largo plazo por lo general proporcionan cobertura para las personas que no pueden suplir sus necesidades básicas por un periodo de tiempo largo a raíz de una enfermedad física, deterioro mental o incapacidad. Los servicios pueden proveerse en el hogar o en un sitio residencial. Pueden incluir asistencia con las actividades del diario vivir, cuidado de salud en casa, guardería de adultos o cuidado de asilo. Se aplica un límite en los beneficios a todas las pólizas de cuidado a largo plazo. Sin embargo hay un tipo de seguro especial bajo la Sociedad para el Cuidado a Largo Plazo del Estado de Nueva York que permite la continuación de beneficios bajo Medicaid sin tener que agotar su capital o bienes. Para información y literatura, favor de llamar al **813-6300**.

SERVICIOS A LOS CIUDADANOS E INFORMACIÓN PÚBLICA

El Centro de Servicio a los Ciudadanos e Información Pública es una fuente central de la mayoría de los servicios disponibles en el Condado para personas de todas las edades. Si necesita información acerca de algún tema en este directorio, llame al **995-4636**.

SERVICIOS DE CUIDADO EN EL HOGAR

Estos servicios representan una opción para aquellos que pueden valerse por si mismos en su propio hogar con algo de ayuda y así evitar el ser internado en un asilo de ancianos u otro ambiente institucional. Hay enfermeras registradas, asistentes de salud y asistentes de atención en el hogar disponibles. También se puede proveer asistencia social para manejar su caso. Se ofrece cuidado no médico a un costo basado en sus ingresos. Para más información sobre agencias privadas o públicas, llame al **813-6390**.

SERVICIOS DE PROTECCIÓN DE ADULTOS

El Departamento de Servicios Sociales provee asistencia a personas de 18 años de edad o más que estén física- o mentalmente enfermos o incapacitados, si estas personas han sido amenazadas o dañadas por sus propias acciones o las de otros. Muchos pueden no tener a nadie capaz o dispuesto a ayudarles. Los servicios disponibles incluyen consejería, vivienda, ayuda para conseguir cuidado médico, asistencia legal y manejo de las finanzas. No hay límite de ingresos para estos servicios. Para más información, llame a su Departamento de Servicio Social local que aparece en el apéndice de este directorio o llame al (914) 995-5441

SERVICIOS ESTABLECIDOS EN EDIFICIOS DE PERSONAS MAYORES (SOS)

El programa de SOS (por sus siglas en inglés) fue desarrollado para aumentar la calidad de vida para miles de personas de edad avanzada que viven en apartamentos y otras viviendas múltiples en el Condado de Westchester. Éste provee información, programas, servicios y actividades en cada edificio de apartamentos directamente relacionados con los intereses de los envejecientes que viven allí. SOS es apoyado por personas mayores voluntarias, organizaciones cívicas y comunitarias, como también corporaciones y proveedores de servicios. SOS le ayuda a las personas mayores a ganar la lucha contra la soledad, el aislamiento y la pérdida de independencia. Para más información acerca de este programa o de cómo involucrarse, favor de llamar al número **813-6393**.

SERVICIOS LEGALES

Los Servicios Legales de Hudson Valley dan consejería legal acerca de problemas legales serios de los envejecientes. Estos servicios son auspiciados en parte por el Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores del Condado de Westchester. Por desalojo, por cierre de la vivienda, notificación de desalojo en 72 horas, o si le niegan beneficios gubernamentales de emergencia, etc. llame al **1-877-574-8529, de lunes-jueves, de 9 AM - 4 PM**. Máquina grabadora después de las 4 PM. Para otras cuestiones legales llame al **949-1305**.

SISTEMA DEL EMBLEMA DE ALERTA MÉDICA

En una emergencia, cuando un paciente no puede comunicarse, se pueden prevenir errores trágicos si el personal médico es alertado a problemas médicos especiales. Se puede comprar un emblema que tenga la información acerca de su condición médica principal, su número de identificación y el número de teléfono de 24 horas del centro de servicio de emergencia. Además del emblema, el personal médico podrá fácilmente

procurar acceso a su historial médico completo, el nombre de su doctor personal y el nombre de su pariente más cercano llamando a la Fundación de Alerta Médica sin costo. Para más información, favor de llamar al **1-800-ID-ALERT (432-5378)**.

SISTEMAS DE AVISO EN CASOS DE EMERGENCIA

Hay varios aparatos que permiten que las personas que viven solas tengan la seguridad de que hay ayuda a sólo minutos. Con un aparato de un sistema de aviso de emergencia, la persona sólo presiona un botón en cuanto enfrenta a un problema. Los aparatos que se llevan al rededor del cuello o de la muñeca, mandan una señal a un centro de aviso de emergencia central. Estos centros operan las 24 horas del día, 7 días a la semana. Una operadora de control arregla que se despache ayuda a la persona en cuanto se recibe el mensaje. Se notifican inmediatamente a los familiares y amistades. Varios de estos programas operan en Westchester. Para más información, llame al **813-6390**.

TARJETA DE IDENTIFICACIÓN DE PERSONAS MAYORES

A los residentes del Condado de Westchester de 60 años de edad o más se les recomienda solicitar la Tarjeta de Identificación de Personas Mayores. Tendrá que traer comprobantes de su edad y de residencia en Westchester. Una cuota de \$4.00 cubre el costo de la fotografía y una suscripción a nuestro periódico "Generations". Con ésta puede obtener descuentos de muchos comerciantes y las personas de 65 años de edad o más también reciben un descuento en la tarifa de autobuses. Puede obtener la tarjeta los días entre semana de 10AM a 4PM en Westchester County Center, 198 Central Park Avenue, White Plains. Para más información, llame al **813-6393** o **995-4050**.

TARJETA DE TARIFA REDUCIDA

Los residentes del Condado de Westchester de 65 años de edad o más pueden obtener una Tarjeta de Tarifa Reducida que le otorga al portador una tarifa reducida en el sistema de autobuses Bee-Line y en los trenes de Metro North en las horas no de mayor uso. Una cuota de \$4.00 incluye el costo de la fotografía. Las Tarjetas de Tarifa Reducida están disponibles entre semana de 10AM a 4PM en Westchester County Center, 198 Central Park Avenue, White Plains. Para detalles y más información llame al Departamento de Programas y Servicios para Personas Mayores al **813-6393**.

TRABAJO DE VOLUNTARIO

Si desea sentir nueva auto satisfacción, tener nuevos amigos y experiencias interesantes considere los beneficios para usted y para su comunidad del trabajo voluntario. El programa de Voluntarios Envejecientes Retirados (RSVP por sus siglas en inglés) invita a las personas mayores a poner su experiencia de vida a trabajar resolviendo los problemas en el Condado de Westchester. Grupos de voluntarios son transportados a los sitios de membresía en camioneta y otros medios de transporte. Para más información acerca de cómo ser un voluntario, favor de llamar a RSVP al **948-6069**.

TRANSPORTE (ESPECIAL)

Se provee transporte especial para personas mayores en muchas partes del Condado de Westchester. En algunas áreas puede haber una tarifa reducida. El transporte a centros de nutrición y eventos especiales también es posible, si es necesario. Llame a su centro de nutrición para más información. Para información sobre programas de transporte especial, favor de llamar al **813-6300**.

(Vea también: Autobús para Personas Mayores, Para-Tránsito, Descuento en las Tarifas de Autobús. Tarjeta de Tarifa Reducida para Personas Mayores y el directorio listado por municipio en el apéndice)

UNIVERSIDAD SIN PAREDES

La Universidad Sin Paredes permite que personas frágiles que no pueden salir de casa participen en más de 250 cursos educativos por medio del teléfono. Hay un solo cobro por inscripción de \$10.00 por semestre. Llame gratis a DOROT, Universidad Sin Paredes al **1-800-499-0940**.

VISITAS AMISTOSAS

Visitas Amistosas reúne a personas mayores que no pueden salir de casa con voluntarios para visitas semanales o quincenales que están disponibles a través de DOROT. Llame gratis al **1-800- 499-0940**.

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

AMAWALK

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Ve Peekskill*)
Early Alert (*Notificación Temprana- Ve Peekskill*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

ARDSLEY

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores-Ve Greenburgh*)
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve White Plains*)
Early Alert (*Notificación Temprana- Ve Peekskill*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

ARMONK

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve Peekskill*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

BEDFORD

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve Peekskill*): 946-6500
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 666-7203
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

BRIARCLIFF MANOR

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Ve White Plains*)
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 762-8953 (Ossining)
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

BRONXVILLE

(*Vea Oficina de Personas Mayores de Eastchester*)
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Mount Vernon*)
Meals-on-Wheels (*Comidas a Domicilio*): 787-3027
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

BUCHANAN

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 737-1033
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 528-5164
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

CHAPPAQUA

Recreation Department (*Departamento de Recreación*): 238-3909
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve Peekskill*): 946-6500
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 238-6612
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

CORTLANDT

Town of Cortlandt Office for the Aging (*Oficina para los Envejecientes del Pueblo de Cortlandt*): 528-1464
Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 528-1464
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*): 528-5164
Community Center, Westbrook Drive
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 528-5164

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

Transportation (Medical)
(*Transporte Médico*): 528-8377
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

CROSS RIVER

Department of Social Services, (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1(800)772-1213

CROTON-ON-HUDSON

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 271-5804
Department of Social Services, (*Departamento de Servicios Sociales - Ve White Plains*)
Transportation: (*Transporte*)
271-5804
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
528-5164
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

CRUGERS

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 528-8377
Department of Social Services, (*Departamento de Servicios Sociales - Ve White Plains*)
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
528-5164
Transportation (*Transporte*):
528-8377
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

DOBBS FERRY

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores – Ve Greenburgh*)
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Ve White Plains*)
Nutrition Site (*Centro de Nutrición*):
Embassy Club,
60 Palisade St., 693-0787

Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
693-8997
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

EASTCHESTER

Town of Eastchester Office for the Aging
(*Oficina para los Envejecientes del Pueblo de Eastchester*): 771-3340
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Ve Mount Vernon*)
Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*):
Lake Isle Park,
660 White Plains Road, 337-0390
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
337-0390
Sunday Nutrition Program (*Programa de Nutrición de los Domingos*): 771-3340
Early Alert (*Notificación Temprana- Ve pg. 22*): 946-6500
Transportation, Shopping and Medical
(*Transporte, Compras y Médico*): 771-3340
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

ELMSFORD

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores - Ve Greenburgh*)
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Ve White Plains*)
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

GREENBURGH

Town of Greenburgh Office for the Aging
(*Oficina para los Envejecientes del Pueblo de Greenburgh*): 693-8997
Centro de múltiples propósitos 693-8985,
ext.116
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales –Ve White Plains*)

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

Nutrition Sites (three) and Exercise Programs
(Centros de Nutrición (3) y Programas de Ejercicio):

- **Dobbs Ferry**
60 Palisade Avenue
693-0787
- **Theodore Young Community Center**
32 Manhattan Avenue
989-3622
- **Tarrytown**
114 Washington Street
631-2717

Hay transporte disponible para las personas mayores de Greenburgh para: las actividades diarias y clases.

Visitas médicas los lunes por la mañana.
Compras del supermercado los martes y viernes.

Para inscribirse llame al 693-8997
Home Delivered Meals (Comidas a Domicilio): 693-8997
Early Alert (Notificación Temprana- Veá pg. 22): 946-6500
Social Security (Seguro Social): 1-(800)-772-1213

HARRISON

Senior Center (Centro para Personas Mayores): 835-0374
Department of Social Services (Departamento de Servicios Sociales - Veá White Plains)
Early Alert (Notificación Temprana- Veá pg. 22): 946-6500
Meals-on-Wheels (Comidas a Domicilio): 670 - 3027
Department of Community Services (Departamento de Servicios a la Comunidad): 670-3026
Social Security (Seguro Social): 1-(800)-772-1213

HASTINGS-ON-HUDSON

Senior Services (Servicios para Personas Mayores - Veá Greenburgh): 693-8997
Early Alert (Notificación Temprana - Veá pg. 22): 946-6500
Social Security (Seguro Social): 1-(800)-772-1213

HAWTHORNE

Senior Services (Servicios para Personas Mayores - Veá Mount Pleasant): 592-6441
Department of Social Services (Departamento de Servicios Sociales – Veá Peekskill)
Nutrition Site (Centro de Nutrición – Veá Mount Pleasant)
Home Delivered Meals (Comidas a Domicilio): 592-6441
Early Alert (Notificación Temprana- Veá pg. 22): 946-6500
Social Security (Seguro Social): 1-(800)-772-1213

IRVINGTON

Senior Services (Servicios para Personas Mayores - Veá Greenburgh)
Department of Social Services (Departamento de Servicios Sociales - Veá White Plains)
Early Alert (Notificación Temprana - Veá pg. 22): 946-6500
Social Security (Seguro Social): 1-(800)-772-1213

JEFFERSON VALLEY

Department of Social Services (Departamento de Servicios Sociales - Veá Peekskill)
Social Security (Seguro Social): 1-(800)-772-1213

KATONAH

Department of Social Services (Departamento de Servicios Sociales - Veá Peekskill)
Early Alert (Notificación Temprana Veá pg. 22): 946-6500
Home Delivered Meals (Comidas a Domicilio): 666-7203
Social Security (Seguro Social): 1-(800)-772-1213

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

LARCHMONT

Community Services (*Servicios a la Comunidad*): 381-7840
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Mount Vernon*)
Senior Center (*Centro para Personas Mayores*): 834-8840
Meals-on-Wheels (*Comidas a Domicilio*)
381-7840
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

LEWISBORO

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Ve Peekskill*)
Nutrition Site (*Centro de Nutrición*): 232-0807
(*Ve Somers*)
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
232-0807
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

MAMARONECK, TOWN OF

Community Services (*Servicios a la Comunidad*): 381-7840
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Ve Mount Vernon*)

MAMARONECK, VILLAGE OF

Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*):
Mamaroneck Town Center, 740 W. Boston,
Post Rd., 698-8477
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
777-7715
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve pg.22*): 946-6500
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Mount Vernon*)
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

MILLWOOD

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)

Early Alert (*Notificación Temprana - Ve pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

MOHEGAN LAKE

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

MONTROSE

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Ve Peekskill*)
Social Security(*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

MOUNT KISCO

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Nutrition Site exercise and shopping Programs (*Centro de Nutrición, Programas de Ejercicio y de Compras*): Fox Center, Carpenter Avenue, 666-8931
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
666-8931
Senior Recreation (*Recreación para Personas de Edad Avanzada*):
666-8766
Transportation (*Transporte*) (FISH): 666-2255
Early Alert (*Notificación Temprana Ve pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

MOUNT PLEASANT

Office of Elder Americans (*Oficina de Americanos de Edad Avanzada*): 592-6441
Nutrition Sites (2) and Exercise Programs (*Centros de Nutrición (2) y Programas de Ejercicio*):

- **Bradhurst Community Center**
63 Bradhurst Avenue

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

592-6441 (martes, miércoles, jueves)

- **Mt. Pleasant Community Center** (lunes, miércoles, viernes)

Lozza Drive, 769-0155

Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
592-6441

Adult Day Care (*Guardería de Adultos*):
592-6441

Early Alert (*Notificación Temprana- Veá pg. 22*): 946-6500

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Veá Peekskill*)

Transportation (*Transporte*):
592-6441

Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

MOUNT VERNON

City of Mount Vernon Office for the Aging (*Oficina para los Envejecientes de la Ciudad de Mount Vernon*):
665-2315

Nutrition Sites (3) and Exercise Programs (*Centros de Nutrición (3) y Programas de Ejercicio*):

- **Armory**
144 No. 5th Avenue
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 665-2429
- **Rev. Doles Center**
250 So. 6th Avenue
665-2447
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 665-2434
- **WJCS**
550 N. Columbus Avenue
668-4350 (*Comidas Kosher*)

Kosher Home Delivered Meals Westchester Jewish Community Services (WJCS) Senior Programs (*Comidas Kosher a Domicilio Sirviendo a Mt. Vernon, New Rochelle y Yonkers*)
668-4350

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales*):

100 E. First Avenue,
813-6000

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

NEW CASTLE

Recreation Department (*Departamento de Recreación*): 238-3909

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales -Veá Peekskill*)

Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
238-6612

Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*):

10 Senter Street 238-6612

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

NEW ROCHELLE

City of New Rochelle Office for the Aging (*Oficina para los Envejecientes de la Ciudad de New Rochelle*): 235-2363

Recreación: 235-6447

Centros de Nutrición: 235-6463

Nutrition Sites (two)(*Centros de Nutrición - 2*):

- **Doyle Center**
94 Davis Avenue
235-2363

Meals-on-Wheels (*Comidas a Domicilio*):
576-3865

Kosher Home Delivered meals

(*Comidas Kosher a Domicilio - Veá Mt. Vernon*)

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Veá Mount Vernon*)

Employment (*Empleo*): 235-7725

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

NORTH CASTLE

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 273-1771

Senior Center (*Centro para Personas Mayores*: Ejercicios y socialización lunes, miércoles y jueves)

Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
273-3325

Transportation (*Transporte para ir al Centro de Nutrición y de Compras*) 273-2944

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Veá White Plains*)
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

NORTH SALEM

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Veá Peekskill*)
Nutrition Site: 232-0807 (*Centro de Nutrición - Veá Somers*)
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
232-0807
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

OSSINING

Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*):
Community Center, 95 Broadway, 762-8953
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
762-8953
Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 762-1350
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Veá White Plains*)
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

PEEKSKILL

Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*):
Neighborhood Center, 4 Nelson Avenue,
734-4250
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
734-4250
Transportation for Shopping (*Transporte para Ir de Compras*): 734-4250
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales*):
750 Washington St., 862-5078
Early Alert (*Notificación Temprana- Veá pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213
Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 734-4250

PELHAM

Senior Citizens' Advocate (*Abogado de Personas Mayores*): 738-5004
Meals-on-Wheels (*Comidas a Domicilio*):
738-5004
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Veá Mount Vernon*)
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

PLEASANTVILLE

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*)
1-A Clinton Street: 769-2021
Transportation/Recreation
(*Transporte/Recreación*): 769-2021
Escort Services (*Servicio de Acompañamiento*): 769-2021
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
769-2021
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Veá Peekskill*)
Nutrition Site (*Centro de Nutrición*): 769-2021
Early Alert (*Notificación Temprana - Veá pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

PORT CHESTER

Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*):
Community Center, 222 Grace Church Steet,
939-4975
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
939-4975
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Veá White Plains*)
Early Alert (*Notificación Temprana - Veá pg. 22*): Social Security (*Seguro Social*):
1-(800)-772-1213

POUND RIDGE

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 764-5472
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
764-5472

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

Transportation - Medical & Shopping
(*Transporte – Médico y de Compras*):
764-5472

Apoyo por Teléfono: 764-5472

Programa de Ejercicio: 764-0947

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Vea Peekskill*)

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

PURCHASE

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Vea White Plains*)

Early Alert (*Notificación Temprana*): 946-6500

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

RYE

Senior Citizen Recreation (*Recreación para las Personas Mayores*): 967-2535

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Vea White Plains*)

Early Alert (*Notificación Temprana - Vea pg. 22*): 946-6500

Meals-on-Wheels (*Comidas a Domicilio*)
925-0778

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

RYE BROOK

Senior Center (*Servicios para Personas Mayores*): 939-7904

Transportation - Medical & Shopping
(*Transporte – Médico y de Compras*):

939-7904

Senior Citizen Recreation (*Recreación para las Personas Mayores*): 939-3235

Meals-on-Wheels (*Comidas a Domicilio*)
925-0778

SCARBOROUGH

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Vea White Plains*)

Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio – Vea Ossining*): 762-8953

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

SCARSDALE

Senior Citizens' Advocate (*Abogado de Personas Mayores*): 722-1160

Family Counseling Service (*Servicio de Consejería Familiar*): 723-3281

Recreation Department (*Departamento de Recreación*): 722-1160

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales - Vea White Plains*)

Meals-on-Wheels (*Comidas a Domicilio*):
723-4342

Early Alert (*Notificación Temprana - Vea pg. 22*): 946-6500

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

SHRUB OAK

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores- Vea Yorktown*)

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Vea Peekskill*)

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

SLEEPY HOLLOW

Senior Services (*Servicios para las Personas Mayores – Vea Mount Pleasant*)

Nutrition Site (*Centro de Nutrición*):

114 Washington Avenue, 631-2717
(Tarrytown).

Recreation (*Recreación*): 366-5109

Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*):
366-5109

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Vea White Plains*)

Early Alert (*Notificación Temprana- Vea pg. 22*): 946-6500

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

SOMERS

Nutrition Site (*Centro de Nutrición*): Wayne Van Tassel Memorial Park, Rte.139, 232-0807
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 232-0807
Transportation (*Transporte*): 232-8441
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Early Alert (*Notificación Temprana- Ve pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*): 1-(800)-772-1213

SOUTH SALEM

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Early Alert (*Notificación Temprana- Ve pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*): 1-(800)-772-1213

TARRYTOWN

Nutrition Site (*Centro de Nutrición*): 114 Washington Ave., 631-2717
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 693-8997
Senior Services (*Servicios para las Personas Mayores – Ve Greenburgh*)
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve White Plains*)
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve pg. 22*): 946-6500
Social Security (*Seguro Social*): 1-(800)-772-1213

TUCKAHOE

Town of Eastchester Office for the Aging (*Oficina para los Envejecientes del Pueblo de Eastchester*): 771-3340
Department of Social Services: (*Departamento de Servicios Sociales –Al este del Bronx River Parkway - Ve Mt. Vernon. Al oeste del Parkway - Ve Yonkers*)
Social Security (*Seguro Social*): 1-(800)-772-1213

VALHALLA

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores – Ve Mount Pleasant*)
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve White Plains*)
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 592-6441
Social Security (*Seguro Social*): 1-(800)-772-1213

VERPLANCK

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 528-8377
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Ve Peekskill*)
Social Security (*Seguro Social*): 1-(800)-772-1213
Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 528-5164

WHITE PLAINS

Senior Services (*Servicios para Personas Mayores*): 422-1423
Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*): Senior Center, 65 Mitchell Place, 422-1423
Meals-on-Wheels (*Comidas a Domicilio*): 946-6878
Transportation Assistance and Shopping (*Transporte y Asistencia para Ir de Compras*): 422-1423
Early Alert (*Notificación Temprana - Ve pg. 22*): 946-6500
Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales*): 85 Court Street, 995-5889
Social Security (*Seguro Social*): 1-(800)-772-1213

YONKERS

City of Yonkers Office for the Aging (*Oficina para los Envejecientes de la Ciudad de Yonkers*): 377-6822
Nutrition Sites (*Centros de Nutrición*):

APÉNDICE: LISTA DE COMUNIDADES EN ORDEN ALFABÉTICO Y SUS SERVICIOS

- **Park Care Pavilion**

Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*):

2 Park Avenue

377-6822 (*Toda la semana*)

- **Scotti Center**

Nutrition Site and Exercise Programs (*Centro de Nutrición y Programas de Ejercicio*):

680 Bronx River Road

377-6490

- **Congregation Sons of Israel (Kosher)**

155 Elliot Avenue

589-3938

- **Sacred Heart High School (*martes - viernes*)**

34 Convent Avenue

963-2327

- **Chema Center**

435 Riverdale Avenue

377-6464

- **Nepperhan Community Center (*martes y jueves*)**

342 Warburton Avenue

965-0263

- **YWCA**

87 So. Broadway

963-0640 (*martes, jueves y viernes*)

Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 963-2460 y 963-6662 (*días feriados y fines de semana*)

Comidas Kosher a Domicilio

963-2460

Early Alert (*Notificación Temprana- Veá pg. 22*): 946-6500

Employment (*Empleo*): Yonkers Office of Employment/Training (*Oficina de Empleo y Entrenamiento de Yonkers*): 964-0105

Recreation Department (*Departamento de Recreación*):

377-6450

Transportation (*Transporte*):

963-4411

Victims' Assistance (*Asistencia para las Víctimas*): 965-0217

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales*): 137 Alexander Street, 231-2000

YORKTOWN HEIGHTS

Northern County Senior Services (*Servicios para Personas Mayores del Norte del Condado*): 245-2088

Caregiver Resource Center (*Centro de Recursos para Quienes Cuidan a Ancianos*): 245-9167

Department of Social Services (*Departamento de Servicios Sociales – Veá Peekskill*)

Nutrition Site (*Centro de Nutrición*):

Community Center, 1974 Commerce St., 962-7447

Transportation (*Transporte*): 962-7447

Home Delivered Meals (*Comidas a Domicilio*): 962-7447

Early Alert (*Notificación Temprana*): 946-6500

Social Security (*Seguro Social*):

1-(800)-772-1213