



Guía de Servicios de JABA

**Ud. tiene preguntas.
*JABA tiene respuestas.***

JABA es la directiva del área Jefferson para envejecimiento. Hemos estado apoyando adultos de tercera edad y discapacitados, sus familias y cuidadores en la zona central de Virginia por más de 40 años. Si Ud. tiene preguntas sobre el envejecimiento o si necesita ayuda mientras ayuda a un pariente, llámenos.

Este folleto le da una visión conjunta de los servicios que JABA ofrece. ¿Dónde está Ud. o un ser querido en el proceso de envejecimiento? Básicamente nosotros hemos dividido nuestros servicios en las categorías siguientes:

- Soy un adulto mayor que vive independientemente
- Necesito de apoyo y recursos
- Necesito ayuda las 24 horas
- Soy cuidador

Por favor comuníquese con JABA o visite nuestro sitio si tiene preguntas o necesita información adicional.

JABA (Jefferson Area Board for Aging)
674 Hillside Drive, Suite 9
Charlottesville, VA 22901
434.817.5222
www.jabacares.org



SOY UN ADULTO MAYOR INDEPENDIENTE



Información y Ayuda

Ud. o un ser querido tiene dificultad en encontrar la información y los recursos que necesita para tener una vida saludable, sana y activa mientras se envejece? Los especialistas de información y ayuda de JABA le ayudan a comunicarse con servicios que satisfacen sus necesidades específicas. JABA tiene más de 40 años de experiencia en trabajar a beneficio de la comunidad de adultos mayores. Permítanos conectarlo a Ud. o a un ser querido con los recursos que le hace posible envejecer de una manera positiva.

Centros Comunitarios Para Adultos Mayores

Está Ud. buscando un lugar donde crear nuevas amistades, informarse de recursos comunitarios y disfrutarse de excursiones diurnas? Uno de los Centros Comunitarios para Adultos Mayores de JABA (en Charlottesville y en los condados Albermarle, Fluvanna, Greene, Louisa y Nelson) pueda convenirle. Cada Centro ofrece almuerzos nutritivos, servicios de salud y conexiones con sus prójimos. Alimente su cuerpo, mente y espíritu a través de ejercicio, música, manualidades, y otras actividades. Afiliación es gratis (donación reducida sugerida por el almuerzo).

Servicios de Salud y el Bienestar

Asiste Ud. a uno de los Centros Comunitarios para Adultos Mayores? Habita Ud. en una de nuestras comunidades asequibles para adultos mayores? Si es así, Ud. puede utilizar los servicios de salud gratis de JABA. Enfermeras proveen evaluaciones periódicas, tratamiento para heridas menores, ayuda con manejo de medicinas, información sobre asuntos de salud, y en el manejo de enfermedades crónicas.

Apoyo En Cuanto al Seguro

¿Está Ud. listo para jubilarse y es Ud. nuevo en Medicare?
¿Quiere Ud. asegurarse de aprovechar lo máximo de la Parte D de su plan de seguro para medicinas recetadas durante el

Período Abierto de Medicare cada doce meses? JABA ofrece gratis consejos imparciales que guía a adultos mayores e incapacitados por estas preguntas tan complicadas respecto al seguro de salud. También evaluamos a individuos para programas de beneficios y proveemos información sobre cómo protegerse contra el fraude.

Servicios de Voluntarios

Quisiera hacer una diferencia en nuestra comunidad? JABA puede ligarlo con oportunidades para ofrecerse de voluntario por toda nuestra región. Las posibilidades son tan variadas como es cada individuo. Puede tocar música o ayudar con manualidades en uno de nuestros centros. O guiar a un niño por nuestro programa de FISH (Amigos Ayudando en Escuelas), o conectarse con adultos mayores por medio de nuestro programa de Vecinos-con-Vecinos. Los voluntarios de JABA encuentran motivo mientras ofrecen sus talentos y compasión en llenar necesidades comunitarias vitales.

Viviendas a Precio Médico para Adultos Mayores

Está Ud. buscando una comunidad de viviendas a precio médico para adultos mayores? JABA ofrece viviendas para adultos mayores en el área de Charlottesville (Timberlake Place, Woods Edge y Park View Apartments) y en Nelson County (Ryan School Apartments). Mantenga un modo de vivir independiente y activo mientras interacciona con sus prójimos. Servicios de salud y chequeos periódicos provee JABA en todas las comunidades.

Transiciones de Cuido: de Hospital a Casa

Tiene preocupaciones por un ser querido que regresa a casa de una estadía en el hospital? JABA ha ligado con facilidades medicas regionales para poder trabajar con individuos en transición de hospital a casa. Nuestro Programa de Cuido Transicional se basa sobre un modelo reconocido nacionalmente que históricamente baja la frecuencia de regresos al hospital y mejora resultados de salud para pacientes. Un guía de JABA ayuda a pacientes a mejor abogar para ellos mismos mientras recuperan en casa.

NECESITO DE APOYO Y RECURSOS



Centros de Cuido para Adultos

Necesita su ser querido de un lugar seguro y acogedor durante la semana mientras Ud. trabaja o se ocupa con otras responsabilidades? Los centros de cuidado para adultos de JABA en Charlottesville y Louisa proveen un día lleno de diversión, un equipo que se preocupa por sus clientes, y actividades y excursiones inter-generacionales. Transporte se puede arreglar por medio de recursos no de JABA, tal como JAUNT. Nosotros especializamos en cuidado centrado en el individuo para los que se envejecen, (a incluir Alzheimer's y demencia), pero también acogemos a adultos discapacitados. Llame para informarse más de costos/becas y para arreglar una visita.

Consejos sobre Opciones

Le está pasando dificultad en ordenar un montón de detalles para poder hacer una decisión acerca de su próximo paso mientras se envejece? Tal vez es hora de entrar en un ambiente más comprensivo, pero se encuentra inundado con información. Es en esta situación que los consejeros de opciones de JABA pueden ayudar. Trabajan con Ud. en examinar las posibilidades, le ayudan a desarrollar un plan de acción que satisface sus necesidades específicas y le ofrecen apoyo mientras convierte su plan en realidad. Ud. tiene el derecho de decidir su futuro. Nuestra meta es hacer este proceso lo más cómodo posible.

Comidas Entregadas a Domicilio

Es Ud. un adulto de bajos recursos económicos que no puede salir de su casa, y luchando para preparar su propia comida nutritiva, en una situación de plazo largo o corto? Si es así, Ud. puede calificar para el programa de Comidas Entregadas a Domicilio de JABA. JABA ofrece opciones de comida por medio de "Mom's Meals" y por nuestra colaboración con "Meals on Wheels". Todas comidas están entregadas a su puerta. Voluntarios proveen llamadas amistosas de verificación cuando necesario. Comuníquese con nosotros para determinar si Ud. o un ser querido califica para este servicio.

Viva Bien, Virginia!: Un Programa de Cuido Propio para Condiciones Crónicas

Es Ud. Un adulto mayor con hipertensión, diabetes o artritis? Sabia Ud. que más del 90% de adultos mayores tienen por lo menos una enfermedad crónica? “Viva Bien, Virginia!” es un programa diseñado para empoderar a adultos a mejorar sus condiciones de salud y su calidad de vida. Durante talleres interactivos, participantes practican estrategias para enfrentar asuntos relacionados con enfermedades crónicas tales como manejo de dolor, nutrición, uso de medicinas y comunicación con médicos. Participantes reportan que sienten mejor y con más seguridad después de terminar el programa.

NECESITO DE AYUDA LAS 24 HORAS



Mountainside Senior Living

Puede su ser querido movilizarse todavía, pero necesita más ayuda que Ud. puede ofrecer en casa? ¿Está su pariente en las etapas iniciales de Alzheimer's o demencia? Siendo la instalación para vida asistida de precio más módico en la región, Mountainside Senior Living pueda ser su resolución. Personal médico está presente las 24 horas todos los días, y ayudan a residentes con medicamentos, requisitos dietéticos especiales, y la higiene personal. Un director de casos de tiempo completo identifica las necesidades individuales de cada residente. Nuestra comunidad muy unida de 100 residentes se encuentra en el mero centro de Crozet, Virginia, y tiene un programa vibrante de actividades que trae a los residentes en contacto cercano con nuestros muchos amigos.

Blue Ridge PACE (Programa de Cuido Inclusivo para Adultos Mayores)

Si alguien cerca de Ud. se ha informado que es la hora de contemplar un asilo de ancianos, considere una alternativa en Blue Ridge PACE. Adultos frágiles se quedan en casa, y se transportan a PACE durante el día para recibir cuidado coordinado comprensivo, incluyendo terapias en el local, clínica médica, cuidado diurno de adultos, comidas nutritivas y más. La práctica de

PACE de poner al individuo al centro de sus esfuerzos se extiende a servicios al domicilio y a enfermeras cuando necesario. JABA se ha afiliado con UVA Health System y Riverside Health System para proveer a familias esta alternativa a cuidado residencial.

Servicios de Abogacía de Ombudsman (Defensor del Pueblo)

Quiere a alguien que vive en una institución de cuidado a largo plazo, tal como un asilo de ancianos o de vida asistida? Es importante que individuos viviendo en estas circunstancias que pueden ser vulnerables reciben el cuidado que necesitan y que les protege la ley. El programa de Ombudsman para cuidado a largo plazo aboga para gente en estos ambientes institucionales o a personas que reciben cuidado a largo plazo en casa. El ombudsman de JABA trabaja con individuos, familias e instituciones para resolver favorablemente asuntos que se tratan de derechos y cuidado de residentes.

SOY CUIDADOR



Cuido de Respiro

Necesita Ud., como cuidador, un breve descanso, o hasta unas vacaciones, sabiendo que su ser querido está en manos capaces y atentas? No hay que buscar más que a Mountainside Senior Living. Ofrecemos períodos de 24 horas y más de descanso de respiro que le da a Ud. el tiempo que necesite para recargar su energía. La duración de estadía puede variar, y se determina por accesibilidad. Los servicios incluyen cuidado personal y médico las 24 horas del día, (dietas especiales se acomodan), actividades, terapias, seguridad física, transporte y actividades sociales. Para respiro durante días laborales, consideren los Centros de Cuido Adulto de JABA en Charlottesville y Louisa.

Grupos de Apoyo para Cuidadores

JABA cuida al cuidador. Si Ud. ha estado luchando para cuidar a un ser querido, nosotros podemos ayudar. Pueda ser emocionalmente, físicamente, o económicamente agotado.

Venga a nuestro Grupo de Apoyo para Cuidadores en Charlottesville para compartir sus preocupaciones en un ambiente seguro y de confianza, e infórmese de recursos comunitarios para sostener su compromiso en el cuidado a sus seres queridos. Revise nuestro sitio web para los días y horas de reuniones de apoyo.

OTROS PROGRAMAS Y SERVICIOS DE JABA

Clases Preescolares de Estrella Brillante

Si Ud. está buscando un preescolar que provee un ambiente sano, seguro, y educacional, tiene que informarse del Preescolar de Estrella Brillante de JABA en Charlottesville. El preescolar está situado intencionalmente contiguo al Centro de Cuido para Mayores de JABA para promover interacción entre niños y sus mayores, lo que resulta en días enriquecidos con actividades intergeneracionales. Participe en esta diversión!

Cuido en Casa

Es Ud. adulto que requiere ayuda para seguir viviendo independientemente? Tal vez necesita de un ayudante que llegue unas horas cada semana para conversación y para ayudar con quehaceres livianas y mandados. O pueda Ud. tener necesidad de una enfermera capacitada para proveer de servicios más detallados en su casa. JABA se ha asociado con Care Advantage Plus para poder ofrecer servicios seguros y de primera calidad para satisfacer una variedad de necesidades para que pueda mantener su independencia y vivir en el hogar de su escogencia por el tiempo máximo posible.

Coordinación de Cuido: Apoyando Cuido de Demencia

Coordinadores de JABA y la Clínica de Cuido de Memoria y Envejecimiento de UVA trabajan en toda Virginia con individuos que han recibido una diagnosis reciente de impedimento cognitivo o demencia leve y sus familias para mejorar la calidad de vida y acceso a servicios. La ayuda incluye educación y conectando individuos con recursos dentro de la comunidad.



NECESITA INFORMACIÓN O APOYO MIENTRAS ENVEJECE? COMUNÍQUESE CON:

Habla Ud. Español?

Por favor llame a JABA al 434.817.5222 para decirnos en qué manera podemos ayudar, su número de teléfono, y la hora en que podemos llamar de vuelta (horas de oficina solamente). Un hispanohablante le regresará su llamada.

JABA (Jefferson Area Board for Aging)
674 Hillsdale Drive, Suite 9
Charlottesville, VA 22901
434.817.5222
www.jabacares.org



Mountainside Senior Living
1220 Crozet Avenue (PO Box 310)
Crozet, VA 22932
434.823.4307
www.mountainsideseniorliving.com

