

Sabida Vejez Manhattan

Recursos para una mejor vida durante la vejez



EDICIÓN 2015–2016

Gale A. Brewer
PRESIDENTA DEL CONDADO DE MANHATTAN



Estimado amigo:

Vivir durante la vejez en Manhattan puede ser encantador y retante a la misma vez.

Esta guía detallada forma parte del trabajo constante de mi oficina para fomentar una ciudad más respetuosa hacia nuestros envejecientes y para ayudarles a aumentar su calidad de vida y a enfrentar sus retos.

La información sobre programas de apoyo, salud, transporte, seguridad y protección del consumidor incluida en esta guía sirve para que nuestros envejecientes, sus familias y sus cuidadores puedan acceder eficientemente los servicios y amenidades disponibles para ellos en nuestro condado.

La ciudad de Nueva York tiene más de un millón de envejecientes, se pronostica que este grupo crecerá un 45% durante los próximos 20 años. Actualmente, uno de cada cinco neoyorquinos tiene más de 60 años de edad y Manhattan tienen el mayor número de envejecientes con edades entre 75 años y 85 años en los cinco condados.

Esto significa sumamente importante proveer servicios y redes sociales efectivas para ayudar a los envejecientes de Manhattan a mantenerse saludables, activos y conectados a la comunidad. ¡Esperamos que esta guía aporte a ese esfuerzo!

Si tiene alguna pregunta sobre cualquiera de los temas discutidos en la guía, o si necesita ayuda con otro asunto, mi oficina está disponible para ayudarle. Por favor llame al (212)-669-8300 o envíe un correo electrónico a info@manhattanbp.nyc.gov.

Gale A. Brewer

Gale A. Brewer
Presidenta del Condado de Manhattan



Beneficios

Beneficios disponibles para personas mayores	2
Seguro Social	3
Medicare	6
Medicaid	9

Acceso a beneficios y servicios

Agencias de gestión de casos	10
Centros para personas mayores	12

Salud de personas mayores

Vivienda

Cuidado a largo plazo

Seguridad

Veteranos

LGBT

Oportunidades de enriquecimiento

Transporte

Juntas Comunitarias

BENEFICIOS DISPONIBLES PARA PERSONAS MAYORES

Las personas mayores de la Ciudad de Nueva York pueden calificar para una variedad de programas de beneficios municipales, estatales y federales. Para mayor información sobre beneficios disponibles y elegibilidad, consulte los recursos en línea como ACCESS NYC o Benefits CheckUp. Los centros para mayores y muchas agencias locales de servicio social también brindan asistencia individual y preevaluación de beneficios.

ACCESS NYC

Este servicio en línea gratuito le indica si usted califica para más de 30 programas de beneficios municipales, estatales y federales. ACCESS NYC contiene toda la información que necesitará para solicitar los beneficios: - de qué manera postularse solicitar, hacia dónde dirigirse y qué documentación traer. Puede postularse para algunos programas de beneficios o realizar la renovación en línea. Puede utilizar el servicio de manera anónima o puede crear una cuenta. www.nyc.gov/accessnyc

Benefits CheckUp

Este es un servicio en línea gratuito del Consejo Nacional de Envejecimiento, una organización sin fines de lucro de servicio y promoción que representa a adultos mayores y a las organizaciones comunitarias que los atienden. Benefits CheckUp hace preguntas con el fin de ayudar a identificar beneficios que podrían ahorrarle dinero y cubrir los costos de gastos diarios. www.benefitscheckup.org

Sistema 311

El sistema en línea y de teléfono 311 de la Ciudad de Nueva York, que cuenta con operadores que pueden conectarlo con servicios en más de 170 idiomas y brindar respuesta a toda hora los siete días de la semana, es el recurso principal de los neoyorquinos para información sobre programas y servicios de la ciudad. También puede:

- Visitar 311 en línea.
- Enviar un mensaje de texto al 311-692.
- Llamar al 311 o a 212-NEW-YORK, (212-639-9675) desde afuera de la NYC.
- Hablar por Skype vía NYC311.
- Contactar al 311 mediante un teléfono TTY o teléfono de texto al (212) 504-4115.

Asistencia temporal de la Ciudad de Nueva York

La asistencia temporal brinda beneficios en efectivo para personas desempleadas y con bajos ingresos con el fin de proporcionar refugio, ropa y comida esenciales. Los beneficios varían según las situaciones específicas y pueden incluir asistencia en cuanto a ingresos, renta, vivienda y gastos relacionados con el trabajo o necesidades especiales.

☛ Contacte la Administración de Recursos Humanos (HRA, por sus siglas en inglés) (718) 557-1399; visite www1.nyc.gov/site/hra/about/careers.page o un Centro de Trabajo de la HRA.

SEGURO SOCIAL

Casi toda persona que haya trabajado califica para un Seguro Social. Al trabajar y abonar impuestos relativos al Seguro Social (conocidos como Ley de Contribución al Seguro Federal; FICA, por sus siglas en inglés), obtiene créditos para los beneficios del Seguro Social. El número de créditos que necesita para obtener beneficios del Seguro Social depende de la fecha en que nació, como se indica en la tabla a continuación. Nota: A los efectos de nuestra discusión aquí, jubilación significa solicitar beneficios del Seguro Social y no dejar de trabajar.

Determinar la edad oficial de jubilación

La tabla enumera la edad oficial de jubilación según el año de nacimiento.

Aquellas personas nacidas en 1943 o antes

son elegibles para beneficios plenos de jubilación. Si usted nació entre 1943 y 1960, la edad en la cual los beneficios plenos de jubilación son pagaderos aumenta gradualmente a 67.

Año de nacimiento	Edad de jubilación
1943-1954	66
1955	66 + 2 meses
1956	66 + 4 meses
1957	66 + 6 meses
1958	66 + 8 meses
1959	66 + 10 meses
1960 y posterior. .	67

Jubilación temprana

Puede recibir los beneficios de jubilación del Seguro Social a partir de los 62 años de edad. Sin embargo, usted recibirá un beneficio reducido si se jubila antes de su edad oficial de jubilación.

Edad máxima de jubilación

Si desea obtener un cheque mayor de Seguro Social, puede retrasar la solicitud de beneficios hasta los 70 años. Hacerlo aumenta su beneficio mensual en aproximadamente un 8% por año de retraso más allá de la edad oficial de jubilación (casi los tres años entre los 67 y los 70).

Beneficios para miembros de la familia

Si usted recibe beneficios de jubilación del Seguro Social, algunos miembros de su familia también pueden recibirlos, incluidos:

- Cónyuges de 62 años o mayores.
- Cónyuges menores a 62 años si tienen el cuidado de un niño menor de 16 años o discapacitado.
- Ex esposos de 62 años de edad o mayores, si no se encuentran actualmente casados y si estuvieron casados con la persona jubilada durante, al menos, 10 años.
- Niños de hasta 18 o 19 años si son estudiantes a tiempo completo que no se hayan aún graduado.
- Niños discapacitados, incluso si tienen 18 años o más.

Ingreso Suplementario de Seguridad (SSI)

El SSI brinda beneficios mensuales en efectivo adicionales a personas con bajos ingresos y recursos limitados de 65 años de edad o mayores, que sean ciegas o que padezcan de una discapacidad.

Activos admisibles

A fin de recibir el SSI, sus activos no deben estar valuados en más de \$2000 en el caso de una sola persona o \$3000 para una pareja casada. Sin embargo, no todos los activos se cuentan para estos límites. Los activos como una casa, bienes domésticos, un automóvil, algunas pólizas de seguro de vida y parcelas de entierro normalmente están excluidos.

Límites de ingresos

El SSI divide el ingreso en dos categorías: ganado y no ganado. El ingreso ganado incluye el salario, ganancias netas de empleo autónomo y ciertas regalías. El ingreso no ganado incluye beneficios del Seguro Social, compensación de trabajadores o veteranos, pensiones, asistencia y manutención no financiero, anualidades y otros ingresos no ganados.

Límites de ingresos 2015

- Persona cuyo ingreso proviene solo de salarios: \$1551/mes.
- Persona cuyo ingreso no proviene de salarios: \$753/mes.
- Pareja cuyo ingreso proviene solo de salarios: \$2285/mes.
- Pareja cuyo ingreso no proviene solo de salarios: \$1120/mes.

El siguiente ingreso generalmente se encuentra exento de estos límites:

- \$20 por mes de ingreso ganado o no ganado.
- \$65 por mes de ingreso ganado más una mitad del ingreso ganado mayor a \$65.
- Reintegro de impuesto a los ingresos, ayuda para la energía del hogar.

☛ Para contactar a la Administración del Seguro Social:

(800) 772-1213

Servicio de teléfono TTY: (800) 325-0778

Lunes–viernes, 7:00 am – 7:00 pm

Oficina regional del Estado de Nueva York: (212) 264-2500

Obtenga información en línea en la siguiente página: www.ssa.gov

Oficinas del Seguro Social

Para solicitar beneficios del Seguro Social y del SSI o para efectuar cambios respecto a la información de beneficios, visite su oficina local del Seguro Social. Generalmente, todas las oficinas del Seguro Social se encuentran abiertas de 9:00 am a 3:00 pm, excepto los días miércoles, en que abren de 9:00 am hasta el mediodía. Puedes comunicarse al (800) 772-1213 para obtener un turno antes de realizar la visita. Las direcciones en Manhattan son:

123 William St., 3rd Floor
New York, NY 10038
(866) 335-1089

Esta es la única oficina en Manhattan en la que los residentes pueden solicitar un número original de Seguro Social o reemplazar una tarjeta.

237 West 48th St.
Bet. Seventh and Eighth Aves.
New York, NY 10036
(866) 864-0783

650 East 12th St.
Bet. Ave. C and Ave. B
New York, NY 10009
(866) 405-1447

345 East 102nd St.
Bet. First and Second Aves.
New York, NY 10029
(877) 445-0836

4292 Broadway
at West 183rd St.
New York, NY 10033
(877) 445-0838

55 West 125th St.
Bet. Fifth and Lenox Aves.
New York, NY 10027
(866) 964-1301

MEDICARE

Para obtener información precisa y actualizada, existe un recurso en línea disponible fácil de utilizar que ayuda a responder a preguntas acerca de beneficios, derechos y opciones de Medicare: www.medicareinteractive.org.

Fue creado por y lo mantiene el Centro de Derechos de Medicare, una organización nacional de servicio al consumidor sin fines de lucro que trabaja para garantizar el acceso al cuidado de salud asequible para adultos mayores y personas con discapacidades a través de asesoramiento, programas educativos y iniciativas de política pública. Si usted no tiene acceso al Internet, puedes llamar o visitar el Centro de Derechos Medicare: 520 Eighth Ave., North Wing, 3rd Floor, New York, NY 10018. Línea directa: (800) 333-4114 o (212) 869-3850.

(La siguiente información se ha extraído de www.medicareinteractive.org)

Diferentes partes de Medicare cubren diferentes servicios. Es posible que escuche sobre cuatro partes de Medicare: Parte A, Parte B, Parte C y Parte D.

El Medicare original, administrado directamente por el gobierno federal (y la manera en la que la mayoría de las personas obtienen su Medicare), consta de dos partes:

La parte A (Seguro de hospital) cubre la mayoría del cuidado clínicamente necesario en el hospital, hogar especializado de ancianos, atención médica domiciliaria y en hospicios. Es gratuito si usted ha trabajado y abonado los impuestos correspondientes al Seguro Social durante al menos 40 trimestres calendario (10 años); pagará una prima mensual si ha trabajado y abonado los impuestos durante menos tiempo.

La parte B (Seguro médico) cubre la mayoría de los servicios de doctores, cuidado preventivo, equipo médico duradero, servicios ambulatorios del hospital, pruebas de laboratorio, rayos X, cuidado de salud mental y algunos servicios de ambulancia y atención domiciliaria clínicamente necesarios. Usted abona una prima mensual por esta cobertura.

La parte D de Medicare es la parte de Medicare que brinda seguro ambulatorio de medicamentos recetados. La Parte D solo se brinda a través de empresas de seguros privadas que hayan firmado convenios con el gobierno; nunca se brinda directamente por medio del gobierno (como sucede con Medicare original). Si usted necesita la Parte D, debe elegir la cobertura Parte D que funcione con sus beneficios de salud de Medicare. Si usted cuenta con Medicare original, seleccione un plan de parte D independiente. *(Nota del editor: Para ser claros, usted debe pagarle a una empresa privada por la cobertura de medicamentos de la Parte D)*

La Parte C de Medicare no es un beneficio aparte. La Parte C es la parte de la política de Medicare que permite a las empresas de seguro de salud brindar beneficios de Medicare. Estos planes de salud privados de Medicare, tales como la Organización de Mantenimiento de Salud (HMO, por sus siglas en inglés) y Organización de Proveedor Preferido (PPO, por sus siglas en inglés), se conocen como planes de Medicare Advantage. Si usted lo requiere, puede elegir obtener su cobertura de Medicare a través de un plan de Medicare Advantage en vez de Medicare original.

Los planes Medicare Advantage deben ofrecer al menos los mismos beneficios que Medicare original (aquellos cubiertos por las Partes A y B) pero pueden hacerlo con diferentes normas, costos y restricciones de cobertura. También puede obtener la parte D como parte del paquete de beneficios si lo desea. Existen muchos tipos de planes Medicare Advantage diferentes a disposición. Puede abonar una prima mensual por esta cobertura, además de la prima de la Parte B. *(Nota del editor: Para ser claros, la Parte C es una cobertura que es, al menos, el equivalente de las Partes A y B pero tiene normas diferentes y a veces copagos diferentes a Medicare original).*

Programas de Ahorro Medicare

Los Programas de ahorro de Medicare, también conocidos como Programas de afiliación Medicare o Programas de pago de prima de Medicare, lo ayudan a abonar los costos de Medicare si tiene limitaciones financieras. Existen tres programas principales y cada uno de ellos tiene diferentes límites de elegibilidad de ingresos. En el Estado de Nueva York, no existen límites respecto a los activos.

1. Beneficiarios calificados de Medicare (QMB): Abona las primas de Medicare, los deducibles y los coseguros o copagos. Si usted tiene QMB, no contará con un coseguro ni con un copago de los servicios cubiertos por Medicare que obtiene a partir de los doctores que participan en Medicare o Medicaid o que se encuentran en su red del plan de Medicare Advantage. En el Estado de Nueva York, los límites de ingresos mensuales para el año 2015 son de \$1001 para una sola persona y \$1348 para una pareja. Estas sumas incluyen un descuento estándar de ingresos de \$20.

2. Beneficiarios especificados con ingresos bajos de Medicare (SLIMB): Abona la prima de la Parte B de Medicare. Los límites de ingresos mensuales del Estado de Nueva York para el año 2015 son de \$1197 para una sola persona y \$1613 para una pareja. Estas sumas incluyen un descuento estándar de ingresos de \$20.

3. Persona calificada 1 (QI-1): Abona la prima de la parte B de Medicare. En el Estado de Nueva York, los límites de ingresos mensuales para el año 2015 son de \$1345 para una sola persona y \$1813 para una pareja. Estas sumas incluyen un descuento de ingresos de \$20.

Las solicitudes pueden enviarse a: Initial Eligibility Unit, HRA/Medical Assistance Program, P.O. Box 2798, New York, NY 10117-2273.

AYUDA EXTRA CON MEDICAMENTOS RECETADOS

Cobertura de Seguro Farmacéutico para Ancianos (EPIC)

EPIC es el programa de seguro de medicamentos recetados del Estado de Nueva York para las personas mayores elegibles respecto de sus ingresos. Si usted califica, EPIC puede utilizarse para complementar la cobertura de su bolsillo de la Parte D de Medicare. Las personas mayores pueden solicitar para EPIC en cualquier época del año. Los requisitos son:

- Ser residente del Estado de Nueva York de 65 años o mayor.
- Tener un ingreso anual menor a \$75,000 en caso de ser soltero o de \$100,000 en caso de estar casado.
- Estar inscrito en un plan de Parte D de Medicare.
- NO recibir beneficios completos de Medicaid.

☛ Llame a EPIC al (800) 332-3742; formularios disponibles en www.health.ny.gov/health_care/epic/application_contact.htm.

Big Apple Rx

Big Apple Rx es una tarjeta de descuento de receta con sede en la ciudad y aceptada en más de 2,000 farmacias en la ciudad. Es gratuita para los residentes de la Ciudad de Nueva York sin importar la edad, nivel de ingresos o estado del seguro de salud.

☛ Comuníquese con Big Apple Rx al (800) 697-6974 o imprima una tarjeta de descuento en: www.bigapplerx.com.

MEDICAID

Medicaid abona facturas médicas para personas con ingresos bajos, incluso servicios que pueden no estar cubiertos por Medicare (p. ej., cuidado dental, cuidado de custodia en el hogar, cuidado prolongado en hogares de ancianos, medicamentos recetados, anteojos y audífonos).

Elegibilidad

- No hay restricción de edad.
- Las personas que reciben SSI o asistencia pública son elegibles automáticamente.
- Las personas de 65 años o mayores, discapacitadas o ciegas son elegibles de la manera siguiente: límite de activos de \$18 850 para una sola persona, \$21 750 para una pareja más un fondo de entierro de \$1500 por persona. Límite de ingresos de \$825 neto mensual para una sola persona y \$1209 para una pareja. Estas sumas incluyen un descuento estándar de ingresos de \$20.

Programa de ingresos excedentes de Medicaid

Si el ingreso es superior a los límites anteriormente mencionados pero las facturas médicas (pagas o no pagas) igualan la diferencia, usted tal vez desee averiguar acerca del Programa de ingresos excedentes de Medicaid. La reducción de gastos es para personas que cuentan con ingresos ligeramente mayores de lo que normalmente los calificaría para la cobertura de Medicaid pero que tienen gastos médicos que reducen considerablemente su ingreso utilizable.

Transferencia del hogar de ancianos de ingresos y activos

Si un cónyuge se encuentra internado, el cónyuge que se encuentra en la comunidad puede guardar \$2981 por mes (después de las primas de seguro de salud) del ingreso combinado de la pareja sin incurrir en ninguna obligación financiera para con el programa Medicaid. Incluso si el ingreso sí supera los \$2981 mensuales, el cónyuge que no se encuentre internado puede hacer un rechazo conyugal y puede conservar recursos de \$119,220.

Para solicitar Medicaid en Manhattan, contacte una de las siguientes oficinas:

Bellevue Hospital Medicaid Office

462 First Ave. "G" Link, Ground Floor
Bet. East 26th and East 28th Sts.
(212) 679-7424

Metropolitan Hospital Medicaid Office

1901 First Ave., 1st Floor - Room 1D-27
Bet. East 97th and East 99th Sts.
(212) 423-7006

Chinatown Medicaid Office

115 Chrystie St., 5th Floor
Bet. Grand and Broome Sts.
(212) 334-6114

Manhattanville Medicaid Office

520-530 West 135th St., 1st Floor
Bet. Broadway and Amsterdam Ave.
(212) 939-0207/0208

Nota: Aquellas personas que tengan tanto Medicare como Medicaid pueden contactar la HRA para mayor información en cuanto al programa Medicaid: (888) 692-6116 o www.health.state.ny.us/health_care/medicaid.

AGENCIAS DE GESTIÓN DE CASOS

Las agencias de gestión de casos ayudan a las personas mayores que necesitan ayuda para llevar a cabo actividades de la vida cotidiana. Los servicios de gestión de casos pueden incluir una evaluación de necesidades, desarrollo de un plan de cuidado, acceso a servicios tales como comidas a domicilio y cuidado en el hogar, referencias a programas comunitarios, asesoramiento sobre beneficios y derechos y contacto y seguimiento regular con un administrador de casos.

Un gran número de agencias de Manhattan brindan servicios de gestión de casos. La siguiente lista solo incluye agencias de gestión de casos que son financiadas actualmente por el Departamento para Personas Mayores de la Ciudad de Nueva York. (DFTA, por sus siglas en inglés).

New York Foundation for Senior Citizens **East Side Case Management Consortium**

11 Park Place, 11th Floor

New York, NY 10007

(212) 962-7817

Atiende a los distritos de la Junta

Comunitaria 1, 2, 3, 5 y 6: todas las áreas al sur de 59th St. excepto Chelsea y Clinton.

Atiende a los distritos de la Junta

Comunitaria 8 y 11: el Upper East Side

(lado noreste) al norte de 59th St. por el norte hasta Harlem este:

Selfhelp Project Pilot

136 West 91st St.

New York, NY 10024

(212) 787-8106

Atiende a los distritos de la Junta

Comunitaria 4 y 7: Chelsea, Clinton y el Upper West Side (lado noroeste).

Lenox Hill Neighborhood House

(agencia principal)

331 East 70th St.

New York, NY 10021

(212) 744-5022, Ext. 1203

Carter Burden Center for the Aging

1484 First Ave.

New York, NY 10075

(212) 879-7400

Search and Care

1844 Second Ave.

New York, NY 10128

(212) 289-5300

Upper Manhattan Partnership for Senior Independence

Atiende a los distritos de la Junta Comunitaria 9, 10 y 12: Morningside Heights, Harlem, Washington Heights e Inwood:

Isabella Geriatric Center

(agencia principal)

515 Audubon Ave.
New York, NY 10040
(212) 342-9735

Abyssinian Development Corporation

4 West 125th St.
New York, NY 10027
(646) 442-6586

ARC XVI Fort Washington

4111 Broadway at 174th St.
New York, NY 10033
(212) 781-5700

Central Harlem Senior Citizens Coalition

120 West 140th St.
New York, NY 10030
(212) 926-4871

Charles A. Walberg Multi-Service Organization

163 West 125th St., Room 1320
New York, NY 10027
(212) 222-2552

Riverstone Senior Services

99 Fort Washington Ave.
New York, NY 10032
(212) 927-5600

S.T.A.R. Washington Heights Community Services

650 West 187th St.
New York, NY 10033
(212) 781-8331

YM & YWHA of Washington Heights and Inwood

54 Nagle Ave.
New York, NY 10040
(212) 569-6200

CENTROS PARA PERSONAS MAYORES

Los centros para personas mayores brindan un gran rango de servicios. Habitualmente ofrecen programas sociales, culturales y nutricionales. Algunos centros sirven como punto de acceso para servicios de gestión de casos además de ofrecer otra programación. Ya sea que usted esté interesado en una clase de computación, en almorzar con amigos o asistir a un acto cultural, Manhattan tiene decenas de centros para personas mayores para elegir. Los siguientes centros se encuentran ordenados por barrios:

■ Tribeca

City Hall Senior Center

100 Gold St., LL

Bet. Spruce and Frankfort Sts.

New York, NY 10038

(212) 788-5580

Lunes a viernes, 8:00 am - 5:00 pm

Desayuno: 9:00 am; almuerzo: 11:30 am

■ Little Italy/SoHo

Open Door Senior Center

168 Grand St.

Bet. Centre and Baxter Sts.

New York, NY 10013

(212) 431-9026

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: 11:30 am - 12:30 pm

■ Financial District

Independence Plaza

310 Greenwich St.

Bet. Chambers and Harrison Sts.

New York, NY 10014

(212) 267-0499

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: mediodía

■ West Village

Judith C. White Senior Center

27 Barrow St.

Bet. West 4th St. and 7th Ave. South

New York, NY 10014

(212) 242-4140, Ext. 260

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Desayuno: 9:00 am; almuerzo: mediodía

■ Greenwich Village

Center on the Square Senior Center

20 Washington Square North

Bet. Fifth Ave. and MacDougal St.

New York, NY 10011

(212) 777-3555

Lunes a viernes, 9:00 am-5:00 pm

Almuerzo: 12:15 pm, 1:15 pm

Our Lady of Pompeii Senior Center

25 Carmine St.

Bet. Bedford and Bleecker Sts.

New York, NY 10014

(212) 989-3620

Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm

Almuerzo: 12:30 pm - 1:30 pm

■ Lower East Side

Mott St. Senior Center

180 Mott St.
Bet. Broome and Kenmare Sts.
New York, NY 10012
(212) 966-5460
Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm
Desayuno 8:30 am - 9:30 am
Almuerzo: 12:30 pm - 1:30 pm

BRC Senior Center

30 Delancey St.
Bet. Chrystie St. and Bowery
New York, NY 10002
(212) 533-2020
Lunes-jueves, 8:00 am - 3:30 pm
Viernes, 8:00 am - 3:30 pm
Desayuno: 9:30 am; almuerzo: 11:30 pm

Weinberg Center for Balanced Living

197 East Broadway
Bet. Jefferson and Clinton Sts.
New York, NY 10002
(212) 780-2300
Lunes a viernes, 9:00 am - 2:30 pm
Almuerzo: 11:30 am (Kosher)

Good Companions Senior Center

334 Madison St.
Bet. Gouverneur and Jackson Sts.
New York, NY 10002
(212) 349-2770
Lunes a viernes, 9:00 am - 6:00 pm
Domingo, 9:00 am - 3:30 pm
Almuerzo: 11:30 am - 12:30 pm
Cena: 4:00 pm - 5:30 pm

LaGuardia Senior Center

280 Cherry St.
Bet. Rutgers and Jefferson Sts.
New York, NY 10002
(212) 732-3656
Lunes a viernes, 8:30 am - 4:30 pm
Desayuno: 8:30 am - 9:30 am
Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

University Settlement

189 Allen St.
Bet. Stanton and East Houston Sts.
New York, NY 10002
(212) 473-8217
Lunes a viernes, 8:00 am - 5:00 pm
Desayuno: 8:30 am
Almuerzo: mediodía

■ Lower East Side/Chinatown

Smith Houses Senior Center

Hamilton Madison House

50 Madison St. at Oliver St.
New York, NY 10002
(212) 349-3724
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: mediodía

■ Chinatown

NY Chinatown Senior Center

70 Mulberry St.
Bet. Bayard and Canal Sts.
New York, NY 10013
(212) 233-8930
9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: 11:30 am - 12:30 pm

■ East Village

Sirovich Center for Balanced Living

331 East 12th St.

Bet. First and Second Aves.

New York, NY 10003

(212) 228-7836

Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm

Desayuno: 8:30 am - 10:00 am

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

Cena: 5:00 pm - 6:00 pm

■ Clinton

Clinton Senior Center – Project Find

530 West 55th St.

Bet. 10th and 11th Aves.

New York, NY 10019

(212) 757-2026

Lunes, martes, miércoles, viernes,

8:00 am - 5:00 pm

Jueves, 8:00 am - 6:00 pm

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

■ Chelsea

Hudson Guild Senior Services

119 Ninth Ave.

Bet. West 17th and West 18th Sts.

New York, NY 10011

(212) 924-6710

Lunes a viernes, 8:30 am - 5:30 pm

Desayuno: 8:30 am - 10:00 am

Almuerzo: 11:45 pm - 1:30 pm

■ Midtown

Encore Senior Center

239 West 49th St.

Bet. Broadway and 8th Ave.

New York, NY 10019

(212) 581-2910

Lunes a viernes, 8:30 am - 4:00 pm

Desayuno: 8:30 am

Almuerzo: 11:00 am, 12:30 pm

Project Find Woodstock

127 West 43rd St.

Bet. Sixth and Seventh Aves.

New York, NY 10036

(212) 575-0693

Lunes a viernes, 8:30 am - 5:00 pm

Desayuno: 8:30 am - 10:00 am

Almuerzo: mediodía - 1:30 pm

Coffeehouse Senior Center – Project Find

331 West 42nd St.

Bet. 8th and 9th Aves.

New York, NY 10036

(646) 545-4621

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: mediodía - 1:30 pm

■ Midtown South

Senior Action in a Gay Environment (SAGE)

305 Seventh Ave., 15th Floor

Bet. West 27th and West 28th Sts.

New York, NY 10001

(212) 741-2247

■ Lenox Hill

Carter Burden Center for the Aging

351 East 74th St.

Bet. First and Second Aves.

New York, NY 10021

(212) 535-5235

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: mediodía

Lenox Hill Senior Center at St. Peter's Church

619 Lexington Ave.

Bet. East 53rd and East 54th Sts.

New York, NY 10022

(212) 308-1959

Lunes, miércoles, viernes, sábado,

9:00 am - 4:00 pm

Almuerzo: mediodía

Lenox Hill Senior Center

343 East 70th St.
Bet. First and Second Aves.
New York, NY 10021
(212) 744-5905
Diariamente, 8:00 am - 8:00 pm
Desayuno: 8:15 am - 9:00 am
Almuerzo: 11:30 am - 12:30 pm
Cena: 5:30 pm - 6:30 pm

■ **Gramercy**

Stein Senior Center

204 East 23rd St., 2nd Floor
Bet. Second and Third Aves.
New York, NY 10010
(646) 395-8083
Lunes a viernes, 8:30 am - 4:30 pm
Almuerzo: 11:30 am - 12:30 pm

■ **Manhattan Valley**

Association of Black Social Workers Senior Center

221 West 107th St.
Bet. Amsterdam Ave. and Broadway
New York, NY 10025
(212) 749-8400
Lunes a viernes, 9:00 am - 4:00 pm
Almuerzo: mediodía

Center at the Red Oak

135 West 106th St.
Bet. Columbus and Amsterdam Aves.
New York, NY 10025
(212) 749-7015
Lunes a viernes, 8:30 am - 4:00 pm
Almuerzo: mediodía

■ **Upper West Side**

Goddard Riverside Senior Center

593 Columbus Ave.
Bet. West 88th and West 89th Sts.
New York, NY 10024
(212) 873-6600
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: mediodía

Hamilton Innovative Senior Center Project Find

141 West 73rd St.
Bet. Columbus and Amsterdam Aves.
New York, NY 10023
(212) 787-7710
Domingo-viernes, 9:00 am - 7:00 pm
Almuerzo: 11:00 am - 12:30 pm
Cena: Lunes a viernes, 4:30 pm - 6:00 pm

JASA West Side Senior Center Club 76

120 West 76th St.
Bet. Columbus and Amsterdam Aves.
New York, NY 10023
(212) 712-0170
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: mediodía (Kosher)

■ **Yorkville**

Stanley Isaacs Senior Center

415 East 93rd St.
Bet. FDR Drive and First Ave.
New York, NY 10128
(212) 360-7620
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: mediodía

■ Roosevelt Island

Roosevelt Island Senior Center

546 Main St.

New York, NY 10044

(212) 980-1888

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: 11:00 am-medioidía

■ Hamilton Heights

Hamilton Grange Senior Center

420 West 145th St.

Bet. St. Nicholas and Convent Aves.

New York, NY 10031

(212) 862-4181

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Desayuno: 8:30 am - 10:00 am

Almuerzo: mediodía - 1:30 pm

Wilson M. Morris Community Center

459 West 152nd St.

Bet. St. Nicholas and Amsterdam Aves.

New York, NY 10031

(212) 234-4661

Lunes a viernes, 10:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: 1:00 pm - 2:00 pm

■ Morningside/Manhattanville

Jackie Robinson Center

1301 Amsterdam Ave.

Bet. West 123rd and La Salle Sts.

New York, NY 10027

(212) 666-4910

Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm

Desayuno: 9:00 am - 10:00 am

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

■ Manhattanville

Manhattanville – Riverside

Senior Center

3333 Broadway, Tower E, Basement

At West 135th St.

New York, NY 10031

(212) 862-5562

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

■ Central Harlem

A. Philip Randolph Senior Center

108 West 146th St.

Bet. Lenox and Seventh Aves.

New York, NY 10039

(212) 283-7904

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Desayuno: 8:00 am - 9:30 am

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

Canaan Senior Center

2nd Canaan Baptist Church

10 Lenox Ave. at 111th St.

New York, NY 10026

(212) 876-2638

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

Central Harlem Senior Center

34 West 134th St.

Bet. Lenox and Fifth Aves.

New York, NY 10030

(212) 926-4465

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: mediodía-2:00 pm

Citizens Care Senior Center

1428 Fifth Ave.
Bet. East 116th and East 117th Sts.
New York, NY 10035
(212) 410-0333
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: 12:15 pm - 1:15 pm

Presbyterian Senior Project

18 Mount Morris Park West
At 122nd St. and Fifth Ave.
New York, NY 10027
(212) 222-3132
Lunes a viernes, 9:00 a. m - 3:00 pm
Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

St. Nicholas Senior Center

210 West 131st St.
Bet. Adam Clayton Powell Jr. and
Frederick Douglass Blvds.
New York, NY 10027
(212) 665-3279
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo no disponible actualmente.

■ East Harlem**Carver Senior Center**

55 East 102nd St.
Bet. Park and Madison Aves.
New York, NY 10029
(212) 289-2708
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: 11:30 am - 1:00 pm

Corsi House Senior Center

307 East 116th St.
Bet. First and Second Aves.
New York, NY 10029
(212) 828-6756
Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm
Desayuno: 8:30 am
Almuerzo: mediodía

East Harlem Council Nutrition Program

150 East 121st St.
Bet. Third and Lexington Aves.
New York, NY 10035
(212) 722-2205
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

Jefferson Senior Center

2205 First Ave.
Bet. East 112th and East 114th Sts.
New York, NY 10029
(212) 828-6096
Lunes a viernes, 7:30 am - 4:00 pm

Gaylord White Senior Center

237 East 104th St.
Bet. Second and Third Aves.
New York, NY 10029
(212) 828-6055
Lunes, miércoles, viernes, 9:00 am - 4:00 pm
Martes, jueves, 10:00 am - 5:00 pm
Desayuno: 9:00 am - 10:00 am
Almuerzo: mediodía-1:00 pm

Leonard Covello Senior Center

312 East 109th St.
Bet. First and Second Aves.
New York, NY 10029
(212) 423-9665
Lunes a viernes, 8:30 am - 4:00 pm
Desayuno: 8:30 am - 9:30 am
Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

Lincoln Senior Center

60 East 135th St.
Bet. Park and Madison Aves.
New York, NY 10037
(212) 234-0005
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
No se sirven comidas.

Schomburg Senior Center

1309 Fifth Ave.

Bet. East 110th and East 111th Sts.

New York, NY 10029

(212) 369-9390

Lunes a viernes, 9:00 am - 2:00 pm

Almuerzo: mediodía - 12:30 pm

UBA Beatrice Lewis Senior Center

2322 Third Ave.

Bet. East 126th and East 127th Sts.

New York, NY 10035

(212) 289-9155

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

Washington Lexington Senior Center

1775 Third Ave.

Bet. East 98th and East 99th Sts.

New York, NY 10029

(212) 828-6115

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

■ Washington Heights

Agudath Moriah Senior Center

90 Bennett Ave.

Bet. West 184th and West 186th Sts.

New York, NY 10033

(212) 923-5715

Lunes-jueves, 9:00 am - 4:30 pm

Viernes, 9:00 am - 2:00 pm

Almuerzo (Kosher): Sept.-junio:

Lunes-jueves, 1:15 pm; viernes, mediodía

Julio, agosto: Lunes a viernes, 12:15 pm

ARC Fort Washington Senior Center

4111 Broadway

Bet. Broadway and

Fort Washington Ave.

New York, NY 10033

(212) 781-5700

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Desayuno: 9:30 am

Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

Church on the Hill Senior Center

2005 Amsterdam Ave.

Bet. 159th St. and 160th Sts.

New York, NY 10032

(212) 781-6580

Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm

Almuerzo: 1:00 pm

Cothoa Luncheon Club Senior Center

2005 Amsterdam Ave.

Bet. West 159th and West 160th Sts.

New York, NY 10032

(212) 781-6580

Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm

Desayuno: 9:30 am - 10:00 am

Almuerzo: 1:00 pm - 2:00 pm

M. McLeod Bethune Senior Center

1970 Amsterdam Ave.
Bet. West 157th and West 158th Sts.
New York, NY 10032
(212) 928-6086
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Desayuno: 9:00 am - 10:00 am
Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

Moriah Older Adult Luncheon

90 Bennett Ave.
Bet. West 184th and West 186th Sts.
New York, NY 10033
(212) 923-5715
Almuerzo: Lunes-jueves, 1:15 pm,
(verano 12:15 pm)
Viernes, 12:00 pm

Riverstone Senior Life Services**Fort Washington Houses Senior Center**

99 Fort Washington Ave.
Bet. West 163rd and West 165th Sts.
New York, NY 10032
(212) 927-5600
Lunes a viernes, 8:30 am - 4:30 pm
Almuerzo: mediodía - 2:30 pm

S.T.A.R. Senior Center

650 West 187th St.
At Wadsworth Ave.
New York, NY 10033
(212) 781-8331
Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm
Almuerzo: mediodía

■ Inwood**Dyckman Senior Center**

3754 Tenth Ave.
Bet. Academy and West 202nd Sts.
New York, NY 10034
(212) 569-7790
Lunes a viernes, 8:00 am - 5:00 pm
Desayuno: 9:00 am - 10:00 am
Almuerzo: mediodía

R.A.I.N. Inwood Senior Center

84 Vermilyea Ave.
Bet. Academy and West 204th Sts.
New York, NY 10034
(212) 567-3200
Lunes a viernes, 8:00 am - 4:00 pm
Desayuno: 8:15 am - 9:00 am
Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

**YM & YWHA of Washington Heights
and Inwood Senior Center**

54 Nagle Ave.
Bet. Broadway and Ellwood Sts.
New York, NY 10040
(212) 569-6200
Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm
Almuerzo: mediodía - 1:00 pm

SALUD

Con el creciente costo de salud, es importante que las personas mayores tengan conocimiento de sus beneficios y las opciones que se encuentran disponibles para ellos. A continuación encontrará información respecto a los beneficios de atención médica, servicios y programas diseñados para personas mayores.

Programa de asistencia y asesoramiento de información de seguro médico

El Programa de asistencia y asesoramiento de información de seguro médico del Estado de Nueva York (o HIICAP, por sus siglas en inglés) es la fuente del Estado de Nueva York de información gratuita, actual y imparcial respecto a cobertura de seguros médicos para personas mayores. Publican una guía completa de la cobertura de seguros médicos que se encuentra disponible llamando al 311. En caso de querer realizar preguntas específicas, la Línea de ayuda HIICAP se encuentra disponible llamando al 311 y preguntando por un asesor de HIICAP. Los asesores se encuentran disponibles para atender su llamada o para encontrarse personalmente en alguna de sus oficinas de asesoramiento.

Recursos de salud mental

Además de los servicios provistos por las agencias de gestión de casos enumeradas en las páginas 10-11, existen varios servicios de salud mental a bajo costo o gratuito disponibles para las personas mayores en la Ciudad de Nueva York, incluidos:

LifeNet

LifeNet es una Línea telefónica de disponible las 24 horas de la ciudad de Nueva York para información de salud mental, referencias, o si simplemente necesita conversar.

- En inglés y en otros idiomas: (800) 543-3638, TTY: (212) 982-5284
- En español: (877) 298-3373
- En mandarín, cantonés y coreano: (877) 990-8585

Geriatric Mental Health Alliance

Geriatric Mental Health Alliance proporciona asesoramiento de la depresión, la promoción, y referencias.

50 Broadway, 19th Floor

Bet. Exchange Place and Beaver St.

New York, NY 10004

(212) 614-5753

www.mha-nyc.org

Mount Sinai Hospital Geriatric Psychiatry Clinic

La Mount Sinai Hospital Geriatric Psychiatry Clinic brinda una variedad de servicios para personas mayores a 65 años que reciben cuidados del Mount Sinai Hospital. Los servicios incluyen diagnósticos de salud mental, gestión de medicamentos, gestión de casos, terapia grupal, trabajo social y hogar de ancianos.

1440 Madison Ave.
Bet. East 99th and East 101st Sts.
New York, NY 10029
(212) 241-9382
www.mountsinai.on.ca/care/psych/patient-programs/geriatric-psychiatry

SPOP: New York Service Program for Older People

El SPOP brinda asesoramiento para personas adultas mayores a 55 años de edad en su clínica y en los lugares de servicios designados para personas mayores en Manhattan. El SPOP también brinda asesoramiento en el hogar del adulto si la persona no puede viajar debido a problemas físicos o emocionales.

302 West 91st St.
Bet. Riverside Drive and West End Ave.
New York, NY 10024
(212) 787-7120
www.spop.org

Deficiencia visual y auditiva

Lighthouse Guild International

Lighthouse Guild les ofrece una amplia gama de servicios a personas con deficiencias visuales o ciegas o con múltiples discapacidades, incluso los servicios médicos, de rehabilitación, educativos, vocacionales, de cuidado prolongado, todos diseñados para mejorar el funcionamiento físico, emocional y intelectual. Cuenta con dos direcciones:

Lado este:
111 East 59th St.
Bet. Park and Lexington Aves.
New York, NY 10022
(212) 821-9200 or (800) 829-0500
www.lighthouse.org

Lado oeste:
15 West 65th St.
Bet. Central Park West and Columbus Ave.
New York, NY 10023
(212) 769-6200 or (800) 284-4422
www.jgb.org

VISIONS

VISIONS ayuda a las personas con deficiencia visual y ciegas a llevar una vida activa e independiente. Los servicios incluyen un programa de voluntariado intergeneracional, un centro de rehabilitación nocturno temporario, programa de rehabilitación diario, servicio de capacitación y línea de asistencia y extensión comunitaria.

500 Greenwich St., 3rd Floor
Bet. Spring and Canal Sts.
New York, NY 10013
(888) 245-8333, Ext. 144
www.visionsvcb.org

VISIONS en Selis Manor

VISIONS en Selis Manor es un ambiente de aprendizaje adaptado y lugar de encuentro para jóvenes, adultos y personas mayores ciegos. El programa incluye grupos de apoyo, capacitación en computación, actividades adaptadas y servicios de trabajo social y voluntariado.

135 West 23rd St.

Bet. Sixth and Seventh Aves.

New York, NY 10011

(646) 486-4444, Ext. 11

Center for Independence of the Disabled, New York (CIDNY)

CIDNY ofrece servicios de asesoramiento respecto de beneficios, servicios directos, asistencia para vivienda, servicios de transición para jóvenes y discapacidades, asistencia relacionada con el empleo, acceso a cuidado médico, grupos de apoyo entre pares, información y derivaciones y actividades recreativas. Todos los servicios de CIDNY son gratuitos.

841 Broadway, Suite 301

Bet. East 13th and East 14th Sts.

New York, NY 10003

(212) 674-2300

TTY: (212) 674-5619

www.cidny.org

Harlem Independent Living Center

El Harlem Independent Living Center ofrece los siguientes servicios a los miembros de la comunidad con discapacidades:

- Ayuda para solicitudes (beneficios, cupones de alimento, vivienda)
- Capacitación sobre dispositivo de asistencia
- Asesoría en beneficios
- Servicios para la sordera
- Mantenimiento y reparación de equipo
- Capacitación sobre habilidades de vida autónoma
- Información y derivación
- Asesoría entre pares/grupos de apoyo
- Remisión a servicios
- Oportunidades vocacionales/educativas
- Programa de reincorporación (ROP)

289 St. Nicholas Ave., Suite 21, Lower Level

Bet. West 124th and West 125th Sts.

New York, NY 10027

(212) 222-7122

Proveedores de cuidado oral

El Departamento para Personas Mayores de la Ciudad de Nueva (DFTA) junto con la Facultad de Medicina Dental de la Universidad de Columbia han publicado un Directorio de cuidado oral que enumera los proveedores dentales amigables a los mayores en toda la ciudad. (Un agradecimiento en especial a DFTA y a Kavita P. Ahluwalia, DDS, MPH, Christina Gianfresco, SangBin Lee, y Nancy Mo).

A continuación se mencionan los proveedores en el Directorio que están en Manhattan.



Dr. Paul Cohen

Metropolitan Dental Associates

☎ 225 Broadway - Mezzanine

New York, NY 10007

(212) 732-7400

bonnie@metropolitandental.com

Idiomas: Español, ruso, francés/ criollo
haitiano, hebreo

Dr. Michael Feldstein

Access Community Health Center

☎ 83 Maiden Lane 6th Floor

New York, NY 10038

(212) 780-4458

michael.feldstein@accesshc.org

Idiomas: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Steve Taranov

City Dental PC

11 Broadway, Mezzanine Level

New York, NY 10004

(212) 425-0505

citydentalgroup@yahoo.com

Idiomas: Español, ruso, polaco, hindi,
armenio

Se aceptan honorarios de escala móvil



Dr. Kwaku N. Anakwa

Dr. Jonnathan Figueroa

Dr. Andrew Lame

Ryan-Nena Community Health Center

☎ 279 East 3rd St.

New York, NY 10009

(212) 477-8827

(212) 477-8500

Idiomas: Español, mandarín

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Wang Chen

Dr. Thomas S. Hom

Dr. His Long Wu

Dr. Thomas Hom

☎ 185 Park Row, Suite 9

New York, NY 10038

(212) 732-1329

drthomashom@gmail.com

Idiomas: Mandarín, cantonés

Dr. Dmitry Gerber

☎ 408 Grand St.

New York, NY 10002

(212) 460-5121

shprinza@gmail.com

Idiomas: Español, ruso

Dr. Dena Hanna

Downtown Health Center

♿ 150 Essex St.

New York, NY 10002

(212) 477-8957

dhanna@chnnyc.org

Idiomas: Español, mandarín, cantonés

Línea de idiomas disponible

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Lorder Huang

Modern Dental Associates, PLCC

28 East Broadway 3F

New York, NY 10002

(212) 965-9531

LorderHuang@outlook.com

Dr. Jeffrey Krantz

East Village Dental Assoc., PLCC

♿ 645 East 11th St.

New York, NY 10009

(212) 979-6300

(212) 979-6598

info@eastvillagedental.com

Español, yídish, hebreo

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Hua B. Lei

First Choice Dental PC

149 Hester St., Suite 200

New York, NY 10002

(212) 925-5362

FirstChoiceDDS@aol.com

Idiomas: Mandarín, cantonés

Dr. Young H. No

PC/CT Dental

♿ 59 East Broadway, 4th Fl

New York, NY 10002

(212) 619-8188

nyctdental@gmail.com

Idiomas: Coreano

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Miquelle Patterson

Dr. Emmett Robinson

Ryan-Chelsea-Clinton Community

Health Center

♿ 654 Tenth Ave.

New York, NY 10036

(212) 265-4500

Idiomas: Español, ruso, hindi

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Sheldon Stern

♿ 65 Columbia St.

New York, NY 10002

(212) 254-2225

Denrav@verizon.net

Visitas a domicilio

Idiomas: Español, farsi, yídish, hebreo

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Irina Vatrengo

Vatrengo/Giltin Dental Office PC/

Smile America

♿ 62 Rivington St.

New York, NY 10002

(212) 979-0990

smileamerica62@yahoo.com

Idiomas: Español, ruso

Dr. Jun Fang Wang

📍 2 Allen St. #3B

New York, NY 10002

(212) 233-8848

Idiomas: Mandarín, cantonés

Dr. Estelle LaSaundra

Manhattan Dental Enterprise, PLCC

📍 20 East 46th St., Suite 400

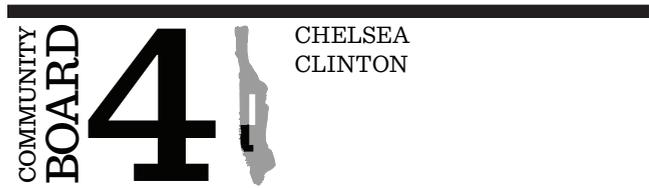
New York, NY 10017

(212) 426-3790

drestelledds@gmail.com

Visitas a domicilio

Idiomas: Español



Dr. Raj K. Singla

Chelsea Dental Office, PLCC

235 West 14th St.

New York, NY 10011

(212) 675-2044

singladds@yahoo.com

Idiomas: Español, hindi, punjabí

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Richard E. Mikaelian

📍 133 East 58th St., Suite 403

New York, NY 10022

(212) 752-1898

Idiomas: Español, armenio



Dr. Joseph P. Gulbenkian

📍 1102 W 56th St. #503

New York, NY 10019

Visitas a domicilio

Idioma: Español



Dr. Cosmo V. De Steno

New York University College of Dentistry

📍 345 East 24th St.

New York, NY 10010

(212) 998-9926

Cud212@nyu.edu

Idiomas: Español, mandarín, ruso, coreano, italiano, francés, criollo haitiano

Dr. Jung-Min Kim

34 West 32nd St. #303

New York, NY 10001

(212) 564-1888

jhk267@nyu.edu

Idioma: Coreano

Se aceptan honorarios de escala móvil



Dr. Joel Bryk

Dr. Minsoo Cho

Dr. Nechavna Fertig

Dr. Pedro Vincenty

Amsterdam West Side Dental Associates

♿ 657 Amsterdam Ave.

New York, NY 11025

(212) 749-2400

westsidedental@yahoo.com

Idiomas: Español, coreano

Dr. Carol Poveda

Dr. Shahronkh Yaghovbian

Columbus Ave. Dental Associates

♿ 902 Columbus Ave.

New York, NY 10025

(212) 749-5000

902Columbus@yahoo.com

Idiomas: Español

Dr. Chana Weller

Dr. Chana Weller DDS PLCC

♿ 41 West 72nd St. #1D

New York, NY 10023

(212) 721-8373

Dr. George Xenakis

(and 5 other general dentists)

The William F. Ryan Community
Health Center

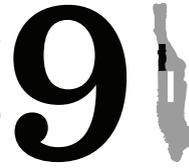
♿ 110 West 97th St.

New York, NY 10025

(212) 316-7929

gxenakis@ryancenter.org

Idiomas: Español, mandarín, coreano,
francés/criollo haitiano Se aceptan
honorarios de escala móvil



Dr. Manuel F. Galan

Galan Dental PC

3440 Broadway #1A

New York, NY 10031

(212) 283-6555

GalanDentalPC@hotmail.com

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Jonathan Marcus

ID Dental PC

♿ 3410 Broadway

New York, NY 10031

(212) 283-7670

IDDental@verizon.net

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Greycy R. Martinez

HealthySmile Dental Office

3610 Broadway

New York, NY 10031

(212) 491-6940

Healthysmile@drgrecymartinez.com

Visitas a domicilio

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Svetlana Ponomareva

SP Dental PC

♿ 3627 Broadway

New York, NY 10031

(212) 234-2300

Spdentalpc@gmail.com

Idiomas: Español, ruso

COMMUNITY BOARD **10** CENTRAL HARLEM

Department of Dentistry
Harlem Hospital Center

☎ 506 Lenox Ave.

New York, NY 10037

(212) 939-1000

Idiomas: Español, ruso, coreano, italiano,
francés/criollo haitiano

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Alla Litvinova

AVL Dental, PLLC

163 West 145th St.

New York, NY 10039

(212) 281-9200

DrLitvinov@yahoo.com

Idiomas: Ruso, ucraniano

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Sheree Morgan

Helen B. Atkinson Health Center

☎ 81 W 115th St.

New York, NY 10020

(212) 426-0088

www.CHNNYC.org

Idioma: Español,

Línea de idiomas disponible

Se aceptan honorarios de escala móvil

COMMUNITY BOARD **11** EAST HARLEM
EL BARRIO

Dr. Veronica Diaz

Dr. Samra Liron

P&R Executive Dental

☎ 2127 First Ave.

New York, NY 10029

(212) 426-8202

Prexecutivedental@gmail.com

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Robert Eyckmans

☎ 1931 Third Ave.

New York, NY 10029

(212) 348-8824

REyckmans1@gmail.com

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Shaul Hubscher

Pear Dental PC

☎ 2071 Second Ave.

New York, NY 10029

(212) 410-6969

Idiomas: Español, ruso, coreano, italiano,
francés/criollo haitiano

Dr. Ali Jazayeri

Harlem Dental Cosmetic Plaza

☎ 1916 Third Ave.

New York, NY 10029

(212) 348-1177

eharlem1916@yahoo.com

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Morton Julius

☎ 2253 Second Ave.
New York, NY 10029
(212) 831-0924

drjulius@optonline.net

Idiomas: Español, hebreo, swahili

Dr. Gregory Oselkin

Gregory Oselkin Dentistry, PLLC

☎ 354 East 116th St.

New York, NY 10029

(212) 996-0900

GOSELKIN232@Yahoo.com

Idiomas: Español, ruso, polaco

Dr. Amit Rajani

Boriken Health Center

☎ 2253 Third Ave., 3rd Floor

New York, NY 10035

(212) 289-6650

arajani@boriken.org

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Charles I. Resnick

☎ 145 East 116th St.

(Corner of Lexington Ave.)

New York, NY 10029

(212) 831-3222

Idioma: Español

Dr. Norman Schneider

201 East 104th St.

New York, NY 10029

(212) 348-5492

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil



Dr. David A. Albert

NYPH Ambulatory Care Dental

☎ 99 Fort Washington Ave., 1st Floor

New York, NY 10032

(212) 342-2290

Idiomas: Español, mandarín, ruso, coreano,
italiano, francés/criollo haitiano

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Iana Arakelova

M&I Dental Office PC

☎ 128-C Fort Washington Ave.

New York, NY 10032

(212) 781-6490

Idiomas: Español, ruso

Dr. Eric Bernstein

Sherman Dental Associates

19 Vernuktea Ave #3A

New York, NY 10034

(212) 942-0699

shermantentalassoc@gmail.com

Idiomas: Español

Dr. Claudia Botero-Mondul

☎ 49 Wadsworth Ave.

New York, NY 10033

(212) 927-1112

Clabm00@gmail.com

Idioma: Español

Dr. Ofer Cohen

Cohen's Gentle Dental

☎ 4260 Broadway

New York, NY 10033

(212) 923-5555

ronambaly@gmail.com

Idiomas: Español, hebreo

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Delfina Colon**Dr. Nancy Jimenez**

Jimenez Family Dental PC

☎ 664 Academy St.

New York, NY 10034

(212) 567-2431

JimenezfamilydentalPC@hotmail.com

Visitas a domicilio

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Margarita Fishkin

Gentle Family Dentistry

128 Fort Washington Ave #1C

New York, NY 11032

(212) 781-1100

GFM_Front@verizon.net

Idiomas: Español, ruso

Dr. Felipa Henderson

HF Dental Service, PLCC

☎ 611 West 177th St.

New York, NY 10033

(212) 568-1338

hFdentalSve@gmail.com

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Pedro Hernandez**Dr. Dora Palermo****Dr. Sonia Sanchez**

Hispanic Dental Services

599 West 190th St., Suite 2

New York, NY 10040

(212) 927-0090

hispanicdental@yahoo.com

Idioma: Español

Dr. Valentina Krivosheyeva**Dr. Gennadiy Tsibelman**

AAA Uptown Star Dental PC

☎ 680 W 204th St. 1-C

New York, NY 10034

(212) 569-4652

uptowndental@verizon.net

Languages: Spanish, Russian

Dr. Samuel Lin**Dr. Manjit Mallik****Dr. Martin A. Miller****Dr. Jaein Nho**

Dyckman Dental Services

☎ 153 Dyckman St.

New York, NY 10040

(212) 569-5300

jkmqc@aol.com

Idiomas: Español, coreano, hindi

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Carlos M. Ovalle

Carlos M. Ovalle Dental Office, PLCC

☎ 201 Wadsworth Ave #GD2

New York, NY 10033

(212) 927-1721

ovalledental@hotmail.com

Idioma: Español

Dr. Marina Podlubny

Marina Dental PC

📍 3768 Broadway

New York, NY 10032

(212) 234-2244

Mpodlubny@hotmail.com

Idiomas: Español, ruso

Dr. Tania Rohany

Uptown Dental

📍 1 Audubon Ave.

New York, NY 10032

(212) 740-7808

Idioma: Español

Dr. Carmen Salcedo

Polanco Dental

207 Dyckman St., Suite 4

New York, NY 10040

(212) 304-4832

daisyF169@yahoo.com

Idioma: Español

Dr. Suhail Shadoud

All Family Dental Office

610 W 185th St.

New York, NY 10033

(212) 927-4343

dr.suhail.shadoud@gmail.com

Idiomas: Español, árabe

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Svetlana Shapiro

Nagle Professional Services, Inc.

📍 145 Nagle Ave.

New York, NY 10040

(212) 942-9228

svetlanashapiro@aol.com

Visitas a domicilio

Idiomas: Español, ruso

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Alma V. Sosa

Nagle Dental Office PC

69 Nagle Ave., Suite A

New York, NY 10040

(212) 304-4935

Nagledental@verizon.net

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Juan C. Taveras

📍 353 Fort Washington Ave. #1C

New York, NY 10033

(212) 928-0025

smile2jc@hotmail.com

Visitas a domicilio

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Isabel Ulerio

Broadway Dental Office PC

577 Isham St., Suite 1G

New York, NY 10034

(212) 942-9900

BroadwayDental@live.com

Idioma: Español

Se aceptan honorarios de escala móvil

Dr. Rodolfo P. Wert

📍 718 West 178th St.

New York, NY 10033

(212) 923-1566

drwert2010@hotmail.com

Idiomas: Español, italiano

Programas alimentarios

Programa de Asistencia de Nutrición Suplementaria (SNAP)

SNAP, anteriormente conocido como Estampillas para alimentos, es un programa federal que brinda asistencia alimentaria para estadounidenses de bajos ingresos (incluso familias y personas mayores y discapacitados). Cada solicitud se evalúa de forma individual y su elegibilidad se basa en los ingresos.

Elegibilidad

La elegibilidad para recibir beneficios se basa en el tamaño del hogar, en los ingresos y en algunos gastos del hogar. Comuníquese con el 311 o con la Administración de Recursos Humanos de la Ciudad de Nueva York al (718) 557-1399 para pedir una solicitud por correo electrónico. Para saber si califica y para hacer la solicitud en línea, por favor visita www.nyc.gov/accessnyc.

También puede recoger una solicitud o obtener ayuda en uno de los siguientes centros de SNAP:

East End Center

2322 Third Ave.
Bet. East 126th and East 127th Sts.
New York, NY 10035
(212) 860-5159 or (212) 860-5147
Lunes a viernes, 8:00 am - 5:00 pm

Washington Heights Center

4055 Tenth Ave.
Bet. West 216th and West 218th Sts.
New York, NY 10034
(212) 569-9829 or (212) 569-9835
Lunes a viernes, 8:00 am - 5:00 pm

St. Nicholas Center

132 West 125th St.
Bet. Lenox and Seventh Aves.
New York, NY 10027
(212) 666-1434 or (212) 666-8788
Lunes a viernes, 8:00 am - 5:00 pm

Waverly Center

12 West 14th St.
Bet. Fifth and Sixth Aves.
New York, NY 10011
(212) 352-2519 or (212) 352-2524
Lunes a viernes, 8:30 am - 6:00 pm
Sábados., 9:00 am - 5:00 pm

Alimentos frescos para personas mayores

El Programa de alimentos frescos para personas mayores permite a los adultos mayores en diferentes vecindarios de Manhattan comprar productos frescos, saludables y cultivados localmente en bolsas pre-empacados que contienen las mejores mercaderías disponibles durante cada temporada en las granjas regionales.

Desde junio a noviembre, cada participante recibe una bolsa con 5 a 7 productos diferentes, dependiendo de lo que se encuentre disponible durante la temporada. Una bolsa típica podría incluir tomates, espinacas, maíz, arándanos, zanahorias, manzanas, o otras frutas o verduras cultivadas en el área. Cada bolsa incluye una extensa guía con letras grandes

sobre productos con consejos para el almacenamiento, recetas y otra información respecto a las granjas que suministran el producto. A diferencia de otros programas de agricultura respaldados por la comunidad (CSA), el Programa de alimentos frescos para personas mayores no requiere de un pago o compromiso de pago por adelantado para toda la temporada; solo requiere que las personas abonen \$8 una semana previa a cada entrega que eligen recibir. El programa funciona en colaboración con los oficiales electos, centros para personas mayores, los NORC y organizaciones asociadas de la comunidad en más de 25 lugares en Manhattan. La inscripción está abierta a personas mayores, personal y asistentes de cuidado domiciliario; sin comprobación de recursos.

☛ Para mayor información respecto al Programa de alimentos frescos para personas mayores, comuníquese al (212) 669-2392.

Programa Food Box (de caja de alimentos)

El Programa Fresh Foodbox (de cajas de alimentos frescos) de GrowNYC es una iniciativa de acceso alimenticio que permite a las comunidades marginadas comprar productos frescos, saludables y cultivados localmente en bolsas pre-empaquetados que contienen las mejores mercaderías disponibles durante cada temporada en las granjas regionales. Los clientes de Fresh Foodbox pueden beneficiarse del costo más bajo de una compra de grupo y disfrutar de la calidad y variedad de una parte de la CSA con la flexibilidad de comprar para la semana y no para la temporada.

Desde julio a noviembre, GrownNYC distribuye Cajas de Alimentos Frescos junto con las organizaciones asociadas de la comunidad en 16 sitios en NYC. A fin de participar, los clientes abonan sus bolsas con una semana de anticipación el día de distribución designado. La siguiente semana, recogen su Caja de alimentos frescos que contiene de 7 a 9 frutas y verduras de temporada, como así también información respecto a cómo almacenar y preparar el producto.

A fin de participar, por favor visita uno de los siguientes lugares de Manhattan durante el horario de distribución del día pactado a fin de registrarse y abonar la Caja de alimentos frescos que recogerá la siguiente semana. El costo es de \$12 por semana. Los clientes pueden optar por abonar en efectivo y con tarjetas de crédito, débito y beneficios EBT/SNAP.

☛ Para mayor información respecto al Programa de caja de alimentos frescos, comuníquese al (212) 788-7900.

Two Bridges

265 & 275 Cherry St.
Bet. Rutgers Slip and Clinton St.
New York, NY 10002
Jueves, 3:30 pm - 6:30 pm

Bellevue Hospital

462 1st Ave., Pavilion H
Bet. 26th and 28th Sts.
New York, NY 10030
Todo el año
Jueves, 11:00 am - 2:00 pm

East Harlem Bilingual Head Start

440-46 East 116th St.
Bet. Pleasant Ave. and First Ave.
New York, NY 10029
8 de julio-25 de noviembre
Miércoles, 1:00 pm - 4:00 pm

Stanley Isaacs Neighborhood Center

415 East 93rd St.
Bet. First Ave. and FDR Drive
New York, NY 10128
Martes, 3:30 pm - 6:30 pm

Lenox Hill Neighborhood House

331 East 70th St.
New York, NY 10021
Bet. First and Second Aves.
Martes, 3:30 pm - 6:30 pm

Hudson Guild Children's Center

459 West 26th St.
Bet. Ninth and Tenth Aves.
New York, NY 10001
Jueves, 3:30 pm - 6:30 pm

Nicholas Cardell Day Care Center

84 Vermilyea Ave.
Bet. West 204th and Academy St.
New York, NY 10034
8 de julio-25 de noviembre
Miércoles, 2:30 pm - 6:00 pm

Asistencia alimentaria de emergencia

El Programa de ayuda alimentaria de emergencia de la ciudad de Nueva York ayuda a proveer alimentos a más de 550 bancos de alimentos y cocinas comunitarias en toda la ciudad. En caso de necesitar alimentos de manera inmediata, llame a la Línea de Alimentos de Emergencia al (866) 888-8777. Esta línea directa automatizada le brindará el horario de funcionamiento y direcciones del programa de alimentación de emergencia más cercano a usted. También puede llamar al 311 o visitar el 311 en línea. Existen sitios en los cinco condados.

Citymeals-on-Wheels

Citymeals es una organización sin fines de lucro que entrega comidas a ancianos de Nueva York confinados en sus casas los fines de semanas y los feriados y en casos de emergencia. A fin de calificar para poder recibir comidas que se entregan en el hogar, una persona debe, al menos, tener 60 años de edad y que padezcan una incapacidad crónica física o mental que le impide salir de compras o prepararse sus comidas.

Para solicitar el servicio Citymeals-on-Wheels, visite www.citymeals.org e ingrese el código postal de la persona confinada en su hogar. El sitio web le proporcionará información de contacto respecto a la agencia de gestión de casos más cercana. También puede contactar a Citymeals-on-Wheels al (212) 687-1234 o getmeals@citymeals.org.

God's Love We Deliver (GLWD)

Una organización sin fines de lucro que provee comidas a las personas que padecen VIH-SIDA, cáncer y otras enfermedades serias, GLWD también brinda educación sobre nutrición específica para la enfermedad y asesoramiento a cliente, familias, proveedores de salud y otras organizaciones de servicios. Todos los servicios se brindan libre de cargos sin considerar los ingresos. Pónganse en contacto con el Departamento de Servicios al Cliente al (212) 294-8102.

Proyecto Greenmarket para personas mayores

El Proyecto Greenmarket para personas mayores conecta a las personas mayores de la ciudad de Nueva York con los mercados agrarios, granjeros regionales y chefs locales mediante recorridos interactivos, educativos de mercados agrarios. Los recorridos duran aproximadamente entre 45 y 60 minutos y los puede encontrar en cualquier Greenmarket de la ciudad. Los recorridos para personas mayores se pueden programar desde abril hasta diciembre. Su costo es de \$42 por grupo (el número máximo de adultos mayores de 30 por recorrido). Además de las degustaciones de temporada, cada persona mayor se llevará a casa un paquete de actividad de temporada lleno de recetas y información acerca de las granjas y productos de Greenmarket. Llame al (212) 788-7976 o visite grownyc.org/Greenmarket/Seniortours.

VIVIENDAS PARA PERSONAS MAYORES

A muchas personas mayores les resulta desafiante ubicar una vivienda segura, accesible y económica. La siguiente información incluye tarifas del mercado y opciones de viviendas subvencionadas para personas mayores que pueden vivir de manera independiente. Se puede encontrar información para mayores que necesitan alojamiento con servicios de apoyo de todo tipo en la sección “Cuidado Prolongado” de esta guía.

Housing Connect de la ciudad de Nueva York le permite buscar y solicitar una vivienda accesible en línea: www.nyc.gov/housingconnect. También puede llamar a la Línea Directa de Vivienda Accesible al (212) 863-5610.

Si llama al 311 y consulta por alojamiento para personas mayores, la operadora tomará nota de su número y alguien del Departamento para Personas Mayores (DFTA) lo contactará. En caso de solicitarlo, le enviarán un paquete de información sobre la disponibilidad de viviendas para vivienda para personas de bajos ingresos.

Viviendas Públicas

La Autoridad de Vivienda de la ciudad de Nueva York (NYCHA, por sus siglas en inglés) brinda alojamiento independiente en apartamentos con renta subsidiada con la posibilidad de contar con algunos servicios sociales según se requieran. NYCHA cuenta con más de 300 desarrollos de viviendas en los cinco condados. La mayoría de estos desarrollos son de “tipo familiar” (es decir, no específicamente reservados para ancianos); sin embargo, 42 de estos desarrollos han sido construidos para ser ocupados casi de manera exclusiva por ancianos.

Elegibilidad

Los límites máximos de ingresos brutos anuales para una vivienda pública de NYCHA para el año 2015 son de \$48,350 para una vivienda para una sola persona y \$55,250 en el caso de una vivienda para dos personas. Estos límites se encuentran sujetos a modificaciones anuales.

Para realizar una solicitud:

Visite nyc.gov/html/nycha/html/assistance/app_for_pubhsg.shtml. Haga clic en el botón “Hacer la solicitud aquí” para comenzar el proceso de solicitud en línea. En caso de que no cuente con una computadora, visite una biblioteca pública o uno de los tres Centros de Servicio al Cliente de NYCHA a fin de acceder a un quiosco de computadoras para llenar una solicitud (desafortunadamente, NYCHA no cuenta con un centro ubicado en Manhattan).

478 E. Fordham Rd., 2nd Fl.
At Washington Ave.
Bronx, NY 10458
(718) 707-7771
Lunes a viernes, 8:00 am - 5:00 pm

787 Atlantic Ave., 2nd Floor
Bet. Clermont and Vanderbilt Aves.
Brooklyn, NY 11238
(718) 707-7771
Lunes a viernes, 8:00 am - 5:00 pm

90-27 Sutphin Blvd., 4th Floor
Bet. Jamaica and 90th Aves.
Jamaica, NY 11435
(718) 707-7771

Vivienda Mitchell-Lama

El programa Mitchell-Lama le brinda alquileres subvencionados y apartamentos de cooperativas para habitantes de Nueva York de clase media. Una pequeña parte del grupo de viviendas ha sido desarrollada para ancianos y son ocupadas exclusivamente por ellos, pero no hay limitaciones con respecto a la edad para solicitar alguno de los desarrollos Mitchell-Lama. El programa de viviendas Mitchell-Lama es supervisado tanto por el Departamento de Renovación de Hogares de Comunidades de la ciudad de Nueva York como por el Departamento de Preservación y Desarrollo de Viviendas de la ciudad de Nueva York.

Elegibilidad según el ingreso

HPD brinda un cuadro que enumera la posibilidad de elegibilidad según el ingreso para diferentes tipos de viviendas Mitchell-Lamas: www1.nyc.gov/site/hpd/renters/mitchell-lama-rentals.page.

Servicios

Mitchell-Lamas por lo general no brinda servicios de respaldo, pero en algunos sitios servicios tales como transporte, servicios sociales y actividades de recreación se encuentran disponibles.

Costo

Los alquileres y cargos de transporte varían dependiendo del desarrollo de Mitchell-Lama así como también los requisitos concernientes a los ingresos. Por lo general, en el caso de un hogar para tres o menos personas, el ingreso anual no puede superar siete veces el alquiler anual.

Solicitudes

Cada desarrollo requiere de una solicitud por separado, y puede solicitar más de un desarrollo a la vez. Para realizar una solicitud, escriba o llame a la empresa de gestión de los desarrollos en los que usted está interesado.

- ☛ Para consultar el listado de desarrollos Mitchell-Lama con listas de espera abiertas, visite www1.nyc.gov/assets/hpd/downloads/pdf/renters-mitchell-lama/ML-waiting-Lists-Status.pdf
- ☛ Para consultar el listado de desarrollos de Mitchell-Lama con disponibilidad de ocupación inmediata, visite www1.nyc.gov/assets/hpd/downloads/pdf/renters-mitchell-lama/Short-waiting-Lists.pdf. (Las direcciones enumeradas en este pdf corresponden a los desarrollos actuales; los números de teléfonos enumerados lo comunican con las empresas de gestión).

Vivienda compartida

Con este mecanismo, un dueño de una casa o inquilino de un apartamento con habitaciones extras en su hogar comparte su hogar con otra persona a cambio del alquiler y/o ayuda. Tanto el propietario como el arrendador dueño o inquilino comparten gastos y las tareas del hogar. Se puede compartir entre dos personas mayores o entre una persona mayor y una persona más joven. El hecho de compartir el hogar puede ser llevado a cabo de manera informal o mediante un programa que funciona a través de una agencia comunitaria (tal como la Fundación para ciudadanos mayores de Nueva York) que asume la responsabilidad de evaluar a los participantes, buscar la compatibilidad y colaborar en el diseño de los acuerdos para compartir vivienda. El compartir vivienda no requiere de una licencia por parte del Departamento de Salud del estado de Nueva York.

New York Foundation for Senior Citizens
Home Sharing Program
11 Park Place, Suite 1416
New York, NY 10007
(212) 962-7559 or www.nyfsc.org/services/home_sharing.html

Asistencia para propietarios mayores de edad

Programa de ayuda para la energía del hogar (HEAP, por sus siglas en inglés)

Brinda un subsidio anual para ayudar dueños de casas y o inquilinos con bajos ingresos a abonar los gastos de combustibles y servicios. Solo los dueños que califiquen para HEAP que abonan de manera directa la calefacción pueden solicitar ayuda concerniente a combustibles, reparación de equipo de calefacción o reubicación temporaria. HEAP también otorga un beneficio de emergencia para las personas que enfrentan emergencias de energía relacionadas con la calefacción. Para mayor información, comuníquese al 311 o con la línea de información HEAP al (800) 692-0557.

Exención STAR del Estado de Nueva York

El Programa de alivio fiscal de impuestos escolares de Nueva York (STAR, por sus siglas en inglés) otorga una exención de la parte escolar de los impuestos a la propiedad para ciertas residencias primarias habitadas por dueños de casa. Las personas mayores (de 65 años de edad o mayores) con ingresos anuales de \$79,050 o menos pueden calificar para la exención STAR Mejorada. Para aquellas personas mayores elegibles, el programa STAR Mejorado ayuda a las personas mayores a ahorrar cientos de dólares en impuestos a la propiedad cada año. Para mayor información, comuníquese con el 311, visite

www.tax.ny.gov/pit/property/star/index.htm, o escribir a:

NYC Department of Finance
STAR Exemptions
Church St. Station
New York, NY 10008-3120

Exención para dueños de casa de edad mayor (SCHE)

SCHE proporciona la posibilidad de un ahorro de 5 % a un 50 % a dueños calificados de viviendas de tres unidades, condominios o apartamentos de cooperativas. Los dueños que realizan una solicitud o reciben una SCHE son inscritos de manera automática en STAR Mejorado.

Elegibilidad

- El solicitante debe haber tenido bajo su dominio el título de la propiedad por al menos 12 meses consecutivos.
- La propiedad debe ser la residencia legal del solicitante.
- La propiedad se debe utilizar exclusivamente para fines de residencia.
- El solicitante debe tener 65 años de edad o mayor. En el caso en que los esposos sean copropietarios, uno de ellos debe tener 65 años o más. Si otras personas fueran los copropietarios, todos deben tener 65 años de edad o más.
- No tener límites sobre los bienes.
- Tener un límite de ingreso de \$37,399 para el año calendario previo.

A fin de realizar la solicitud, comunicarse al 311 o descargar el formulario de aplicación en el sitio web DOF: www.nyc.gov/dof.

Exención de impuestos a veteranos

Una exención parcial al impuesto a propiedad para propietarios que hayan prestado servicio en las fuerzas armadas de EE. UU. en guerras en el extranjero. Para mayor información visite www.nyc.gov/html/dof/html/property/veterans.shtml.

Servicios de emergencia de residencia para ofrecer reparación del hogar a las personas mayores (RESTORE) disponibles para las personas mayores con bajos ingresos que tienen su propio hogar y necesitan ayuda financiera para efectuar reparaciones de emergencia en el hogar. Para calificar para la ayuda, los propietarios deben tener 60 años de edad o más, y deben tener un ingreso en el hogar que no exceda el 80% del ingreso medio para el área. Solo para dueños habitantes Para mayor información, comuníquese al (866) 275-3427 o visite www.dhcr.state.ny.us/Programs/Restore.

Programas de reparación del hogar y auditoría de seguridad

La Fundación para ciudadanos mayores de Nueva York ofrece servicios gratuitos para la reparación y mantenimiento menor del hogar para dueños con ingresos moderados de 60 años de edad o más en los cinco condados. Los servicios incluyen servicios menores de carpintería, plomería, albañilería, electricidad, limpieza de alcantarillas, enmasillado, colocación de cintas protectoras como así también controles de seguridad del hogar gratuitos que tienen como finalidad ayudar a identificar y corregir riesgos de seguridad.

11 Park Place, 14th Floor

New York, NY 10007

(212) 962-7655 o www.nyfsc.org

Programa de embalaje y recomendación sobre climatización (WRAP)

Un servicio federal administrado por DFTA que brinda a los ancianos de bajos ingresos servicios de energía doméstica gratuitos diseñados para reducir las cuentas de energía. Los propietarios y los arrendadores de 60 años de edad o más que gozan del beneficio del Programa de ayuda para la energía del hogar (HEAP) califican para ello. Para mayor información, comuníquese al 311.

Exención para dueños de casa con incapacidad (DHE)

DHE es una exención de impuestos otorgada a dueños de hogares de una, dos o tres familias, condominios o apartamentos de cooperativas que cumplen con los requisitos concernientes al estado de incapacidad, ingreso y residencia. Para mayor información visite nyc.gov/html/dof/html/property/disabled_homeowners.shtml.

Asistencia para inquilinos mayores de edad

Programa de ayuda para la energía del hogar (HEAP)

HEAP brinda un subsidio anual para ayudar a inquilinos con bajos ingresos a abonar los gastos de combustibles y servicios. HEAP se encuentra disponible para los hogares que abonan de manera directa los gastos de calefacción y hogares cuyos gastos de calefacción se encuentran incluidos en el pago del alquiler. Los montos del beneficio oscilan entre \$20 y \$500 dependiendo de la situación de vida.

Exención de incremento del alquiler para ciudadanos mayores (SCRIE)

SCRIE exime a los inquilinos con alquileres controlados/fijos, Mitchell-Lama y de hoteles, de ciertos incrementos en el alquiler y cubre los incrementos en la renovación del contrato del alquiler. Para calificar, los solicitantes deben tener 62 años de edad o ser mayores y

- alquilar un apartamento con alquiler regulada por la División de Viviendas y Renovación de la Comunidad (es decir, apartamentos con alquiler controlado o fijo o hoteles con alquiler fijo);
- contar con un ingreso anual en el hogar de \$50,000 o menos;
- abonar más de un tercio del ingreso total mensual del hogar para el alquiler.

Comuníquese con el 311 para pedir que se le envíe una solicitud por correo o visite el Departamento de Finanzas de la ciudad de Nueva York SCRIE/DRIE, Walk-in Center 66 John St., 3rd floor, lunes - viernes 8:30 am – 4:30 pm.

Exención de incremento del alquiler para personas con incapacidad (DRIE)

Este programa ofrece a los inquilinos con incapacidades que califiquen una exención de \$50,000 respecto a futuros incrementos en el alquiler. En caso de que usted califique, la cantidad de su alquiler se congelará y la ciudad de Nueva York le otorgará al casero un crédito para el impuesto inmobiliario igual a la suma de sus futuros incrementos en el alquiler. Solicite SCRIE antes mencionado o envíe un correo electrónico a DRIE@Finance.nyc.gov.

Reparaciones al hogar

Proyecto Metropair DEL Met Council hace visitas a domicilio gratis a las personas mayores para reparaciones menores a la casa. Los servicios incluyen la instalación de las barras de agarre y las cerraduras, mirillas en movimiento y refuerzan portones de ventanas. Por favor contactar homeservices@metcouncil.org or (212) 453-9542

Recursos de viviendas y proveedores de servicios

Además de los centros para personas mayores, estas organizaciones brindan información y asistencia sobre viviendas:

Chinese American Planning Council Housing Development Fund Company

50 Norfolk St.
New York, NY 10002
(212) 475-7730
www.cpc-nyc.org/housing.htm

Common Ground

505 Eighth Ave., 5th Floor
New York, NY 10018
(212) 389-9300
www.commonground.org

Goddard Riverside

593 Columbus Ave.
New York, NY 10024
(212) 873-6600 or www.goddard.org

JASA Housing

247 West 37th St.
New York, NY 10018
(212) 273-5272 or (212) 273-5200
www.jasa.org/housing

Met Council

120 Broadway, 7th Floor
New York, NY 10271
(212) 453-9519 or (212) 453-9500
www.metcouncil.org

New York Foundation for Senior Citizens

11 Park Place, 14th Floor
New York, NY 10007
(212) 962-7559
www.nyfsc.org

Project Find

160 West 71st St., 2nd Floor
New York, NY 10023
(212) 874-0300
www.projectfind.org

West Harlem Group Assistance

1652 Amsterdam Ave.
New York, NY 10031
(212) 281-5552 or www.whgainc.org

West Side Federation for Senior and Supportive Housing

2345 Broadway
New York, NY 10024
(212) 721-6032
www.wsfssh.org

CUIDADO A LARGO PLAZO

Existen varios tipos de viviendas para las personas mayores que necesitan ayuda con actividades de la vida cotidiana.

Vida asistida es un término general que abarca múltiples opciones y modelos referente al modo de vivir de las personas mayores. En esta sección se proporcionan definiciones básicas de las opciones de vida asistida ofrecidas en la ciudad de Nueva York. Todas las definiciones aplican a los tipos de servicios que cada facilidad tiene permitido ofrecer. Dado que algunos lugares tienen permitido brindar servicios múltiples o continuidad de cuidado, estos modelos, por lo general, se superponen.

Todos los centros de vida asistida abarcan una combinación variada de viviendas, servicios de apoyo personalizados, servicios de cuidado de salud y supervisión para personas que no pueden o no quieren vivir de manera independiente. Los servicios están diseñados para personas que necesitan algo de ayuda con las actividades diarias pero que no necesitan el constante cuidado de enfermería especializado que se brinda en los hogares.

Los hogares de adultos brindan cuidado residencial a largo plazo, alojamiento y comida, limpieza, cuidado personal (que incluye ayuda para bañarse y vestirse) y supervisión a un número mínimo de cinco adultos dependientes. Se brindan comidas grupales tres veces al día; se pueden ofrecer salidas y actividades planificadas.

Los hogares de adultos no brindan cuidado médico o de enfermería, pero algunos acuerdan con médicos que visitan a los residentes cuando es necesario. Algunos se encuentran asociados a agencias de cuidado domiciliario que les permitirán a las personas recibir cuidado a domicilio. Muchos hogares de adultos brindan servicios a adultos más jóvenes que padecen una enfermedad mental o una discapacidad. El alojamiento puede ser privado o compartido. Las personas deben ser ambulatorias o deben poder trasladarse de una cama a una silla; alertas (a menos que el hogar cuente con una sección de demencia) y capaces de cuidarse a sí mismos si son incontinentes. Los hogares de adultos cuentan con licencias del Departamento de Salud del Estado de Nueva York. Los operadores pueden ser patentados, públicos o sin fines de lucro.

Los programas de vivienda enriquecida brindan cuidado residencial a largo plazo y servicios de apoyo para personas mayores. El programa provee comidas diarias, asistencia, compras, limpieza y cuidado personal para permitirle a los residentes continuar viviendo de la manera más independiente posible dentro de la comunidad. La vivienda enriquecida se encuentra ubicada en lugares integrados a la comunidad, al contrario de los hogares de adultos, que son facilidades especializadas para personas mayores.

Los Programas de vivienda asistida (ALPs) son una opción que se encuentra en algunos hogares de adultos y vivienda enriquecida para personas que han sido evaluadas como clínicamente elegibles para una internación en un hogar de ancianos pero que son capaces

de ser atendidos en estos lugares menos clínicamente intensivos de manera segura. Los ALP brindan cuidado residencial a largo plazo, alojamiento, comida, limpieza, cuidado personal, supervisión y servicios de atención domiciliaria. Medicaid abonará la parte elegible de los costos del servicio de cuidado de salud. La parte de vivienda la abona la SSI para aquellos elegibles y de forma privada para aquellos que no lo son. Esta es la única opción de vida asistida que Medicaid pagará.

La Residencia de Vida Asistida (ALR) es un hogar de adultos con licencia o un centro de vivienda enriquecida que ha recibido licencia adicional para llamarse vida asistida y brindar servicios de vida asistida. La mayoría son de pago privado. Las ALR se dividen en tres categorías:

- **Básica:** Debe brindar o organizar vivienda, monitoreo en el lugar las 24 horas y servicios de cuidado personal o servicios de cuidado domiciliario (directa o indirectamente) en un entorno hogareño para cinco o más residentes adultos. Las ALR básicas pueden tener una o ambas certificaciones mejoradas y necesidades especiales (vea a continuación).
- **Mejorada:** Una ALR básica que ha recibido certificación del Departamento de Salud del Estado de Nueva York para brindar servicios a ancianos a domicilio para un número fijo de residentes que desean permanecer en la residencia a medida que envejecen y necesitan cuidado adicional.
- **Necesidades especiales:** Una ALR básica que ha recibido certificación del Departamento de Salud del Estado de Nueva York para brindar servicios para un número fijo de personas con demencia.

Aquí están las ALR que actualmente cuentan con licencia en Manhattan:

1850 Second Ave. Services Corp.
Programa de Vivienda Enriquecida
1850 Second Ave.
New York, NY 10128
(212) 369-5523

Brown Gardens
Programa de Vivienda Enriquecida
225 East 93rd St.
New York, NY 10128
(212) 369-5523

Alma Rangel Gardens
Programa de Vivienda Enriquecida
55 West 137th St.
New York, NY 10037
(917) 507-1108

Carnegie East House
Programa de Vivienda Enriquecida
1844 Second Ave.
New York, NY 10128
(212) 410-0033

Atria 86th St.
Programa de Vivienda Enriquecida
333 West 86th St.
New York, NY 10024
(212) 712-0200

Clinton Gardens
Programa de Residencia Enriquecida
404-412 West 54th St.
New York, NY 10019
(212) 489-9339

Frederic Fleming Residence

Hogar de adultos
443-445 West 22nd St.
New York, NY 10011
(212) 242-5277

Ridge St. Gardens

Programa de Vivienda Enriquecida
80-92 Ridge St.
New York, NY 10002
(212) 598-4148

The 80th St. Residence

Hogar de adultos – Especializada en
Alzheimer
430 East 80th St.
New York, NY 10021
(212) 717-8888

**The Rev. Robert V. Lott Assisted
Living Center**

Programa de Residencia Enriquecida/ALP
1261 Fifth Ave.
New York, NY 10029
(212) 534-6464

Recursos adicionales:

**Long-Term Care Community
Coalition**

1 Penn Plaza, Suite 6252
New York, NY 10119
(212) 385-0355
www.ltccc.org

**New York Foundation
for Senior Citizens**

11 Park Place, 14th Floor
New York, NY 10007
(212) 962-7559
www.nyfsc.org

VillageCare at 46 and 10

Programa de Residencia Enriquecida/ALP
510 West 46th St.
New York, NY 10036
(212) 977-4600

West 74th St. Home

Hogar de adultos
300 Amsterdam Ave.
New York, NY 10023
(212) 595-8983

**West Side Federation for Senior and
Supportive Housing**

Hogar de adultos
109 West 129th St.
New York, NY 10027
(212) 348-8513

New York State Department of Health

Instalaciones de Cuidado de Adultos Oficina
Regional del Área Metropolitana
90 Church St., 15th Floor
New York, NY 10007
(212) 417-4440

Programas de Día para Adultos

Los programas de día para adultos ofrecen servicios médicos o socialización en un centro no residencial. El cuidado médico de día para adultos ofrece servicios como enfermería, terapias, evaluación de nutrición, rehabilitación, derivación para salud ambulatoria y servicios dentales. Brinda supervisión, socialización y cuidado personal. Quienes asisten a programas de día para adultos están abiertos para personas mayores y quienes sufren pérdida de visión o de memoria y quienes padecen enfermedades mentales o discapacidad del desarrollo.

Los programas de Manhattan incluyen:

Amsterdam Adult Day Healthcare Program – Medical

1070 Amsterdam Ave.

New York, NY 10025

(212) 316-7735

www.amsterdamcares.org

ARC Adult Day Center – Social

4111 Broadway

New York, NY 10033

(212) 781-5700

www.arcseniors.org/home.html

C.V. Starr Adult Day Services – Social

312 East 109th St.

New York, NY 10029

(212) 249-0500

www.carterburdencenter.org

Hebrew Home Adult Day Services – Social

5901 Palisade Ave., Riverdale,

Bronx, NY 10471

New York, NY 10040

(718) 581-1458

Guild Care Adult Day Health Center – Medical

15 West 65th St.

New York, NY 10023

(212) 769-7847

www.guildhealth.org

Hamilton Madison House Adult Day Services – Social

253 South St., 2nd Floor

New York, NY 10002

(212) 720-4588

www.hamiltonmadisonhouse.org

Isabella Adult Day Health Care – Medical

525 Audubon Ave.

New York, NY 10040

(212) 342-9200

www.isabella.org

Jewish Home Daycare – Social and Medical

140 West 106th St.

New York, NY 10025

(212) 870-5090 - for Day Programs

www.jewishhome.org

Lenox Hill Neighborhood House – Social

343 East 70th St.

New York, NY 10021

(212) 744-5022

www.lenoxhill.org

**Open Door and Memory Center
Riverstone Senior Life Services**

99 Fort Washington Ave.

New York, NY 10032

(212) 927-5600

riverstonenyc.org/programs/open-door

**Village Adult Day Health Center –
Medical**

121A West 20th St.

New York, NY 10011

(212) 337-5870

villagecare.org/senior/adult_day_health

**Service Program for Older People –
Medical**

302 West 91st St.

New York, NY 10024

(212) 787-7120

www.spop.org

Hogar de ancianos

Los hogares de ancianos brindan servicios a personas que necesitan cuidado de enfermería y supervisión las 24 horas fuera de un hospital. Al considerar una facilidad en particular, es importante observar y hacer preguntas. Realice visitas en distintos días y en diferentes horarios. Pruebe la comida. Hable con otras familias que tienen seres queridos allí. Tenga en cuenta los siguientes factores:

- **Ambiente:** ¿Qué sensación tiene cuando visita? ¿El personal es respetuoso y servicial con los residentes?
- **Niveles de personal:** ¿Cuál es la proporción de personal por paciente? ¿Hay menos personal durante los fines de semanas? La Asociación de Alzheimer recomienda al menos un miembro del personal por cada cinco residentes de 7 am a 8 pm y al menos un miembro del personal por cada nueve residentes durante la noche.
- **Actividades:** ¿Hay personal especializado en actividades terapéuticas? ¿Se le dan planes de actividades a los residentes? ¿Hay acceso al exterior seguro?

Los hogares de ancianos en Manhattan incluyen:

Amsterdam Nursing Home

1060 Amsterdam Ave.

New York, NY 10025

(212) 316-7700

www.amsterdamcares.org

**Coler Rehabilitation and Nursing
Care Center**

900 Main St.

Roosevelt Island

New York, NY 10044

(212) 848-6000

www.nyc.gov/html/hhc/coler-goldwater

DeWitt Nursing Home

211 East 79th St.
New York, NY 10075
(212) 671-6000
www.dewittnh.com

**Fort Tryon Center for
Rehabilitation and Nursing**

801 West 190th St.
New York, NY 10040
(212) 543-6400
www.forttryonrehab.com

Greater Harlem Nursing Home

30 West 138th St.
New York, NY 10037
(212) 690-7400
www.ghnh.org

Carter Specialty Hospital

1752 Park Ave.
New York, NY 10035
(212) 848-0000
www.nyc.gov/html/hhc/carter

Isabella Geriatric Center

525 Audubon Ave.
New York, NY 10040
(212) 342-9200
www.isabella.org

Jewish Home Lifecare

120 West 106th St.
New York, NY 10025
(212) 870-4715
www.jewishhome.org

The Riverside (formerly Kateri)

150 Riverside Drive
New York, NY 10024
(646) 505-3500
www.theriversiderehab.com

Mary Manning Walsh Home

1339 York Ave.
New York, NY 10021
(212) 628-2800
www.archcare.org/short-term-rehab/mary-manning-walsh

New East Side Nursing Home

25 Bialystoker Place
New York, NY 10002
(212) 673-8500

Gouverneur Health

227 Madison St.
New York, NY 10002
(212) 238-7000
www.nyc.gov/html/hhc/gouverneur/html/services/nursing.shtml

**Northern Manhattan Rehabilitation
and Nursing Center**

116 East 125th St.
New York, NY 10035
(212) 426-1284
www.nmrehab.org

**Terence Cardinal Cooke
Health Care Center**

1249 Fifth Ave.
New York, NY 10029
(212) 360-3600
www.archcare.org/short-term-rehab/terence-cardinal-cooke

**Villagecare Rehabilitation & Nursing
Center**

214 West Houston St.
New York, NY 10014
(212) 337-9400
www.villagecare.org/vcrnc

Cuidado domiciliario

Los servicios de cuidado domiciliario permiten a las personas mayores recibir atención individualizada mientras mantienen su independencia y viven en su casa. Estos servicios pueden ser desde algunas horas por semana hasta cuidado las 24 horas. El cuidado domiciliario habitualmente incluye servicios de cuidado especializado tales como terapia física y ocupacional, cuidado postoperatorio y ayuda con actividades diarias de rutina. Los asistentes de cuidado domiciliario también pueden ayudar con tareas del hogar tales como compras de alimentos, preparación de comidas, transporte, mandados, limpieza y lavado.

Las siguientes agencias brindan una variedad de servicios de cuidado a largo plazo. Algunas también aparecen en las secciones anteriores de Programas de Día para Adultos y Hogares para Ancianos, pero se las incluye aquí otra vez como recursos para una variedad de opciones de cuidado domiciliario a largo plazo.

Agencias de atención domiciliaria certificadas (CHHAs)

Las CHHA brindan una variedad de servicios y apoyo; ayudan a las personas a determinar qué servicios serán más adecuados para sus necesidades médicas, personales y de cuidado domiciliario. Se puede utilizar Medicare, Medicaid, algunos proveedores de seguro de salud y pago privado para obtener reembolsos por los costos de servicios brindados por agencias de cuidado de salud domiciliario. Para encontrar servicios de cuidado de salud domiciliaria, hable con su médico o personal de alta del hospital o visite homecare.nyhealth.gov.

Gerentes de hogares preocupados para las personas mayores (COHME)

COHME brinda cuidado de salud domiciliaria, enfermería y servicios de gestión de casos para personas mayores.

11 Broadway, Suite 400

New York, NY 10004

(212) 514-7147 or www.cohme.org

Servicios de Enfermeras Visitantes de Nueva York

La organización de cuidado de salud domiciliaria sin fines de lucro más grande del país brinda cuidado poshospital, terapia de rehabilitación, cuidado de salud domiciliaria a largo plazo, programas de SIDA y cuidado de hospicio. (800) 675-0391 or www.vnsny.org

Cuidado de vida domiciliario judío (JHL)

JHL ofrece cuidado a largo plazo, cuidado de día para adultos, cuidado de salud domiciliaria, servicios de salud y servicios sociales y comunitarios en toda el área de Nueva York.

120 West 106th St.

New York, NY 10025

Admissions: (212) 870-4715

Programa de día para adultos, Programa de día de cuidado de memoria y Alzheimer y Programa de día social: (212) 870-5090 or www.jewishhomelifecare.org

Autoayuda

Esta organización brinda cuidado domiciliario, servicios de gestión de casos, asistentes de cuidado de salud, vivienda para personas mayores, recursos legales, un programa de recursos para Alzheimer, centro de actividad para personas mayores y tutores comunitarios.

520 Eighth Ave., 5th Floor

New York, NY 10018

(212) 971-7600 or www.selfhelp.net

Isabella Geriatric Center

Isabella Geriatric Center brinda una gran variedad de servicios para personas mayores, tanto fuera como dentro de su hogar de ancianos. Los servicios incluyen rehabilitación, cuidado de día para adultos, ciudad de relevo y comidas transportadas.

515 Audubon Ave.

New York, NY 10040

(212) 342-9200 or www.isabella.org

New York Foundation for Senior Citizens (NYFSC)

NYFSC coordina cuidado domiciliario, comidas a domicilio y otros servicios, incluso ayuda con beneficios y derechos, para residentes física y mentalmente débiles de los Distritos comunitarios de Manhattan 1, 2, 3, 5 y 6. Los administradores de casos se reúnen con personas para determinar su elegibilidad para servicios y luego coordinan y supervisan la entrega del servicio.

11 Park Place, 14th Floor

New York, NY 10007

(212) 962-7559 or www.nyfsc.org

Lenox Hill Neighborhood House

Ofrece gestión de casos, servicios de transporte y un programa social de día para adultos además de centros para personas mayores en el East Side y en la Isla Roosevelt.

331 East 70th St.

New York, NY 10021

(212) 744-5022 or www.lenoxhill.org

Recursos para Cuidadores

Proveer servicios de cuidado puede ser una experiencia abrumadora. Manhattan cuenta con muchos recursos para ayudar a los cuidadores a encontrar el apoyo que necesitan.

Alzheimer's and Caregiver Resource Center

El Alzheimer's and Caregiver Resource Center, gestionado por el DFTA, brinda evaluación de necesidades, asesoramiento individual y familiar, referencias a servicios comunitarios, educación y entrenamiento, información sobre derecho, ayuda con el proceso de ubicación del hogar de ancianos e información sobre alternativas de vivienda.

2 Lafayette St.
New York, NY 10007
311 or caregivers@aging.nyc.gov

Alzheimer's Association

Un servicio personalizado para personas y familias que están enfrentando las decisiones y los desafíos asociados con la enfermedad. Se ofrece una amplia variedad de servicios para cuidadores, incluso la consulta de cuidado, grupos de apoyo para cuidadores, una línea directa las 24 horas y servicios de hospicio en el domicilio. Los grupos de apoyo para cuidadores brindan un lugar afectuoso para que los miembros del grupo encuentren apoyo emocional.

360 Lexington Ave., 4th Floor
New York, NY 10017
(800) 272-3900 or www.alznyc.org

Friends in Deed

Friends in Deed brinda programas de apoyo y servicios a personas diagnosticadas con enfermedades mortales; a sus familias, amigos y cuidadores; y a cualquiera que esté lidiando con el dolor y el duelo. Se ofrecen reuniones de grupo grande facilitadas seis veces por semana. Se recomienda que los que van por primera vez se unan al grupo de los jueves a la noche de 7:00 a 8:30 pm. Un grupo orientado específicamente para cuidadores se reúne todos los martes del mediodía a la 1:00 pm. El grupo de cuidadores se enfoca en cuidar de uno mismo mientras se cuida a los otros. Todos los servicios son gratuitos y abiertos para todos. Sin embargo, todos los grupos comienzan a horario y no se acepta a nadie una vez comenzada la reunión.

594 Broadway, 7th Floor, Suite 706
New York, NY 10012
(212) 925-2009 or www.friendsindeed.org

Hamilton-Madison House Caregiver Services

Especialistas geriátricos cantoneses, mandarines y coreanos brindan entrenamiento para cuidadores, grupos de apoyo, asesoramiento, atención de relevo, servicios suplementarios, ayuda de compras y visitas domiciliarias. HMH sirve a comunidades chinas y coreanas en toda la ciudad.

100 Gold St., 4th Floor
New York, NY 10038
(212) 788-1688

Health Outreach Caregivers Service – Weill Cornell Medical Center

Este servicio ofrece apoyo para personas que cuidan a personas mayores de más de 60 años. Esto incluye información sobre servicios relacionados, evaluación de opciones de cuidado, asesoramiento y reducción del estrés.

525 East 68th St.
New York, NY 10065
(212) 746-4365 or www.nypgeriatrics.org

Programa de Cuidado de Relevo - Fundación de Nueva York para Ciudadanos Mayores

Este programa brinda cuidado domiciliario asequible a corto plazo por parte de asistentes domiciliarios certificados para personas mayores débiles que viven solas o cuyos cuidadores necesitan un descanso de las responsabilidades de cuidado. El programa también ayuda a personas mayores que necesitan ayuda temporal luego de la hospitalización. Los servicios incluyen cuidado personal, preparación de comida, compras, acompañamiento, limpieza ligera y lavado. Los solicitantes deben tener 60 años o más, ser residentes de la Ciudad de Nueva York y necesitar ayuda con actividades diarias.

(212) 962-7559 o www.nyfsc.org

SAGE Cuidado y Preparación

SAGE brinda servicios a cuidadores y pacientes lesbianas, gay, bisexuales y transgénero (LGBT) en todo Nueva York, incluso asesoramiento individual, un grupo de apoyo de cuidadores, ayuda con beneficios y derechos, recomendaciones para opciones seguras y de cuidado a largo plazo que afirmen a los LGBT e identificación de servicios de cuidado en el hogar adecuados.

New York, NY 10001

(212) 741-2247 o www.sageusa.org

Servicios de Enfermeras Visitantes de Nueva York

La organización de cuidado de salud domiciliaria sin fines de lucro más grande del país brinda cuidado poshospital, terapia de rehabilitación, cuidado de salud domiciliaria a largo plazo, programas de SIDA y cuidado de hospicio.

(800) 675-0391 o www.vnsny.org

Comparte el Cuidado

Esta organización de cuidado con sede en la comunidad brinda la información, guía y herramientas necesarias para organizar y mantener una familia de cuidado para ayudar a alguien con un problema de salud, médico o de edad. Share the Care evita el agotamiento del cuidador al convertir ofertas de ¿Qué puedo hacer para ayudar? en acción.

Share the Caregiving, Inc.

c/o National Center for Civic Innovation

121 Sixth Ave., 6th Floor

New York, NY 10013

(212) 991-9688 o www.sharethecare.org

Centro de Recursos Los Abuelos - DFTA

Este centro de recursos brinda a las personas que están criando nietos y otros familiares jóvenes servicios de apoyo, incluso información y referencia, actividades recreativas, talleres educativos, defensa y asistencia de casos.

(212) 442-1094

SEGURIDAD

Preparación de emergencia

Una guía exhaustiva para la planificación de emergencia, Ready New York: My Emergency Plan es un cuaderno diseñado para ayudar a los neoyorquinos –especialmente aquellos con necesidades especiales– a crear un plan de emergencia. My Emergency Plan acompaña a los usuarios por un recorrido para establecer una red de apoyo, capturar información de salud importante, planificar una evacuación y reunir suministros de emergencia. Los socorristas o cuidadores también pueden utilizar el cuaderno para ayudar a gente con necesidades especiales durante una emergencia. El libro está disponible en 13 idiomas. Llame al 311 para solicitar una copia impresa o una copia en audio; también puede descargar el cuaderno www.nyc.gov/html/oem/html/ready/myemergencyplan_guide.shtml.

Los grupos interesados en una sesión de entrenamiento en preparación de emergencia deben contactar a Frank Lowe de la Oficina de Gestión de Emergencia de la Ciudad de Nueva York: (718) 422-3061 or flowe@oem.nyc.gov

Seguridad de gas: Si huele gas, actúe rápido

Las fugas de gas pueden crear incendios y explosiones. Es importante que usted y su familia sepa cómo reconocer una fuga de gas y qué hacer si sospecha que hay una.

Señales de una fuga de gas:

- **Oler:** Un olor fuerte, distintivo similar a huevos podridos.
- **Ver:** Una nube blanca, neblina, niebla, burbujas en agua estancada, soplido de polvo o vegetación que parece estar muerta o muriendo sin motivo.
- **Oír:** Rugido, siseo o silbido.

Si usted detecta una fuga de gas:

- Si el olor es fuerte, salga INMEDIATAMENTE y lleve a los otros con usted.
- Si usted está afuera, abandone el área inmediatamente.
- No fume ni encienda encendedores o fósforos. No utilice su teléfono, encienda aparatos eléctricos, luces o incluso una linterna en el área en la que huele gas: cualquier chispa podría ocasionar un incendio.
- Busque un teléfono lejos del área y llame al 911.
- ¡No suponga que alguien más informará la situación!

Calles seguras para personas mayores

Calles seguras para personas mayores es la iniciativa de seguridad peatonal del Departamento de Transporte (DOT) de la Ciudad de Nueva York para los neoyorquinos mayores. El programa estudia datos de accidentes y luego desarrolla e implementa medidas paliativas para mejorar la seguridad peatonal.

El DOT está evaluando las condiciones peatonales en los barrios desde la perspectiva de una persona mayor y está haciendo cambios de ingeniería, como por ejemplo extender los tiempos de cruce para peatones en cruces peatonales para adaptarse a velocidades de caminata más lentas; construir islas de seguridad peatonal; ampliar los bordillos y los carriles centrales; estrechar las carreteras y instalar nuevos controles y señales de pare. El DOT recibe ideas y comentarios por medio de presentaciones y talleres en centros para personas mayores y juntas comunitarias y al asociarse con el Departamento para Personas Mayores de la Ciudad de Nueva York para coordinar alcance y compartir recursos.

Las Áreas de interés para Peatonales Mayores para Manhattan actualmente son: Chinatown, East Harlem, Hamilton Heights, Lenox Hill-Turtle Bay, Lower East Side, Manhattan Valley, Midtown West, Stuyvesant Town, Upper West Side, Washington Heights and Yorkville.

Abuso de mayores

A medida que la población de personas mayores aumenta, el abuso de mayores está en aumento. Es importante conocer los hechos y cómo conseguir ayuda si usted o alguien que conoce está en peligro.

El maltrato de las personas mayores es un problema que afecta a todos los segmentos de la sociedad sin importar el estado socioeconómico, el entorno de vida, raza y etnicidad o estado físico o cognitivo. El abuso de mayores puede incluir todas las siguientes formas de abuso:

Físico: Infligir dolor físico, lesión, coacción física o confinamiento contra la voluntad de alguien. Algunos ejemplos incluyen golpear, abuso sexual y restricción física.

Psicológico: Infligir angustia emocional o mental. Algunos ejemplos incluyen utilizar injurias, insultar, ignorar, amenazar e aislar.

Financiero: Explotar ilegalmente o de forma no ética o utilizar los fondos de una persona mayor sin consentimiento.

Negligencia: Rehusarse o no cumplir una obligación de cuidador. Algunos ejemplos incluyen abandono y no provisión de comida o servicios relacionados con la salud.

Sexual: Cualquier contacto sexual no deseado o exposición forzada a materiales o situaciones sexualmente explícitos.

Leyes de abuso de mayores

Los 50 estados y el Distrito de Columbia han promulgado legislación que aborda el abuso doméstico o institucional de los mayores. En el estado de Nueva York, los trabajadores del Servicio de Protección al Adulto (Adult Protective Services; APS, por sus siglas en inglés) deben informar cualquier instancia en la que ellos consideren que su cliente ha sido víctima de un delito. Además, los trabajadores en centros de cuidado de salud públicos deben informar el abuso de pacientes que reciben cuidado o servicios en su centro.

Si un ciudadano mayor ha sido abusado físicamente o está en peligro, llame al 911 inmediatamente. Para casos que no sean emergencias, estos números pueden ser útiles.

- Unidad de Abuso de Mayores del Fiscal del Distrito de Manhattan: (212) 335-8920
- APS de la Ciudad de Nueva York: (212) 630-1853
- Programa para Víctimas de Delitos contra Mayores, Departamento para Personas Mayores de la Ciudad de Nueva York: (212) 442-3103

LifeNet: Para información de salud mental, una referencia o si necesita hablar con alguien, llame a la Línea Directa confidencial de Salud Mental de la Ciudad de Nueva York.

- En inglés y en otros idiomas: (800) 543-3638, TTY: (212) 982-5284
- En español: (877) 298-3373
- En mandarín, cantonés y coreano: (877) 990-8585

Unidad de Abuso de Mayores del Fiscal del Distrito de Manhattan

Esta unidad investiga y procesa crímenes que involucran a víctimas de 60 años y más. Los servicios incluyen investigación y procesamiento de crímenes; ayuda para obtener una orden de protección y vivienda de emergencia; referencias de servicios sociales a agencias que brindan una variedad de servicios a mayores y investigación por parte del Programa de Evicción de Narcóticos por posibles desalojos de narcotraficantes de las instalaciones comerciales o residenciales de una persona mayor.

One Hogan Place

New York, NY 10013

(212) 335-8920

Línea directa de abuso de mayores: (212) 335-9007 o

manhattanda.org/resources-victims-elder-abuse

Línea directa de violencia doméstica de la Ciudad de Nueva York

Brinda ayuda y información de servicio actualizada en más de 150 idiomas.

(800) 621-4673.

Servicios de Protección del Adulto (APS)

APS es un programa de gestión de casos ordenado por el estado que organiza servicios y apoyo para adultos con discapacidad mental o física que están en peligro de sufrir daño.

APS está disponible para personas de 18 años y más que:

- padezcan discapacidad mental o física;
- no sean capaces de gestionar sus propios recursos, llevar a cabo actividades de la vida diaria o protegerse a sí mismos de abuso, negligencia, explotación u otras situaciones peligrosas sin ayuda de otros;
- no tengan a nadie dispuesto y capaz de ayudarlos de manera responsable.

En toda la ciudad: (212) 630-1853

Oficina del distrito norte de Manhattan: (212) 971-2727

(para residentes al norte de la 134th St. en el lado oeste y al norte de la 97th St. en el lado este)

Oficina del distrito sur de Manhattan: (212) 279-5794

(para residentes al sur de la 134th St. en el lado oeste y al sur de la 97th St. en el lado este)

Programa comunitario de prevención de abuso y maltrato a mayores en el Carter Burden Center

Los servicios incluyen planificación de seguridad, intervención de crisis, defensa en tribunal, asesoramiento legal, programas de educación comunitaria, coordinación con la policía y un lugar seguro para hablar. (212) 879-7400, Ext. 116

Centro de Recursos de Víctimas de Crímenes a Personas Mayores del DFTA

El Centro de Recursos de Víctimas de Crímenes a Personas Mayores del DFTA brinda servicios de asesoramiento a víctimas de abuso; recibe referencias de agencias comunitarias, hospitales, médicos, abogados y el público. (212) 442-3103.

Asociación judía de servicios para los ancianos (JASA)

Los abogados y trabajadores sociales de JASA ayudan a personas de 60 años y más que son víctimas de abuso de mayores, incluso el psicológico, emocional, verbal, financiero y físico. Los servicios incluyen asesoramiento individual y familiar, asesoría sobre beneficios y derechos, órdenes de protección, servicios médicos y legales, elementos de seguridad del hogar, grupos de apoyo, refugios de emergencia y planificación de seguridad.

JASA Help Center

247 West 37th St., 9th Floor

New York, NY 10018

(212) 273-5272 o www.jasa.org/services/advocacy

Oficina de Servicios a la Víctima del estado de Nueva York

Esta oficina brinda reembolsos por gastos relacionados con delitos a víctimas de delitos, administra la Ley federal de Víctimas del Delito a lo largo del estado, defiende la legislación de derechos de las víctimas y brinda formación para profesionales. (800) 247-8035

Sorenson Videophone: (866) 756-6729

Disponible de lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm

Abuso de Cuidado de Adultos y Hogar de Ancianos

Los reglamentos federales y estatales requieren informar las supuestas violaciones de abuso, maltrato y negligencia inmediatamente al administrador del establecimiento y al Departamento de Salud del estado de Nueva York. Para presentar una queja en cuanto a las facilidades certificadas de Cuidado del Adulto, incluso el abuso, contacte a:

Hogar de Adultos/Cuidado domiciliaria/Línea directa de hospicio: (866) 893-6772

Línea directa de abuso en hogar de adultos: (888) 201-4563

Programa de Apoyo Completo (OSSP)

El OSSP brinda prevención de abuso, educación y asesoramiento y se esfuerza a ayudar a personas mayores a finalmente terminar relaciones abusivas. Los trabajadores de casos del OSSP visitan a los clientes en sus hogares para brindar asesoramiento.

475 Riverside Drive

New York, NY 10025

(212) 864-7900

Centro Weinberg de Abuso de Mayores - Hogar hebreo en Riverdale

El Weinberg Center brinda refugio de emergencia para víctimas de abuso de 60 años o más. Además, brinda servicios de apoyo que incluyen asesoramiento, cuidado de salud, intervención y representación legal. Las personas mayores que se hospedan en el refugio de emergencia pueden utilizar los programas recreativos y educativos del Hebrew Home. Aunque está ubicado en Riverdale, el Weinberg Center atiende a toda la región, incluido Manhattan.

(800) 567-3646.

Protección al consumidor/Fraude

Una de las formas más comunes de abuso de mayores es la explotación financiera. Los siguientes recursos pueden ser útiles para evitar este delito.

Red de Control de Fraude de la AARP

(877) 908-3360 o www.aarp.org/money/scams-fraud/fraud-watch-network

Registro No Llamar

El Registro Nacional No Llamar le permite elegir no recibir llamadas de telemarketing en casa.

(888) 382-1222 o www.donotcall.gov

Departamento de Asuntos del Consumidor de la Ciudad de Nueva York (DCA)

El DCA regula muchas industrias bajo la Ley de Protección al Consumidor de la Ciudad de Nueva York y recibe miles de quejas de consumidores cada año. El DCA trabaja para resolver conflictos a través de la mediación, pero cuando eso no funciona, un juez administrativo puede intervenir en el caso.

42 Broadway

New York, NY 10004

311 o www.nyc.gov/html/dca/html/resources/complaint.shtml

Unidad de Control de Fraude de Medicaid del estado de Nueva York (OAG)

Esta oficina del Fiscal General del estado se dedica exclusivamente a la investigación y procesamiento de Delitos de Cuidado de la Salud en el estado de Nueva York.

(212) 417-5397 o (800) 771-7755

Oficinas de Crédito/Lista de Congelamiento

Los neoyorquinos que creen ser víctimas de robo de identidad pueden hacer un congelamiento de seguridad en sus archivos de crédito. Para activar el congelamiento, los consumidores deben contactar a cada una de las tres agencias de informe de crédito individuales nombradas a continuación por correo certificado o de entrega inmediata con un nombre, dirección, fecha de nacimiento, número de Seguridad Social y prueba del domicilio actual.

Equifax Security Freeze

P.O. Box 105788

Atlanta, GA 30348

(888) 202-4025

www.freeze.equifax.com

Experian Security Freeze

P.O. Box 9554

Allen, TX 75013

(888) 397-3742

www.experian.com/freeze

TransUnion Security Freeze

P.O. Box 6790

Fullerton, CA 92834-6790

Alerta de Fraude: (800) 680-7289

Congelamiento: (888) 909-8872

transunion.com/personal-credit/credit-disputes/credit-freezes.page

Informes de Crédito Gratuitos

Solicitar su informe de crédito cada año es una buena práctica para prevenir el robo de identidad. Las tres oficinas de crédito (Experian, Equifax y TransUnion) deben, por ley, darle una copia de su informe de crédito una vez por año. Si usted es víctima de robo de identidad, tiene derecho a un segundo informe de cada agencia.

(877) 322-8228 o www.annualcreditreport.com

VETERANOS

Línea de Crisis de Veteranos

Si usted es un veterano o un miembro de servicio actual o está preocupado por alguno de ellos, llame al (800) 273-8255. Presione 1 para ser conectado con un consejero de crisis de veteranos.

Oficina de Asuntos de Veteranos del Alcalde de la Ciudad de Nueva York (MOVA)

MOVA trabaja con veteranos y sus familias para asegurarse de que ellos reciban los beneficios a los cuales tienen derecho.

1 Centre St, 22nd floor South

New York, NY 10007

(212) 442-4171 o www.nyc.gov/html/vets/html/home/home.shtml

Departamento de Asuntos de Veteranos de los EE. UU.

Oficina regional de Nueva York

245 West Houston St.

New York, NY 10004

(800) 827-1000

Asuntos de Veteranos de los EE. UU.

Centro Médico del sistema de cuidado de salud de New York Harbor.

El Centro de Manhattan ofrece cuidado de salud integral para veteranos con baja honrosa.

423 East 23rd St.

Bet. First Ave. y Asser Levy Place

New York, NY 10010

(212) 686-7500

www.nyharbor.va.gov

Centros de AV

Existen centros con sede en la comunidad que ofrecen una variedad de servicios gratuitos para veteranos y sus familias, incluso el asesoramiento, servicios de empleo, ayuda con beneficios de salud y exámenes y referencias por asuntos médicos.

Centro de Veteranos de Harlem

Ofrece principalmente asesoramiento de reajuste pero también puede hacer referencias a servicios médicos, educativos, de vivienda y de empleo. Entrada libre.

2279 Third Ave.

Bet. East 123rd and 124th Sts.

New York, NY 10035

(646) 273-8139

7:30 am – 5:30 pm

Centro de Veteranos de Manhattan

Brinda asesoramiento exhaustivo de salud mental para veteranos. Llamar para citas.

32 Broadway

Bet. Morris St. y Exchange Alley

New York, NY 10004

(212) 742-9591

7:30 am to 5:30 pm

LGBTQ

Centros de Servicio

Servicios y Intervención, Mayores Gay, Lesbianas, Bisexuales y Transgénero (SAGE)

SAGE es la organización más grande y más antigua que se enfoca en mejorar la calidad de vida para poblaciones de personas mayores LGBT. Los programas incluyen asesoramiento, gestión de casos, educación y actividades sociales. www.sageusa.org

305 Seventh Ave., 15th Floor
Bet. 27th and 28th Sts.

Diariamente, 11:00 am - 8:00 pm

Cena: 5:00 pm - 6:30 pm

(212) 741-2247

127 West 127th Street

Bet. Adam Clayton Powell & Lenox blvds.

New York, NY 10027

Lunes a viernes, 10:00 am – 6:00 pm

Almuerzo: 12:00 – 1:30 pm

Teléfono: (646) 660-8954

Centro comunitario LGBT

208 West 13th St.

Lunes-sábado, 9:00 am – 10:00 pm

Domingos, 9:00 am - 9:00 pm

(212) 620-7310 or www.gaycenter.org

Griot Circle

Organización comunitaria para mayores de color LGBT que ofrece un club de libros, un grupo de mujeres, un grupo de VIH de hombres y gestión de casos.

25 Flatbush Ave., 5th Floor

Brooklyn, NY 11217

Lunes a viernes, 9:00 am - 6:00 pm

(718) 246-2775 o www.griotcircle.org

Callen-Lorde Community Health Center

Brinda cuidado de salud de calidad y delicado y servicios relacionados apuntado a las comunidades LGBT de Nueva York, sin importar el ingreso. Callen-Lorde promueve la educación de salud y bienestar y aboga sobre los asuntos de salud de LGBT.

356 West 18th St.

New York, NY 10011

(212) 271-7200 o www.callen-lorde.org

Intervención

American Civil Liberties Union

Proyecto LGBT & AIDS

125 Broad St., 18th Floor

New York, NY 10004

(212) 549-2627, (212) 549-2650

www.aclu.org/lgbt-rights

Institute for Human Identity (IHI)

322 Eighth Ave., Suite 802

New York, NY 10001

(212) 243-2830

www.ihl-therapycenter.org

JCC Manhattan – LGBT Programs

334 Amsterdam Ave.

New York, NY 10023

(646) 505-5742

www.jccmanhattan.org/lgbtq

Proyecto de Ley LGBT del New York

Legal Assistance Group

7 Hanover Square, 18th Floor

New York, NY 10004

(212) 613-5000, Ext. 5107

www.nylag.org/units/lgbt-law-project

LGBT@NYPL

La Biblioteca Pública de Nueva York lo conecta con sus colecciones, programas y experiencia LGBT en lgbt.nypl.org.

National Organization for Women/ New York City (NOW NYC)

150 West 28th St.
New York, NY 10001
Línea de ayuda: (212) 627-9895
Lunes a viernes, 9:30 am - 5:30 pm
www.nownyc.org

New York Civil Liberties Union (NYCLU)

125 Broad St., 19th Floor
New York, NY 10004
(212) 607-3300
www.nyclu.org

NYC Gay & Lesbian Anti-Violence Project (AVP)

240 West 35th St., 2nd Floor
New York, NY 10001
(212) 714-1184
Línea directa: (212) 714-1141
www.avp.org

Parents, Families & Friends of Lesbians & Gays (PFLAG) New York City

130 East 25th St.
New York, NY 10010
(646) 240-4288
Línea de ayuda: (212) 463-0629
www.pflagnyc.org

Stonewall Veterans' Association (SVA)

70-A Greenwich Ave., Suite 120
New York, NY 10011
(212) 627-1969
www.stonewallvets.org

Organizaciones SIDA

AMFAR, The Foundation for AIDS Research

120 Wall St., 13th Floor
New York, NY 10005
(212) 806-1600
www.amfar.org

Broadway Cares/Equity Fights AIDS

165 West 46th St., Suite 1300
New York, NY 10036
(212) 840-8770
www.broadwaycares.org

Gay Men's Health Crisis Inc. (GMHC)

446 West 33rd St.
New York, NY 10001
(212) 367-1000 or www.gmhc.org

God's Love We Deliver

166 Sixth Ave.
New York, NY 10013
(212) 294-8100 o www.godslovewedeliver.org

HIV/AIDS Legal Service Project

Legal Action Center
225 Varick St., 4th Floor
New York, NY 10014
(212) 243-1313 o www.lac.org

Village Care of New York

154 Christopher St.
New York, NY 10014
(212) 337-5600 o www.villagecare.org

Iglesias y sinagogas

B'nai Jeshurun Congregation

2109 Broadway, Suite 203

New York, NY 10023

(212) 787-7600 o www.bj.org

Congregation Beit Simchat Torah

57 Bethune St.

New York, NY 10014

(212) 929-9498 o www.cbst.org

Jan Hus Presbyterian Church

351 East 74th St. at First Ave.

New York, NY 10021

(212) 288-6743 o www.janhus.org

Marble Collegiate Church

1 West 29th St.

New York, NY 10001

(212) 686-2770

www.marblechurch.org

Park Ave. Christian Church

1010 Park Ave.

New York, NY 10028

(212) 288-3246

www.parkavenuechristian.com

Stephen Wise Free Synagogue

30 West 68th St.

New York, NY 10023

(212) 877-4050 or www.swfs.org

Derechos Humanos

Amnesty International USA

5 Penn Plaza

New York, NY 10001

(212) 807-8400 o www.amnestyusa.org

Medios de Comunicación y Educación

Out-FM on WBAI Radio/99.5 FM

P.O. Box 7032

Church St. Station

New York, NY 10008

(212) 209-2980 o www.outfm.org

Martes, 7:00 pm - 8:00 pm

☛ Un directorio exhaustivo LGBT de servicios y recursos está disponible en la Oficina del Contralor de la Ciudad de Nueva York, (212) 669-3500.

OPORTUNIDADES DE ENRIQUECIMIENTO

Organizaciones de Intervención

Las personas mayores deben hacerse escuchar en lo que concierne a problemas de política que afectan sus vidas, ya sean recortes en los fondos para centros para personas mayores, reducción en beneficios de salud o transporte público inaccesible. Las siguientes organizaciones apoyan a los mayores en la defensa de ellos mismos y de otros.

AARP

Esta organización no partidaria sin fines de lucro ayuda a personas de 50 años o más a mejorar la calidad de sus vidas a través de información, intervención y servicio.

780 Third Ave., 33rd Floor

New York, NY 10017

(866) 227-7442 o www.states.aarp.org/category/new-york

JASA Joint Public Affairs Committee (JPAC)

Este grupo comunitario de intervención de mayores enfatiza el liderazgo y la participación cívica y brinda seminarios de entrenamiento, acceso a oficiales estatales y locales, boletines y conferencias públicas.

Centro de ayuda JASA

247 West 37th St. 9th Floor

New York, NY 10018

(212) 273-5260 o www.jasa.org/advocacy

New York Gray Panthers

Las Panteras Gris es una organización nacional dedicada a la justicia social, incluso la expansión de programas de cuidado de salud y lucha contra la discriminación.

244 Madison Ave., Suite 396

New York, NY 10016

(917) 535-0457 o www.graypanthersnyc.org

New York State Alliance for Retired Americans (NYSARA)

NYSARA es portavoz para ciudadanos mayores y alienta a los mayores a actuar con unidad en temas legislativos y de política de importancia para los jubilados y sus familias.

800 Troy Schenectady Road

Latham, NY 12110

(518) 783-6231 o www.nysara.org

Servicios de empleo

Ya sea que se encuentre buscando diversificarse en una nueva carrera, aumentar los ingresos o convertir un pasatiempo en una vocación, la Ciudad de Nueva York ofrece muchos recursos de empleo para mayores.

ReServe

Este grupo sin fines de lucro agrupa profesionales de 55 años y más (ReServistas) con instituciones públicas sin fines de lucro y agencias de gobierno que necesiten su experiencia. ReServistas brindan servicios directos, apoyo administrativo y experiencia en el reforzamiento de capacidad en escuelas, agencias de servicio social, instituciones culturales y agencias públicas. ReServistas reciben un estipendio del empleador.

119 West 19th St., 4th Floor

New York, NY 10011

(212) 727-4335 o www.reserveinc.org

Senior Community Service Employment Program

Ayuda a colocar personas mayores de bajos ingresos en empleo subsidiado de pago de medio tiempo.

(877) 872-5627 o www.doleta.gov/seniors

Senior Employment Services (SES) – DFTA

El SES ofrece talleres para enfocarse en técnicas de búsqueda de trabajo y preparación de trabajo y ofrece ayuda de ubicación de trabajo para residentes de la Ciudad de Nueva York de 55 años y más.

Departamento para Personas Mayores de la Ciudad de Nueva York (DFTA)/Servicios de empleo para mayores

2 Lafayette St., 6th Floor

New York, NY 10007

311 o

www.nyc.gov/html/dfta/html/volunteering/job_training_and_placement.shtml

The Senior Works Center

El Senior Works Center atiende a recipientes de asistencia pública que tienen más de 60.
109 East 16th St.

Bet. Irving Place and Union Square East

New York, NY 10003

(212) 835-8445 o (212) 835-7691

Lunes y viernes, 8:30 am – 5:00 pm

Educación continua

¡Nunca es demasiado tarde para aprender algo nuevo! La educación continua es una manera fantástica de mejorar su conocimiento, crecer personal o profesionalmente y conocer personas nuevas.

City University of New York (CUNY)

CUNY les permite a personas mayores tomar cursos cuando hay espacio disponible en los colegios de dos y cuatro años. Hay una tarifa administrativa para ambos programas de universidad. Contacte a la oficina de admisiones de cualquier facultad CUNY de interés para mayor información.

Baruch College
(646) 312-1000
www.baruch.cuny.edu

CUNY Graduate School of Journalism
(646) 758-7700
www.journalism.cuny.edu

Borough of Manhattan
Community College
(212) 220-8000
www.bmcc.cuny.edu

CUNY School of Professional Studies
(212) 652-2869
www.sps.cuny.edu

The City College of New York
(212) 650-7000
www.ccny.cuny.edu

Hunter College
(212) 772-4000
www.hunter.cuny.edu

CUNY Graduate Center
(212) 817-7000
www.gc.cuny.edu

John Jay College of Criminal Justice
(212) 237-8000
www.jjay.cuny.edu

The Institute for Retired Professionals (IRP) – The New School

El IRP brinda un entorno comprensivo para el aprendizaje entre iguales de gente de todas las culturas. Alienta a los alumnos a desafiarse a sí mismos al tomar parte en el estudio y al asumir roles de liderazgo administrativo y académico.

66 West 12th St., Room 511
New York, NY 10011

(212) 229-5682 o www.newschool.edu/institute-for-retired-professionals

QUEST: A Community for Lifelong Learning – City College of New York

QUEST ofrece un currículo exhaustivo de alrededor de 40 cursos dictados por personas con experiencias similares en materias que incluyen literatura, ciencia, políticas, asuntos actuales, filosofía y las artes.

25 Broadway, 7th Floor
New York, NY 10004

(212) 925-6625, Ext. 229 o www.questonline.org

Tecnología/Formación de computadora

Carter Burden Center for the Aging

El laboratorio de la computadora ofrece sesiones de tutoría de media hora uno a uno de lunes a viernes.

1484 First Ave. (Bet. East 77th y East 78th Sts.)

New York, NY 10075

Horarios: 9:30 am - 5:00 pm

(212) 879-7400 o www.carterburdencenter.org

Lenox Hill Neighborhood House

Lenox Hill Neighborhood House ofrece un curso fundacional de nueve semanas llamado “Lo básico de computación para mayores.”

331 East 70th St. (Bet. First y Second Aves.)

New York, NY 10021

(212) 744-5022 o www.lenoxhill.org/content/who-we-help/adult-education.html

Servicios de tecnologías de adultos mayores (OATS)

OATS forma y apoya a adultos mayores en la utilización de tecnología para mejorar su calidad de vida y mejorar su compromiso cívico y social.

168 7th St., Suite 3A

Brooklyn, NY 11215

(718) 360-1707 o www.oats.org

Organizaciones de voluntariado

Las siguientes organizaciones brindan oportunidad para los mayores de ser voluntario, continuar su educación y ganar apoyo al buscar empleo.

Servicio de la Ciudad de Nueva York

Utilice su tiempo, pasión y habilidades para abordar las necesidades más urgentes de la Ciudad de Nueva York. Visite www.nycservice.org para encontrar una oportunidad de ser voluntario o una organización que necesite sus habilidades.

Community Connections TimeBank – Visiting Nurse Service of New York

El banco de tiempo más grande de la ciudad brinda intercambios de tiempo uno a uno y oportunidad de participar en una gran variedad de clases, grupos y talleres dictados por otros miembros. Los barrios de Manhattan que participan incluyen Washington Heights, Inwood, the Lower East Side, Chinatown y Battery Park City.

(212) 609-7811 o timebank@vnsny.org.

Ombudsman Program – New York Foundation for Senior Citizens

El Programa Defensor del Pueblo ofrece oportunidades de ser voluntario para personas de 21 años y más que quieren ayudar a proteger los derechos de los residentes de hogares de ancianos, hogares de adultos y vida asistida de la Ciudad de Nueva York. Los voluntarios que visitan centros de cuidado a largo plazo establecen relaciones con los residentes, escuchan sus preocupaciones y negocian con el personal del centro para resolver los problemas de los residentes y mejoran su calidad de vida. Se brinda capacitación gratuita y los voluntarios deben comprometerse por lo menos cuatro horas por semana durante un año.

(212) 962-2720 o www.nyfsc.org

Retired Senior Volunteer Program (RSVP) – Community Service Society

Como proveedor de oportunidades de voluntario para adultos mayores en facilidades sin fines de lucro, RSVP contrata a 6,500 voluntarios de edad mayor en 500 organizaciones sin fines de lucro a lo largo de la Ciudad de Nueva York. Los voluntarios mejoran los servicios que las organizaciones sin fines de lucro brindan a sus clientes.

Community Service Society

105 East 22nd St.

New York, NY 10010

(212) 254-8900 o www.cssny.org/services/rsvp

Senior Companion Program – Henry St. Settlement

El Senior Companion Program les permite a los adultos mayores saludables ser voluntarios en su tiempo libre para ayudar a personas mayores aisladas o que van a su casa a vivir de manera independiente. Los servicios incluyen visitas amigables, ayuda con la compra, acompañamiento a una cita con el doctor o otras actividades, mandados livianos, ayuda para obtener servicios tales como Access-a-Ride (acceso a la transporte) y meals-on-wheels y compañía básica. Para ser voluntario, usted debe tener al menos 55, ser capaz de utilizar transporte público y ser capaz de ser voluntario durante 15 horas o más por semana. Los voluntarios reciben reembolso de transporte, participan en sesiones de entrenamiento y pueden calificar para un estipendio libre de impuestos.

(212) 477-0455

www.henrystreet.org/programs/senior-services/senior-companion-program.html

New York Cares

New York Cares moviliza a los neoyorquinos en servicio de voluntariado.

65 Broadway, 19th Floor

New York, NY 10006

(212) 228-5000 o www.newyorkcares.org

Oportunidades culturales económicas y gratuitas

IDNYC

IDNYC—la tarjeta de identificación emitida por el gobierno que se encuentra a disposición de los residentes de la ciudad sin tener en cuenta el estado inmigratorio—es la clave para la ciudad. Más de 30 instituciones culturales principales permiten a los usuarios de tarjetas IDNYC registrarse para membresías gratuitas por un año. Para realizar una solicitud, llame al 311 para averiguar sobre el Centro de inscripción IDNYC más cercano.

Bibliotecas

La Biblioteca Pública de Nueva York ofrece clases gratuitas abiertas públicas, programas y exhibiciones en sus cuatro bibliotecas de investigación y 41 sucursales en Manhattan. Se pueden encontrar listados detallados en la publicación trimestral “NYPL now!” disponible en su biblioteca local o en línea en nypl.org. Visite la biblioteca de su vecindario o www.nypl.org/locations para encontrar una sucursal.

Consulte a NYPL al
(917) 275-6975

Library for the Performing Arts

40 Lincoln Center Plaza
Lunes, jueves., por la tarde - 8:00 pm
Martes, miércoles, viernes, mediodía - 6:00 pm

Main Library

42nd St. and Fifth Ave.
Lunes-jueves-sábados, 10:00 am - 6:00 pm
Martes, miércoles., 10:00 am - 8:00 pm
Domingo, 1:00 pm - 5:00 pm

Schomburg Center for Research and Black Culture

515 Malcolm X Blvd.
At West 135th St.
Lunes a viernes, 10:00 am - 6:00 pm
Martes, jueves, 10:00 am - 8:00 pm

Science, Industry and Business Library (SIBL)

188 Madison Ave. at 34th St.
Lunes a viernes, 11:00 am - 6:00 pm,
Martes a jueves, 10:00 am - 8:00 pm

Museos

American Museum of Natural History

Central Park West at 79th St.
New York, NY 10024
(212) 769-5100 o www.amnh.org
Pay what you wish

Personas mayores: \$5; gratis para personas adultas \$ 5 los miércoles, y gratis para todo el público cada tercer sábado del mes por Súper Sábado.

El Museo del Barrio

1230 Fifth Avenue at 104th St.
New York, NY 10029
212-831-7272 o www.elmuseo.org

Metropolitan Museum of Art

1000 Fifth Ave. at 82nd St.
New York, NY 10028
(212) 535-7710 o www.metmuseum.org
Abone lo que desee.

Morgan Library and Museum

225 Madison Ave. at East 36th St.

New York, NY 10016

(212) 685-0008 or www.themorgan.org

Personas mayores: \$12;

viernes gratis, 7:00 pm - 9:00 pm

Museum of Arts and Design

2 Columbus Circle

New York, NY 10019

(212) 299-7777 o www.madmuseum.org

Personas mayores: \$14; pague lo que desee

Martes y viernes, 6:00 am - 9:00 pm

Museum of Jewish Heritage

36 Battery Place

New York, NY 10280

(646) 437-4202 or www.mjhnyc.org

Pague lo que desee

Miércoles, 4:00 pm - 8:00 pm

Museum of Modern Art

11 West 53rd St.

Bet. Fifth and Sixth Aves.

New York, NY 10019

(212) 708-9400 o www.moma.org

Gratis viernes, 4:00 - 8:00 pm

Neue Galerie

1048 Fifth Ave. at 86th St.

New York, NY 10028

(212) 628-6200 or www.neuegalerie.org

Personas mayores: \$10; Gratis el primer

viernes de cada mes, 6:00 - 8:00 pm

Solomon R. Guggenheim Museum

1071 Fifth Ave. at 89th St.

New York, NY 10128

(212) 423-3500 or www.guggenheim.org

Abone lo que desee. Sábados 5:45 pm - 7:45 pm

Studio Museum in Harlem

144 West 125th St.

New York, NY 10027

(212) 864-4500 or www.studiomuseum.org

Personas mayores y estudiantes: \$3

The Cloisters

99 Margaret Corbin Dr. in Fort Tryon Park

New York, NY 10040

(212) 923-3700 o

www.metmuseum.org/visit/visit-the-cloisters

Pague lo que desee

The Frick Collection

East 70th St.

Bet. Madison and Fifth Aves.

New York, NY 10021

(212) 288-0700 o www.frick.org

Pague lo que desee

Domingos, 11:00 am - 1:00 pm

The Hispanic Society of America

Audubon Terrace

Broadway between 155th and 156th Sts.

New York, NY 10032

(212) 926-2234 o www.hispanicsociety.org

Gratis

The Jewish Museum

1109 Fifth Ave. at 92nd St.

New York, NY 10128

(212) 423-3200 o thejewishmuseum.org

Personas mayores: \$12; pague lo que desee

Jueves 5:00 - 8:00 pm, free Sat.

The Museum of Chinese in America

215 Centre St.

New York, NY 10013

(212) 619-4785 o www.mocanyc.org

Personas mayores: \$5; gratis jueves.

The Rubin Museum of Art

150 West 17th St.

New York, NY 10011

(212) 620-5000 o www.rubinmuseum.org

Personas mayores: \$10; Viernes gratis,

6:00 a.m - 10:00 pm. Gratis para personas

mayores primeros lunes de cada mes

Galerías

Las galerías de Manhattan ofrecen una oportunidad de observar de manera gratuita mucha variedad de arte. Además de West Chelsea, Soho y 57th St., hay espacios de exhibición en cada vecindario de Manhattan. Los diarios y revistas semanales incluyen un listado de galerías y reseñas.

Directorios artísticos

La zona norte de Manhattan es una parte muy importante de la comunidad artística de Manhattan. Estos sitios web ofrecen una amplia variedad de eventos artísticos.

Harlem Arts Alliance

Una organización de servicios artísticos que patrocina el Artz, Rootz and Rhythm Series, un festival anual y una serie de desarrollos profesionales mensuales.

www.harlemaanyc.org

Northern Manhattan Arts Alliance

presenta el Uptown Arts Stroll, un salón trimestral de artistas y foros comunitarios.

www.nomaanyc.org

Harlem One Stop

Como una iniciativa de turismo cultural de la Organización de preservación de la comunidad de la zona oeste de Harlem y Hamilton Heights, Harlem One Stop colabora con varias organizaciones de arte y cultura, comercios y restaurantes a fin de promover el turismo cultural a través de su sitio web.

www.harlemonestop.com

Espectáculos

AudienceExtras.com

(212) 686-1966

Martes - Sábados, 10:00 am - 5:00 pm

Reciba invitaciones para espectáculos del circuito Off- Broadway, anticipos de películas, clubes de comedias, cabarets y conciertos.

Cuota de membresía anual.

Carter Burden Center for the Aging Cultural Connections

1484 First Ave.

New York, NY 10075

(212) 879-7400

www.carterburdencenter.org/ccmembership

Viajes diarios económicos, teatros, conciertos recorridos museos. Cuota membresía.

Signature Theatre

480 West 42nd St.

Bet. Ninth and Tenth Aves.

New York, NY 10036

(212) 244-7529

www.signaturetheatre.org

Martes.-domingos, 11:00 am - 8:00 pm

Entrada subsidiada para Off-Broadway: \$25

Theatre Development Fund

520 Eighth Ave., Suite 801

New York, NY 10018

(212) 912-9770

www.tdf.org

Ofrece entradas con descuento para teatros, bailes y conciertos para jubilados (que ya no trabajan y que sean mayores a 62 años de edad) Cuota anual. TDF también ofrece entradas de \$9 para las producciones de Off-Broadway a personas que son miembros.

Gratis Shakespeare in the Park

Se lleva a cabo en el Delacorte Theater, Central Park West en West 81st St. durante el verano.

Las entradas se reparten en el parque por la tarde todos los días de la actuación y cuenta con una línea divisoria para personas mayores de 65 años de edad y para espectadores con discapacidades. Las personas forman la fila varias horas antes del horario. Existen dos maneras de evitar la fila:

- Ingrese a Free Virtual Ticketing Lottery y cree una cuenta en publictheater.org. Hay varios sorteos por separado para asientos generales, para personas mayores accesibles (ADA). Se forman filas para un sorteo en persona a las 11:30 am los días de las actuaciones en el Public Theater (Teatro público), 425 Lafayette St. (en Astor Place).
Taquilla: (212) 967-7555
10:00 am – 7:00 pm

David Rubenstein Atrium at Lincoln Center

61 West 62nd St.

Bet. Broadway and Columbus Ave.

New York, NY 10023

(212) 875-5350

www.atrium.lincolncenter.org

Todos los días, 8:00 am - 10:00 pm

Un lugar de encuentro de la comunidad para sentarse. Un espacio para actuaciones gratuitas. Un recurso para entradas de descuento para actuaciones disponibles en Lincoln Center. Mesa de recorridos e información. Sanitarios accesibles y acceso a Wi-Fi.

Film Society of Lincoln Center

Walter Reade Theater

165 West 65th St. (North side)

Bet. Broadway and Amsterdam Ave.

New York, NY 10023

(212) 875-5601 o www.filmlinc.com

Personas mayores: \$9

Elinor Bunin Film Center

144 West 65th St. (South side)

(212) 875-5645 o www.filmlinc.com

La taquilla abre 30 minutos antes de la proyección. Personas mayores: \$9

Juilliard Box Office

60 Lincoln Center at West 65th St.

Bet. Broadway and Amsterdam Ave.

New York, NY 10023

(212) 769-7406 o www.juilliard.edu

Lunes a viernes, 11:00 am - 6:00 pm

Varios eventos gratuitos. Recoge el calendario mensual en la taquillera para información.

Hunter College

Danny Kaye Playhouse

Taquilla: East 68th St. bet. Park and
Lexington Ave.

New York, NY 10065

(212) 772-4448, (212) 792-4227

www.hunter.cuny.edu/kayeplayhouse

Lunes - sábado, mediodía - 6:00 pm

Eventos económicos. Regístrese para
recibir correos electrónicos.

Metropolitan Opera

(212) 362-6000 o *www.metopera.org*

Se puede adquirir entradas a último
momento en línea para personas mayores
o en la taquilla: los días de la semana, \$20;
fines de semana, \$25

Metropolitan Opera

Free HD Screenings in Plaza

10 Lincoln Center Plaza

New York, NY 10023

(212) 362-6000 o *www.metopera.org*

Consulte el sitio web o llame a la taquilla
para solicitar información actualizada.

Manhattan School of Music

120 Claremont Ave.

At 122nd St. and Broadway

New York, NY 10027

(917) 493-4428 o *www.msmnyc.edu*

Lunes a viernes, 10:00 am - 5:00 pm

La mayoría de los eventos son gratuitos.

Mannes School of Music

150 West 85th St.

New York, NY 10024

(212) 580-0210

www.newschool.edu/Mannes/events

La mayoría de los eventos son gratuitos.

Mannes Schneider Concerts

66 West 12th St.

Bet. Fifth and Sixth Aves.

New York, NY 10011

Personas mayores: \$15, 5 conciertos por \$70.

People's Symphony Concert

(212) 586-4680 or *www.pscny.org*

Varios escenarios; suscripciones
económicas para música de cámara.

Merkin Concert Hall

129 West 67th St.

Bet. Broadway y Amsterdam Ave.

New York, NY 10036

(212) 501-3330

*www.kaufmanmusiccenter.org/mch/buy-
tickets/senior-discounts*

Rockefeller University

1230 York Ave. at 66th St.

New York, NY 10065

(212) 327-7007

Conciertos gratuitos los viernes por la
tarde de septiembre a junio.

Salas de cines

La mayoría de las salas de cine y programas de películas ofrecen descuentos para personas mayores: aquí hay una muestra, pero póngase en contacto con su teatro local para información adicional.

Angelika Film Center

18 West Houston St.

New York, NY 10012

Personas mayores a 55 años y mayores abonan \$7 durante todo el día jueves.

Film Forum

209 West Houston St.

New York, NY 10014

Mayores de 65 o más abonan \$7.50 por funciones antes de las 5:00 pm los días de la semana, o pueden adquirir una membresía de \$50 que permite comprar entradas de \$7.50 para cualquier función.

IFC Center

323 Sixth Ave. at West 3rd St.

New York, NY 10014

Las personas mayores abonan \$10 (en lugar de \$14) para funciones regulares, o pueden adquirir una membresía anual de \$50 y abonar \$9 por entrada sin cuota de reserva en línea.

Poetry

Nuyorican Poets Cafe

236 East 3rd St.

New York, NY 10009

(212) 505-8183 or www.nuyorican.org

Slams de poesía regular y otros eventos literarios.

Poets House

10 River Terrace near Chambers St.

New York, NY 10282

(212) 431-7920 o www.poetshouse.org

Lecturas de poesía de bajo costo para los envejecientes, además una biblioteca y un espacio de escritura.

Maysles Documentary Center

343 Lenox Avenue

Bet. 127th y 128th Sts.

New York, NY 10027

(212) 537-6843 o www.maysles.org

El Cine en el Centro documental Mayles se dedica a la exhibición de películas documentales cuatro noches por semana. Donación sugerida \$10.

Village East Cinema

181-189 Second Ave.

New York, NY 10003

Para funciones por la tarde, las entradas tienen un valor de \$7. Personas mayores a 55 años y mayores abonan \$8 durante todo el día jueves.

Poetry Project

(212) 674-0910 o www.poetryproject.org

11:00 am - 6:00 pm

Lunes.-viernes., mediados de septiembre a junio. Reciba correos electrónicos de forma semanal.

Poetry Readings

St. Marks Church in the Bowery

131 East 10th St. at Second Ave.

New York, NY 10003

(212) 674-6377

TRANSPORTE

MetroCard de tarifa reducida

La tarifa de el “subway” o el autobús local es subvencionada para las personas mayores de 65 años de edad o mayores y para aquellas personas que padecen incapacidades calificadas que cuentan con un MetroCard de tarifa reducida válida. El valor de la tarifa es la mitad del valor de la tarifa base. Usted puede solicitar un MetroCard de tarifa reducida por correo electrónico o en persona.

Por correo

- Descargar una solicitud en línea en web.mta.info/nyct/fare/rfindex.htm.
- Adjuntar una fotografía 2” x 2 1/2”.
- Adjuntar una fotocopia de una validación de edad comprobable: licencia de conducir, tarjeta de Medicare o certificado de nacimiento (una con su fotografía) o prueba de la incapacidad calificada.
- Correo a:
MTA New York City Transit
Attn: Reduced Fare Program
130 Livingston St.
Brooklyn, NY 11201-9625

Personalmente

- Si tiene 65 años de edad o más, puede traer su solicitud al MetroCard Customer Service Center en Lower Manhattan (en el bajo Manhattan):
3 Stone St.
New York, NY 10004
- Traer dos identificaciones válidas: licencia de conducir, tarjeta Medicare o certificado de nacimiento, uno de los cuales debe tener su fotografía.
- Hay servicios gratuitos de fotografía disponibles.
- No es necesario la intervención de un notario.

MetroCard Pago Fácil

El MetroCard Pago Fácil permite a las personas mayores abonar los viajes de manera automática mediante una tarjeta de crédito o débito.

Para realizar una solicitud:

web.mta.info/metrocard/EasyPayXpress.htm

(877) 323-7433

Lunes a viernes, 9:00 am - 5:00 pm. Sábados 9:00 am - 2:00 pm

Access-A-Ride (Acceso a un recorrido)

Por el mismo valor de la tarifa completa de transporte público, AAR (Access-A-Ride) le brinda un servicio para tránsito puerta a puerta las 24 horas del día, los siete días de la semana para personas con incapacidades que no pueden hacer uso del servicio de el autobús local o el “subway” para algunos o todos sus viajes.

Para solicitarlo, comunicarse con el (877) 337-2017 los días de la semana entre las 9:00 am y las 5:00 pm y seguir las instrucciones del menú para reservar una cita en un centro de evaluación. Dentro de las tres semanas de su evaluación, recibirá una respuesta respecto a su elegibilidad.

Una vez que tenga una tarjeta de identificación AAR, comunicarse con el (877) 337-2017 para hacer una reservación. Las reservaciones se deben realizar uno o dos días previos a su viaje. Deberá brindar su número de identificación de AAR; la fecha, horario y dirección exacta de su viaje; si va a viajar con un invitado o con una persona que lo asista; y toda instrucción especial.

Información adicional

- Estar preparado para esperar hasta 30 minutos luego de haber programado su horario para que lo recojan. Los vehículos de AAR que llegan durante este horario se consideran como haber llegado a tiempo. Puedes llamar a Control de Tránsito al (877) 337-2017 a fin de comprobar la ubicación de su vehículo o tiempo estimado de llegada.
- El servicio de suscripción se ofrece a todo cliente que se traslade desde la misma ubicación al mismo destino en el mismo horario del día de cada viaje, al menos un día a la semana. Los viajes se programan con anticipación.
- NYC Transit registrará todo cliente que no se presente o toda cancelación tardía como un viaje perdido y puede suspender al cliente por viajes perdidos en exceso.

Para asistencia al cliente

MTA NYC Transit Customer Assistance
(718) 330-1234
Diariamente, 6:00 am – 10:00 pm

MTA New York City Transit
Paratransit Division, Customer Relations
130 Livingston St.
Brooklyn, NY 11201

Accessible Dispatch

Accessible Dispatch compensa a los conductores por su viaje al lugar de recogida de manera que los pasajeros pagan la tarifa medida de un taxi. Todos los conductores de taxis que cuentan con acceso a sillas de ruedas deben participar en el programa Accesible Dispatch. Los pasajeros pueden solicitar un taxi con acceso a sillas de rueda para todo viaje que comience en Manhattan llamando al 311, llamando al transportista directamente al (646) 599-9999, mediante mensaje de texto al (646) 400-0789, solicitando en línea que lo recojan en www.nycaccessibledispatch.org, o utilizando la aplicación móvil gratuita para taxis WOW (Ruedas sobre Ruedas), disponible en la tienda iTunes y en Google Play.

Fundación de Nueva York para el Transporte de Ciudadanos Mayores (CART)

CART le brinda un servicio gratuito de camioneta los cinco días de la semana hacia y desde los consultorios médicos y los eventos planificados. Este servicio solo se encuentra disponible en ciertas áreas de Manhattan.

(212) 956-0855 or www.nyfsc.org/services/freetrans.html

CityBench

El Programa CityBench es una iniciativa DOT para incrementar la cantidad de asientos públicos en las calles de la ciudad de Nueva York. DOT se encuentra instalando bancos atractivos y duraderos en toda la ciudad, en particular en las paradas de autobuses, pasillos de comercios y en áreas con una alta concentración de ciudadanos mayores. Estos bancos harán que las calles sean más cómodo para los pasajeros de tránsito y los peatones, en especial para aquellas personas que son mayores y discapacitadas. DOT instalará 1500 bancos periódicamente para fines del año 2015.

A fin de apoyar las caminatas y el tránsito, los lugares prioritarios para los bancos incluyen:

- Paradas de autobuses sin refugios
- Aceras cerca de los servicios de tránsito
- Centro para personas mayores
- Centros de salud comunitarios y hospitales
- Zonas comerciales y distritos de compras
- Instalaciones municipales

DOT alienta a todos los ciudadanos de Nueva York a recomendar lugares para instalar bancos en áreas donde DOT tiene el derecho de paso (sin incluir la propiedad privada).

Si usted conoce una buena ubicación, visite

www.nyc.gov/html/dot/html/pedestrians/citybench.shtml y complete un formulario web o envíe un correo electrónico a citybench@dot.nyc.gov o llame al 311.

JUNTAS COMUNITARIAS

Las Juntas Comunitarias se encuentran empoderado mediante la carta municipal para la representación de intereses comunitarios. Compuestas por 50 residentes nombrados por periodos escalonados de dos años por el Presidente del Condado y los miembros del Consejo Municipal local, las 12 Juntas Comunitarias de Manhattan se reúnen mensualmente, excepto como se indica a continuación.

Las Juntas Comunitarias por lo general analizan temas de importancia para las personas mayores tales como acceso a parques, condiciones de las aceras, seguridad del tránsito y entrega de servicios a mayores y algunas cuentan con comités específicos para ancianos. Para mayor información respecto de las Juntas Comunitarias en general, visite manhattanbp.nyc.gov/cb; para información respecto de su propia junta, utilice la información a continuación.

COMMUNITY
BOARD

1



BATTERY PARK CITY
CIVIC CENTER
FINANCIAL DISTRICT
TRIBECA
SOUTH STREET SEAPORT

1 Centre St., Room 2202 North

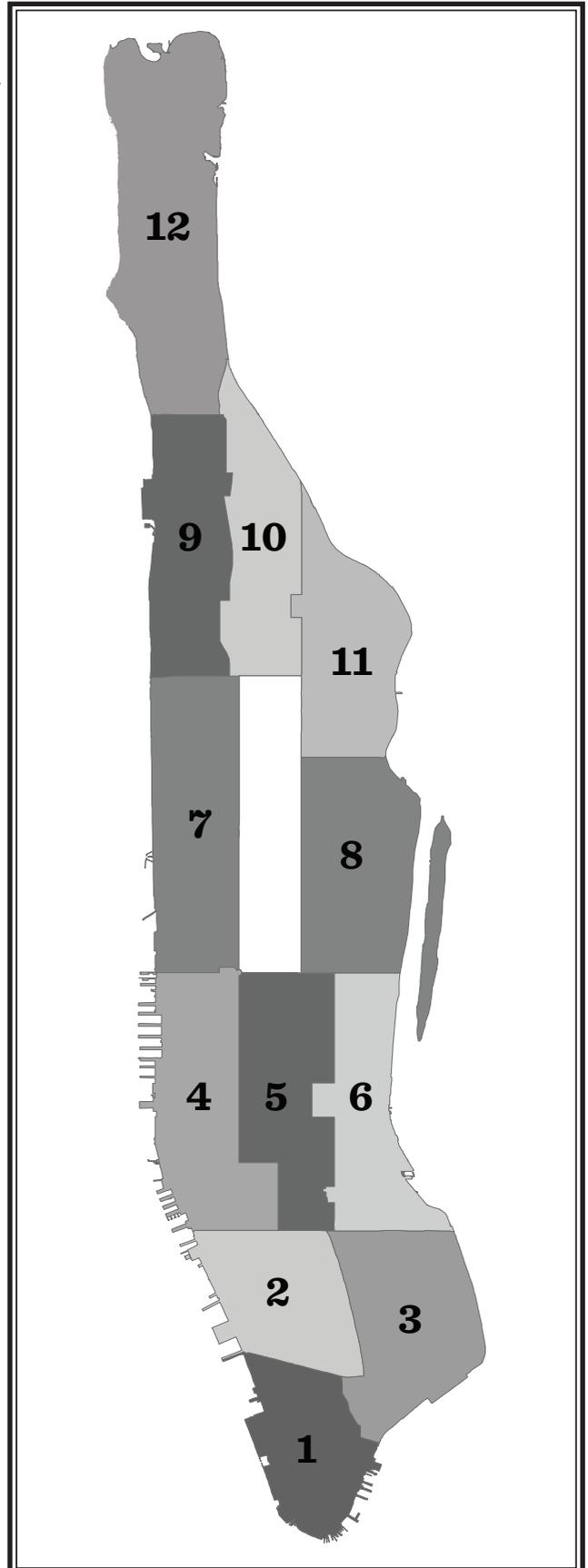
New York, NY 10007

(212) 669-7970

www.nyc.gov/html/mancb1

Se reúne el cuarto martes a las 6:00 pm.

Consulte el sitio web por su localización.



COMMUNITY
BOARD

2



GREENWICH VILLAGE
SOHO / NOHO
LITTLE ITALY
HUDSON SQUARE

3 Washington Square Village, Suite 1A
Bet. LaGuardia Place and Mercer St.
New York, NY 10012

(212) 979-2272 o www.cb2manhattan.org

Se reúne el cuarto jueves a las 6:00 pm.
Consulte el sitio web por su localización.

COMMUNITY
BOARD

5



UNION SQUARE
FLATIRON DISTRICT
MIDTOWN

450 Seventh Ave., Suite 2109
Bet. West 34th and West 35th Sts.
New York, NY 10123

(212) 465-0907 o www.cb5.org

Se reúne el segundo jueves a las 6:00 pm en
Xavier High School, 30 West 16th St.

COMMUNITY
BOARD

3



CHINATOWN
LOWER EAST SIDE
TWO BRIDGES

59 East 4th St. (Bet. 2nd Ave. & Bowery)
New York, NY 10003

(212) 533-5300 o www.cb3manhattan.org

Se reúne el cuarto martes a las 6:30 pm.
Consulte el sitio web por su localización.

COMMUNITY
BOARD

6



STUYVESANT TOWN
PETER COOPER VILLAGE
GRAMERCY PARK
MURRAY HILL
SUTTON PLACE

866 U.N. Plaza, Suite 308 (at East 48th St.)
New York, NY 10017

(212) 319-3750 o www.cb6.org

Se reúne el segundo miércoles a las 7:00 pm.
Consulte el sitio web por su localización.

COMMUNITY
BOARD

4



CHELSEA
CLINTON

330 West 42nd St., 26th Floor
Bet. Eighth and Ninth Avenues
New York, NY 10036

(212) 736-4536 o www.nyc.gov/mcb4

Se reúne el primer miércoles a las 6:30 pm.
Consulte el sitio web por su localización.

COMMUNITY
BOARD

7



UPPER WEST SIDE
MANHATTAN VALLEY

250 West 87th St., 2nd Floor
Bet. Broadway and West End Ave.
New York, NY 10024

(212) 362-4008 o www.nyc.gov/mcb7.org

Se reúnen el primer martes a las 6:30 pm.
Consulte el sitio web por su localización.

COMMUNITY
BOARD **8** 

UPPER EAST SIDE
YORKVILLE
LENOX HILL

505 Park Ave., Suite 620
Bet. East 59th & East 60th Sts.
New York, NY 10022
(212) 758-4340 o www.cb8m.com
Se reúne el tercer miércoles a las 6:30 pm.
Consulte el sitio web por su localización.

COMMUNITY
BOARD **9** 

MORNINGSIDE HEIGHTS
MANHATTANVILLE
HAMILTON HEIGHTS

16-18 Old Broadway
Bet. 125th and 126th Sts.
(una cuadra al este de Broadway)
New York, NY 10027
(212) 864-6200 o www.cb9m.org
Se reúne el tercer jueves a las 6:30 pm
(excepto en julio y agosto) en
Fortune Society,
630 Riverside Drive en 140th St.

COMMUNITY
BOARD **10** 

CENTRAL HARLEM

215 West 125th St., 4th Floor
Bet. Frederick Douglass and
Adam Clayton Powell Jr. Blvds.
New York, NY 10027
(212) 749-3105 o www.nyc.gov/mcb10
Se reúne el primer miércoles a las 6:00 pm,
en 163 West 125th St., bet. Lenox Ave. &
Adam Clayton Powell Blvd.
Consulte el sitio web por cambios.

COMMUNITY
BOARD **11** 

EAST HARLEM
EL BARRIO

1664 Park Avenue, Ground Floor
Bet. East 117th and East 118th Sts.
New York, NY 10035
(212) 831-8929 o www.cb11m.org
Se reúne el tercer martes a las 6:30 pm.
Consulte el sitio web por su localización.

COMMUNITY
BOARD **12** 

WASHINGTON HEIGHTS
INWOOD

530 West 166th Street, 6th Floor
Bet. St. Nicholas and Audubon Aves.
New York, NY 10032
(212) 568-8500 o www.nyc.gov/mcb12
Se reúne el cuarto martes a las 7:00 pm.
Consulte el sitio web por su localización.



OFICINA DE LA PRESIDENTA
CONDADO DE MANHATTAN
CIUDAD DE NUEVA YORK

1 Centre Street
19th Floor South
New York, NY 10007
(212) 669-8300

431 West 125th Street
New York, NY 10027
(212) 531-1609

www.manhattanbp.nyc.gov

  [galeabrewer](#)

NÚMEROS IMPORTANTES

El mejor recurso para encontrar un contacto del gobierno es www.nyc.gov/greenbook.

Línea del Departamento para 311
Personas Mayores

Línea de asistencia de la Oficina para el (800) 342-9871
Mayor del Estado de Nueva York

Servicios de Protección del Adulto:

Alto Manhattan (212) 971-2727
(para residentes al norte de la 134th St. en el lado oeste y al norte de la 97th St. en el lado este)

Bajo Manhattan (212) 279-5794
(para residentes al sur de la 134th St. en el lado oeste y al sur de la 97th St. en el lado este)

Red de Control de Fraude de la AARP (877) 908-3360
(Asociación estadounidense de jubilados)

Administración del Seguro Social (800) 772-1213

Medicare (800) 633-4227

Medicaid (800) 541-2831

Concilio de Centros para Envejecientes de la Ciudad de Nueva York (212) 398-6565

Línea directa las 24 horas de Con Edison (800) 752-6633

LifeNet, línea directa las 24 horas para emergencias de salud mental en la Ciudad de Nueva York:

Inglés: (800) 543-3638

TTY: (212) 982-5284

Español: (877) 298-3373

Mandarín, cantonés y coreano: (877) 990-8585

.....
.....

