

Chatham County Council on Aging

Información – Asistencia – Recomendaciones

¿A dónde puede mi padre ir a obtener una comida caliente a la hora de sus alimentos?

¿Cómo puedo encontrar quien me lleve a la tienda de alimentos?

¿Se puede quedar alguien con mi madre mientras yo hago mis mandados?

Ya sea que su pregunta sea acerca de nutrición, asistencia en la casa, transportación, o apoyo de cuidadores profesionales, el consejo senil le ayudara a encontrar la respuesta.

Diseñado por los Comisionados del Condado de Chatham como único portal de entrada para servicios a los ancianos, nuestra meta es proveer programas y servicios para asistir a los ancianos en mantener una calidad de vida e independencia en el hogar. Nosotros trabajamos en conjunto con muchos servicios de proveedores del Condado de Chatham como así mismo adultos proveedores de cuidado independientes.

Western Chatham Senior Center en Siler City y Eastern Chatham Senior Center en Pittsboro proveen una gama completa de actividades, programas de bienestar y ejercicios, programas de nutrición y educación para el manejo de las enfermedades, como también soporte para los ancianos y sus familias y cuidadores. Todos los servicios y programas del Consejo están disponibles para los adultos mayores de 60 años de edad en adelante. Algunos programas están disponibles para los adultos de 55 años de edad y mayores de 55 años. Algunos programas están abiertos para todos los adultos.

Por favor llegue al Senior Center para más información, o visite nuestro sitio en la internet www.chathamcouncilonaging.org. O llame a cualquiera de nuestro personal a los números de teléfono listados en este folleto junto con la descripción de los servicios y programas que nosotros ofrecemos.

Angel Dennison, Executive Director
Chatham County Council on Aging
P.O.BOX 715
Pittsboro, NC 27312
(919) 542-4512



EL CONSEJO SENIL EN CHATHAM COUNTY



Eastern Chatham Senior Center
365 Highway 87 N; Pittsboro, NC 27312
(919)542-4512



Western Chatham Senior Center
112 Village Lake Road; Siler City, NC 27344
(919)742-3975

*El Consejo Senil de Chatham County Council
Promoviendo Viviendo con Independencia Desde 1974*

Información y Asistencia:

Este programa ayuda a los individuos ancianos y sus familias a obtener información acerca de servicios disponibles. Nuestro personal ayuda a los ancianos a contactarse con programas locales, estatales y nacionales. Comuníquese a Eastern Chatham Senior Center al teléfono 542-4512 o Western Chatham Senior Center al teléfono (919) 742-3975.

Programas en el Hogar:

- **Servicio de Ayudante:** Nosotros asistimos a los ancianos a mantener su independencia asignándoles auxiliares de enfermería certificadas para realizar los quehaceres del hogar como limpieza leve, preparación de alimentos y asistencia personal con el cuidado personal. Comuníquese con Phyllis Reid. Manejadora del Cuidado a los Ancianos, al teléfono 542-4512.
- **Alimentos Enviados al Hogar:** Voluntarios proveen una breve visita y un alimento caliente para hacer un lazo entre los ancianos que no pueden asistir a las comidas de la congregación. Comuníquese con Jeannie Ellington. Manejadora del Programa De Nutrición, al teléfono, 542-4512.
- **Programa de Préstamos de Equipo de Asistencia:** Nosotros proveemos equipo de asistencia, como son barandales, barras de sujetarse para regaderas, bastones, andadores, sillas de ruedas, bancas para pasarse de un lado a otro en la regadera y rampas para las sillas de ruedas. Comuníquese con Phyllis Reid. Manejadora del Cuidado a los Ancianos, al teléfono 542-4512.
- **Reparaciones Menores del Hogar:** Nosotros instalamos equipo de asistencia, proveemos equipo y hacemos reparaciones menores en el hogar incluyendo la instalación de rampas para las sillas de ruedas. Comuníquese con Phyllis Reid. Manejadora del Cuidado de Los Ancianos, al teléfono 542-4512.
- **Alimentos de Emergencia:** Nosotros damos comida y suplementos nutricionales, como también alimentos enlatados no percederos, a los ancianos que se encuentran en una situación financiera apretada u otra situación de emergencia. Comuníquese con Jeannie Ellington. Manejadora del Programa de Nutrición.

Programas de Puentes para el Bienestar y Centro Senil

- **Apooyo del Cuidador:** Este programa ofrece un respiro por 24 horas de a los cuidadores. Ayudantes con Licencia o voluntarios están disponibles. El Consejo prepara a los voluntarios a través de una extensa capacitación. Comuníquese con Jeannie Ellington. Manejadora del Programa de Nutrición, o Evelyn White, Coordinadora de Voluntarios, al teléfono 542-4512.
- **Alimentos Congregados:** Una comida nutritiva al medio día y compañerismo en la comunidad se ofrece diariamente, de lunes a viernes, en los dos Centros de la Senectud. Se ofrece una variedad de programas y actividades, como evaluaciones de salud, juegos, nutrición, educación, y clases de arte. Comuníquese con Jeannie Ellington. Manejadora del Programa de Nutrición, al teléfono 542-4512.

- **Actividades en el Centro Senil:** Juego de bingo, colchas, jardín, canto, aros de hula. Comuníquese con Lyndsay Straughn. Coordinadora de los Programas de Bienestar y Actividades, al teléfono 542-4512 o Faye Tillman. Coordinadora de Actividades, al teléfono 742-3975.
- **Programa de Bienestar:** Establece una rutina regular de ejercicio aeróbicos de bajo impacto, Thai Chi, yoga, aeróbicos con sillas, aeróbicos de escalón, y clases de estiramiento y tono. El Centro Senil tiene un espacio para ponerse en forma con equipo deportivo incluyendo estaciones de pesas, caminadoras eléctricas, pesas gratuitas y bicicletas estacionarias. La membrecía está disponible para todo el público mayor de 55 años de edad. Comuníquese con Dixie Sugg. Manejadora del Programa de Bienestar, al teléfono 742-3975 o Lindsay Straughn. Coordinadora del Programa de Bienestar y Actividades al teléfono 542-4512.
- **Apooyo en la Educación de la Salud y Enfermedades:** Educación nutricional, estilos de vida saludables y apooyo para la diabetes son algunos ejemplos de la los programas de apooyo de la educación y enfermedad ofrecidos en los centros, comuníquese con Jeannie Ellington Manejadora del Programa de Nutrición al teléfono, 542-4512.

Transportación:

Transportación está disponible en los Centros con horarios para parar en el supermercado y la farmacia. El Consejo también ofrece asistencia haciendo arreglos en transportación médica. Una van con levantador de silla de ruedas está disponible para aquellos que no pueden viajar en carro. Comuníquese con Jeannie Ellington, Manejadora del Programa de Nutrición, o a Evelyn White Coordinadora de Voluntarios al 542-4512.

Voluntarios:

Únase al voluntariado de actividades y cambio de vida significativamente en apooyo a nuestra misión para promover el vivir independientemente entre la población de ancianos en el Condado de Chatham. Comuníquese con Evelyn White al teléfono 542-4512.

Otros Programas Incluyen: Asistencia de impuestos sobre la renta. Distribución de ventiladores de alivio para el calor, grupo de apooyo de la diabetes, soporte del grupo de apooyo de los cuidadores. AARP del Condado de Chatham. Juegos para los ancianos, Club de Viajeros, Programa de Información de Seguro Medico para ancianos y servicios legales. Comuníquese con Evelyn White, Coordinadora de Voluntarios al teléfono 542-4512.

