

Recursos Comunitarios para Adultos Mayores

Un directorio de referencia rápida – Mayo 2017



Aprenda acerca de

Líneas telefónicas locales de ayuda
Servicios de apoyo para adultos mayores
Recursos para el envejecimiento activo
Fechas importantes en cuidados de salud
Recursos del gobierno del Condado de Orange
Otros recursos estatales y nacionales

Este directorio de recursos ofrece un resumen de los recursos no lucrativos y gubernamentales más grandes que los adultos mayores de Florida Central, y sus cuidadores, consultan con mayor frecuencia. Estas organizaciones locales con líneas de asistencia pueden proveer una lista completa de recursos comunitarios.

El folleto *Recursos Comunitarios para Adultos Mayores* es distribuido por los *Elder Ambassadors* (Embajadores Mayores) del Condado de Orange. La iniciativa *Elder Ambassador* es un programa de alcance comunitario GRATUITO diseñado para aumentar conciencia sobre los servicios y oportunidades para adultos mayores en Florida Central. El componente principal de esta iniciativa incluye la capacitación de voluntarios sobre los servicios y programas locales para personas mayores, de manera que puedan ayudar a ampliar el conocimiento sobre los recursos locales disponibles a los residentes de Florida Central.



¡Invite a un Embajador Mayor a su próximo evento!

Orange County Commission on Aging
407-254-9277 * officeonaging@ocfl.net
www.ocfl.net/seniors

Tabla de Contenidos

Líneas telefónicas de asistencia local	Página 3
Servicios de información y referido	Página 3
Servicios de Apoyo para Adultos Mayores	Página 4
Departamento de Asuntos sobre la Vejez y Agencias Locales de Envejecimiento	Página 4
Programas SIN criterios de elegibilidad	Página 4
Programas CON criterios de elegibilidad	Página 6
Agencias principales y sus programas	Página 8
Enfermedad de Alzheimer y otras demencias	Página 9
Programas de diagnósticos con sede en hospitales	Página 10
Cuidados paliativos y fin de vida	Página 11
Recursos residenciales y de vivienda	Página 12
Viviendas económicas	Página 12
Autoridades locales de vivienda en Florida Central	Página 12
Otros tipos de comunidades residenciales	Página 13
Transportación	Página 14
Recursos legales	Página 15
Otros Recursos comunitarios	Página 16
Quién es quién en la red de servicios con fines lucrativos	Página 18
Recursos para el Envejecimiento Activo	Página 19
Centros para Adultos Mayores (Orange, Seminole y Osceola)	Página 19
Oportunidades para voluntarios y de capacitación laboral	Página 22
Oportunidades para el aprendizaje continuo	Página 23
Fechas importantes en el cuidado de la salud	Página 24
Recursos del gobierno del Condado de Orange	Página 25
Programas dentro del gobierno del Condado de Orange	Página 25
Programas de las oficinas constitucionales del Condado de Orange	Página 28
Otros recursos estatales y nacionales	Página 29
Otros programas del Estado de Florida (incluye Medicaid)	Página 29
Tutela (Cortes de Florida)	Página 30
Programas del gobierno federal (incluye Medicare)	Página 31
Recursos estatales y nacionales	Página 32
Siglas de uso común	Página 33
Números llamados con frecuencia	Página 34

Líneas Telefónicas de Asistencia Local

Servicios de Información & Referido

Las organizaciones de “información y referido” son un buen lugar para comenzar su búsqueda de ayuda y asistencia. Las organizaciones de información y referido pueden proveerle información de contacto para organizaciones que puedan ayudarle. *(Por favor tome nota: las organizaciones de información y referido no suelen proveer servicios directos.)*

CONSEJOS

- Escriba sus preguntas antes de llamar.
- Considere la adquisición de un cuaderno o carpeta para guardar toda la información en un solo lugar.
- Tenga a mano papel y bolígrafo para anotar la información.
- Pregúntele al especialista si tiene otras ideas sobre cómo usted puede atender a sus necesidades.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Línea de asistencia para Adultos Mayores (Elder Helplines)	Provee información sobre servicios y actividades para personas mayores en Florida Central, incluyendo los condados de Orange, Seminole, Osceola y Brevard. La información sobre servicios abarca desde cuidados paliativos a cuidados en el hogar y recursos para cuidados de salud. Las llamadas son atendidas por operadores bilingües entrenados. Este programa gratuito es ofrecido por la Alianza de Recursos para Adultos Mayores. La Línea de Asistencia para Adultos Mayores existe en todos los condados dentro del Estado de Florida. Un programa del Departamento de Asuntos sobre la Vejez de Florida.	Local 407-514-1800 www.SRAFlorida.org Estatal 800-963-5337 www.elderaffairs.state.fl.us
2-1-1 Línea de Asistencia para Recursos Comunitarios	Opera como la fuente única y gratuita para referidos a miles de agencias y programas de salud y servicios humanos en Florida Central como lo son los bancos de alimentos, refugios, asesoramiento de crédito y mucho más. Las llamadas son atendidas 24 horas al día por operadores entrenados y bilingües. Un programa de Heart of Florida United Way.	Marque 2-1-1 o 407-839-4357 www.hfuw.org/United_Way_2-1-1.php
Línea de Asistencia del Gobierno del Condado de Orange	3-1-1, la oficina de servicios a clientes, para casos que no sean emergencias, del Condado de Orange ayuda a conectar a los residentes con los servicios y programas apropiados en el Gobierno del Condado de Orange.	Marque 3-1-1 o 407-836-3111 www.ocfl.net/311

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Departamento de Asuntos sobre la Vejez de Florida y Agencias Locales sobre Envejecimiento



El gobierno federal, a través del Departamento de Salud & Servicios Humanos de los Estados Unidos, trabaja en conjunto con una red nacional de 57 Unidades Estatales de Envejecimiento y 655 Agencias Locales de Envejecimiento para ayudar en la planificación de programas para los adultos mayores. Cada Agencia Local de Envejecimiento es administrada a nivel local y es responsable por seleccionar los servicios y proveedores que ayudan a las personas mayores dentro de cada condado. Las agencias locales de envejecimiento son financiadas con recursos federales, estatales y locales. En Florida, la Unidad Estatal de Envejecimiento es el Departamento de Asuntos sobre la Vejez. Senior Resource Alliance es la Agencia Local de Envejecimiento para la región de la Florida Central, que cubre a los condados de Orange, Seminole, Osceola y Brevard.

Programas SIN criterios de elegibilidad

El Departamento de Asuntos sobre la Vejez ofrece varios servicios de apoyo que investigan, abogan y/o educan a beneficio de los adultos mayores de Florida. Estos programas están abiertos a todos los adultos mayores y a sus cuidadores.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Servicios de Protección de Adultos (Adult Protective Services)	Proteje a adultos discapacitados y adultos mayores de las incidencias de abuso, negligencia o explotación. Este es un programa en colaboración con el Departamento de Niños y Familias (DCF) y la Red de Servicios para Adultos Mayores.	800-96-ABUSE 800-962-2873 www.myflfamilies.com/service-programs/abuse-hotline
Programa de Intermediarios de Cuidados a Largo Plazo (Long-Term Care Ombudsman Program)	Aboga a favor de residentes en instituciones de cuidados a largo plazo. Los intermediarios voluntarios identifican, investigan y resuelven las quejas hechas por, o a nombre de, residentes en hogares de ancianos, centros de vida asistida y hogares de cuidado de adultos.	888-831-0404 o 407-245-0651 http://ombudsman.myflorida.com
SHINE (Atendiendo a las Necesidades de Seguros de Salud de Adultos Mayores)	Ofrece materiales educativos y asesoramiento gratis imparcial sobre seguros a adultos mayores que reciben Medicare, Medicaid, programas de medicinas recetadas, planificación de cuidado a largo plazo y seguros.	407-514-1800 www.floridashine.org

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Alianza de Recursos para Adultos Mayores (Senior Resource Alliance) (SRA)	Funciona como la Agencia Local de Envejecimiento en Florida Central. Actúa como el punto de entrada para el acceso a servicios locales para adultos mayores financiado por los gobiernos estatales y federales. Mantiene el Centro de Recursos para la Vejez y la Discapacidad, el cual sirve de centro de coordinación de información sobre servicios para adultos mayores y personas discapacitadas en Florida Central.	407-514-1800 www.sraflorida.org

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Programas CON Criterio de Elegibilidad

El Departamento de Asuntos sobre la Vejez y la Agencia Local de Envejecimiento proveen programas de apoyo para adultos mayores de 60 años o más que cumplen con ciertos criterios de elegibilidad, incluyendo un ingreso o nivel máximo de bienes, y tengan dificultades al realizar “Actividades de la Vida Diaria” y/o retos con las Actividades Fundamentales de la Vida Diaria.

“Actividades de la Vida Diaria” (ADLs)

- Higiene personal bañarse, aseo y cuidado oral
- Vestirse – la habilidad de tomar decisiones sobre la ropa apropiada y vestirse solo.
- Comer – la habilidad de alimentarse uno mismo (pero no necesariamente preparar la comida)
- Mantener continencia – la habilidad tanto mental como física sobre el uso del baño
- Transferirse – moverse solo de sentada a de pie y acostarse o levantarse de la cama

“Actividades Esenciales de la Vida Diaria” (IADLs)

- Destrezas básicas de comunicaciones – tales como el uso de un teléfono regular, teléfono celular, correo electrónico o internet
- Transportación – ya sea manejando por su cuenta, coordinando transportación o la habilidad de utilizar transportación pública
- Preparación de alimentos – planificación, preparación, almacenaje de comidas y la habilidad de utilizar el equipo de cocina con seguridad
- Compras – la habilidad de tomar decisiones apropiadas en la compra de alimentos y ropa
- Quehaceres domésticos – la habilidad de lavar ropa, fregar los platos y mantener un hogar higiénico
- Manejar los medicamentos – tomar la dosis apropiada en la hora apropiada, volver a surtir los medicamentos y evitar conflictos con los medicamentos
- Manejar las finanzas personales – mantener un presupuesto, hacer cheques, pagar cuentas y evitar estafas

CONSEJOS

- Tenga una idea general de sus ingresos y bienes antes de llamar.
- Si hay una lista de espera para servicios, pregunte cuándo volverá a abrir la lista de espera – o si existen otros programas que puedan ayudar mientras tanto.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
CARES (Evaluación y Revisión Total para Servicios de Cuidado a Largo Plazo)	Ofrece evaluaciones de pre admisión para individuos que buscan servicios de Medicaid y servicios subsidiados de enfermería en el hogar con base en la comunidad. Administrado por el Departamento de Asuntos sobre la Vejez de Florida. Debe tener 60 años o más. Requisitos de elegibilidad.	407-540-3865 o 800-96ELDER http://elderaffairs.state.fl.us/doe/a/cares.php

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Agencia	Descripción	Información de Contacto
CCE (Cuidado Comunitario para Adultos Mayores)	Provee servicios con base en la comunidad organizados en un flujo continuo de cuidado para ayudar a personas mayores con discapacidades funcionales a vivir en el ambiente menos restrictivo y a la vez más rentable adaptado a sus necesidades. Los clientes elegibles pueden recibir una gran variedad de servicios basados en su necesidad. La elegibilidad y las listas de espera son administradas por Senior Resource Alliance. Debe tener 60 años o más. Requisitos de elegibilidad.	407-514-1800 o 800-96ELDER http://elderaffairs.state.fl.us/doe/a/cce.php
EHEAP (Programa de Asistencia por Emergencias de Energía en el Hogar para Adultos Mayores)	Ayuda a hogares de bajos ingresos de adultos mayores cuando dichos hogares tienen una emergencia de energía en el hogar, que pudiera resultar de la falta de pago de una factura de electricidad, falta de aire acondicionado o calefacción o una notificación del corte de servicios de energía. Administrado por Senior Resource Alliance. Debe tener 60 años o más. Requisitos de elegibilidad.	407-514-1800 http://elderaffairs.state.fl.us/doe/a/cheap.php
HCE (Cuidado en el Hogar para Adultos Mayores)	Provee servicios de apoyo a adultos mayores viviendo en condiciones de tipo familiar como alternativa a cuidado institucional u hogar de ancianos. Administrado por Senior Resource Alliance. Debe tener 60 años o más. Requisitos de elegibilidad.	407-514-1800 o 800-96ELDER http://elderaffairs.state.fl.us/doe/a/hce.php
RELIEF (Alivio para Adultos Mayores viviendo con Familias)	Ofrece un alivio necesario a miembros de la familia o a seres queridos que proveen cuidado constante a personas mayores en estado delicado o afligidos con Alzheimer y demencias similares. Administrado por Senior Resource Alliance. Debe tener 60 años o más. Requisitos de elegibilidad.	800-96ELDER o 407-514-1800 www.elderaffairs.state.fl.us/doe/a/relief.php

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Agencias Principales y sus programas

Como la Agencia Local de Envejecimiento, Senior Resource Alliance ha designado a organizaciones sin fines lucrativos como contratistas principales u organismos coordinadores para servicios específicos financiados por la Ley Federal de Protección de Estadounidenses de Edad Avanzada (*Older Americans Act*) y/o el Estado de Florida. Además de sus servicios subsidiados, muchos de estos organismos coordinadores también pueden proveer servicios similares utilizando una escala variable de tarifas, o a la tasa del mercado.

(POR FAVOR TOME NOTA: *Otros programas para cuidadores y de apoyo que no reciben fondos del Estado de Florida y Senior Resource Alliance, la Agencia Local de Envejecimiento de Florida Central, se encuentran localizados en la sección de “Otros Recursos Comunitarios” de este documento.*)

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Seniors First	Ayuda a los adultos mayores a mantener su independencia mediante el suministro de servicios de nutrición, de cuidado en el hogar, y del Banco de Equipos Médicos Stepping Stone. Los servicios de <i>Meals on Wheels</i> y los programas de comidas en grupo se ofrecen solamente en el Condado de Orange. Los servicios de labores domésticas, descanso y acompañantes se ofrecen en los condados de Orange y Seminole. Para mayores de 60 años. Tiene requisitos de elegibilidad.	407-292-0177 www.seniorsfirstinc.org
Share the Care	Se especializa en el cuidado diurno de adultos y descanso para adultos con impedimentos físicos y cognitivos, incluyendo aquellos diagnosticados con demencia o Parkinson, y de quienes cuidan de ellos, en los condados de Orange y Seminole. También tienen disponibles grupos de apoyo e información sobre recursos. Algunos programas tienen requisitos de edad y elegibilidad.	407-423-5311 www.helpforcaregivers.org
Meals on Wheels, Etc. del Condado de Seminole	Mejora la calidad de vida de ancianos en estado delicado al proveerles alimentos nutritivos y otros servicios de apoyo para adultos mayores viviendo en el Condado de Seminole. Debe tener 60 años o más. Requisitos de elegibilidad.	407-333-8877 www.mealsetc.org
Osceola Council on Aging (Consejo de Envejecimiento de Osceola)	Acts as the lead agency for elder services in Osceola County. Services include case management, adult day care, nutrition, home support, housing and senior centers. Some programs have age and eligibility requirements.	407-846-8532 www.osceolagenerations.org

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Enfermedad de Alzheimer & Otras Demencias

La demencia es un trastorno cerebral que afecta seriamente la memoria de una persona y otras habilidades mentales necesarias para llevar a cabo su vida diaria. Existen más de 70 tipos de demencia, la enfermedad de Alzheimer siendo la forma más común de demencia. Muchas formas de demencia, como Alzheimer, son trastornos progresivos y degenerativos que atacan a las células nerviosas del cerebro, o neuronas, dando como resultado pérdida de la memoria, deterioro en la capacidad intelectual y las destrezas del lenguaje, y cambios en la conducta. Otros tipos de demencia neurodegenerativa incluyen los trastornos frontotemporal y la demencia de cuerpos de Lewy.

Actualmente no existen curas para estos trastornos neurodegenerativos progresivos. Sin embargo, otros tipos de demencia han sido detenidos o hasta revertidos con tratamientos. En raras ocasiones, los trastornos infecciosos tratables pueden causar demencia.

CONSEJOS

- Los seminarios y grupos de apoyo pueden ayudar a las familias a comprender mejor la enfermedad y cómo ofrecer el mejor cuidado para las personas con demencia.
- Las agencias pueden conectarlo con proveedores y profesionales de salud que apoyan a personas con demencia.

Numerosas condiciones de salud pueden imitar o causar demencia

Las infecciones del tracto urinario * delirio * depresión * deficiencia de vitamina B12 * reacciones tóxicas a drogas * hidrocefalia (agua en el cerebro) * tumores * hematomas subdurales (coágulos de sangre) * enfermedades de la tiroide * alcoholismo * abuso de sustancias * apnea del sueño * enfermedad de Lyme * estrés o ansiedad * derrames * lesiones a la cabeza * infecciones (alrededor del cerebro)

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Asociación de Alzheimer (Alzheimer's Association)	El capítulo de Florida Central y Norte sirve a 31 condados con educación y servicios de apoyo, además de recaudar fondos para investigaciones. Esta organización sin fines lucrativos se dedica a mejorar el cuidado, ofreciendo apoyo a los afectados y reduciendo el riesgo de demencia por medio de la promoción de la salud cerebral.	800-272-3900 www.alz.org/cnfl
Centro de Recursos de Alzheimer & Demencia (Alzheimer's & Dementia Resource Center)	Brinda a los cuidadores los recursos educativos, asesoramiento práctico y el apoyo emocional que necesitan para cuidar de sus seres amados que sufren de cualquier forma de demencia e igualmente importante -cuidar de sí mismos. Administra el Programa de Investigaciones del Banco de Cerebros del Estado de Florida en 22 condados.	407-843-1910 www.adrccares.org

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Programas de diagnóstico con sede en hospitales

Tanto Florida Hospital como Orlando Health operan centros de evaluación para adultos mayores que están sufriendo de deterioro cognitivo o múltiples condiciones crónicas de salud. Estas evaluaciones de diagnóstico exhaustivas utilizan equipos multidisciplinarios—incluyendo médicos y trabajadores sociales, para evaluar, educar, referir y ayudar a estructurar planes de cuidado para pacientes en colaboración con sus médicos de atención primaria.

CONSEJOS

- Pregunte por adelantado lo que necesita hacer para prepararse para la evaluación, incluyendo qué información debe llevar con usted.
- Un miembro de la familia, amigo o la persona que le atiende debe acompañarlo ya que es de gran ayuda tener a otra persona que escuche y tome notas.
- Comparta su historia sobre lo que ha funcionado para usted – y lo que no.
- Estas evaluaciones suelen estar cubiertas por los planes de seguro. Pregunte si su seguro cubre la evaluación antes de su cita.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Centro para el Envejecimiento y el Bienestar de Florida Hospital (Florida Hospital Center for Aging and Wellness)	Geriatras acreditados y miembros de sociedades de medicina geriátrica ofrecen cuidados completos para adultos mayores con énfasis en mejorar la salud y controlar las condiciones crónicas. Incluye evaluaciones geriátricas completas con un equipo interdisciplinario (médico, trabajador social, y capellán), cuidado primario para adultos mayores, y visitas en el hogar (dentro de límites geográficos y regulatorios). Ubicados en el Centro para la Medicina de la Familia de Florida Hospital en Winter Park.	407-599-6060 www.CenterforAgingandWellness.com
Centro para el Envejecimiento y Clínica para Trastornos de la Memoria de Orlando Health (Orlando Health Center for Aging and Memory Disorder Clinic)	La Clínica para Trastornos de la Memoria de Orlando Health es la clínica de trastornos de memoria designada y financiada por el estado para los condados de Orange, Seminole, Lake, Polk, Sumter y Hernando. La clínica brinda evaluaciones exhaustivas, multidisciplinarias a individuos con pérdida de la memoria u otros síntomas de posible demencia (e.g. Alzheimer) y ofrece educación, recursos comunitarios y apoyo a pacientes y quienes cuidan de ellos.	321-841-9700 www.OrlandoHealth.com , busque “Center for Aging”

Cuidados Paliativos y fin de vida

Los cuidados paliativos (*hospice*) ofrecen cuidados de apoyo para personas que se enfrentan a enfermedades terminales que ya no desean buscar una cura para su enfermedad. El cuidado de apoyo es brindado a la persona y a sus seres amados por parte de un equipo de cuidados paliativos. Para el paciente, el enfoque es en el cuidado paliativo o proveerle al paciente con alivio para los síntomas, dolores y estrés de una enfermedad grave. El equipo de cuidados paliativos generalmente consiste en un médico, una enfermera, trabajador social, capellán, asistente de salud en el hogar, consejero de duelo y voluntario. Los servicios de cuidado paliativo suelen estar cubiertos bajo Medicare, Medicaid y/o seguro privado. En Florida, para propósitos del cuidado paliativo, una enfermedad terminal se define como de una expectativa de vida de seis meses o menos. El paciente, o su sustituto para asuntos médicos, puede optar por discontinuar el servicio de cuidado paliativo en cualquier momento.

Los servicios de cuidados paliativos son acreditados e inspeccionados por el Estado de Florida. Para ver una lista actualizada de proveedores acreditados, visite www.floridahealthfinder.gov y vaya a “*hospice*” bajo el título “*compare*”. Esta base de datos ofrece disponibilidad de consulta por condado. Para conocer más acerca del concepto de cuidados paliativos, cuándo considerar estos servicios y los tipos de servicios que se proveen, por favor comuníquese con Florida Hospice & Palliative Care Association al 800-282-6560 o visite www.floridahospices.org.

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Recursos Residenciales y de Vivienda

Viviendas económicas

CONSEJOS

- Los complejos de apartamentos para adultos mayores disponibles a través del Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos, comúnmente denominado “HUD”, son de propiedad y administración independiente. Muchos de estos complejos de vivienda “grupala” para adultos mayores tienen extensas listas de espera para los apartamentos. Los individuos interesados en vivir en estos complejos de vivienda asequibles deben considerar agregar sus nombres a las listas de espera en varios complejos de apartamentos.
- Existen varios diferentes tipos de programas HUD que ofrecen financiamiento para complejos de vivienda grupal para adultos mayores. Cada uno de estos programas HUD tiene diferentes requisitos de elegibilidad; por lo tanto, es importante preguntar en cada localidad acerca de sus requisitos de ingresos y bienes.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos (Vivienda HUD subsidiada para Adultos Mayores)	HUD es el programa federal que ofrece información y asistencia subsidiada para vivienda. El sitio web de HUD ofrece información sobre todos los programas HUD. También ofrece información para adultos mayores interesados en envejecer en un solo lugar (i.e., en su propio hogar). HUD también tiene unidades multifamiliares para los envejecientes. El requisito de edad para las unidades de vivienda grupal para adultos mayores que reciben fondos de HUD es de 62 o más. Algunas unidades fueron construidas bajo un programa distinto de HUD y tienen un requisito de edad de 55 años o más. Existen requisitos de elegibilidad adicionales.	800-225-5342 www.hud.gov – search for “information for senior citizens”
Florida Housing Search (Localizador de Viviendas de Florida)	Este servicio de localización de viviendas permite al usuario buscar y localizar viviendas disponibles que mejor se ajusten a sus necesidades individuales. Existen herramientas útiles y recursos para inquilinos disponibles en el internet. El sitio web is apoyado por un centro de llamadas sin cargos adicionales.	877-428-8844 www.floridahousingsearch.org

Autoridades locales de vivienda en Florida Central

- Orange County Housing & Community Development – 407-836-5150
- Orlando Housing Authority – 407-895-3300
- Winter Park Housing Authority – 407-645-2869
- Seminole County Housing Authority – 407-365-3621
- Sanford Housing Authority – 407-323-3150
- Osceola County Housing Office – 407-742-8400

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Otros Tipos de Comunidades Residenciales

- **Complejos de Apartamentos para Adultos Mayores** – Comunidades privadas de apartamentos que ofrecen servicios comunales limitados como programas de actividades, servicios de transportación y cenas para los residentes. Los dueños de estas viviendas suelen alquilarlas solo a individuos de 55 años o más.
- **Comunidades de Retiro de Cuidado Continuo** – Comunidades de hogares privados que ofrecen una variedad de recursos a adultos mayores activos donde socializar y disfrutar de sus años dorados. Esta opción permite a los envejecientes la oportunidad de adquirir servicios, amenidades y cuidado médico futuro, a la vez que compran un hogar en la comunidad. Las comunidades de retiro de cuidado continuo ofrecen opciones de vivienda desde independiente a cuidado asistido y cuidado de enfermeras. Las partes de estas comunidades que ofrecen cuidado asistido y cuidado prolongado son acreditadas e inspeccionadas por el Estado de Florida.
- **Centros de Vida Asistida** – Comunidades de apartamentos en grupo que ofrecen vivienda a tiempo completo y asistencia a adultos mayores con los aspectos no médicos del diario vivir. Frecuentemente conocidos como “ALF”, los servicios básicos incluyen (pero no se limitan a): vivienda y alimentos nutritivos; ayuda con las actividades de la vida diaria como bañarse, vestirse, comer, caminar, traslado físico, dar medicamentos o ayudar a los residentes a tomarse sus medicamentos por sí solos; hacer arreglos para servicios de cuidados de salud; proveer o hacer arreglos para la transportación a servicios de cuidados de salud; observación de la salud; cuidado de descanso; y actividades sociales. Los ALF son acreditados e inspeccionados por el Estado de Florida.
- **Hogares de Cuidado en Familia para Adultos** – Los hogares de cuidado en familia para adultos ofrecen vivienda de tipo familiar a tiempo completo en hogares privados para hasta cinco adultos mayores o adultos con discapacidades o problemas de salud, cuyos residentes no tienen parentesco con el dueño. El dueño vive en la misma casa que los residentes. Los servicios básicos incluyen (pero no se limitan a): vivienda y alimentos nutritivos; ayuda con actividades de la vida diaria; coordinación de servicios de cuidados de salud; proveer o hacer arreglos para la transportación a servicios de cuidados de salud; observación de la salud; y actividades sociales. Los hogares de cuidado en familia están acreditados e inspeccionados por el Estado de Florida.
- **Hogares de Cuidado Prolongado** – Centros de cuidado a largo plazo que proveen cuidado médico por 24 horas, cuidado personal, servicio de limpieza y servicios de rehabilitación a adultos mayores que sufren de enfermedades crónicas, se recuperan de una cirugía mayor o tienen un estado físico frágil. Los hogares de cuidado prolongado, o centros de enfermería especializada, son independientes, lo que significa que no son parte de un hospital. Los hogares de cuidado prolongado son acreditados e inspeccionados por el Estado de Florida. Si se cumplen ciertos criterios, Medicare paga por un número limitado de días en un centro de rehabilitación, que suele ser una extensión dentro de una instalación de enfermería especializada. El cuidado a largo plazo en uno de estos centros no está cubierto bajo Medicare, pero suele ser pagado bajo Medicaid, si se cumple el criterio de elegibilidad.

El sitio web de la Agencia de Administración de Cuidados de Salud de Florida (AHCA) contiene una lista de centros de vida asistida, hogares para adultos y hogares de cuidado prolongado. Visite www.floridahealthfinder.gov:

- Vaya a la opción “locate”, luego seleccione “facilities or providers.”
- Esta base de datos es investigable por condado.
- Se generará una lista de todos los centros acreditados.

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Transportación

LYNX es el proveedor de transportación pública para los condados de Orange, Osceola y Seminole. Este sistema de autobuses con rutas fijas es totalmente accesible de acuerdo con el ADA (Ley sobre Estadounidenses con Discapacidades). LYNX, que es la Autoridad de Transportación Regional de Florida Central, también ofrece servicio puerta a puerta de transportación compartida a través de ACCESS LYNX. Esta transportación para discapacitados no sigue rutas fijas ni horario, por lo contrario, el sistema simplemente recoge a las personas y las lleva a su destino. Además de este sistema público, existe una red de otros sistemas de transportación con y sin fines de lucro.

CONSEJOS

- Algunas agencias sin fines de lucro ofrecen transportación limitada a sus clientes – pregunte.
- Algunas agencias privadas, con fines lucrativos, de ayuda doméstica y acompañantes, proveen transportación para sus clientes.

NOTA

- Las personas bajo un plan de Ayuda Médica Administrada por Medicaid deben comunicarse con su proveedor para recibir información sobre los beneficios cubiertos por sus planes individuales para viajes de transportación con fines médicos. Si usted recibe Medicaid en un plan especializado, usted puede llamar a un Consejero en el “Área 7” de Florida Central al 866-467-4970 o enviar un correo electrónico a area7medicaidhelp@ahca.myflorida.com.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
ACCESS Lynx	Ofrece servicios de transportación (puerta a puerta) a residentes que cumplan con los requisitos de elegibilidad de la ADA, Medicaid, programa de servicios que no sean de emergencia o el programa de transportación para quienes no tienen acceso a transportación. Las normas de elegibilidad y servicios varían según el programa.	407-423-TRIP (8747) www.golynx.com/riding-lynx/access-lynx
ITN Orlando	Ofrece servicios de transportación puerta a puerta a adultos de 60 años o mayores, así como a individuos con impedimentos visuales. La transportación se provee en vehículos privados, 24 horas al día, 7 días por semana, dentro del área de cobertura. Se requiere membresía.	407-900-7572 www.itnorlando.org
Coalición Movilidad Segura para toda la Vida (Safe Mobility for Life Coalition)	Este sitio web ofrece información centralizada sobre recursos de transportación para adultos mayores, incluyendo tránsito, seguridad del conductor, leyes y mantenimiento de la movilidad. La Coalición y el sitio web son administrados por el Departamento de Transportación de Florida.	www.safeandmobileseniors.org

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Recursos Legales

Derecho para Adultos Mayores es un área de la ley que brinda ayuda a personas para que mantengan su independencia, seguridad y dignidad cuando la edad, la discapacidad o la muerte los amenaza a ellos o a los miembros de su familia con una pérdida. Los abogados certificados en Derecho de Adultos Mayores son calificados con la designación de especialistas al cumplir con los estándares de experiencia además de haber pasado pruebas específicas en las áreas incluidas bajo Derecho de Adultos Mayores. Los temas incluidos son planificación patrimonial, tutela legal, sucesión testamentaria, planificación de beneficios públicos y fideicomisos de necesidades especiales para los incapacitados. Una lista de abogados certificados en Derecho de Adultos Mayores está disponible en el sitio web del Colegio de Abogados de Florida: www.flabar.org. Igualmente, los abogados de Derecho de Adultos Mayores pueden anunciar que están certificados en Derecho de Adultos Mayores por el Colegio de Abogados de Florida.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Sociedades de Asistencia Legal de los condados de Orange, Osceola & Seminole (Legal Aid Societies of Orange, Osceola & Seminole Counties)	Brinda servicios legales gratis o a costo reducido para residentes de bajos ingresos. Estos programas son ofrecidos por el Colegio de Abogados de cada condado respectivo y tienen requisitos de elegibilidad. Cada Colegio de Abogados también mantiene una lista de abogados certificados en Derecho de Adultos Mayores.	Condado de Orange 407-841-8310 www.legalaidocba.org Condado de Osceola http://laso.osceolabar.org/ Condado de Seminole 407-834-1660 www.scbalas.com
Servicios Legales Comunitarios de Mid-Florida (Community Legal Services of Mid-Florida)	Ofrece ayuda legal gratuita para residentes con ingresos bajos a moderados en 12 condados de Florida Central, incluyendo los condados de Orange, Seminole y Osceola.	800-405-1417 www.clsmf.org
Oficina del Fiscal General (Office of the Attorney General)	Protege a los ciudadanos en casos de fraude con Medicaid, defiende al estado en casos de litigios civiles y representa al pueblo de Florida cuando los criminales apelan sus sentencias en cortes estatales y federal. Supervisa el programa Adultos Mayores vs Crimen. Protege a los consumidores de Florida de varios tipos de fraude y ejecuta las leyes antimonopolio del estado.	866-966-7226 (Línea Directa contra el Fraude) 800-321-5366 (Ley Limón) http://myfloridalegal.com Seniors vs. Crime (Adultos Mayores vs Crimen) 800-203-3099 www.seniorsvscime.com
Línea de Asistencia Legal para Adultos Mayores (Senior Legal Helpline)	Ofrece asesoría legal gratuita y otros servicios por teléfono para residentes elegibles de Florida, de 60 años de edad o mayores, en asuntos legales civiles (no criminales). Este es un programa del Departamento de Asuntos sobre la Vejez de Florida.	888-895-7873 www.elderaffairs.state.fl.us/doi/legal_services.php

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Otros Recursos Comunitarios

Florida Central tiene una red de organizaciones sin fines de lucro que brindan servicios e información a adultos mayores. A continuación se encuentran varias agencias adicionales que se enfocan en las necesidades de la comunidad de adultos mayores. Las agencias de información y referido ennumeradas en la página 3 proveen a los residentes una lista más completa de servicios comunitarios.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Directorio de Recursos 50+ FYI (50+FYI Resource Directory)	Publica el directorio 50+FYI Magazine que incluye artículos de interés para adultos con madurez y presenta nuevos programas y recursos. Disponible en formato impreso y en línea. Una colaboración con la Agencia Local de Envejecimiento y el Departamento de Asuntos sobre la Vejez de Florida.	407-265-0534 www.50plusfyi.org
Centro para una Vida Independiente en Florida Central (Center for Independent Living)	Ofrece un número de programas para personas con discapacidades, incluyendo entrenamiento para empleo, vivienda, servicios de salud mental, acceso, servicios para sordos, envejeciendo en su lugar, e información y referido. Las normas de elegibilidad y servicios varían según el programa.	407-623-1070 www.cilorlando.org
Cuidado Diario para Adultos Easter Seals (Easter Seals Day Break)	Brinda servicios de cuidado diario para adultos mayores de 18 años de edad con discapacidades y/o necesidades especiales, adultos mayores y adultos con Alzheimer u otros trastornos relacionados con la demencia. Otros servicios de cuidado diario para adultos son ofrecidos por agencias financiadas por el Estado de Florida y la Agencia Local de Envejecimiento.	407-629-4565
Lighthouse de Florida Central (Lighthouse of Central Florida)	Ofrece rehabilitación y empleo de adultos de todas las edades con impedimentos visuales. Las normas de elegibilidad y servicios varían según el programa.	407-898-2483 www.lighthousecentralflorida.org
Red de Vecinos (Neighbors Network)	Provee el apoyo que los adultos mayores necesitan para permanecer en el hogar que aman — desde pequeñas tareas a servicios complejos. Esta red sirve a las comunidades de Winter Park, Maitland e Eatonville. Se requiere una membresía.	321-209-2775 www.neighborsnetworkfl.org
Centro de Asistencia para Adultos Mayores de Orlando (Orlando's Senior Help Desk)	Provee información gratuita y asistencia de referidos sobre cómo cuidar de un ser querido de edad avanzada que ha llegado a un punto en la vida en la que ya no puede cuidar de sí mismo. Servicio ofrecido por Jewish Pavilion.	407-678-9363 www.orlandoseniorhelpdesk.org

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Reconstruyendo juntos a Orlando (Rebuilding Together Orlando)	Repara y rehabilita hogares para personas de bajos ingresos, personas de edad avanzada, veteranos, familias con niños y personas discapacitadas que son propietarios de su hogar pero no pueden continuar manteniéndolo. Las normas de elegibilidad y servicios varían según el programa.	www.rtorlando.org

Servicio de Apoyo a Adultos Mayores

Quién es Quién en la Red de Servicios con Fines Lucrativos

- **Profesional de Cuidado Geriátrico** – Un profesional de cuidados de salud, típicamente una enfermera o trabajador social, que hace arreglos, observa o coordina los servicios de cuidado a largo plazo. Un administrador de cuidados de salud también puede evaluar las necesidades del paciente y desarrollar un plan de cuidados, sujeto a la aprobación del médico del paciente. La profesión de cuidado geriátrico no es una profesión acreditada en Florida, sin embargo, muchos proveedores pueden optar por obtener certificación a nivel nacional. Para más información, visite la Asociación Nacional de Administradores Profesionales de Cuidado Geriátrico en www.aginglifecare.org.
- **Agencia de Salud en el Hogar** – Una agencia de salud en el hogar ofrece servicios a pacientes en hogares privados, centros de vida asistida, y hogares de familia para adultos. Algunos de los servicios incluyen cuidados de enfermería; terapia física, ocupacional, respiratoria y del habla; asistentes de salud en el hogar; ayuda doméstica y acompañantes; y equipos y materiales médicos. Junto con los servicios en el hogar, una agencia también puede proveer servicios de personal en hogares de cuidado prolongado y hospitales. Las agencias de salud en el hogar son acreditadas e inspeccionadas por el Estado de Florida.

De ser apropiado, un médico puede escribir una receta para servicios de salud en el hogar. El costo de esto suele estar cubierto bajo Medicare por un tiempo designado pero no indefinidamente. El cuidado de salud en el hogar también puede ser pagado por el cliente o un miembro de la familia y suele referirse a tal caso como “cuidado privado en el hogar.”

- **Servicio de Labores Domésticos y Acompañantes** – Estas compañías ofrecen limpieza de hogares, preparan y sirven alimentos, ayudan con la compra, labores rutinarias del hogar, y pueden llevar al cliente a citas u otros lugares. Por ley, los ayudantes domésticos y acompañantes no pueden administrar medicamentos, ni pueden proveer cuidado personal íntimo como ayuda para bañarse o usar el baño. Las agencias de labores domésticos y acompañantes están registradas por el Estado de Florida. Sin embargo, a los individuos que trabajan por su cuenta sin otros empleados, no se les requiere registrarse. Para una lista actualizada de proveedores con licencia, visite www.floridahealthfinder.gov. Refiérase a “Cómo utilizar Florida Health Finder” a continuación para instrucciones sobre cómo acceder a esta información.
- **Registro de Enfermería** – Un registro de enfermería funciona como una agencia de empleos entre un paciente individual y enfermeros, asistentes de enfermeros, asistentes de salud en el hogar, acompañantes y asistentes de labores domésticos para servicios en el hogar del paciente. Los registros de enfermería también ofrecen personal temporal para hogares de cuidado prolongado, hospitales y otras empresas. Cada trabajador individual de cuidados de salud es un contratista independiente y no es un empleado directo del registro de enfermería. Los registros de enfermería son acreditados e inspeccionados por el Estado de Florida.

Cómo Utilizar Florida Health Finder

Para ver una lista actualizada de proveedores acreditados, visite www.floridahealthfinder.gov. Vaya a la opción “locate”, luego seleccione “facilities or providers.” Esta base de datos permite la búsqueda por condado. Se generará una lista de todos los centros acreditados. Bajo “type,” se encuentra una lista de los centros certificados para aceptar a pacientes de “Medicare” y/o “Medicaid”.

Recursos para el Envejecimiento Activo

Centros para Adultos Mayores

Cada día, más de un millón de adultos mayores hacen conexiones en sus centros locales para adultos mayores. Las actividades y programas en cada centro varían desde el ejercicio a los juegos de barajas, clases de cocina y mucho más. Los Centros para Adultos Mayores suelen ser operados por los gobiernos locales; sin embargo, por lo general usted puede asistir a un centro para adultos indistintamente a donde viva. Muchas actividades son gratis, algunas actividades pueden tener un costo mínimo. Llame a cada centro para obtener más información sobre los programas disponibles en ese centro en particular.

En el Condado de Orange

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Centro para Adultos Mayores Beardall (Beardall Senior Center)	Este centro de adultos mayores de la Ciudad de Orlando cuenta con más de 100 clubes y programas que operan desde este centro de casi 28,000 pies cuadrados. Para adultos de 55 años o más.	407-246-4440 www.Ciudadoforlando.net/recreation/beardall-senior-center
Centro Fran Carlton (Fran Carlton Center)	Este centro de la Ciudad de Apopka ofrece una variedad de actividades recreativas y sociales, incluyendo clases de ejercicios, artes y manualidades, juegos de mesa, excursiones y más. Se requiere membresía.	407-703-1784 www.apopka.net/departments/recreation
Centro Comunitario y de Adultos Mayores Jessie Brock (Jessie Brock Community / Senior Center)	El centro de la Ciudad de Winter Garden es un centro de adultos activos con una amplia variedad de programación recreacional y educativa para adultos de 50 años o más.	407-656-4155 www.cwgdn.com/resident/recreation/active/
Centro para Adultos Mayores de Maitland (Maitland Senior Center)	La Ciudad de Maitland ofrece una diversa gama de actividades como yoga en silla, tejido y puntillo, ajedrez, bridge, películas, Tai Chi, línea de baile, Mah Jong, clases de arte, clases de cocina para hombres y mucho más.	407-539-6251 www.itsmymaitland.com/community-events.aspx (Haga clic sobre "Senior Center Activities")
Complejo Recreacional para Adultos Mayores Marks Street (Marks Street Senior Recreation Complex)	Este centro del Condado de Orange ofrece una cantidad de actividades que abarcan desde un salón de billar, una sala de ejercicios y muchas clases sobre todo desde la bicicleta estacionaria al yoga, bailes, juegos de barajas y Rummikub. Para mayores de 55 años.	407-254-1066 www.orangecountyfl.net/CultureParks/SeniorCenters.aspx

Recursos para el Envejecimiento Activo

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Centro para Adultos Mayores Renaissance (Renaissance Senior Center)	Este centro del Condado de Orange ofrece una sala de ejercicios, salón de billar, tenis de mesa, bailes de salón y en línea, Jazzercise, películas, movies, cardio kickboxing, Tai Chi de silla, Geo Fit seniors y más. Para mayores de 55 años.	407-254-9070 www.orangecountyfl.net/CultureParks/SeniorCenters.aspx
Centro para Adultos Mayores L. Claudia Allen (L. Claudia Allen Senior Center)	Este centro de la Ciudad de Orlando ofrece a los adultos mayores la oportunidad de participar en actividades que incluyen coser, barajas, billar, bingo, bridge, cerámicas, puntillo y tejido, sala de ejercicios, películas, Pokeno, Zumba y más.	407-246-4461 www.Ciudadoforlando.net/recreation/claudia-allen-senior-center/
Centro Thomas Ison (Thomas Ison Center)	Este centro de la Ciudad de Ocoee ofrece a los adultos mayores de la zona oeste del Condado de Orange una serie de actividades como bingo, barajas, manualidades, coro, líneas de baile y almuerzos donde cada quien trae algo.	407-905-3100 ext. 5301 www.ocoe.org/Departments/PR/SeniorPrograms.htm
Centro Comunitario Winter Park (Winter Park Community Center)	El centro de la Ciudad de Winter Park ofrece programación recreativa para todas las edades, incluyendo un centro de ejercicios, canchas de baloncesto, centros de medios y espacio para banquetes. Un club para adultos mayores funciona desde este centro.	407-599-3275 www.Ciudadofwinterpark.org y busque "Community Center"

En el Condado de Seminole

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Centro Recreativo Casselberry (Casselberry Recreation Center)	Este centro de la Ciudad de Casselberry ofrece varios grupos de ejercicios. Es un lugar de reunión para una variedad de clubes sociales, de manualidades y de jugadores de barajas. El Centro recreativo también tiene una sala de computadoras donde se reúne el Club de Computadoras para clases de informática.	407-262-7700 ext.1575 www.casselberry.org y presione sobre el logo para "senior programs"
Centro para Adultos Mayores de Lake Mary (Lake Mary Senior Center)	En este centro de la Ciudad de Lake Mary los adultos mayores disfrutan de yoga, aeróbicos sentados, Tai Chi, WOOPIEs, bridge, costura, líneas de baile, y muchos otros programas y clases.	407-585-1466 www.lakemaryfl.com/lake-mary-senior-center

Recursos para el Envejecimiento Activo

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Centro para Adultos Mayores de Sanford (Sanford Senior Center)	Este centro de la Ciudad de Sanford ofrece un calendario de programas y actividades para sus residentes mayores, tales como manualidades, juegos de barajas, actividades, excursiones y eventos especiales.	407-688-5129 www.sanfordfl.gov y busque "Senior Center"
Centro para Adultos Mayores de Winter Springs (Winter Springs Senior Center)	Este centro de la Ciudad de Winter Springs es el hogar de programas como cerámica, líneas de baile, elaboración de álbumes de recortes, yoga, Tai Chi, Jazzercise, bingo, clases de computadoras, mesa de billar, bridge, clases de arte y almuerzos dos veces por semana.	407-327-6554 www.winterspringsfl.org y busque "Senior Center"

En el Condado de Osceola

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Centro Barney E. Veal (Barney E. Veal Center)	La organización sin fines de lucro Osceola Council on Aging recibe fondos públicos para proveer programas recreativos, incluyendo elaboración de acolchados (<i>quilting</i>), bailes, yoga, pintura y un gimnasio.	407-846-8532 www.osceolagenerations.org

Recursos para el Envejecimiento Activo

Oportunidades para Voluntarios y Capacitación Laboral

Existe una amplia variedad de oportunidades disponibles para ser voluntario en Florida Central. Muchas de las agencias sin fines de lucro que se encuentran en este documento y en la comunidad acogen a nuevos voluntarios. Las oportunidades para voluntarios pueden abarcar desde un compromiso continuo, periódicamente o ayudando en un solo evento. ¡Solo tiene que preguntar!

Las agencias de información y referido que se encuentran en la página 3 pueden ayudarle a conectar con oportunidades adicionales para voluntarios y le conectan también con oportunidades y recursos para capacitación laboral.

CONSEJOS

- No siempre se requiere experiencia para ser voluntario con una organización. Su tiempo y entusiasmo suele ser todo lo que necesita para comenzar.
- Existen varios sitios web dedicados a conectar a voluntarios con oportunidades locales – simplemente haga una búsqueda en la web.
- Pida hablar con otros voluntarios para conocer más.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Hands On Orlando	Conecta a voluntarios con oportunidades de ayudar a las organizaciones comunitarias satisfacer las necesidades de los residentes locales. Para mayores de 50 años.	407-740-8652 www.handsonorlando.com
Senior Community Service Employment Program (Programa de Servicio Comunitario para el Empleo de Adultos Mayores) (SCSEP)	Este programa federal provee capacitación laboral y oportunidades para individuos de bajos ingresos que se encuentran desempleados. La Fundación AARP administra el contrato federal en los condados de Orange, Seminole y Osceola. Para mayores de 55 años. Tiene requisitos de elegibilidad.	AARP Foundation 407-852-1608 http://www.aarp.org/states/fl/
Volunteers for Community Impact (Voluntarios para el Impacto Comunitario)	Promueve el servicio voluntario al unir a los individuos con oportunidades para ser voluntarios. Dependiendo de la posición y el programa voluntario, los beneficios pueden incluir un pequeño pago por hora, reembolso por viajes, seguro suplementario y un beneficio moderado del seguro de vida. Los programas incluyen a Foster Grandparents, RSVP, CyberSeniors y CATCH Healthy Habits. Para mayores de 55 años.	407-298-4180 www.volunteersforcommunityimpact.org

Recursos para el Envejecimiento Activo

Oportunidades para el Aprendizaje Continuo

Las investigaciones han demostrado que mantener la mente y el cuerpo activos es importante para mantener la salud del cerebro. Ya sea un pasatiempo, servicios de voluntario, leer o una actividad interactiva—permanecer activo es importante para envejecer saludablemente. Florida Central también cuenta con varios programas que proveen experiencias de aprendizaje en el salón de clases.

CONSEJOS

- Para consejos de salud cerebral, considere comunicarse con la Asociación de Alzheimer al 800-272-3900 o al Centro de Recursos de Alzheimer & Demencia al 407-843-1910.
- Los centros para adultos mayores son otro recurso excelente de actividades para la salud cerebral y el aprendizaje continuo.
- Las bibliotecas son un gran recurso para clases de entrenamiento en computadoras o seminarios educativos, incluyendo los Seminarios del Consejo para Cuidadores, ofrecido por la Comisión de Asuntos sobre la Vejez del Condado de Orange.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Life @ UCF	Un programa comunitario educativo en el área de Florida Central para personas en edad de retiro que buscan oportunidades para el aprendizaje continuo. Se requiere membresía.	407-823-5433 www.life.ucf.edu
Orlando Seniors Now	Ofrece clases de computadoras para principiantes, específicamente diseñadas para adultos de 55 años o más, en el Centro de Aprendizaje de Computadoras de Seniors Now.	Marks Street 407-318-3256 www.seniorsnoworlando.org
Senior TARS en Rollins College (STARS)	Ofrece cursos y actividades educativas para adultos de 50 años o más. Se ofrecen clases diurnas o nocturnas. Se requiere membresía. El nombre STARS combina el enfoque de adultos mayores y la figura de la mascota de Rollins (TAR).	407-646-1577 www.rollins.edu/rcll/senior
Stetson Lifelong Learning en Celebration	Brinda a los residentes de Celebration y áreas cercanas un lugar educativo para la discusión intelectual, mientras interactúan con otros adultos mayores en un ambiente social. Se requiere membresía.	321-939-7600 www.stetson.edu/administratio n/lifelong-learning

Fechas importantes en el cuidado de la salud

¡RECUERDE!

Siempre debe consultar con su proveedor de cuidados de salud o administrador de asuntos médicos/administrador de casos para verificar estas fechas importantes.

Medicare

- **Octubre** – Presentación de Medicare Advantage y Medicare Parte D (cobertura de medicamentos recetados) con información sobre primas nuevas y diseño de beneficios para el próximo año, en el mes de octubre. Es importante revisar los beneficios de los planes cada año ya que los mismos pueden cambiar a partir del 1^{ro} de enero. Los cambios pueden incluir aumentos en la prima y/o pago compartido, cambios en la cobertura de medicamentos recetados, cambios en los médicos dentro de la red o centros de cuidado y/o cambios a los beneficios secundarios no requeridos por los Centros para Servicios de Medicare y Medicaid (CMS).
- **15 de octubre** – Comienza el período de inscripción abierta de Medicare (OEP, por sus siglas en inglés). Los planes de Medicare Advantage y Medicare Parte D para medicamentos recetados comienzan a aceptar solicitudes para el año próximo.
- **7 de diciembre** – Concluye oficialmente el Período de Inscripción Abierta de Medicare. El último día en que se pueden aceptar solicitudes para los planes de Medicare Advantage y Parte D para el año entrante.
- **1^{ro} de enero** - Los planes de Medicare Advantage y Medicare Parte D para medicamentos recetados se hacen efectivos para el nuevo año del plan.
- **1^{ro} de enero al 14 de febrero** – Este es el Período Anual de Bajas (ADP, por sus siglas en inglés) – es el período en el cual puede darse de baja en los planes de Medicare Advantage y el asegurado puede regresar al Medicare original. Los planes para medicamentos recetados Parte D pueden adquirirse si un plan de medicamentos fue originalmente parte del plan de Medicare Advantage.

Medicaid – Doble Elegibilidad

El “período de cambios” para los beneficiarios de Medicaid está basado en su inscripción original en el programa de Medicaid. Los inscritos recibirán una notificación antes de su período de cambios. Debe dirigirse a su agente de inscripción para cualquier pregunta relacionada con estas fechas o puede llamar a la Línea de Ayuda para Adultos Mayores atendida por la Alianza de Recursos para Adultos Mayores al 407-514-1800.

Mercado de Seguros de Salud

- **1 de noviembre, 2017** – Comienza período de inscripciones abiertas para 2018 (fecha tentativa)
- **15 de diciembre, 2017** – Finaliza inscripciones abiertas para planes del 2018 (fecha tentativa)
- **31 de diciembre, 2017** – Finaliza la cobertura para planes del mercado de seguros para 2017
- **1 de enero, 2018** – Comienza período de inscripciones abiertas para planes del 2019

Recursos del gobierno del Condado de Orange

La Comisión de Asuntos sobre la Vejez es una junta asesora del Condado de Orange dedicada a la creación de una comunidad que respeta y acoge a sus residentes mayores. La Comisión de Asuntos sobre la Vejez produce documentos educativos para ayudar a las personas mayores del área local, y a sus familias, a conectar con los recursos y oportunidades locales de extensión comunitaria. Este documento titulado *Recursos Comunitarios para Adultos Mayores* fue producido por la Comisión de Asuntos sobre la Vejez. Otros documentos se han producido y pueden encontrarse en el internet en www.ocfl.net/seniors.

- ***Boletín Digital COA*** ofrece un vistazo mensual de programas nuevos y eventos principales en Florida Central, investigaciones emergentes e informes difundidos a nivel nacional, y artículos interesantes en los medios de comunicación.
- ***Guía de Recursos para la Prevención de Fraudes*** ayuda a los lectores a protegerse contra estafas, fraudes y prácticas engañosas – antes de que ocurran. También contiene información sobre recursos locales, estatales y nacionales que están disponibles para individuos que sospechan que ha ocurrido un fraude.
- ***LIFE Información para Adultos Mayores*** es una serie mensual de seminarios donde diversas organizaciones presentan información y recursos sobre distintos temas sobre el envejecimiento.
- ***Manteniéndose Activo en el Condado de Orange*** es un folleto que ofrece un resumen de actividades y programas ofrecidos en los nueve centros para adultos mayores localizados en el área geográfica del Condado de Orange, incluyendo los centros mantenidos por las distintas municipalidades.
- ***Capacitación de sensibilidad hacia los adultos mayores*** es un entrenamiento que se ofrece a grupos comunitarios y negocios locales. Esta clase interactiva de 90 minutos de duración permite que los asistentes tengan la experiencia de los retos visuales, auditivos y de movimiento que pueden ocurrir a medida que uno envejece.

Programas dentro del gobierno del Condado de Orange

Servicios	Descripción	Información de Contacto
Fraude al Consumidor	Ofrece mediación, investigación de quejas del consumidor y alcance educativo que hayan ocurrido en el Condado de Orange en los pasados dos años. La Oficina de Fraude al Consumidor está asignada a la Oficina del Procurador del Estado para el 9º Circuito Judicial.	407-836-2490
Ayuda para Discapacitados	Brinda información sobre servicios de discapacidad a nivel local, estatal y federal. La Oficina de Discapacidad se enfoca en el ADA (Ley de Americanos con Discapacidades.)	407-836-6568 www.ocfl.net/ADA

Recursos del gobierno del Condado de Orange

Servicios	Descripción	Información de Contacto
Refugios de emergencia para población con necesidades especiales	Ofrecen refugios durante emergencias declaradas para personas con necesidades especiales que necesitan ayuda durante evacuaciones o situaciones que ameriten albergue. Los Servicios de Salud en Desastres exhortan a los individuos necesitados de asistencia a que se inscriban en el registro de necesidades especiales durante todo el año.	407-836-9319
Programa de Recursos para la Familia	Brinda administración de casos y ayuda financiera a individuos de bajos ingresos con asuntos relacionados a la salud que puedan resultar en una discapacidad temporal o permanente. Los individuos deberán mostrar estabilidad financiera una vez que se provea ayuda.	407-836-8466
Programas de Rehabilitación de Viviendas	Ayudan a propietarios de viviendas con ingresos muy bajos a corregir las violaciones a los códigos y las condiciones de deterioro. Este programa de Vivienda y Desarrollo Comunitario requiere que los propietarios hayan adquirido y vivido en la casa por un mínimo de un año.	407-836-5181
Fondos del Condado de Orange para agencias sin fines de lucro	Proveen fondos para servicios sin fines de lucro para adultos mayores incluyendo, pero no limitado a, programas recreativos, alimentos con balance nutritivo, y artes y manualidades. Este programa de fondos es administrado por la Comisión Ciudadana para Niños.	407-836-7610
Servicios de Salud PCAN (Red de Acceso a Cuidado Primario)	Ofrece servicios de cuidados de salud a residentes del condado sin seguro o sin seguro suficiente. Los servicios varían por lugar y pueden incluir pediatría, cuidado primario para adultos, cuidados secundarios, dental, laboratorio, clínica de los ojos o farmacia.	407-836-PCAN (7226) www.pcanorangecounty.com
Programa de asistencia en crisis	Provee asistencia financiera por una sola vez a ciudadanos del Condado de Orange que se encuentran en crisis temporal en el pago de su hipoteca, alquiler o servicios públicos. Las familias deberán mostrar estabilidad financiera una vez que se brinde la asistencia.	407-836-6500

Recursos del gobierno del Condado de Orange

Servicios	Descripción	Información de Contacto
Ayuda para gastos de servicios públicos	Ayuda a residentes elegibles del Condado de Orange con bajos ingresos a pagar la calefacción o acondicionamiento del aire en su hogar cuando exista una crisis de energía en el hogar. El Programa de Asistencia de Energía para Hogares de Bajos Ingresos (LIHEAP, por sus siglas en inglés) es un programa de fondos federales similar a EHEAP (Programa de Asistencia de Energía en Hogares de Envejecientes) que atiende a residentes de Florida Central de 60+ años y que es manejado por Senior Resource Alliance.	407-836-7429 – LIHEAP 407-514-1800 – EHEAP
Servicios para Veteranos	Ayudan a veteranos y sus dependientes a completar los reclamos al Departamento de Asuntos de Veteranos de los Estados Unidos para compensación, tratamientos médicos y otros beneficios.	407-836-8990
Programa de ayuda para la aclimatación de viviendas	Ofrece ayuda a hogares de muy bajos ingresos con reparaciones menores diseñadas para ayudar a reducir el consumo de energía en el hogar. Este programa federal es administrado por la División de Acción Comunitaria.	407-836-9333
Clubes vecinales para adultos mayores	Ofrecen actividades para adultos mayores en siete centros comunitarios a través del Condado de Orange. Las actividades varían por localización pero pueden incluir manualidades, ejercicios, talleres, alimentos en grupos, y celebraciones festivas. Estos centros de la División de Acción Comunitaria atienden a adultos de 55 años o mayores.	407-836-9333
Extensión Cooperativa	Enseña acciones saludables para envejecer bien, incluyendo nutrición, alimentos saludables para uno o dos, comportamientos para reducir la enfermedad crónica, jardinería Florida Friendly, presupuestos, y mantenimiento de un hogar seguro y saludable para envejecer en un solo lugar. La Extensión Cooperativa es una colaboración educativa entre la Universidad de Florida IFAS y el Condado de Orange.	407-254-9200 http://orange.ifas.ufl.edu

Recursos del gobierno del Condado de Orange

Programas de las Oficinas Constitucionales del Condado de Orange

Servicios	Descripción	Información de contacto
Exención de Impuestos sobre la vivienda principal para adultos mayores de ingreso limitado	Ofrece exenciones contributivas sobre la propiedad a propietarios calificados. Los programas de exención contributiva ofrecidos por los Programas del Tasador de Propiedades del Condado de Orange incluyen programas para adultos mayores de ingreso limitado, veteranos, discapacitados y exenciones para viudos.	407-836-5044 www.ocpafl.org
Seguridad del Adulto Mayor (Tríada)	Exhorta a los residentes y negocios a participar en el programa local Tríada, el cual se enfoca en la reducción de victimización de personas mayores. Ese es un programa de la oficina del Sheriff del Condado de Orange.	407-254-7375 o 407-254-7000 www.ocso.com
Academia de Envejecientes	Enseña a los adultos mayores a reducir sus posibilidades de convertirse en víctimas durante una clase de seis semanas ofrecida por la oficina del Sheriff del Condado de Orange.	407-254-7375 o 407-254-7000 www.ocso.com

Otros recursos estatales y nacionales

Otros programas del Estado de Florida (incluye Medicaid)

Además del Departamento de Asuntos sobre la Vejez de Florida, existen varias agencias estatales que proveen programación y servicios a adultos mayores. Estos servicios abarcan desde los servicios de apoyo directo a líneas de ayuda para recursos de información.

CONSEJOS

- Muchas de las agencias estatales tienen excelentes recursos en línea – y permiten que los residentes completen formularios o soliciten servicios en línea.
- Se pueden acceder los materiales educativos y publicaciones de investigaciones en línea.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
ACCESS Florida	Funciona como punto de entrada para asistencia pública, determinación de elegibilidad y manejo continuo de casos para asistencia de alimentos, asistencia temporal de fondos monetarios y servicios de Medicaid dentro de Florida. Las normas de elegibilidad y servicios varían según el programa.	866-762-2237 www.myflorida.com/accessflorida
AHCA (Agencia para la Administración del Cuidado de Salud) (Agency for Health Care Administration)	Administra el programa de Medicaid en Florida y acredita y regula los centros de cuidado de salud. Mantiene una base de datos apta para consulta con información sobre los centros de cuidado de salud que regulan, incluyendo hogares de cuidado prolongado especializado, centros de vida asistida y hogares colectivos. Mantiene una línea telefónica de asistencia para reportar preocupaciones sobre el cuidado de los residentes o la operación de un hogar de cuidado prolongado, centro de vida asistida u hogar colectivo. Véase Florida Medicaid para más información.	888-419-3456 www.fdhc.state.fl.us Línea de quejas 888-419-3456 http://apps.ahca.myflorida.com/hcfc/
Cuidado Comunitario para Adultos Discapacitados (Community Care for Disabled Adults)	Ayuda a adultos (edades 18 – 59) que tienen una discapacidad física o mental permanente que restringe su habilidad de ejecutar una o más actividades de la vida diaria. Este es un programa del Departamento de Niños y Familias. Las normas de elegibilidad y servicios varían según el programa.	407-317-7951 o 407-317- 7502 www.dcf.state.fl.us/programs/aps
Elder Care Florida – recursos en línea (Elder Care Florida)	Auspiciado por la Asociación de Cuidado de Salud de Florida, este recurso en línea ayuda a los adultos y sus padres envejecientes mientras exploran las opciones para cuidado a largo plazo.	www.ElderCareFlorida.com
División de Servicios a Ciegos de Florida (Florida Division of Blind Services)	La División de Servicios a Ciegos de Florida ayuda a individuos ciegos y con impedimentos de la vista a que logren sus metas y vivan sus vidas con tanta independencia y dirección propia como les sea posible.	407-245-0700 Sirve a los condados de Lake, Orange, Osceola, Seminole, y Sumter http://dbs.myflorida.com/

Otros recursos estatales y nacionales

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Florida Medicaid	Este programa ayuda con los gastos médicos de algunas personas de bajos ingresos y recursos limitados. Como un programa conjunto de los gobiernos federales y estatales, el programa de cada estado varía. El sitio web Florida Health Finder (indicado a la derecha) permite a los usuarios buscar centros acreditados de cuidado, planes de salud y precios de medicamentos. Las normas de elegibilidad varían.	En Florida 888-419-3456 www.floridahealthfinder.gov A nivel nacional 866-762-2237 www.medicaid.gov
Asuntos de Veteranos de Florida (Florida Veterans Affairs)	Ayuda a los veteranos de Florida, sus familias y sobrevivientes a mejorar su salud y bienestar económico por medio de información de beneficios, defensa, educación y servicios de salud a largo plazo. Las normas de elegibilidad varían.	727-319-7440 or 800-273-8255 (Línea de Crisis para Veteranos) www.floridavets.org
Lifeline Assistance	Un programa de la Comisión de Servicios Públicos que ayuda ofreciendo servicios telefónicos económicos a clientes de bajos ingresos en Florida. Tiene normas de elegibilidad.	800-540-7039 www.psc.state.fl.us/utilities/telecomm/lifeline

Tutela (Cortes de Florida)

La tutela (o custodia) de adultos es el proceso que ocurre cuando la corte encuentra que la habilidad de un individuo para tomar decisiones está tan impedida que la corte le concede a otra persona el derecho de tomar decisiones. La tutela solo se amerita cuando la corte no encuentra ninguna otra alternativa apropiada y disponible, menos restrictiva - como un poder legal, fideicomiso, poder o sustituto para el cuidado de salud, u otras formas de directrices antes de que surja la necesidad. Para los condados de Orange y Osceola, comuníquese con la Novena Corte Judicial de Circuito al 407-836-6058. Para el Condado de Seminole, comuníquese con la Decimoctava Corte Judicial de Circuito al 407-665-4330.

La oficina de Tutela Pública y Profesional dentro del Departamento de Asuntos sobre la Vejez de Florida asigna a tutores públicos locales a personas que no tienen ingreso o bienes adecuados para obtener un tutor privado y que no tienen un familiar o amigo que esté dispuesto a servir en esta capacidad. Esta oficina es también responsable por la registración y educación de tutores profesionales en Florida. Comuníquese con 850-414-2381.

Otros recursos estatales y nacionales

Programas del Gobierno Federal (incluye Medicare)

Existen varias agencias dentro del gobierno federal que ofrecen apoyo a adultos mayores. Los servicios abarcan desde servicios de apoyo directo hasta entrenamiento y recursos en línea. La mayoría de estos servicios están disponibles por vía electrónica.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Administración para el Envejecimiento (Administration on Aging) (AOA)	La Administración para el Envejecimiento de los Estados Unidos es una agencia federal. Este sitio web ofrece información sobre vivienda, finanzas, nutrición y salud. También establece conexiones entre los adultos mayores y los servicios y oportunidades disponibles para ellos.	800-677-1116 www.aoa.gov
Foro Interagencial Federal sobre Estadísticas relacionadas con el Envejecimiento (Federal Interagency Forum on Aging)	El sitio web para el Foro Federal Interagencial sobre Estadísticas relacionadas con el Envejecimiento conecta a los usuarios con estadísticas relacionadas al envejecimiento y los informes publicados por diferentes agencias federales.	800-677-1116 www.agingstats.gov
FirstGov for Seniors	Encuentre recursos gubernamentales sobre dinero, vivienda, salud, protección al consumidor y mucho más para adultos mayores. Este sitio web es una recopilación de información y servicios oficiales sobre asuntos de la vejez en el gobierno de los Estados Unidos.	800-333-4636 www.seniors.gov
Medicare	El programa nacional de seguros de salud de los Estados Unidos para personas de 65 años de edad o mayores que han trabajado por lo menos 10 años en empleos cubiertos por Medicare, y que son ciudadanos o residentes permanentes de los Estados Unidos. Visite www.Medicare.gov para conocer la diferencia entre Medicare y Medicaid.	800-Medicare (633-4227) www.medicare.gov

Otros recursos estatales y nacionales

Agencia	Descripción	Información de Contacto
Instituto Nacional sobre el Envejecimiento (National Institute on Aging)	El Instituto Nacional sobre el Envejecimiento provee liderazgo en la investigación, entrenamiento, diseminación de información sobre la salud y otros programas relativos al envejecimiento y las personas de edad avanzada.	800-222-2225 www.nia.nih.gov
Administración del Seguro Social (Social Security Administration)	La Administración del Seguro Social de los Estados Unidos provee beneficios de retiro, discapacidad y de sobrevivientes para individuos calificados. Solicite los beneficios y verifique el estatus de su solicitud en línea.	800-772-1213 www.ssa.gov
Asuntos de Veteranos (Veterans Affairs)	La oficina de Asuntos de Veteranos ofrece una amplia variedad de beneficios incluyendo discapacidad, educación y entrenamiento, rehabilitación vocacional y empleo, garantías para préstamos de hogares, beneficios a dependientes y sobrevivientes, tratamiento médico, seguro de vida y beneficios de entierro. Las normas de elegibilidad y servicios varían según el programa.	Beneficios: 800-827-1000 Cuidados de Salud: 877-222-8387 Inspector General: 800-488-8244 Línea de Crisis: 800-273-8255 Presione 1 www.va.gov

Otros Recursos Comunitarios Estatales y Nacionales

Existen numerosas organizaciones sin fines de lucro que ofrecen recursos informativos para adultos mayores. La lista a continuación incluye a la mayoría de los más reconocidos y es solo una idea de los muchos recursos que podrá encontrar en el internet.

Agencia	Descripción	Información de Contacto
AARP	El sitio web de AARP Nacional incluye una cantidad significativa de investigaciones e información sobre asuntos de la vejez.	888-687-2277 www.aarp.org
Family Caregiver Alliance	La Alianza para los Cuidadores de Familia opera un centro nacional para personas que cuidan a otras. El sitio web contiene una gran riqueza de información, educación, servicios y defensa para los cuidadores.	800-445-8106 www.caregiver.org
Florida Council on Aging (Consejo sobre Envejecimiento de Florida)	El Consejo sobre Envejecimiento de Florida es una asociación estatal que representa prácticamente todos los intereses relativos a la vejez y muchas disciplinas diferentes.	850-222-8877 www.fcoa.org
National Council on Aging (Consejo Nacional sobre el Envejecimiento)	El Consejo Nacional sobre el Envejecimiento ayuda a personas mayores a permanecer saludables e independientes, encontrar trabajos y aumentar su acceso a beneficios y programas.	800-677-1116 www.ncoa.org
SAGE	SAGE es la organización más grande y más antigua dedicada a mejorar las vidas de adultos mayores lesbianas, gay, bisexuales y transexuales (LGBT).	212-741-2247 www.sageusa.org

Siglas de uso común

Acronym	Description
AAA	Agencias Locales de Envejecimiento
AD	Enfermedad de Alzheimer
ADI	Iniciativa contra la Enfermedad de Alzheimer
ADLs	Actividades de la Vida Diaria
ADRC	Centro de Recursos para Alzheimer y Demencia
ADRC	Centro de Recursos para Envejecimiento & Discapacidades
AHCA	Agencia para la Administración del Cuidado de Salud
ALF	Centros de Vida Asistida
APS	Servicios de Protección de Adultos (en DCF)
CAP	Programa de Asistencia en Crisis
CARES	Servicios Globales de Evaluación y Revisión
CCE	Cuidados Comunitarios para Envejecientes
CM	Administrador de Casos
DCF	Departamento de Niños y Familias de Florida
DOEA	Departamento de Asuntos sobre la Vejez de Florida
EHEAP	Programa de Asistencia de Energía de Emergencia para Envejecientes
HCE	Cuidado en el Hogar para Envejecientes
HUD	Vivienda y Desarrollo Urbano
I & R	Servicios de Información y Referido
IDLA	Actividades Esenciales de la Vida Diaria
LTC	Cuidado a largo plazo
MDC	Clínica de Trastornos de la Memoria
MMA	Programa de Ayuda Médica Administrada
OAA	Ley de Protección de Estadounidenses de Edad Avanzada
PCAN	Red de Acceso a Cuidados Primarios (Condado de Orange SOLAMENTE)
RELIEF	Alivio para Adultos Mayores viviendo con Familias
SHINE	Sirviendo a las Necesidades de Seguro de Salud de Ancianos
SRA	Centro de Recursos para Adultos Mayores

Números llamados con frecuencia

Líneas telefónicas de ayuda	
Recursos comunitarios (E.g. – vivienda, bancos de alimentos, capacitación laboral, servicios a indigentes, cuidados en crisis, etc.)	211
Recursos del Condado (E.g. – llamados que no son de emergencia, animales, señales de tráfico, hoyos en carreteras, reparación de aceras, etc.)	311
Servicios & Actividades para Envejecientes (E.g. – cuidados paliativos, cuidados en el hogar, cuidado diario de adultos, demencia, recursos de cuidados de salud, etc.)	407-514-1800
Programas and Servicios	
Asociación de Alzheimer	800-272-3900
Centro de Recursos de Alzheimer & Demencia	407-843-1910
Servicios de Protección de Adultos (Abuso de Ancianos)	800-962-2873
CARES (Servicios Globales de Evaluación y Revisión para Servicios de Cuidado a Largo Plazo)	407-540-3865
CCE (Cuidados Comunitarios para Envejecientes)	407-514-1800
EHEAP (Programa de Asistencia por Emergencias de Energía para Envejecientes)	407-514-1800
LIHEAP (Programa de Asistencia de Energía para Personas de bajos recursos)	407-836-7429
Programa de Ayuda para la Aclimatación de Viviendas	407-836-9333
SHINE (Seguros para Envejecientes)	407-514-1800
HUD (Viviendas subsidiadas para Envejecientes)	800-225-5342
Asociación de Cuidados Paliativos de Florida	800-282-6560
Fraude (Procurador General de Florida)	866-966-7226
Sociedad de Ayuda Legal (Condado de Orange)	407-841-8310
Línea de Asistencia Legal de Adultos Mayores	888-895-7873
ACCESS Lynx (puerta a puerta)	407-423-8747
Sitio web importante: www.floridahealthfinder.gov	
La Agencia para la Administración de Cuidados de Salud de Florida otorga licencias para muchos tipos de servicios en Florida, incluyendo agencias de salud en el hogar, servicios de acompañantes domésticos, vida asistida, hogares de cuidado a largo plazo y centros de cuidado diario de adultos.	



Este folleto fue recopilado por la Comisión de Asuntos sobre la Vejez del Condado de Orange
 Correo Electrónico: OfficeonAging@ocfl.net ♦ Web: www.ocfl.net/seniors
 Teléfono: 407-254-9277

