



**PGSPN** PRINCE GEORGE'S  
Senior Provider Network

COMUNIDAD / RECURSOS / COLABORACIÓN / EDUCACIÓN



CONDADO DE PRINCE GEORGE  
**Guía de Recursos para  
Adultos Mayores**

**2024**

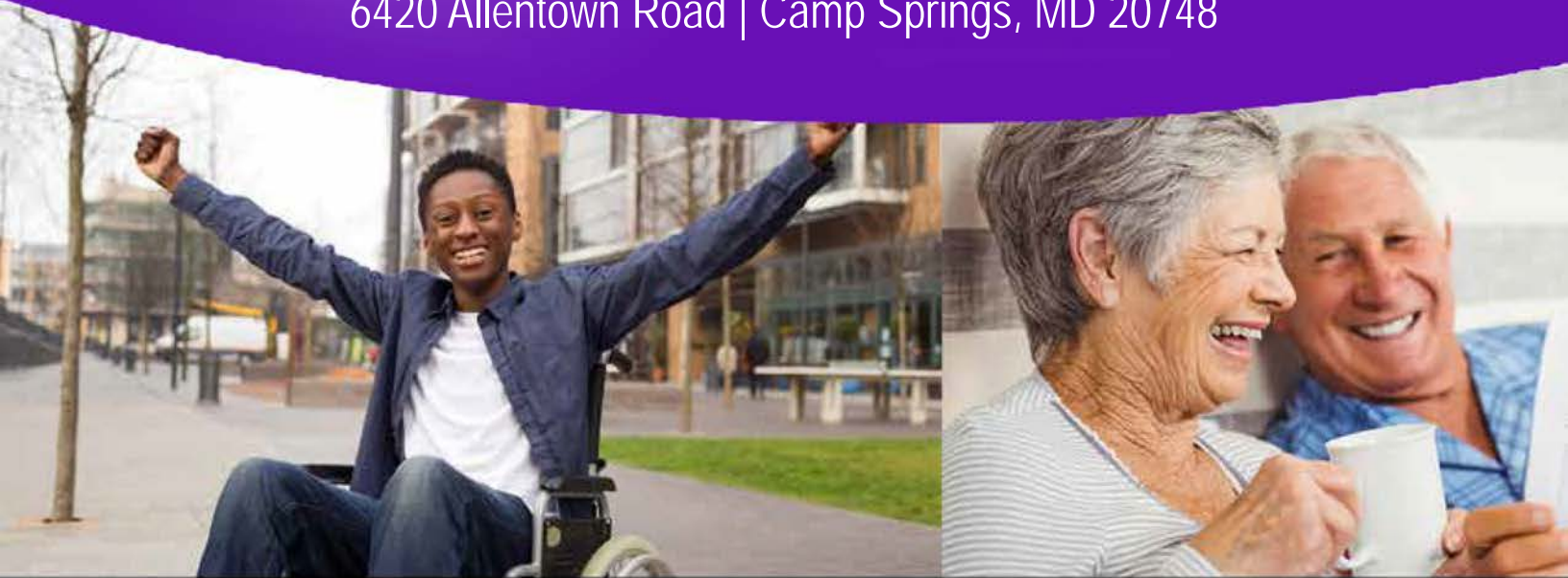
Para obtener más información, visite [www.pgspn.org](http://www.pgspn.org)



# Departamento de Servicios para la Familia del condado de Prince George Centro de Recursos para el Envejecimiento y las Discapacidades



6420 Allentown Road | Camp Springs, MD 20748



301-265-8450 | Maryland Relay 711 | [FamilyServices.mypgc.us](http://FamilyServices.mypgc.us)



301-265-8450 | Maryland Relay 711 | [FamilyServices.mypgc.us](http://FamilyServices.mypgc.us)  
El Centro de Recursos para el Envejecimiento y las Discapacidades (ADRC) del condado de Prince George ayuda a adultos mayores, personas con discapacidades y miembros de la familia a transitar por los servicios de cuidados a largo plazo y los sistemas de apoyo.

El ADRC también proporciona información, asistencia, derivaciones y opciones de asesoramiento para empoderar a las personas a tomar decisiones informadas sobre el acceso a programas públicos y privados que pueden mejorar su calidad de vida.





UN MENSAJE DE LA  
*Ejecutiva del  
condado*

Hola.

Tengo el honor de seguir brindando servicios y apoyando a nuestra estimada comunidad de adultos mayores como directora ejecutiva del condado. Al embarcarnos en la siguiente etapa de nuestra administración, es un placer presentarles la Guía de Recursos para Adultos Mayores de 2024. Esta guía, una colaboración entre el Departamento de Servicios para la Familia, la División de Servicios para el Envejecimiento y las Discapacidades y la Red de Proveedores para Adultos Mayores de Prince George (PGSPN), tiene como objetivo ayudar a adultos mayores, cuidadores y familias a identificar servicios y recursos valiosos para satisfacer sus necesidades específicas.

Según la información reciente de la Encuesta de la Comunidad Estadounidense del Censo, la población de adultos mayores en nuestro condado está en constante aumento, lo que representa un 21.5 % de la población total.

Por este motivo, es fundamental que los residentes, en particular los adultos mayores y cuidadores, tengan acceso a información oportuna cuando solicitan asistencia.

En esta guía, encontrarán una lista exhaustiva de servicios que son fundamentales para el bienestar de los adultos mayores y cuidadores familiares. Mediante la asociación del condado con la PGSPN, hemos resaltado programas diseñados específicamente para las personas mayores. Además, esta guía presenta un directorio exhaustivo de empresas que son miembros orgullosos de la PGSPN y que ofrecen servicios para satisfacer las necesidades de los adultos mayores y cuidadores familiares de la comunidad.

Como ustedes saben, los adultos mayores ocupan un lugar especial en mi corazón y son una parte integral de la comunidad y la nación. Recuerden que el gobierno del condado siempre está disponible para brindarles apoyo, y consideramos que es un privilegio seguir brindando servicios a ustedes y a sus seres queridos.

Atentamente,

Angela Alsobrooks  
Ejecutiva del condado



UN MENSAJE DE LA  
*Agencia  
Local de  
Envejecimiento*

El Departamento de Servicios para la Familia del condado de Prince George, la División de Servicios para el Envejecimiento y las Discapacidades, que también brinda servicios como la Agencia Local de Envejecimiento de la zona, se ha asociado con la Red de Proveedores para Adultos Mayores de Prince George (PGSPN) para presentar esta Guía de Recursos para Adultos Mayores de 2024. La misión de la Agencia Local de Envejecimiento es brindar servicios, información y recursos a adultos mayores, cuidadores y familias. Mediante esta guía, tratamos de conectar a los adultos mayores y cuidadores familiares con los recursos con el fin de ayudar con su deseo de envejecer tranquilos en sus hogares y su comunidad. También queremos proporcionar a los cuidadores información sobre las opciones de cuidados a largo plazo para sus seres queridos.

Esta Guía de Recursos para Adultos Mayores es su fuente de información para ayudarlos a guiarlos hacia los recursos cuando necesiten los servicios. La guía proporciona una lista de recursos de empresas, organizaciones sin fines de lucro y organismos del condado. Esta guía incluye información sobre la vivienda, el transporte, los servicios de salud en el hogar, las actividades recreativas y mucho más. Además, hay una sección con definiciones para ayudarlos a comprender la terminología asociada con los cuidados a largo plazo.

El personal del Departamento de Servicios para la Familia se esfuerza por brindar un servicio excepcional a la hora de brindar asistencia a los adultos mayores y cuidadores familiares. Como Centro de Recursos para el Envejecimiento y las Discapacidades local, queremos brindarles la ayuda que necesitan. Nuestro personal está dispuesto a conversar y responder las preguntas que puedan tener sobre los cuidados a largo plazo y las numerosas opciones disponibles. Aprovechen esta guía de recursos y si necesitan información adicional, comuníquense con nuestra oficina al 301-265-8450.

Esperamos que esta Guía de Recursos para Adultos Mayores les resulte valiosa y la tengan a mano. Queremos brindarles apoyo a la hora de buscar servicios y programas para ustedes, los miembros de su familia y amigos.

Atentamente,

Karen H. Sylvester, directora  
Agencia Local de Envejecimiento



# Mensaje de la presidenta de la PGSPN

¡Les damos la bienvenida a la Guía de Recursos para Adultos Mayores de 2024 del condado de Prince George!

La Red de Proveedores para Adultos Mayores del Condado de Prince George (PGSPN) es una organización de servicios sin fines de lucro 501c(3) cuya misión es mejorar y enriquecer la calidad de vida de los adultos mayores y sus cuidadores de Prince George. Vivimos para brindar y prestar servicios a todos los miembros de la familia, desde los dos años hasta los 92 años, ya que cuando se afecta la vida de una persona mayor de la familia, se afecta la vida de todos los miembros de la familia y no solo la del adulto mayor. Entre los miembros de la PGSPN se incluyen propietarios de empresas, organizaciones sin fines de lucro y representantes del gobierno que están comprometidos a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores y sus familias; nos conectamos, colaboramos y brindamos información de manera que una familia con necesidades que se comunica con un miembro de su familia pueda contactarse fácilmente con toda la red de proveedores de servicios. La comunidad de la PGSPN se reúne con regularidad para compartir conocimientos, estar al tanto de las cuestiones que repercuten en los adultos mayores y sus familias, y asistir a aquellas personas con necesidades mediante la colaboración en proyectos de servicios cada año.



La PGSPN apoya a los adultos mayores del condado de Prince George, sus familias y cuidadores de las siguientes maneras:

- Crear y divulgar la Guía de Recursos para Adultos Mayores de Prince George.
- Organizar una Oficina de Oradores para brindar información gratuita sobre una variedad de temas importantes sobre adultos mayores, grupos de adultos mayores, propietarios de centros de adultos mayores y agrupaciones comunitarias.
- Brindar apoyo a eventos comunitarios para adultos mayores mediante un patrocinio.
- Donar suministros para la incontinencia para adultos mayores con necesidades.
- Actuar como un recurso de información para los organismos públicos con respecto a las necesidades de los adultos mayores.
- Organizar un taller anual para cuidadores familiares.
- Brindar apoyo a los adultos mayores con necesidades mediante otros proyectos especiales.

Las reuniones de los miembros mensuales se llevan a cabo el tercer jueves de cada mes. Para obtener más información, visiten [www.pgspn.org](http://www.pgspn.org).

Atentamente,

*Shaunda P. Bellamy*

Shaunda P. Bellamy  
Presidenta de la PGSPN

President, Pickett Fences Senior Services, Inc.



*Nota: Nos esforzamos por brindar información precisa y actualizada. Sin embargo, no podemos garantizar que esta guía no contenga errores ni respaldamos los servicios que se incluyen en ella.*



Steven G. Novak  
Presidente

# Un mensaje de Crescent Cities Charities, Inc.

En nombre del consejo directivo de Crescent Cities Charities, Inc., nos complace y honra apoyar la Guía de Recursos para Adultos Mayores del condado de Prince George de 2024.

Como ya saben, la información comprendida en esta publicación puede ser de gran importancia para cualquier persona que necesite un servicio específico; por ejemplo, servicios de cuidado de la salud, económicos, de transporte, de nutrición, de vivienda, recreativos y muchos más.

Desde 1993, la misión de Crescent Cities Charities ha sido brindar asistencia educativa a estudiantes con un buen desempeño y con necesidades económicas, y brindarles subvenciones y programas a caridades y organizaciones de la comunidad merecedoras en el condado de Prince George y la región vecina.

Durante 20 años, Crescent Cities Charities tuvo la propiedad y la administración de Crescent Cities Center, un centro de enfermería especializada con 150 camas en Riverdale Park. Recientemente, vendimos el centro y ahora estamos utilizando esos fondos para apoyar las distribuciones de subvenciones a cientos de organismos sin fines de lucro merecedores en el área; un total de \$2.9 millones de dólares desde mayo de 2019. Además, hemos brindado más de \$1 millón de dólares en becas de estudio a 490 adultos mayores que se gradúan de la escuela secundaria en el área del condado de Prince George.

Si forma parte de algún organismo sin fines de lucro o conoce alguno que realice trabajos de caridad, le recomiendo que ingrese en [cccharities.org](http://cccharities.org) y obtenga más detalles sobre nuestra organización. Estamos aquí para usted.

Que Dios los bendiga a todos, y espero sinceramente que la edición de este año de la Guía de Recursos para Adultos Mayores los ayude a tomar decisiones y realizar las actividades de la vida diaria de manera un poco más fácil.

Steven G. Novak, presidente de  
Crescent Cities Charities  
[cccharities.org](http://cccharities.org)



## CONSEJO DIRECTIVO DE 2024



**Shaunda Bellamy**  
*Presidenta*



**James Henderson**  
*Vicepresidente*



**Terrie  
James-Taylor**  
*Secretaria*



**Cary Hithon**  
*Tesorero*



**Emmalyne Head**  
*Miembro general*



**Dr. Blakes**  
*Miembro general*



**Tyler Stott**  
*Miembro general*



**Ann Craynon**  
*Miembro general*



**Rochelle Clarke**  
*Miembro general*



**Delegate  
Kym Taylor**  
*Miembro general*



**Susan Ardolini**  
*Miembro general*

---

## PRESIDENTES DEL COMITÉ



**Jennifer Tilghman**  
*Membresía*



**Sheila  
Ramsey-Caldwell**  
*Educación*



**Khenae Pearson**  
*Extensión*



**LaTonya Coates**  
*Redes sociales*



**PGSPN**

PRINCE GEORGE'S  
Senior Provider Network

# Índice

- 9** Definiciones
- 12** Miembros de la Red de Proveedores para Adultos Mayores de Prince George
  - 12** Centros de Cuidados de Día para Adultos
  - 12** Servicios de Envejecimiento en el Hogar
  - 13** Centro de Vida Asistida
  - 15** Servicios Financieros/Seguro
  - 16** Servicios Funerarios y del Cementerio
  - 16** Administración de Cuidados Geriátricos
  - 17** Salud y Bienestar
  - 18** Cuidados en el Hogar (no médicos)
  - 21** Cuidados Médicos en el Hogar/Especializados
  - 23** Cuidados de Hospicio y Paliativos
  - 24** Servicios Legales/Ley de la Tercera Edad
  - 26** Cuidados Médicos
  - 28** Equipos y Suministros Médicos
  - 29** Sacerdocio
  - 29** Enfermería y Rehabilitación
  - 30** Gobierno del Condado de Prince George
  - 31** Organizador/Reductor del Tamaño de las Pertenencias Profesional
  - 32** Servicios Inmobiliarios, Ventas Inmobiliarias y Servicios Hipotecarios
  - 34** Centros Recreativos/para Adultos Mayores
  - 34** Remisión y Colocación de Cuidados para Adultos Mayores
  - 35** Vivienda para Adultos Mayores
  - 36** Servicios Especializados
  - 37** Residencias
- 39** Comité Asesor sobre el Envejecimiento de Prince George
- 40** Dementia Friendly America (DFA, en inglés)
- 42** Agencia Local de Envejecimiento del Condado de Prince George
- 45** Departamento de Salud del Condado de Prince George
- 46** Programas de Servicios Sociales del Condado de Prince George
- 48** Guía de Vivienda para Adultos Mayores
- 53** Guía de Recursos de Transporte
- 59** Números de teléfono importantes
- 60** Centros de Nutrición para Adultos Mayores del Condado de Prince George
- 62** Grupos de Apoyo de Cuidadores del Condado de Prince George
- 62** Memory Café (entorno para reunirse con personas con problemas de memoria y sus cuidadores) y Grupos de Apoyo

## ¿Necesitan un orador?

La Red de Proveedores para Adultos Mayores de Prince George (PGSPN) ofrece una Oficina de Oradores SIN CARGO.

Visiten [www.pgspn.org](http://www.pgspn.org) y conozcan la gran variedad de temas y oradores



# Definiciones

## **Agencia Local de Envejecimiento (AAA, en inglés)**

Una agencia local (ciudad o condado) u organización sin fines de lucro financiada en el marco de la Ley de Estadounidenses Mayores federal que funciona como una empresa integral para brindar información, asistencia y recursos a personas mayores de 60 años y sus cuidadores. La red de oficinas de AAA está compuesta de más de 600 organismos aprobados. En el condado de Prince George, el Departamento de Servicios para la Familia y la División de Servicios para el Envejecimiento y las Discapacidades funcionan como la AAA local.

## **Centro de Recursos para el Envejecimiento y las Discapacidades (ADRC, en inglés)**

Los Centros de Recursos para el Envejecimiento y las Discapacidades (ADRC) funcionan como un punto único de entrada al sistema de servicios y apoyos a largo plazo (LTSS, en inglés) para personas mayores, personas con discapacidades, cuidadores, veteranos y familias. Algunos estados hacen referencia a los ADRC como sistemas de "puntos de acceso" o "acceso universal".

## **Cuidado Médico de Día para Adultos**

Los programas de cuidado médico de día para adultos están diseñados para ofrecer un entorno seguro a las personas mayores con discapacidades funcionales que no pueden quedarse solas en el hogar. Pueden suponer un descanso para las familias y cónyuges que cuidan a un ser querido. Los programas de cuidado de día para adultos les brindan a los clientes actividades organizadas y, cuando es necesario, asistencia con las actividades de la vida diaria (ADL, en inglés). Hay dos tipos de programas de cuidado de día para adultos: 1) Cuidado de día para adultos (ADC, en inglés), que ofrece servicios de cuidado personal y 2) Cuidado médico de día para adultos (ADH, en inglés), que ofrece cuidado personal y también servicios de rehabilitación y de personal de enfermería especializado. Algunos programas de día están diseñados específicamente para personas que tienen problemas con la memoria y necesitan apoyo y asistencia. El servicio de transporte es una opción disponible en la mayoría de los centros.

## **Tecnología/Dispositivos de Asistencia**

Un dispositivo de tecnología de asistencia es "cualquier artículo, equipo o sistema de productos, adquirido comercialmente tal como está, modificado o personalizado, que se utiliza para aumentar, mantener o mejorar las capacidades funcionales de las personas con discapacidades".

## **Apoyo de Cuidadores**

Si brindan apoyo y asistencia con numerosas actividades a un miembro de la familia, amigo o vecino, se los consideran cuidadores. Un cuidador puede brindar apoyo emocional y económico, como también ayuda práctica con diferentes tareas. Los cuidadores pueden usar apoyos formales e informales que están disponibles. También pueden brindar apoyo a través de larga distancia. Los cuidadores pueden ser personas remuneradas o no remuneradas.

## **Suministros Médicos Duraderos**

Las empresas de suministros médicos brindan equipos médicos duraderos (DME, en inglés) que su médico les receta para que utilicen en sus hogares. Solo su médico puede recetarles equipos médicos. Los suministros médicos duraderos cumplen con los siguientes requisitos:

- Son duraderos; de larga duración.
- Se utilizan por un motivo médico.
- Por lo general, no son útiles para personas que no están enfermas o no tienen lesiones.
- Se utilizan en el hogar.

Ejemplos de DME son artículos como medidores de azúcar en sangre, tiras reactivas para la glucosa, aparatos ortopédicos (para los brazos, las piernas, la espalda y el cuello), bastones, sillas de ruedas con inodoro, equipos y suministros de oxígeno para el hogar, camas de hospital, sillas de ruedas, bombas de infusión, etc. Por lo general, la Parte B de Medicare ofrece cobertura para los equipos médicos duraderos recetados por su médico.

## **Servicios Financieros/Seguro**

Hay una gran variedad de programas de seguros que abarcan desde salud, vida, hogar y cuidados a largo plazo. La Agencia Local de Envejecimiento de la zona proporciona asesores para que brinden asistencia con algunos tipos de seguros que se relacionan con Medicare o Medicaid. Los usuarios deben analizar las opciones y comparar los planes para asegurarse de que la cobertura que elijan es la que mejor se adapta a las necesidades de la persona.

## **Opciones de Vivienda**

### **• Centro de Vida Asistida (ALF, en inglés)**

Los centros de vida asistida brindan servicios a los residentes que necesitan ayuda con el cuidado personal, la administración de medicamentos o el manejo en el hogar, pero que no necesitan cuidado médico especializado. Los centros de vida asistida pueden ser hogares pequeños en una comunidad de dos a tres residentes o centros más grandes con departamentos privados.

# Definiciones

- **Comunidad de Cuidados Continuos para Jubilados (CCRC, en inglés)**

Las CCRC brindan tres niveles de alojamiento: vida independiente, cuidado personal/centro de vida asistida y enfermería especializada/rehabilitación en la misma instalación. Los servicios varían según el nivel de alojamiento. La mayoría de las CCRC solicitan a los residentes nuevos que paguen una tarifa de ingreso por única vez antes de la admisión. Las políticas de reembolso de las tarifas de ingreso varían. Todas las CCRC tienen como requisito que se paguen las tarifas por los servicios que se brindan mensual o diariamente.

- **Vida Independiente**

Las comunidades de vida independiente o para personas mayores son las más apropiadas para aquellas personas que pueden atender sus necesidades de cuidado médico por su cuenta o con la ayuda de un familiar o de cuidadores privados en un entorno tipo departamento. La vida independiente no ofrece servicios o asistencia de cuidado médico, pero puede ofrecer un plan de comidas, limpieza, actividades sociales y transporte por mes.

- **Vivienda Subvencionada**

La Sección 202 del Programa de Vivienda para Personas Mayores del Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano (HUD, en inglés) proporciona viviendas de alquiler para inquilinos con bajos ingresos que tengan al menos 62 años de edad y que los ingresos de la unidad familiar no sean superiores al 50 por ciento del promedio del área.

## **Administración de Cuidados Geriátricos**

Un administrador de cuidado geriátrico es un profesional que se especializa en ayudar a personas adultas, personas con discapacidades y a sus familiares con todas sus necesidades de cuidado, como también a conectarlos con una amplia red de servicios, beneficios, programas y centros en la comunidad. También funciona como un defensor de la salud, seguridad y calidad de vida del cliente.

## **Servicios de Hospicio**

El cuidado de hospicio brinda cuidados al final de la vida a pacientes con enfermedades terminales y una expectativa de vida de menos de seis meses. Dado que la mayoría de personas prefieren quedarse en su hogar, por lo general, los servicios se brindan en el entorno del hogar, a diferencia de un centro para pacientes hospitalizados. Los servicios se brindan mediante un equipo clínico interdisciplinario que incluye personal de enfermería, asistentes de enfermería certificados (CNA, en inglés), trabajadores sociales, voluntarios, asesores en temas de duelo, capellanes y directores médicos.

## **Cuidados en el Hogar (no médicos)**

Los cuidados médicos en el hogar puede brindar apoyo de compañía y cuidados personales a una persona en su hogar. Los servicios incluyen algo de limpieza, asistencia con la higiene, recordatorios para el uso de los medicamentos, preparación de las comidas, compras y servicios de acompañamiento. Las tarifas para estos servicios varían. Por lo general, las paga el paciente y normalmente no los cubre el seguro.

## **Cuidado Médico en el Hogar (especializado)**

Se necesita una orden del médico para comenzar con el cuidado especializado. Los servicios se brindan a pacientes en sus hogares; por lo general, hasta 60 días y, a menudo, a continuación del alta hospitalaria. La enfermería especializada se brinda mediante personal de enfermería certificado (RN, en inglés) y personal de enfermería de práctica con licencia (LPN, en inglés), y los servicios de rehabilitación (como terapia física y del habla) se brindan a través de terapeutas con licencia. Por lo general, el cuidado médico en el hogar es menos costoso y más conveniente, y es tan eficiente como el cuidado que se brinda en el hospital o en un centro de enfermería especializada (SNF, en inglés). La mayoría de los seguros cubren esta atención.

## **Servicios Legales/Ley de la Tercera Edad/ Planificación Patrimonial**

Los abogados especializados en la ley de la tercera edad se dedican a ayudar a los adultos mayores y sus familias con las cuestiones legales. Pueden brindar asesoramiento y asistencia con la redacción de documentación importante como el poder legal duradero para el cuidado médico, el poder legal para el cuidado médico, el poder legal financiero, un testamento vital, un fideicomiso y un testamento y declaración de última voluntad. En caso de que ocurra una situación y ninguna de esta documentación esté en su lugar, un abogado especializado en la ley de la tercera edad puede ayudar a la familia a transitar el proceso legal necesario para adquirir la autoridad legal, conocida como tutela. Además, cuando un ser querido muere, un abogado especializado en la ley de la tercera edad puede ayudar a la familia con el proceso de legalización del testamento.

## **Cuidados a Largo Plazo**

El cuidado a largo plazo es el cuidado médico y social que se brinda a personas que tienen discapacidades crónicas graves. Puede incluir cuidados en el hogar brindados a través de los miembros de la familia, asistencia voluntaria o contratada, como agencias de cuidado en el hogar o una institución como un centro de enfermería.

## Medicaid

Un programa conjunto federal y estatal que ayuda con los costos médicos para algunas personas con ingresos y recursos limitados. Los programas de Medicaid varían de un estado a otro, pero la mayoría de los costos de cuidado médico están cubiertos si califican tanto para Medicare como para Medicaid.

## Medicare

Medicare es el programa federal de seguros médicos para las siguientes personas:

- Personas mayores de 65 años que han hecho pagos a la Seguridad Social.
- Algunas personas jóvenes con discapacidades.
- Personas con enfermedad renal en etapa terminal (ESRD, en inglés) (insuficiencia renal permanente que requiere diálisis o un trasplante)

## Asesoramiento sobre Opciones

Un servicio centrado en la persona para personas mayores, personas con discapacidades o sus cuidadores. Es un proceso interactivo de apoyo a la toma de decisiones en el cual se les brinda apoyo a los clientes, miembros de la familia o personas significativas en sus debates para determinar las opciones de cuidados a largo plazo apropiadas que mejor satisfagan sus necesidades, preferencias, valores y circunstancias individuales.

## Centros de Enfermería Especializada y Rehabilitación

Un centro de enfermería especializada y rehabilitación o centro de enfermería brinda supervisión de enfermería las 24 horas para aquellas personas con necesidades médicas. Los centros de enfermería especializada garantizan que las necesidades médicas, psicológicas o sociales se cumplan. Estos centros ofrecen una amplia variedad de cuidados incluidos los servicios de rehabilitación y programas especializados de nutrición, servicios sociales y actividades. Los centros de enfermería especializada pueden ser muy útiles para obtener la rehabilitación necesaria y satisfacer las necesidades de una persona tanto en situaciones a largo como a corto plazo.

## Servicios Inmobiliarios

Los agentes inmobiliarios trabajan con compradores o vendedores de propiedades y los ayudan a transitar la compleja naturaleza del mercado inmobiliario. Los agentes hablan con los clientes para descubrir qué tipo de propiedad desean y qué están dispuestos a vender o pagar, así como cualquier comodidad específica que estén buscando. Trabajan con un corredor inmobiliario para encontrar propiedades que se ajusten a las necesidades de sus clientes.

## Centros para Adultos Mayores/Actividades Recreativas/Ocio

Los adultos mayores de hoy son muy activos, con una amplia variedad de intereses, capacidades y recursos. Los centros para adultos mayores han evolucionado y continúan evolucionando para satisfacer las cambiantes y crecientes necesidades diversas. Los centros para adultos mayores ofrecen una variedad de clases, excursiones, acontecimientos especiales, talleres educativos, actividades y recursos para adultos mayores. Los centros para adultos mayores con frecuencia son puntos de atención de la comunidad al brindar un lugar donde los adultos mayores se reúnen para recibir servicios y participar en actividades, conectándose entre sí y con la comunidad.

## Especialista en Mudanzas para Adultos Mayores/Organizadores Profesionales

A veces, el deseo de reducir el tamaño de las pertenencias o mudarse es muy grande, pero la tarea de hacerlo resulta abrumadora. Los organizadores profesionales y especialistas en mudanzas para adultos mayores brindan experiencia relacionada con la organización, gestión de mudanzas para adultos mayores, cuestiones relacionadas con la transición y la reubicación que afectan a los adultos mayores.

## Residencias para Adultos Mayores

Las residencias reúnen servicios y apoyos brindados por voluntarios para ayudar a que los adultos mayores vivan en sus hogares como miembros activos y valiosos de la comunidad la cantidad de tiempo que quieran. En todo el país, el movimiento de las residencias está representado por organizaciones comunitarias, dirigidas por pares y gestionadas por miembros (residencias) que ofrecen a los miembros una amplia variedad de servicios prácticos, organizan actividades sociales y proporcionan información sobre recursos útiles. Las estructuras y los servicios de las residencias reflejan las necesidades únicas de sus comunidades, adoptan una ética sin fines de lucro y pueden ser completamente voluntarias, contar con personal remunerado o una combinación de modelos. El funcionamiento de las residencias suele sostenerse mediante una combinación de tarifas de membresía, apoyo de donantes y subvenciones.

Para obtener más información para ingresar a una residencia en la comunidad del condado de Prince George, llame a:

- Hyattsville Aging in Place, 301-887-3101
- Cheverly Village, 240-770-1033
- Helping Hands University Park, 301-892-6636

Si están interesados en la creación de una residencia en su comunidad o en asistir a una reunión del Grupo de trabajo de residencias - Envejecer en el hogar del condado de Prince George, llamen al 240-542-2012.

# Directorio de miembros

Este directorio contiene una lista de los miembros del PGSPN. Para obtener recursos adicionales, llamen al Centro de Recursos para el Envejecimiento y las Discapacidades al 301-265-8450.

## CENTROS DE CUIDADOS DE DÍA PARA ADULTOS



### Centro de Salud de Día para Adultos Crescent Ridge

301-567-1885

7001 Oxon Hill Road, Oxon Hill, MD 20745

Carnela.CR.ADC@gmail.com

www.CrescentRidgeAdultDayCenter.com

Comunicarse con: Carnela Coleman

Crescent Ridge ha estado brindando servicios a adultos mayores y a personas con discapacidades en nuestra comunidad durante más de 30 años. Nuestro personal especializado brinda cuidados de día supervisados médicamente, que incluye la asistencia con las necesidades personales y la supervisión de enfermería. También ofrecemos un horario de atención extendido para apoyar a las familias que trabajan sin costo adicional. Estamos abiertos de lunes a viernes, de 7:30 a. m. a 6:00 p. m. El transporte desde y hasta el hogar también está disponible, si es necesario. Los servicios de relevo se ofrecen para aquellas personas que necesitan cuidados ocasionales. Pueden llamarnos para obtener más información, visitarnos para hacer un recorrido o ingresar a nuestro sitio web.

PLATA

## SERVICIOS DE ENVEJECIMIENTO EN EL HOGAR



### Functional Therapy Solutions

301-641-7035

10000 Running Sand Knoll

Laurel, MD 20723

www.homes2eval.com

homes2eval@gmail.com

Comunicarse con: Eldorna Samuel

Functional Therapy Solutions brinda soluciones prácticas para satisfacer las necesidades únicas para que las personas puedan permanecer en sus hogares. Entre las soluciones se incluyen rampas, asientos elevados de inodoros o rastreador de GPS para vagabundos; todas son parte de las recomendaciones de evaluación de terapia ocupacional. Trabajamos con gestores de casos, compañías de seguros, proveedores de servicios de exención de Medicaid y otras partes para garantizar que sus hogares estén libres de obstáculos, sean funcionales y accesibles para las personas con discapacidades. Nuestro objetivo es que se sientan lo más cómodos e independientes posible mientras que permanecen en sus hogares.

PLATA

## CENTRO DE VIDA ASISTIDA



**Abundance Care**  
**Centro de Vida Asistida Residencial**

703-861-0982  
 12619 Kavanaugh Lane  
 Bowie, MD 20715  
[www.Abundance-Care.com](http://www.Abundance-Care.com)  
[valerie@abundance-care.com](mailto:valerie@abundance-care.com)  
 Comunicarse con: Valerie Lucas

En Abundance Care, nuestra misión es crear y brindar un entorno amoroso y hogareño en donde estaríamos orgullosos que nuestra madre y nuestro padre vivan. Nuestro hogar se convierte en su hogar e invitamos a los residentes a ser parte de nuestra familia. Nuestra principal prioridad es el cuidado y la seguridad de nuestros residentes. Brindamos cuidados las 24 horas y se incluye "personal que se mantiene despierto" por la noche con un equipo cuidadosamente seleccionado y con una gran formación de cuidadores que hablan inglés certificados por el estado de Maryland. Nuestras instalaciones de vida asistida son convenientes para familias en el área metropolitana de Washington D. C. (DMV, en inglés). Alentamos a los residentes a que tengan visitas y disponemos de una política "no se necesitan citas" entre las 7 a. m. y las 7 p. m. para las visitas. Hágannos saber con anticipación y serán bienvenidos para participar de una comida o actividad.

PLATA

Arbor Terrace of Greenbelt	301-486-1590	<a href="http://www.at-greenbelt.com">www.at-greenbelt.com</a>
Comunidad de Cuidados para Personas con Problemas de Memoria Arden Courts	301-847-3051	<a href="http://www.arden-courts.com/silverspring">www.arden-courts.com/silverspring</a>



**Ameristar Assisted Living, Inc.**  
 240-413-1321  
 6604 Adrian Street  
 New Carrollton, MD 20784  
[ameristar@AmeristarHealthcare.com](mailto:ameristar@AmeristarHealthcare.com)  
[www.ameristarassistedliving.com](http://www.ameristarassistedliving.com)  
 Comunicarse con: Wilfred Kandie

Ameristar Assisted Living, Inc. se enorgullece de ofrecer cuidados y apoyos necesarios para permitir que las personas vivan al máximo. Los miembros del equipo creen que la verdadera felicidad y alegría proviene de brindar servicios a los demás. Sentir alegría al brindar servicios no es solo nuestro valor fundamental; es un principio rector para todo lo que hacemos, y una pasión que se hace evidente en las interacciones diarias con los residentes y otros miembros del equipo. Ofrecemos muchos tipos distintos de cuidados y apoyos para adultos de todas las edades. Esto incluye servicios de cuidado para personas mayores y personas que viven con demencia, y apoyo a los adultos con una variedad de discapacidades y afecciones distintas.

PLATA

Attentive Healthcare Assisted Living	240-486-2779	<a href="http://www.healthcareattentive.com">www.healthcareattentive.com</a>
--------------------------------------	--------------	--

Bethel Assisted Living Homes I & II  
*Caring with Compassion*



**Bethel Assisted Living**  
 240-381-0702  
 1416 Kings Manor Drive, Bowie, MD 20721  
[bethelassistedlivinghome@gmail.com](mailto:bethelassistedlivinghome@gmail.com)  
 Comunicarse con: Jacqueline Moki

Bethel Assisted Living Homes, I, II y III es propiedad y está administrada por personal de enfermería. Brindamos cuidados personalizados en función de las necesidades y el nivel de cuidado de los residentes. Nuestros centros brindan cuidados con compasión para los niveles 1, 2 y 3. Bethel Homes está ubicado en Glenn Dale y Bowie, Maryland. Nuestros centros están limpios y bien decorados. Nuestra misión es "mantener seguros y activos a los adultos mayores".

PLATA

**DAVE'S QUALITY CARE**  
ASSISTED LIVING

**Dave's Quality Care Assisted Living**

240-899-7860  
4304 Brinkley Road  
Temple Hills, MD 20748  
Davequalitycare@gmail.com  
Comunicarse con: Dominique Patton

El centro Dave's Quality Care Assisted Living es de calidad y tiene capacidad para cinco camas. Está ubicado en el corazón de Temple Hills, MD. Nuestra comunidad está diseñada para satisfacer las necesidades y preferencias únicas de cada residente. El centro ofrece un estilo de vida flexible y un programa de cuidado personalizado con el objetivo de brindar apoyo con respeto y dignidad. Cada residente tiene un plan personalizado que aborda todas sus preferencias, lo que genera un estilo de vida flexible y deseado. Nuestro programa de cuidado personalizado está diseñado para crear un entorno inspirador y saludable.

PLATA

Fine Living Care 202-409-1366 www.finelivingcare.com

Golden Shield Ark Assisted Living 843-940-3620 risolyn@yahoo.com



**ALF Hannah's Heart**

301-633-7087  
8106 Highland Meadows Dr.  
Clinton, MD 20735  
Janice.Osborne3@gmail.com  
Comunicarse con: Janice Osborne, enfermera certificada

El centro Hannah's Heart representa la esencia de un centro de vida superior que brinda un cuidado óptimo. Se ofrece protección y cuidado en un entorno compasivo. Proporcionamos cuidado de calidad en un entorno similar al hogar. Todos los residentes reciben un trato con respeto y dignidad.

PLATA



**Harmony at Enterprise**

301-503-5090  
12000 Traditions Blvd., Bowie, MD 20720  
www.HarmonySeniorLiving.com  
asmith@harmonyatenterprise.com  
Comunicarse con: Apple Smith

Nuestra comunidad de vida para adultos mayores ofrece departamentos espaciosos y una rica variedad de servicios y comodidades, perfectos para aquellas personas que están listas para expandir sus horizontes. Nuestra comunidad amigable ofrece a los residentes un acceso incomparable a todo lo que nuestra ciudad tiene para ofrecer, desde Glen Echo Park hasta Six Flags. Dentro de nuestra amplia comunidad, pueden disfrutar del día a su manera con clases de yoga por la mañana y clases de arte por la tarde, seguido de una conversación nocturna con amigos mientras disfrutan de vino y queso.

ORO

Home for Precious Gems 240-802-6202 Shelia@homeforpreciousgems.com

Kekeli Assisted Living Services 301-449-3148 www.kekeliassistedliving.com



**Morningside House of Laurel**

301-725-2220  
7700 Cherry Lane, Laurel, MD 20707  
www.MHSeniorLiving.com  
lvalencia@mhseniorliving.com  
Comunicarse con: Leslie Valencia

Comunidad de vida asistida y cuidado para personas con problemas de memoria de estilo boutique ubicada en Laurel, Maryland. Ofrecemos una variedad de opciones de alojamiento en departamentos, comedor estilo restaurante, transporte desde y hacia citas médicas, compras y salidas. También ofrecemos servicios de lavandería y limpieza a nuestros residentes sin costo adicional. Nuestros residentes tienen la opción de conservar sus propios médicos o elegir los médicos que atienden a la comunidad. Nuestro personal de enfermería de Salud y Bienestar proporciona a los residentes planes de servicios y cuidados individualizados para satisfacer sus necesidades.

PLATA



### Springtime Home Assisted Living

301-661-7268

804 Cypress Point Cir.,  
Mitchellville, MD 20721

[www.SpringTimeHome.co](http://www.SpringTimeHome.co)

[SpringtimeHome@gmail.co](mailto:SpringtimeHome@gmail.co)

Comunicarse con: Danalee Robb, enfermera  
certificada, maestría en Ciencias en Liderazgo  
Empresarial en Nutrición

Springtime Home se especializa en brindar un cuidado de vida asistida y para jubilados de excelente calidad para hacer que las transiciones sean lo más tranquilas posible. Ofrecemos seis centros, todos con proveedores de nivel III. Springtime Home es consciente de que la independencia y la buena salud son regalos que todos valoramos. Sin embargo, la vida nos plantea cambios. Con un poco de ayuda de nuestro equipo amoroso, pueden mantener el control de su vida y salud, ejercer su independencia y preservar su dignidad.

PLATA

## SERVICIOS FINANCIEROS/SEGURO



### J. E. Henderson Financial Savant Tax & Business Service

301-459-3796

6606 Woodstream Dr., B-100  
Seabrook, MD 20706

<http://www.jehfinacial.net>

[jim@savanttaxhenderson.com](mailto:jim@savanttaxhenderson.com)

Comunicarse con:

James E. Henderson, asesor  
financiero certificado  
(RFC, en inglés)

Abordamos de manera sistemática las siguientes cuestiones relacionadas con la administración patrimonial: gestión de impuestos e inversiones; gestión del flujo de caja y de deudas; gestión del seguro familiar, que incluye seguro de vida, médico, complementario, por discapacidad, de cuidados a largo plazo, Medicare, y anualidades. Además, aborda las cuestiones de planificación relacionadas con los ingresos de jubilación, la matrícula universitaria, bienes y legado, y necesidades especiales. Nos especializamos en asesoría de beneficios para empresas pequeñas. Analizamos minuciosamente las circunstancias individuales y personalizamos nuestros consejos para satisfacer necesidades específicas y ayudar a hacer realidad los sueños de nuestros clientes.

PLATA

Gottlieb Insurance Advisory

301-332-4337

[www.GottliebInsuranceAdvisory.net](http://www.GottliebInsuranceAdvisory.net)

## Humana

### Humana

301-256-1228

975 F Street NW  
Washington, DC 20004

[www.humana.com](http://www.humana.com)

[tstaton3@humana.com](mailto:tstaton3@humana.com)

Comunicarse con: Tracy Staton

Empresa de seguros de salud que ofrece planes de atención médica para tener más días saludables. Los planes de Humana se centran en la persona por completo, por dentro y por fuera. Una excelente remisión para nosotros es una persona que envejece con Medicare o cualquier persona mayor de 65 años. Ofrecemos los siguientes planes: Medicare Advantage, Medicare Supplement, Planes de Necesidades Especiales Duales (DSNP, en inglés) y Planes de Medicamentos Recetados. Brindamos servicios en: Washington, DC/MD incluido Baltimore/VA/DE

PLATA

Primerica

301-254-6702

[www.primerica.com/jh\\_pickettsr](http://www.primerica.com/jh_pickettsr)



**Raymond James  
Financial Services, Inc.**  
Oficina: 301-459-2484  
Sucursal: 301-595-8600  
4061 Powder Mill Rd. Ste 705  
Calverton, MD 20705  
lanta.evans@raymondjames.com  
[http://www.raymondjames.com/  
lantaevans/](http://www.raymondjames.com/lantaevans/)  
Comunicarse con: Lanta Evans-  
Motte, MBA, RFC®, RICP®

Ofrecemos gestión de inversiones personalizada, planificación de la jubilación e impuestos, planificación de bienes y legado y servicios de protección de bienes y seguros, y ofrecemos asesoramiento sobre la creación de una fuente de ingreso de por vida, planificación de la longevidad y opciones de vivienda para los adultos mayores. También brindamos asesoramiento personalizado sobre beneficios para empleados, que incluye el Plan de Ahorros (TSP, en inglés), el Plan 401(k), Plan de Pensión Simplificado del Empleado - Plan Individual de Ahorro para la Jubilación (SEP-IRA, en inglés) y opciones de compra de acciones. Las estrategias para nuestros clientes pueden incluir bonos municipales, líneas de crédito respaldadas por valores, fondos designados por donantes y acciones revalorizadas para donaciones benéficas. Servicios de asesoramiento en materia de inversiones ofrecidos a través de Raymond James Financial Services Advisors, Inc.

PLATA

The Wealth Syndicate LLC

202-486-6689

DeWayne Ellis

## PLANIFICACIÓN PREVIA DE LOS SERVICIOS FUNERARIOS Y DEL CEMENTERIO



**National Harmony  
Memorial Park**  
301-772-0900  
7101 Sheriff Road  
Hyattsville, MD 20785  
Comunicarse con: cordelia.  
hodges@dignitymemorial.com

Asesor de servicios familiares dedicado a brindar información a las personas y organizaciones sobre la sensatez y el beneficio de proteger a sus seres queridos al realizar los preparativos relacionados con el cementerio antes de un caso de necesidad. Disponible para realizar presentaciones virtualmente y en persona en iglesias, acontecimientos locales, ferias de salud y reuniones de asociaciones cívicas y comunitarias.

PLATA

## ADMINISTRACIÓN DE CUIDADOS GERIÁTRICOS (ADMINISTRACIÓN DEL CUIDADO DE LA VIDA DURANTE EL ENVEJECIMIENTO)



**ANN CRAYNON**  
ELDERCARE SOLUTIONS

**Ann Craynon ElderCare Solutions**  
301-218-0958  
3540 Crain Hwy #241 Bowie, MD 20716  
[www.aceldercareolutions.com](http://www.aceldercareolutions.com)  
[ann@aceldercareolutions.com](mailto:ann@aceldercareolutions.com)

Ann Craynon ElderCare Solutions ofrece evaluaciones personales y apoyo para aquellas personas que eligen envejecer en su hogar, así como para aquellas personas que se enfrentan a transiciones causadas por una mudanza o un aumento en las necesidades de cuidado. Facilitamos la comunicación entre médicos, terapeutas, cuidadores y familiares, y transitamos hábilmente los desafíos que surgen cuando las partes no están de acuerdo. Podemos proporcionar una supervisión adicional para aquellas personas que están cuidando a distancia; les ayudaremos a sopesar decisiones importantes y podemos ocupar su lugar cuando no puedan estar presentes.

PLATA



**Aging Well Eldercare**

301-593-5285  
 12501 Prosperity Drive, Suite 405  
 Silver Spring, MD 20904  
[www.care-manager.com](http://www.care-manager.com)  
[smurphy@care-manager.com](mailto:smurphy@care-manager.com)  
 Comunicarse con: Susy Murphy

De titularidad independiente y en funcionamiento desde 1988, nuestro dedicado equipo de profesionales administradores de cuidado de la vida durante el envejecimiento proporciona recomendaciones expertas y apoyo individualizado a familias y sus seres queridos que enfrentan los desafíos del envejecimiento o la discapacidad. Nuestro equipo está compuesto de trabajadores sociales, personal de enfermería y gerontólogos, quienes brindan una variedad de servicios para ayudar a nuestro clientes y sus familias.

PLATA

Servicios de Asistencia de Salud/Apoyo de Compañía Reassurance4U 301-580-8844 [www.reassurance4u.com](http://www.reassurance4u.com)

**Pickett Fences Senior Services, Inc.**

301-358-2066  
 9701 Apollo Drive, Suite 301  
 Largo, MD 20774  
[www.pickettfences.org](http://www.pickettfences.org)

Pickett Fences es una organización sin fines de lucro 501(c)(3) fundada en 2012 para mejorar la calidad de vida de los ciudadanos adultos mayores al brindarles educación, recursos, apoyo de cuidadores, y para conectar a los adultos mayores con los servicios que necesitan para permanecer seguros en sus hogares. Pickett Fences colabora con varias organizaciones dentro del condado de Prince George para satisfacer las necesidades de la población creciente de adultos mayores. Brindamos servicios sociales geriátricos que incluyen apoyo en la defensa de los intereses, administración de casos, educación, asistencia económica de emergencia, limpieza general y apoyo de cuidados, entre otros.

PLATA

Administración de Cuidados Seabury Resources for Aging 202-364-0020 [cminfo@seaburyresources.org](mailto:cminfo@seaburyresources.org)

**SALUD Y BIENESTAR****Community Advocates for Family & Youth**

301-390-4092  
 P.O. Box 4419  
 Capitol Heights, MD 20791  
[ajoell@cafyonline.org](mailto:ajoell@cafyonline.org)  
 Comunicarse con: Arlene Joell

Community Advocates for Family and Youth Inc. (CAFY, en inglés) es una organización de servicios a víctimas que atienden personas, niños y familias. Nuestra misión es acoger, educar y empoderar a aquellas personas lastimadas, afectadas o que sufren las repercusiones de un delito hacia un camino de justicia y sanación. Trabajamos para crear una asociación nueva y más fuerte en el condado de Prince George y en todo Maryland que actuará como un puente entre la comunidad y las víctimas de delitos, lo que causará una reducción en los delitos y que los sobrevivientes se sientan seguros. En CAFY, creemos que podemos alcanzar la sanación aquí.

PLATA

QCI Behavioral Health 301-636-6504 [www.qcihealth.com](http://www.qcihealth.com)

## CUIDADOS EN EL HOGAR (NO MÉDICOS)



### A Homemade Plan

Oficina: 888-610-2643

Fax: 443-853-2040

Comunicarse con: Tyler Stott, socio gerente

Homemade Plan es una agencia de cuidados en el hogar de propiedad y funcionamiento local que ayuda con las actividades diarias que promueven la seguridad y la independencia en el hogar. Ofrecemos servicios de cuidados en el hogar con cama adentro o por hora. Brindamos servicios en el condado de Prince George y en los alrededores.

AHomemadePlan.com

PLATA

### Ann Caregivers, LLC

240-521-9555

anncaregiversllc.com



### ComforCare

240-764-5844

9420 Annapolis Road, Suite 216

Lanham, MD 20706

www.comforcare.com

marmour@comforcare.com

Comunicarse con: Michelle Armour

ComForCare es una agencia de cuidados en el hogar que ofrece servicios no médicos.

Estamos comprometidos a garantizar que todas las personas que atendemos reciban la atención y los cuidados que necesitan y merecen para obtener y mantener el mayor grado de independencia, dignidad y calidad de vida. Esto se alcanza al asegurarnos de que escuchamos al cliente y su familia para comprender realmente sus necesidades y hacerles frente mediante nuestra capacidad para abordarlas. Dicho de manera sencilla, nos apasiona brindar servicios. ¡Estamos aquí para ustedes!

PLATA



### Ebenezer Etta Healthcare Services, LLC

240-260-8882

4200 Forbes Blvd., Suite 109

Lanham, MD 20706

ebenezerettahc.com

ebenezeretta@gmail.com

Comunicarse con: Estella Etta

Ebenezer Etta Healthcare Services se dedica a brindar la mayor calidad de servicios de salud en el hogar a nuestros clientes. Somos una agencia de cuidados en el hogar y de contratación de personal de atención médica con licencia que brinda y prioriza servicios a clientes en el estado de Maryland. Brindamos cuidados las 24 horas del día para minimizar la necesidad de hospitalización y mejorar la calidad de vida de los clientes. Entre los servicios de cuidados se incluyen: cuidados personales, recordatorios para el uso de los medicamentos, cuidados a clientes a corto y largo plazo, cuidados de relevo, limpieza y citas médicas. También nos especializamos en asistir a los clientes con la movilidad a partir de ejercicios de rango de movimiento, ayuda para caminar y trasladarse, girar, posicionarse en la cama y levantarse. Cuando los seres queridos que forman parte de su vida necesitan un nivel de asistencia que no pueden brindarles, tengan en cuenta que Ebenezer Etta Healthcare Services estará disponible para ustedes.

PLATA



**Family Choice Healthcare**

888-358-1341, ext. 108  
 4601 Forbes Blvd., Suite 320  
 Lanham, MD 20706  
[www.familychoicehealthcare.com](http://www.familychoicehealthcare.com)  
[ktaylor@familychoicehealthcare.com](mailto:ktaylor@familychoicehealthcare.com)  
 Comunicarse con: Kym Taylor

Durante más de 20 años, Family Choice Healthcare ha brindado cuidados en el hogar de calidad. Proporcionamos apoyo de compañía, brindamos asistencia con las actividades diarias de rutina y acompañamos a su ser querido a las citas médicas y terapias físicas/ocupacionales. Family Choice Healthcare ofrece un nivel de cuidados que proporciona un equilibrio y tranquilidad tanto a los clientes como a los cuidadores. Nuestro personal está capacitado para trabajar con personas que tienen afecciones demandantes como demencia/Alzheimer.

PLATA



**FirstLight Home Care of Bowie**

301-778-1988  
 1401 Mercantile Lane; Suite 200-CC  
 Upper Marlboro, Maryland 20774  
[Bowie.FirstLightHomeCare.com](http://Bowie.FirstLightHomeCare.com)  
[rpeake@firstlighthomecare.com](mailto:rpeake@firstlighthomecare.com)

Nuestro objetivo es ayudar a cada uno de nuestros clientes a llevar una vida al máximo, cualquiera sea su significado para ellos. Proporcionamos cuidados en el hogar no médicos para adultos mayores, personas con discapacidades, aquellas personas que se están recuperando de enfermedades, lesiones o cirugías, madres recién salidas del hospital, veteranos y cualquier persona que necesite un poco de ayuda adicional. Desde lavar la ropa hasta escuchar, desde ayudar a bañarse hasta ayudar a hornear, desde ayudar con el correo hasta ayudar en el jardín.

ORO

Griswold Home Care	301-899-3200	<a href="http://griswoldhomecare.com/prince-george-county">griswoldhomecare.com/prince-george-county</a>
Guardian Angel Home Health	240-906-2743	<a href="http://www.hgahhealth.org">www.hgahhealth.org</a>
Impact Home Care, LLC.	240-716-0055	<a href="http://impacthomecarellc.com">impacthomecarellc.com</a>



**Interim Healthcare  
 Lower Prince George's County/Largo MD**

301-388-5551  
 9500 Medical Center Drive, Unit 440-A  
 Largo, MD 20774  
[www.interimhealthcare.com/LargoMD](http://www.interimhealthcare.com/LargoMD)  
[interimlowerpg@interimhealthcare.com](mailto:interimlowerpg@interimhealthcare.com)

Contamos con más de 50 años de brindar servicios en el hogar a adultos mayores. En Interim Healthcare, implementamos un enfoque único al cuidado en el hogar que se centra en las diferentes dimensiones de una vida enriquecida.

PRIMEROS EN COMPASIÓN, PRIMEROS EN BRINDAR CUIDADOS INTEGRALES Y PRIMEROS EN BRINDAR CUIDADOS EN EL HOGAR.

PLATA



**Serenity Estate Home Care**

202-813-6828

137 National Plaza, Suite 300

National Harbor, MD 20603

[www.serenityestate.org](http://www.serenityestate.org)

[khenae@serenityestate.org](mailto:khenae@serenityestate.org)

Comunicarse con: David Oyeshola

Serenity Estate Home Care es una agencia de cuidados en el hogar no médicos que se especializa en cuidados de oncología, de hospicio/paliativos y pacientes con accidentes cerebrovasculares. Nuestros planes de cuidados personalizados y programas de especialidad están diseñados a medida en función de lo que los pacientes necesitan en un momento determinado. El equipo en Serenity Estate Home Care está certificado para suministrar RCP y está compuesto por asistentes de enfermería certificados; el equipo tiene certificación de Doulas para acompañar el final de la vida y cuenta con médicos practicantes certificados por lo que estamos más que seguros que podremos apoyar a los adultos jóvenes y la comunidad de personas mayores.

ORO



**Visiting Angels Home Care Agency**

301-583-8820

9701 Apollo Drive, Suite 297

Largo, MD 20774

[kimpraim@VisitingAngelsPG.com](mailto:kimpraim@VisitingAngelsPG.com)

Comunicarse con: Kofi Impraim

Desde 2001, Visiting Angels se ha estado especializando en ofrecerles "tranquilidad" a la hora de brindarles cuidados personalizados a sus seres queridos. Tenemos licencia otorgada por el estado de Maryland; todos nuestros cuidadores son empleados que están asegurados, y realizamos verificaciones de antecedentes y pruebas de drogas a cada uno. Llámennos para programar su "Angel" hoy mismo.

[www.VisitingAngels.com/Largo](http://www.VisitingAngels.com/Largo)

ORO

**CUIDADOS MÉDICOS EN EL HOGAR (ESPECIALIZADOS)**

ADOM Inc.

240-608-8133

[www.mdmedalerts.com](http://www.mdmedalerts.com)**Ameristar Assisted Living, Inc.**

301-474-7840

6604 Adrian Street

New Carrollton, MD 20784

[ameristar@AmeristarHealthcare.com](mailto:ameristar@AmeristarHealthcare.com)[www.ameristarassistedliving.com](http://www.ameristarassistedliving.com)

Ameristar Assisted Living, Inc. se enorgullece de ofrecer cuidados y apoyos necesarios para permitir que las personas vivan al máximo. Los miembros del equipo creen que la verdadera felicidad y alegría proviene de brindar servicios a los demás. Sentir alegría al brindar servicios no es solo nuestro valor fundamental; es un principio rector para todo lo que hacemos, y una pasión que se hace evidente en las interacciones diarias con los residentes y otros miembros del equipo. Ofrecemos muchos tipos distintos de cuidados y apoyos para adultos de todas las edades. Esto incluye servicios de cuidado para personas mayores y personas que viven con demencia, y apoyo a los adultos con una variedad de discapacidades y afecciones distintas.

PLATA

**CARE POSITIVE**  
Home Health Care Agency**Care Positive**

301-439-1810

1738 Elton Rd., Silver Spring, MD 20903

[www.carepositive.com](http://www.carepositive.com)[carepositive@gmail.com](mailto:carepositive@gmail.com)

Care Positive ha sido confiable durante 10 años en el estado de Maryland para brindar un servicios de calidad, que incluye servicio especializado con medicamentos. Care Positive brinda cuidados desde el corazón a adultos mayores y otras personas que necesitan cuidados en la comodidad de sus hogares. Contamos con cuidadores altamente calificados y asignamos a cada cliente un cuidador que sea compatible.

PLATA

CenterWell Home Health

410-598-2814

[www.centerwellhh.com](http://www.centerwellhh.com)**Cherished Hands Home Health**

240-550-6035

18526 Office Park Drive

Montgomery Village, MD 20886

[www.cherishedhands.net](http://www.cherishedhands.net)[cherishedhands@gmail.com](mailto:cherishedhands@gmail.com)

Comunicarse con: Abby Sakariyah

Cherished Hands Home Health es una agencia de cuidados en el hogar especializada orgullosamente calificada con cinco estrellas y también una agencia de contratación de personal de atención médica fundada en 2016 por Abby Sakariyah, una enfermera practicante de familia. Cherished Hands se basa en el pilar de proporcionar soluciones de cuidados para adultos y la población pediátrica. La agencia brinda servicios en los condados de Montgomery, PG, Fredrick, Howard, Baltimore, y la Ciudad de Baltimore. También brindamos apoyo a los centros al proporcionarles servicios de contratación de personal y clases de RCP.

PLATA



### Chesapeake Home Health Care

301-249-4333

8300 Corporate Drive, Suite 120

Landover, MD 20785

www.chhccares.com

epaul@chhc-md.com

Comunicarse con: Erica Paul

Chesapeake Home Health Care (CHHC, en inglés) brinda cuidados de asistentes de enfermería certificados y de compañía en el hogar a adultos mayores. El CHHC ofrece una amplia gama de cuidados, lo que nos permite ser su socio dedicado de cuidados en el hogar a medida que las necesidades de sus seres queridos evolucionan. Desde cuidados de compañía hasta cuidados médicos altamente especializados, nuestro equipo de personal de enfermería está comprometido a brindar el mejor cuidado. Nuestros servicios incluyen lo siguiente: Ayuda para bañarse, vestirse, usar el baño, trasladarse, lavar la ropa, higienizarse/asearse, compañía, recordar el uso de los medicamentos, preparar alimentos, hacer algunas tareas domésticas y mandados. Nuestros cuidados médicos especializados incluyen cuidados privados de enfermería, cuidados individualizados, administración de tratamientos, terapia ocupacional en el hogar, terapia del habla en el hogar y terapia física en el hogar, mantenimiento de sondas, drenajes y bolsas, y más.

ORO



### Community Centered Home Healthcare

240-605-6954

CCHC.Homecare1@gmail.com

Comunicarse con: Cynthia Brunson

Community Centered Home Healthcare, LLC (CCHC) es una agencia de servicios residencial de nivel 3. El personal del CCHC brinda cuidados no especializados (ayuda para bañarse, vestirse, comer, preparar las comidas, ayuda con la incontinencia, y cuidados para personas con problemas de memoria [Alzheimer y demencia], hacer los mandados, hacer algunas tareas de limpieza, lavar la ropa, hacer las compras y ayudar con los medicamentos). Además, el CCHC brinda cuidados de enfermería especializada (personal de enfermería certificado, personal de enfermería de práctica con licencia, terapia intravenosa, cuidados de heridas y respiratorios, alimentación por sonda, etc.) El CCHC está acreditado por la Comisión de Acreditación para el Cuidado de la Salud (ACHC, en inglés). El personal de enfermería del CCHC tiene una amplia experiencia, se centra en la población y tiene licencia o certificación del estado de Maryland. El CCHC sigue las pautas de vacunación de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, en inglés). Tenemos garantía y seguro. Les aseguramos que han encontrado el equipo que mejor se adapta a sus necesidades y a las de sus seres queridos.

<https://communitycenteredhomehealthcare.org/>

PLATA



### Community Support Health Services

301-466-4607/301-351-9831

11601 Legend Glen Drive

Bowie, MD 20720

communityshs.com

roseanesbitt@gmail.com

Comunicarse con: Rose Nesbitt

Community Support Health Services es una agencia de servicios residenciales dirigida por mujeres y minorías que brinda servicios a varias condados en Maryland. Brindamos los cuidados necesarios para realizar las actividades diarias y cuidados de enfermería especializada. Administramos medicamentos, controlamos los signos vitales, brindamos acompañamiento, realizamos algunas tareas de limpieza y cocina, y brindamos ayuda con las citas médicas, las compras, las compras de alimentos y otras cosas (por ejemplo, ayuda durante las vacaciones). También brindamos cuidados de enfermería especializados mediante personal de enfermería certificado que puede supervisar los cuidados realizados por personal de enfermería de práctica con licencia o asistentes de enfermería certificados y técnicos de medicamentos certificados en el hogar del cliente. Los cuidados de enfermería especializados incluyen: alimentación por sonda gástrica, cuidados del catéter y de heridas.

PLATA

**DANA Nursing Agency**

301-324-7130

804 Cypress Point Circle  
Mitchellville, MD 20721

www.dananursing.com

dananursingagency@gmail.com

Brindamos cuidados de enfermería en el hogar y contratación de personal para centros médicos con personal de enfermería certificada, personal de enfermería de práctica con licencia y asistentes de enfermería certificados. Nos esforzamos por ofrecer excelencia en los cuidados a los pacientes con un grupo de profesionales cuya marca distintiva es el amor y la dedicación.

PLATA

Fox Rehabilitation

301-904-5796

www.foxrehab.org

Right at Home

301-255-0066

www.rightathomemd.net


**Sarah's Peace and Love  
Home Healthcare**

240-716-4250

Fax: 240-823-6773

8101 Sandy Spring Road, Suite 300-W16  
Laurel, MD 20707

www.peaceandlovehhc.com

sipeaceandlove@hotmail.com

Como un proveedor de servicios de cuidados en el hogar, hemos personalizado nuestros cuidados en el hogar para garantizar que abordamos las distintas necesidades de nuestros clientes. Disponemos de cuidados a corto y largo plazo, durante los fines de semana y los días festivos. Nuestros servicios incluyen ayuda para bañarse y asearse, servicios de salud conductual, acompañamiento, cuidados para personas con demencia, asesoramiento familiar, aseo personal y cuidado de la higiene, limpieza ligera del hogar, preparación de comidas, recordatorios de uso de los medicamentos, cuidado personal, supervisión de seguridad, cuidado de relevo y transporte.

ORO

## CUIDADOS DE HOSPICIO Y PALIATIVOS

Ennoble Care

443-794-4063

intake@ennoblecare.com

**Hospice of the Chesapeake**Cuidados de hospicio,  
apoyo en casos de duelo  
877-462-1103John and Cathy Belcher Campus  
90 Ritchie Hwy., Pasadena, MD 21122  
www.HospiceChesapeake.org  
tturner@hospicechesapeake.org

La misión de Hospice of the Chesapeake es brindar cuidados durante la vida a lo largo del camino de la enfermedad y la pérdida. Hospice of the Chesapeake brinda servicios físicos, psicosociales y espirituales a personas que viven con una enfermedad avanzada y sufren las repercusiones de esta. Estos servicios se brindan en cualquier lugar que el paciente denomine como su hogar. Hospice of the Chesapeake está comprometido a brindar el mejor cuidado posible a todas las personas sin importar si pueden pagar por los servicios.

ORO



**Montgomery Hospice & Prince George's Hospice**

Cuidados de Hospicio • Apoyo en Casos de Duelo • Educación  
301-921-4400  
montgomeryhospice.org  
princegeorghospice.org  
Comunicarse con: Admisiones

Montgomery Hospice y Prince George's Hospice están dedicados a atender y mejorar la calidad de vida de aquellas personas que se enfrentan a una enfermedad grave que acorta la vida. Nuestro equipo de médicos, personal de enfermería, trabajadores sociales, capellanes, asesores en temas de duelo, ayudantes de hospicio y voluntarios proporcionan una red de apoyo y cuidados de calidad, mientras que nuestras terapias holísticas complementarias brindan consuelo y alivio de síntomas a nuestros pacientes. Tenemos 39 años de experiencia enfocándonos en lo que más importa a nuestros pacientes y sus familias. En Montgomery Hospice y Prince George's Hospice, nos aseguramos de que las habilidades, la compasión y las competencias culturales sean los pilares del cuidado que ofrecemos a aquellas personas que viven con una enfermedad avanzada que acorta la vida en los condados de Montgomery y Prince George.

PLATA



**Promedica Hospice**

240-264-1692  
12304 Baltimore Avenue, Suite A  
Beltsville, MD 20705  
<https://www.promedica.org/beltsville>  
llene.gruber@promedica.org  
Beverly.Dean@promedica.org  
Comunicarse con: Ilene Gruber o Beverly Dean

Los cuidados de hospicio son cuidados especializados que se centran en apoyarlos a ustedes y a sus seres queridos durante una enfermedad avanzada. Lo importante es la comodidad y la calidad de vida, en lugar de buscar la cura. Los cuidados de hospicio permiten vivir cada día al máximo con la mayor comodidad y dignidad posible. Cuando necesiten cuidados, estaremos listos para brindárselos. En cualquier momento del año y del día, podemos comenzar con los cuidados de hospicio para ustedes o sus seres queridos. Como proveedores de cuidado mutuo, trabajamos de cerca con los profesionales de la atención de la salud para asegurarnos de que se sigan cuidadosamente los protocolos específicos. La administración del dolor y de los síntomas es nuestro objetivo principal. Nuestro personal amoroso e interdisciplinario también brinda apoyo psicológico y espiritual junto con tratamientos y terapias tranquilizantes.

PLATA

**SERVICIOS LEGALES/LEY DE LA TERCERA EDAD**



**Brandi Law, LLC**

301-699-3100  
5303 Baltimore Avenue #206  
Hyattsville, MD 20781  
Jennifer@BrandiLawFirm.com  
Comunicarse con: Jennifer Brandi

Un bufete de abogados pequeño que brinda servicios legales personalizados. Nuestra especialidad radica en preservar la máxima cantidad de bienes para personas, cónyuges, miembros de la familia y personas con discapacidades, al mismo tiempo que se obtienen beneficios legales de cuidados a largo plazo de Medicaid. Nuestros abogados también brindan asistencia con la planificación de cuidados a largo plazo, testamentos, poderes legales y tutoría.

[www.BrandiLawFirm.com](http://www.BrandiLawFirm.com)

ORO



**Byrd & Byrd, LLC****Attorneys at Law**

301-464-7448

14300 Gallant Fox Ln., Bowie, MD 20715

www.byrdandbyrd.com

bblackford@byrdandbyrd.com

Comunicarse con: Bryce Blackford

Somos un bufete de abogados que ofrece asesoramiento y orientación con sensatez y experiencia. Nuestros abogados tienen más de 100 años de experiencia conjunta. El enfoque de práctica de cada abogado es único y puede satisfacer sus diferentes necesidades legales. Nuestro objetivo principal es proporcionar a nuestros clientes el conocimiento y las herramientas para obtener todos los beneficios que la ley permite. Byrd & Byrd, Attorneys at Law, ubicado en el condado de Prince George, también brinda servicios en los condados cercanos y en Washington D.C.

ORO

**The Cherry Law Office, LLC**

240-334-6164

9701 Apollo Drive, Suite 100

Upper Marlboro, MD 20774

heather@TheCherryLawOffice.com

Comunicarse con: Heather Cherry

El bufete aborda las necesidades especializadas de las personas mayores, personas con discapacidades y sus familias, y brinda asistencia legal con lo siguiente: testamentos, poderes legales e instrucciones médicas anticipadas; tutoría y cuestiones de sucesión; personas involucradas en cuestiones de quiebra e inmuebles.

PLATA

**The Law Office of Ethel Mitchell**

240-638-2828

8403 Colesville Road #1100

Silver Spring, MD 20910

www.willsandtrusts.net

Durante más de ocho años, todos los sábados por la mañana de 8:30 a 10 a. m. en Radio One 1450 AM, soy la anfitriona de "Law Talk With Ethel Mitchell" (Charla sobre cuestiones legales con Ethel Mitchell), un programa de radio en vivo y de llamadas en el que se habla sobre la ley y su importancia en la vida de todas las personas. El programa se puede escuchar en <https://woldcnews.com/> y con Alexa. El abogado Mitchell habla con organizaciones religiosas y organizaciones públicas y privadas sobre sucesiones y testamentos, fideicomisos, legalización de testamentos y administración de testamentos y fideicomisos. Wills and Trusts, LLC brinda servicios de planificación testamentaria en Washington, D.C., Maryland y Virginia del Norte.

ORO

Law Office of Karren Pope-Onwukwe, LLC

301-464-9600

www.kpopeatty.com

## CUIDADOS MÉDICOS



### Arthritis and Pain Associates of Prince George's County

301-345-5600  
7300 Hanover Drive, #201  
Greenbelt, MD 20770  
www.arthritispainpg.com  
btaylor@apapgc.com  
Comunicarse con: Barbara Taylor

Disponemos de médicos reumatólogos en tres ubicaciones (Greenbelt, Clinton y Laurel). Tratamos enfermedades autoinmunes, artritis reumatoide, lupus, gota, osteoartritis, osteoporosis, dolor de espalda, dolor de rodilla, dolor de hombro y cualquier dolor de articulación. Realizamos la prueba de densidad ósea en el consultorio de Greenbelt. También realizamos la prueba de composición corporal total de DEXA, que proporciona una medida precisa del tejido muscular en comparación con la grasa corporal. Además, ofrecemos terapia física y la prueba de anticuerpos para la COVID-19.

ORO

---

Bluerock Primary Care

202-796-9775    info@bluerock.care



### Housecall Practitioner Services, LLC

240-397-6694  
9701 Apollo Drive, Suite 100  
Largo MD 20774  
Provider@homeandvisit.com  
Comunicarse con: Barbra Bonsu

Somos un servicio de prácticas de asistencia de salud que lleva la atención médica a la puerta de sus hogares. Brindamos servicios de cuidados primarios a adultos mayores de 55 años. Nuestro objetivo es brindar servicios de atención médica de calidad mediante cuidados y la defensa de los intereses para la mejora de nuestra comunidad. ¿Están cansados de lidiar con tiempos de espera prolongados, citas rápidas y experiencias impersonales de atención médica? Con nuestros servicios de asistencia médica, pueden despedirse de esas frustraciones y darle la bienvenida a una atención médica personalizada y conveniente brindada en la puerta de su hogar. Nuestro equipo de profesionales de atención médica experimentados se acercarán y les brindarán una variedad de servicios, desde controles de rutina hasta tratamientos especializados; todo esto en la comodidad de sus hogares. No tendrán que lidiar más con el tránsito, las salas de espera y las molestias. Inviertan en su salud y bienestar con nuestros servicios de asistencia médica en el lugar y experimenten la diferencia hoy mismo.

PLATA

---

Loving Hands Podiatry

301-323-5652    Lovinghandspodiatry55@gmail.com

Mary Spencer FNP-BC



**Mary Spencer**  
**Enfermera practicante de familia**

434-390-6641  
 8061 Springfield Road  
 Glenn Dale MD 20769  
 SpencerFamilyPractice.org  
 Maryspencerfnp@gmail.com

Soy una enfermera practicante de familia que realiza cuidados primarios en la comodidad de sus hogares. Puedo brindar todos los servicios que recibirían si se dirigieran a un consultorio. Entre los servicios que brindo, se incluyen la administración de medicamentos, remisiones, terapia física/ocupacional y enfermería especializada, como también extracciones de sangre.

ORO



**Revive Medical & Aesthetic Clinic**

301-412-5522  
 7313 Hanover Pkwy, Suite A  
 Greenbelt, MD 20770  
 info@revivemedicaesthetic.com  
 Comunicarse con: Florence Ukenye

BRINDAMOS SERVICIOS MÉDICOS, DE BIENESTAR Y ESTÉTICOS: Revive Medical & Aesthetics Clinic es una clínica médica privada ubicada en el estado de Maryland. La clínica brinda servicios accesibles y preventivos de bienestar, de tratamientos agudos/crónicos, médicos y estéticos a residentes del estado de Maryland.

PLATA



**Salus Health Inc.**

410-529-0348  
 1020 Saint Paul Street  
 Baltimore, MD 21202  
 www.SalusHealthcare.org  
 Albert.Tasker@EagleTherapy.org  
 Contactarse con: Ryan Odonnell

Salus Health, Inc. es una organización médica y conductual que brinda servicios de calidad y compasivos a personas que viven con problemas médicos, emocionales y de salud mental. Creemos en un enfoque holístico y brindamos servicios de alta calidad a niños, adolescentes, adultos y sus familias con el fin de fortalecer a personas saludables en una comunidad sólida. Adaptamos estrategias de afrontamiento para cada cliente y ofrecemos asistencia en la elaboración de un presupuesto, el manejo del tiempo, las habilidades de vida independiente como el manejo de la unidad familiar, así como una variedad de habilidades para la vida diaria, habilidades sociales, y hacemos hincapié en las prácticas de bienestar como seguir una buena dieta, hacer ejercicio y descansar. Salus Health, Inc. tiene acreditación de la Comisión de Acreditación para Centros de Rehabilitación (CARF, en inglés) para proporcionar servicios de salud mental ambulatorios y programas de rehabilitación psiquiátrica (PRP, en inglés).

PLATA

## EQUIPOS Y SUMINISTROS MÉDICOS



**DHC Medical**  
301-918-1750  
8855 Annapolis Road  
Suite 100  
Lanham, MD 20706  
[www.dhcmedicalsupply.com](http://www.dhcmedicalsupply.com)

Somos una compañía líder en equipos y suministros médicos que brinda servicios a la comunidad. Contamos con todos los suministros de equipos de protección personal (PPE, en inglés). Además, proporcionamos equipos de movilidad como sillas de ruedas, escúteres, bastones y andadores; suministros para la incontinencia; equipos para el cuidado en el hogar como camas de hospital, elevadores de pacientes y barandas para camas. Tenemos envío gratuito y contamos con dos ubicaciones; estamos más cerca de lo que piensan. Aceptamos la mayoría de las tarjetas de crédito.

PLATA



**DME & Supplies, LLC**  
301-985-2985  
9701 Apollo Drive  
Suite 105  
Largo, MD 20774  
[www.dmesuppliesllc.site](http://www.dmesuppliesllc.site)  
[dme\\_suppliesllc@aol.com](mailto:dme_suppliesllc@aol.com)

DME & Supplies es una compañía de equipos y suministros médicos para el hogar, así como un proveedor de varias compañías de seguros dentro del área de DMV. Somos muy profesionales y estamos muy informados; brindamos un excelente servicio al cliente. El propietario tiene 19 años de experiencia en el negocio y tiene una gran reputación dentro de la comunidad que ofrece secciones de DME tanto en inglés como en español.

ORO

## GRANDIFF Medical Supplies

**Grandiff Medical Supplies**  
301-388-0596  
20 Vital Way, Silver Spring, MD 20904  
[www.grandiffmedical.com](http://www.grandiffmedical.com)  
[grandiffmedical@gmail.com](mailto:grandiffmedical@gmail.com)  
Comunicarse con: Ima Akpaete

Venta de equipos médicos duraderos y suministros como productos para la incontinencia, el cuidado de heridas y ostomía, la seguridad en el baño, la movilidad, el manejo del dolor, el cuidado diario y personal, productos respiratorios, urológicos, de ortopedia para casos leves y de compresión de venas.

PLATA



**Mobility City of Southern Maryland**  
240-222-3761  
177 St Patrick's Drive, Suite 102  
Waldorf, MD 20603  
<https://southernmd.mobilitycity.com>  
[tonya.magee@mobilitycity.com](mailto:tonya.magee@mobilitycity.com)  
Comunicarse con: Tonya Magee

Somos proveedores líderes en la reparación, alquiler y venta de equipos de movilidad dedicados a ayudar a adultos mayores, veteranos y personas con discapacidades a alcanzar una independencia y una calidad de vida. Nuestra tienda les permite a las personas ver los numerosos productos antes de realizar una compra.

PLATA



**Norbrook Medical  
Equipment & Supplies, Inc.**

301-577-5846

9463 Annapolis Road, Lanham, MD 20706

[www.norbrookmedical.com](http://www.norbrookmedical.com)

[customerservice@norbrookmedical.com](mailto:customerservice@norbrookmedical.com)

Norbrook Medical Equipment and Supplies, Inc., ubicado en Lanham, es su proveedor completo de equipos médicos para el hogar. Vendemos suministros para la incontinencia, suministros respiratorios, sillas de ruedas, sillas para transportarse, andadores, productos de desplazamiento eléctricos, sillas elevadoras, camas de hospital y mucho más. También contamos con prendas de compresión ajustadas personalizadas y un adaptador de mastectomía certificado en el lugar.

PLATA

## SACERDOCIO

Funcionario del Sacerdocio de la Primera  
Iglesia Bautista de Glenarden

301-773-3600

[ssmith@fbcglenarden.org](mailto:ssmith@fbcglenarden.org)

## ENFERMERÍA Y REHABILITACIÓN



**FutureCare Pineview**

301-856-2930

9106 Pineview Lane

Clinton, MD 20735

**FutureCare Capital Region**

240-487-4400

1051 Brightseat Road

Landover, MD 20785

FutureCare es el líder del condado de Prince George en servicios de rehabilitación de corta duración y bienestar para adultos mayores, al brindar servicios de rehabilitación de última generación los 7 días de la semana. A la ubicación de Pineview, un pilar en la comunidad durante más de 30 años, ahora se le une nuestro centro más reciente: FutureCare Capital Region en Landover. Este centro principal cuenta con un gimnasio de rehabilitación de 4,500 pies cuadrados diseñado para ayudarlos a regresar a sus hogares más rápido y más fuertes. FutureCare ofrece servicios de rehabilitación de corta duración, de diálisis y respiratorios en ambas ubicaciones.

[www.futurecare.com/senior-care-maryland/prince-georges-county](http://www.futurecare.com/senior-care-maryland/prince-georges-county)

ORO

## GOBIERNO DEL CONDADO DE PRINCE GEORGE



**Condado de Prince George,  
Departamento de Servicios para la  
Familia División de Servicios para el  
Envejecimiento y las Discapacidades**

301-265-8450  
6420 Allentown Rd., Camp Springs, MD 20748  
[www.princegeorgescountymd.gov](http://www.princegeorgescountymd.gov)

La División de Servicios para el Envejecimiento y las Discapacidades del Condado de Prince George, que también actúa como la Agencia Local de Envejecimiento (AAA) local, promueve, educa y planifica servicios y programas para satisfacer las necesidades de adultos mayores y personas con discapacidades, al promover la elección, la independencia y la dignidad. Esto se logra mediante la prestación de servicios de calidad, asociaciones exitosas y divulgación en la comunidad.

ORO



**Condado de Prince George,  
Departamento de Servicios Sociales,  
Oficina de Recursos para Adultos**

301-909-2085  
805 Brightseat Road  
Landover, MD 20785  
[www.princegeorgescountymd.gov](http://www.princegeorgescountymd.gov)

El Departamento de Servicios Sociales del Condado de Prince George (PGCDSS, en inglés) brinda oportunidades para que los residentes del condado se conviertan en miembros independientes, responsables y estables de la comunidad. Esto lo logramos mediante la provisión de servicios de intervención que fortalecen a las familias, protegen a los niños y adultos vulnerables, alientan la autosuficiencia y promueven la responsabilidad personal. Lo conseguimos mediante la construcción de la capacidad de la comunidad, identificando brechas en el servicio, desarrollando soluciones basadas en la comunidad y estableciendo una red colaborativa y competitiva de proveedores que incluye al PGCDSS.

ORO



**Condado de Prince George  
Sistema Bibliotecario para la Memoria**

301-699-3500  
9601 Capital Lane, Largo, MD 20774  
[www.pgmls.info](http://www.pgmls.info)  
[outreach.services@pgmls.info](mailto:outreach.services@pgmls.info)

La misión del Sistema Bibliotecario para la Memoria del condado de Prince George ayuda a clientes a descubrir y definir oportunidades que den forma a sus vidas. Ofrecemos materiales impresos, libros en letra grande, libros electrónicos, audiolibros, DVD educativos, acceso a computadoras, wifi y más de 85 recursos en línea, incluido el acceso digital gratuito al Washington Post y New York Times. Los residentes del condado de Prince George también son elegibles para el servicio de Libros por Correo si ya no pueden visitar la biblioteca debido a una discapacidad visual o física. Libros por Correo es un servicio gratuito para que los residentes confinados en sus hogares puedan recibir material por correo.

PLATA

**ORGANIZADOR/REDUCTOR DEL TAMAÑO DE LAS PERTENENCIAS PROFESIONAL****Orderly Abodes**

410-463-7912

OrderlyAbodes.org

Shelby@orderlyabodes.org

Comunicarse con: Shelby Austin

Orderly Abodes brinda servicios de organización y limpieza general profesionales. Shelby Austin ha estado brindando servicios en el condado de Prince George y en los alrededores desde 2012. Los servicios se brindan de manera confidencial con compasión y teniendo en cuenta al cliente. El servicio comienza con una entrevista e inspección en el hogar para comprender lo que se requiere, seguido de un informe detallado para definir soluciones y próximos pasos. Shelby protege el medio ambiente y da un paso más para asegurarse de que los artículos se reutilicen, reconviertan o reciclen siempre que sea posible.

PLATA

**Movers 'N Shakers**

301-503-5090

moversnshakers.biz

info@moversnshakers.biz

Comunicarse con: Carief Smith

Empresa de mudanzas de servicio completo especializada en gestión de mudanzas para adultos mayores. Adaptamos su mudanza según sus necesidades. Nuestros servicios incluyen embalaje, desembalaje, reducción del tamaño de las pertenencias, eliminación de basura, etc. Desde los huevos de Fabergé de su abuela hasta todos sus otros objetos preciados. Somos muy apasionados y nuestro amor por las mudanzas se refleja en la ética laboral de nuestro negocio, ya que estamos en constante crecimiento. Como una empresa de mudanzas de primer nivel, estamos atendiendo las necesidades de reubicación de residentes y empresas en Virginia, Maryland y Washington DC. Ofrecemos un servicio líder en mudanzas residenciales y comerciales.

PLATA

**Southern Belle Cleaners**

301-485-9106

9801 Apollo Drive #6585

Upper Marlboro, MD 20792

www.SouthernBelleCleanersDMV.com

Ehead@southernbellecleaner.com

Comunicarse con: Emmalyne Head

Southern Belle Cleaners (SBC, en inglés) ofrece servicios de limpieza general para adultos mayores y aquellas personas que han sido víctimas de la acumulación compulsiva. Con su hospitalidad sureña, abordan cada sesión sin juzgar y crean un plan único que abordará las necesidades específicas del cliente. Además, estamos ahí para los adultos mayores para crear un hogar más seguro o para hacer la transición a residencias más pequeñas. El equipo de SBC se siente realmente apasionado de ayudar a sus clientes a regresar a un entorno de vida más saludable. Después de presenciar los diversos efectos de la acumulación compulsiva, el equipo de SBC recientemente ha comenzado a facilitar talleres y proporcionar consejos para la prevención. Su misión es iniciar un diálogo abierto y alentar a otras personas a buscar ayuda cuando no puedan manejar la limpieza de la unidad familiar.

PLATA



**Tender Heart Movers**

240-545-8910

[www.tenderheartmovers.com](http://www.tenderheartmovers.com)

[contact@tenderheartmovers.com](mailto:contact@tenderheartmovers.com)

Comunicarse con: LaTonya Coates

Tender Heart Movers se compromete a brindar ayuda compasiva para reducir el tamaño de las pertenencias y satisfacer las necesidades de los adultos mayores. Revisar una vida entera de pertenencias puede ser emocional y físicamente exigente para cualquier persona, especialmente para los propietarios adultos mayores. Tenemos más de 20 años de experiencia trabajando con adultos mayores. Nuestros servicios incluyen una consulta en el hogar, planos de planta, clasificación, limpieza general, donaciones, venta de bienes, coordinación de mudanzas, embalaje y servicios de instalación. Ya sea que se estén mudando a una residencia de ancianos, un departamento para adultos mayores, una residencia asistida o simplemente estén haciendo una limpieza general para envejecer en su hogar actual, estamos aquí para hacer que la transición sea fácil para ustedes y su familia.

PLATA

**SERVICIOS INMOBILIARIOS, VENTAS INMOBILIARIAS Y SERVICIOS HIPOTECARIOS**



**Benchmark Mortgage**

240-542-7970(oficina)

301-675-5580 (celular)

137 National Plaza, Suite 338

National Harbor, MD 20745

<https://rhondalewis.benchmark.us/>

[rhonda.lewis@benchmark.us](mailto:rhonda.lewis@benchmark.us)

Contacto: Rhonda Lewis

Con una actitud compasiva y orientada hacia el cliente, me especializo en satisfacer las necesidades únicas de las personas mayores y sus familias. Comprendo la importancia de brindar soluciones personalizadas que satisfagan los requisitos cambiantes de la vida causados por el envejecimiento. Los servicios que brindo están diseñados para aliviar la transición financiera para adultos mayores, al garantizar que puedan envejecer de manera cómoda en sus hogares o hacer las adaptaciones necesarias en el entorno de su hogar.

Licencias adquiridas en DC, MD y VA.

PLATA

Bennett Realty Solutions

301-787-4035

[www.yourhomesearchpartner.com](http://www.yourhomesearchpartner.com)



**Mature Moves Matter**

301-802-4568

<https://www.brendalawson.kw.com>

Contacto: Brenda Lawson

Con más de 30 años de experiencia, Brenda Lawson se dedica a educar, equipar y empoderar a adultos mayores para que realicen decisiones informadas sobre las tareas de la vida adulta. Sus seminarios Mature Moves Matter ofrecen una variedad de temas importantes relacionados con los asuntos de la vida de los adultos mayores que incluyen la reducción de las pertenencias, la planificación patrimonial, la limpieza general, el cuidado médico en el hogar, cómo evitar las estafas y mucho más. Como una Especialista en Servicios Inmobiliarios para Adultos Mayores® (SRES®) y como REALTOR®, ayuda a los clientes con la venta de sus hogares y a mudarse a su hogar definitivo.

PLATA




**Keller Williams Preferred Properties**

301-802-4568

nitasellsrealestate.com

nitapegues@kw.com

Comunicarse con: Fanita Pegues

Fanita Pegues es una especialista certificada en bienes inmuebles y sucesiones que brinda servicios en la comunidad local hace más de 20 años. Ella y sus asociados aportan una gran cantidad de conocimientos y experiencia para ayudar a las personas a gestionar y manejar las tareas asociadas con las ventas de propiedades inmobiliarias. Ya sea que esté relacionado con la venta de hogares, reparaciones, organización de tareas, de archivos o limpieza general, estamos aquí para brindar servicios profesionales de alta calidad durante todo el proceso de sucesión. A menudo, este proceso es bastante estresante, por lo que contar con el equipo adecuado para ayudarlos a ustedes y a sus familias puede cerrar la brecha entre el estrés y el éxito. Lo ayudaremos durante todo el proceso, desde el principio hasta el final, ya sea que necesiten comprar o vender un hogar. Nuestro equipo de sucesiones puede ayudarlos a encontrar abogados, contadores, contratistas y muchos otros profesionales para ayudarlos a liquidar los bienes de su ser querido.

PLATA

Long and Foster Real Estate Services	410-878-5597	<a href="http://www.longandfoster.com/DeniseRedmond">www.longandfoster.com/DeniseRedmond</a>
MarketPro Homebuyers	301-900-3376	<a href="http://MarketProHomebuyers.com">MarketProHomebuyers.com</a>
Samson Properties	301-980-0625	<a href="http://www.angelapotts.com">www.angelapotts.com</a>
Sparkle Senior	571-901-9011	<a href="http://www.SparkleSenior.com">www.SparkleSenior.com</a>


**The Tilghman Team of Keller Williams Preferred Properties**

301-661-4472

1441 McCormick Drive, Suite 1020

Upper Marlboro, MD 20774

JTilghman@KW.com

[www.TheTilghmanTeam.com](http://www.TheTilghmanTeam.com)

Comunicarse con: Jennifer Tilghman


El equipo de Jennifer ofrece servicios inmobiliarios a aquellos en transiciones, ya sea que se estén mudando a comunidades de jubilación, se estén reacomodando porque los hijos se han ido del hogar, familias que se estén mudando a hogares más grandes o compradores primerizos que estén adquiriendo su primera vivienda. Estas son todas transiciones que pueden ser abrumadoras. Jennifer brinda cuidado y compasión al utilizar sus habilidades de asesoramiento para ayudar especialmente con las decisiones relacionadas con la vida posterior. Como asesora certificada en reducción del tamaño de las pertenencias, no solo ayuda a los clientes a despejar sus entornos, sino también a despejar sus vidas. El equipo ofrece todos los servicios inmobiliarios (incluidas las inversiones) y gestiona todos los aspectos de la transacción del cliente (con recursos para contratistas, limpiezas, venta de bienes, embalaje y mudanzas, etc.). Se trata de una tienda integral. Relájense y llamen al equipo de Tilghman para que haga el trabajo por ustedes.

PLATA

**CENTROS PARA ADULTOS MAYORES/ACTIVIDADES RECREATIVAS (RECREACIÓN Y OCIO)**

Centro para Adultos Mayores de Bowie	301-809-2300	<a href="http://www.cityofbowie.org/seniorcenter">www.cityofbowie.org/seniorcenter</a>
Servicios para Adultos Mayores de M-NCPPC	301-446-3420	<a href="http://www.pgparcs.com">www.pgparcs.com</a>
Centro de Actividades para Adultos Mayores de Laurel-Beltsville	301-206-3350	<a href="http://www.pgparcs.com">www.pgparcs.com</a>
Centro de Actividades para Adultos Mayores de Langley Park	301-408-4343	<a href="http://www.pgparcs.com">www.pgparcs.com</a>
Centro de Actividades para Adultos Mayores de Gwendolyn Britt	301-699-1238	<a href="http://www.pgparcs.com">www.pgparcs.com</a>
Centro de Actividades para Adultos Mayores de Evelyn Cole	301-386-5525	<a href="http://www.pgparcs.com">www.pgparcs.com</a>
Centro de Actividades para Adultos Mayores de J.E. Howard	301-735-2400	<a href="http://www.pgparcs.com">www.pgparcs.com</a>
Centro de Actividades para Adultos Mayores de Camp Springs	301-449-0490	<a href="http://www.pgparcs.com">www.pgparcs.com</a>
Too Smooth Dudes Trio	240-565-3239	Hession123@aol.com
Programa de Adultos Experimentando con Crecimiento Educativo (SAGE, en inglés)/ Colegio Comunitario de Prince George	301-546-0923	<a href="http://www.pgcc.edu">www.pgcc.edu</a>
Programa de Actividades para Adultos Mayores en Complejo Recreativo y Acuático del Sur	301-782-1455	<a href="http://www.pgparcs.com">www.pgparcs.com</a>

**REMISIÓN Y COLOCACIÓN DE CUIDADOS PARA ADULTOS MAYORES**

Care Patrol del Condado de Prince George	301-852-9310	<a href="mailto:Charles.Picard@Carepatrol.com">Charles.Picard@Carepatrol.com</a>
 <p><b>Companions to Care, LLC</b> 301-245-7170 9701 Apollo Drive, Suite 100 Largo, MD 20774 <a href="http://www.companionstocare.com">www.companionstocare.com</a> <a href="mailto:info@companionstocare.com">info@companionstocare.com</a></p>	<p>Somos los asesores personales de vivienda para adultos mayores para guiarlos a través del recorrido de encontrar la comunidad de vida asistida más adecuada para usted o un ser querido. Nuestros servicios personalizados GRATUITOS brindan un asesoramiento experto para encontrar la comunidad ideal según las necesidades físicas y de salud, la ubicación, el presupuesto y otros intereses personales. Sabemos que mudarse a una comunidad de vida asistida, ya sea de vida independiente, de vida asistida o de cuidados para las personas con problemas de memoria, puede ser algo muy conmovedor y estresante. Estamos comprometidos a ayudarlo a atravesar este proceso difícil.</p>	
Health Pro for All	240-761-3060	<a href="http://healthcareadvertisingandmarket.com">healthcareadvertisingandmarket.com</a>



### Oasis Senior Advisors

Silver Spring & Northern  
Prince George's Counties  
240-761-3060

[jisaac@youroasisadvisor.com](mailto:jisaac@youroasisadvisor.com)

Comunicarse con: Josephine Isaac

Nuestra visión: Aumentar la seguridad y conciencia de las personas mayores vulnerables y crear un organismo local que trabaje colaborativamente para mejorar la calidad de vida y reducir los resultados traumáticos a través de evaluación y acción. Nuestra misión: Fortalecer la voz de las personas mayores y apoyarlos hacia el empoderamiento y la reestabilización. Nuestros servicios: Asistencia entre pares, defensa de intereses, asistencia legal, asesoramiento y formación.

[www.OasisSeniorAdvisors.com](http://www.OasisSeniorAdvisors.com) Silver-Spring-Northern-PG

PLATA



### Owl Be There

240-215-6190  
1750 Tysons Blvd., Suite 1500  
McLean, VA 22102

[OwlBeThere.com](http://OwlBeThere.com)

[nadia.evans@owlbethere.com](mailto:nadia.evans@owlbethere.com)

Comunicarse con: Nadia Evans

OWL BE THERE es una red de expertos en vivienda para adultos mayores que ayudan a los adultos mayores y a las familias a transitar por el laberinto de opciones e identificar las soluciones de cuidados adecuadas, ya sea en centros de vida asistida, cuidados de Alzheimer o de la memoria, cuidados en el hogar, de relevo y hogares grupales. Nuestra misión es mejorar las vidas de los adultos mayores al empoderarlos para que tomen decisiones sensatas e informadas. Nuestros servicios son siempre gratuitos para adultos mayores y sus familias. La red de proveedores de cuidados y de vivienda de adultos mayores nos paga. Nuestro nombre indica nuestro compromiso con ustedes: VAMOS A ESTAR PARA AYUDARLOS.

PLATA

## VIVIENDA PARA ADULTOS MAYORES



### Collington, A Life Plan Community

301-541-5022  
10450 Lottsford Road  
Mitchellville, MD 20721

[www.collington.kendal.org](http://www.collington.kendal.org)

[sshort@collington.kendal.org](mailto:sshort@collington.kendal.org)

Sandy Short, directora de ventas y comercialización

Durante más de 30 años, Collington ha brindado servicios como una comunidad de planificación de vida basada en valores, sin fines de lucro, ofreciendo a los residentes viviendas en cabañas, villas y departamentos, así como un continuo completo de servicios de salud, que incluyen vida independiente, asistencia personalizada, apoyo a las personas con problemas de memoria y atención de enfermería especializada, todo en el contexto de un centro bucólico de 126 acres, ubicado a solo unos kilómetros de Washington, DC.

PLATA

Pin Oak Village

301-464-6830

[www.pinoakvillageapartments.com](http://www.pinoakvillageapartments.com)



**Sky Bridge at Town Center**

240-545-8080  
 360 Sky Bridge Drive  
 Upper Marlboro, MD 20774  
 Comunicarse con: Rochelle Clarke

Una comunidad de vida para adultos mayores de 55 años que ofrece vida activa para adultos, vida independiente, vida asistida y cuidado para personas con problemas de memoria.

skybridgetowncentercontact@mailwatermark.com

PLATA

**SERVICIOS ESPECIALIZADOS**



**Balanced Abundant Living**

480-529-8564  
 3540 Crain Hwy #481, Bowie, MD 20716  
 www.balancedabundantliving.com  
 joan@balancedabundantliving.com  
 Comunicarse con: Joan Jackson

“Balanced Abundant Living” (JMJ Information Services, LLC) es un portal en línea con información y recursos confiables y evaluados para mejorar la calidad de vida de los cuidadores familiares de la generación del baby boom y la generación X, así como la de sus seres queridos. Joan es una Asesora Certificada en Adultos Mayores®, investigadora y antigua propietaria de una empresa de cuidados en el hogar no médicos.

PLATA



**Community Advocates for Family & Youth**

301-390-4092  
 P.O. Box 4419  
 Capitol Heights, MD 20791  
 ajoell@cafyonline.org  
 Contacto: Arleen B. Joell

Community Advocates for Family and Youth Inc. (CAFY, en inglés) es una organización de servicios a víctimas que atiende a adultos, niños y familias. Nuestra misión es acoger, educar y empoderar a aquellas personas lastimadas, afectadas o que sufren las repercusiones de un delito hacia un camino de justicia y sanación. Trabajamos para crear una asociación nueva y más fuerte en el condado de Prince George y en todo Maryland que actuará como un puente entre la comunidad y las víctimas de delitos, lo que causará una reducción en los delitos y que los sobrevivientes se sientan seguros. En CAFY, creemos que podemos alcanzar la sanación aquí.

PLATA

Caregiver Biz

240-245-0348    caregiverbiz.org

Crosswalk Coaching & Consulting, LLC 301-806-3209 karen@crosswalkcoaching.com



**The Juanita C. Grant Foundation**

301-325-8850  
P.O. Box 4419  
www.jcgfdn.org  
Contact: S. Orlene Grant, MSN

The Juanita C. Grant Foundation (JCGF, en inglés) se dedica a mejorar la calidad de vida de los residentes de más de 50 años en el condado de Prince George mediante la defensa de sus intereses, el desarrollo de los trabajadores, la investigación y la participación de la comunidad. La fundación JCGF lleva adelante talleres de preparación para el trabajo dirigidos a personas mayores de 50 años, organiza conferencias sobre el envejecimiento, organiza el Foro Anual de Trabajadores Mayores de 50 años y actividades de contratación, una mesa redonda sobre la discriminación por edad y una serie de seminarios sobre el abuso/fraude a personas mayores.

PLATA

Sharing the Knowledge 240-731-6488 www.stkn100.com

## TRANSPORTE



**Mountain View Transportation LLC**

301-664-2149  
www.valleyviewtransportation.com  
mrakinduro@gmail.com  
Contacto: Tosin Akinduro

Valley View Transportation es nuestra empresa principal y Mountain View Transportation es la empresa asociada. Somos la primera opción del área metropolitana de Washington D. C. (DMV, en inglés) para el transporte médico que no es de emergencia. Hemos adquirido una reputación de excelencia a la hora de brindar cuidados de calidad a nuestros clientes en Washington D. C. en Maryland y Virginia. Nuestra especialidad comprende en brindar servicios a personas en camilla o silla de ruedas y a personas con necesidades especiales. Dejamos un impacto bastante importante en la vida de nuestros clientes y sus seres queridos.

PLATA

## RESIDENCIAS *(consulten la página 7 para obtener una descripción de las residencias)*

Cheverly Village	240-770-1033	www.cheverlyvillage.org
Greenbelt Assistance In Living (GAIL, en inglés)	301-345-6660	www.greenbeltmd.gov
Hyattsville Aging in Place	301-887-3101	www.HyattsvilleAginginPlace.org
Helping Hands University Park (HHUP, en inglés)	301-892-6636	www.helpinghandsup.org



# Clubes de Concientización sobre la Salud de los Hombres (MHAC, en inglés)

## **CUÁNDO**

El segundo miércoles de cada mes, a las 5:30 p. m.

## **DÓNDE**

Reunión virtual por Zoom

## **PARA QUIÉNES**

Para hombres interesados en saber más sobre su salud y los factores de riesgo asociados a las enfermedades. Cada mes, un profesional de la salud brindará información sobre un tema relacionado con la salud y dirigirá un debate para abordar cualquier pregunta o inquietud.

## **CONTACTO**

Clinton Burnside  
(202) 865-4653, [clinton.burnside@howard.edu](mailto:clinton.burnside@howard.edu)

# Comité Asesor sobre el Envejecimiento

## DEL CONDADO DE PRINCE GEORGE

### RESUMEN

El Comité Asesor sobre el Envejecimiento del condado de Prince George está compuesto por 24 miembros designados por la directora ejecutiva del condado y confirmados por el consejo del condado para asesorarlos en temas relacionados con el envejecimiento. Los miembros son líderes ciudadanos que representan a la comunidad pública y privada cuya misión es apoyar y defender la promoción de la elección, la independencia y la dignidad para todas las personas mayores de Prince George y sus familias. El Comité Asesor sobre el Envejecimiento tiene supervisión de todos los programas de envejecimiento, incluida la revisión del Plan de Envejecimiento para garantizar que se cumplan los objetivos y las metas, y que reflejen las necesidades de los adultos mayores que residen en el condado de Prince George.



Miembros del Comité Asesor sobre el Envejecimiento que no se incluyen en la foto del grupo:

### REUNIONES REGULARES

- El cuarto jueves de cada mes de 9:30 a. m. a 11:00 a. m. (reunión cerrada en junio para un retiro de planificación estratégica)
- Hasta nuevo aviso, todas las reuniones se llevarán a cabo de manera virtual.
- Únanse a la reunión a través de Zoom mediante el siguiente enlace: <https://mypgc.zoom.us/j/4931659641>
- Número de identificación de la reunión: **493 165 9641** Código de acceso: **234273**
- Marquen desde su ubicación: +1 301 715 8592 para Estados Unidos o llamen gratis en los Estados Unidos al 877 853 5247.



Las reuniones del comité están abiertas al público. Si necesitan adaptaciones para participar en las reuniones de comisión, hagan su solicitud al menos 72 horas antes de la fecha de la reunión. Llamen al 301-265-8478 o envíen un correo electrónico a [agingadvisory@co.pg.md.us](mailto:agingadvisory@co.pg.md.us) o utilicen el servicio Maryland Relay al 711.

#### Directores

- Michelle Blanc  
*Presidenta*
- Ida Fletcher  
*Vicepresidenta*
- Dr. Gretchen D. Lofland  
*Secretaria*

#### Miembros

- Teslim Alghali
- Margaret Baltimore
- Shaunda Bellamy
- Vanecia L. Davis
- Claudia W. Dickens
- Gwendolyn A. Drummond
- Erica E. Noble
- Eddimae Gamble Tisdale
- Delegate Kym D. Taylor

#### Representantes del Departamento de Servicios

- Karen Sylvester  
*Subdirectora*
- Joann Carnathan  
*Directora de unidad*
- Megan Vila-Fasnacht  
*Responsable de soporte técnico*

Si tienen preguntas, comuníquense con Joann Carnathan al 301-265-8478.

“Una comunidad amigable con las personas que sufren demencia” es aquella en la que las personas que viven con demencia tienen la capacidad de tener grandes aspiraciones y sentirse seguras, sabiendo que pueden contribuir y participar en actividades que son significativas para ellas. El objetivo de la iniciativa “Dementia Friendly America” del condado de Prince George es aprovechar los recursos, tanto públicos como privados, para crear una comunidad que apoye a aquellas personas con demencia, sus cuidadores y familias. La iniciativa es una colaboración impulsada por voluntarios que prepara a las comunidades para las repercusiones personales, sociales y presupuestarias de la enfermedad de Alzheimer.



## EQUIPO DE LIDERAZGO

Departamento de Servicios para la Familia; División de Envejecimiento

**Sra. Karen Sylvester**

*Directora en funciones e intermediaria de DFA*

Líder de la comunidad

**Gloria Lawlah**

Enlace comunitario

**Shaunda Bellamy**

Líder del Condado Norte

**Christal Batey**

Codirectora del Condado Norte

**Sharon Johnson**

Líder del Condado del Centro

(Central)

**Donna Crocker Mason**

Codirectora del Centro (Central)

**Vikki Kalitsi**

Líder del Condado Sur


**Dra. Flavia Walton**

Codirectora del Condado Sur

**Paula Noble**

**Karin Lakin**

## SECTOR DEL CONDADO NORTE

 @dfanorthernprincegeorgesco1105

Christal Batey, cbatey@m-u-g.org, 301-968-7816 (oficina), 301-219-6650 (celular)

Evaluación de detección de problemas de memoria, *Memory Café* o grupo de apoyo a cuidadores

Sharon Johnson, sjohnson@greenbeltmd.gov, 240-542-2029

Seminarios web, boletines informativos, la comunidad Dementia Friends y servicios bilingües

Katherine Farzin, kfarzin@greenbeltmd.gov, 240-542-2019

Reuniones de equipo de intervención

Reuniones el cuarto martes de cada mes. Comuníquense con Sharon Johnson si están interesados en unirse al equipo de intervención de Friendly Dementia America (DFA, en inglés) del norte del condado de Prince George.

## SECTOR DEL CENTRO DEL CONDADO

Rosalyn Morgan, dfamidcounty@gmail.com, 240-481-9302

Evaluación de detección de problemas de memoria, formación a cuidadores

Vikki Kalitsi, midcountydafa@gmail.com

Formación a cuidadores

Dra. Gybrilla Blakes O Vikki Kalitsi  
dfamidcounty@gmail.com

Evaluación de detección de problemas de memoria, conversaciones con cuidadores, seminarios web y *Dementia Friends*

Shaunda Bellamy, spbellamy@pickettfences.org, 301-358-2066

## SECTOR SUR DEL CONDADO

 DFASouthCounty

Grupo de apoyo a cuidadores

Reuniones por Zoom el primer y el tercer martes a las 5:30 p. m.  
Inscripción en <https://tinyurl.com/DFA-SCaregivers>  
Camela Coleman, Carmela.cr.adc@gmail.com, 301-567-1885

Encuentro de hombres que brindan cuidados

Reuniones por Zoom el segundo sábado a las 12 del mediodía  
Inscripción en <https://tinyurl.com/DFASouth-Men>  
Reginald Lawson, reninaldalawson@gmail.com, 240-462-4300

Grupo de apoyo ante casos de duelo y de recuperación

Reuniones por Zoom el segundo y cuarto martes a las 2:00 p. m.  
Linda Allen Benton, info@dementiafriendlysouthcounty.org, 301-971-2919

*Train Your Brain*

Reuniones por Zoom el primer miércoles a las 4:00 p. m.  
Inscripción en <https://tinyurl.com/TrainBrain-ProtectMemory>  
Brenda Henderson, info@dementiafriendlysouthcounty.org, 301-971-2919

Reuniones de equipo de intervención del sur del condado

Reuniones por Zoom el segundo miércoles a las 6:30 p. m.  
Inscripción en <https://tinyurl.com/DFAMonthly-2024>

Preguntas generales: Gloria Lawlah gloria@seniorfamilysupportsllc.com o Shaunda Bellamy dementiafriendly@pickettfences.org





Descárguese la aplicación PGC311



Call or click  
**Today.**



Apple App Store



Google Play



# The Gift of Mobility

Donate or Receive Durable Medical Equipment



## DURABLE MEDICAL EQUIPMENT EXAMPLES:

Wheelchairs, Power Chairs, Rollators, Scooters, Walkers, Shower Chairs, Canes, Crutches, Hospital Beds, "Hoyer" Lifts, Tub Transfer Benches, and Much More!

## DONATIONS WILL BE:

- Sanitized
- Repaired
- Provided to adults and children with mobility needs

## Please contact us:

 [aging.maryland.gov](http://aging.maryland.gov)

 240-230-8000

 [dme.mdoa@maryland.gov](mailto:dme.mdoa@maryland.gov)



## CONDADO DE PRINCE GEORGE

# Programas de la Agencia Local de Envejecimiento



**El Comité Asesor sobre el Envejecimiento** está compuesto por 24 miembros designados por la directora ejecutiva del condado y confirmados por el consejo del condado para asesorarlos en temas relacionados con el envejecimiento. Los miembros son residentes que representan a comunidades públicas y privadas. Su misión es asesorar a la directora ejecutiva del condado de Prince George y al consejo del condado sobre cuestiones relacionadas con el envejecimiento y apoyar y defender la promoción de elecciones, la dignidad y la independencia de las personas mayores que viven en Prince George y sus familias. Las reuniones se llevan a cabo durante el año y están abiertas al público. Si desean obtener más información sobre el Comité Asesor sobre el Envejecimiento, comuníquense con nosotros al 301 - 265 - 8450 o envíenos un correo electrónico a [agingadvisory@co.pg.md.us](mailto:agingadvisory@co.pg.md.us).

**Centro de Recursos para el Envejecimiento y las Discapacidades (ADRC)** ofrece un punto de contacto único para los ciudadanos adultos mayores y sus familias que necesitan información, remisiones o asistencia para lidiar con las características complejas y continuamente cambiantes de los programas, servicios y beneficios sobre el envejecimiento. La conexión con estos servicios y programas también está disponible para adultos mayores aislados y para aquellas personas con discapacidades. Este servicio también incluye servicios de seguimiento para garantizar que los servicios se brindan a los clientes. El ADRC también conecta personas con miembros familiares mayores que viven fuera del área con servicios en su comunidad. Llamen al 301-265-8450.

El Programa **Community First Choice** brinda servicios y apoyos a la comunidad para permitir que las personas que necesitan un nivel de cuidados institucional puedan vivir en sus hogares propios. Los servicios incluyen asistencia personal, control de enfermería y comidas enviadas a domicilio.

El Programa **Opciones de Exenciones en la Comunidad** les permite a las personas mayores a permanecer en el entorno de su comunidad, a pesar de que su edad avanzada o discapacidad justificarían la colocación en un centro de cuidados a largo plazo. La exención permite servicios que generalmente están cubiertos por Medicaid solo en centros de cuidados a largo plazo para personas elegibles en sus hogares o en centros de vida asistida.

**El Programa Servicios de Asistencia Personal en la Comunidad** antes conocido como Programa de Cuidados Personales de Asistencia Médica (MAPC, en inglés) brinda apoyo a personas que necesitan asistencia con las actividades de la vida diaria, pero que no necesitan un nivel de cuidados institucional. El Programa Servicios de Asistencia Personal en la Comunidad brinda a las personas con enfermedades crónicas, débiles o con discapacidades la oportunidad de permanecer en sus hogares al proporcionar apoyo personal con las tareas diarias, como bañarse, vestirse y preparar la comida. Otros servicios incluyen el control de enfermería y la planificación del apoyo.

**“Una comunidad amigable con las personas que sufren demencia”, de Dementia Friendly de Prince George**, es aquella en la que las personas que viven con demencia tienen la capacidad de tener grandes aspiraciones y sentirse seguras, sabiendo que pueden contribuir y participar en actividades que son significativas para ellas. El objetivo de la iniciativa Dementia Friendly del condado de Prince George es aprovechar los recursos, tanto públicos como privados, para crear una comunidad que apoye a aquellas personas con demencia, sus cuidadores y familias. La iniciativa Dementia Friendly del condado de Prince George es una colaboración impulsada por voluntarios que prepara a las comunidades para las repercusiones personales, sociales y presupuestarios de la enfermedad de Alzheimer.

El Programa **Autocontrol de Enfermedades Crónicas Basadas en Pruebas** brinda el Programa de Autocontrol de Enfermedades Crónicas y “Vivir bien” para personas mayores del condado. Este programa consiste en un taller de dos horas y media, una vez por semana, durante seis semanas en el entorno de la comunidad. Las personas con diferentes problemas de salud crónicos también pueden asistir. Los talleres se dictan a través de dos líderes capacitados, uno de los dos o ambos son profesionales no relacionados con la salud con una enfermedad crónica ellos mismos. Este programa es especialmente útil para personas con enfermedades crónicas, como hipertensión y diabetes, ya que les brinda las habilidades para comprender cómo comunicarse de manera efectiva con los médicos, manejar su propia salud, administrar los medicamentos y la alimentación, como también comprender las repercusiones del estrés, la ansiedad y el dolor.

El Programa de **Cuidadores Familiares** brinda asistencia a los cuidadores, que pueden incluir familiares, amigos y miembros de la comunidad, con el acceso a grupos de apoyo, resolución de problemas, información, cuidados de relevo y otros servicios de apoyo. El cuidador brinda cuidados a una persona mayor que puede haber perdido su capacidad para vivir y cuidar de sí mismo de manera independiente.

El Programa de **Abuelos Adoptivos** brinda oportunidades para que voluntarios mayores trabajen con niños con dificultades físicas, mentales y emocionales en escuelas y centros especiales en todo el condado. De otro modo, estos niños estarían sin la atención personal necesaria para su adaptación y maduración social.

El Programa de **Prevención de Enfermedades y Promoción de la Salud** es un programa diseñado para

promover y educar sobre la importancia de un estilo de vida saludable para las personas mayores que asisten a los programas patrocinados por la Agencia Local de Envejecimiento.

El Programa de **Mediador de Cuidados a Largo Plazo** promueve una calidad de vida y cuidados del más alto nivel posible para los residentes en centros de cuidados a largo plazo. El mediador, con la asistencia de voluntarios, investiga y busca soluciones a problemas que afectan los derechos, la salud, los cuidados, la seguridad y el bienestar de los residentes.

El Programa **Punto de Acceso de Maryland (MAP, en inglés) del condado de Prince George** actúa como un punto de acceso único al sistema de cuidados a largo plazo para personas mayores y personas con discapacidades. El MAP es una iniciativa de colaboración con el Departamento de Salud local, el Departamento de Servicios Sociales e Independence Now, Inc., que brinda servicios como el Centro para la Vida Independiente (CIL, en inglés). Esta colaboración actúa como una tienda integral para personas mayores, personas con discapacidades y sus familias. Núm. de teléfono: 301-265-8450.

El proyecto **El Dinero Sigue a las Personas (MFP, en inglés)** está diseñado para optimizar el proceso de transición de las personas que eligen cambiarse de un centro de cuidados a largo plazo a un entorno comunitario. Un entorno comunitario, tal como lo define el MFP, es un ámbito residencial con cuatro o menos residentes que no se conocen.

El Programa de **Tutoría Pública** garantiza la provisión de servicios/cuidados óptimos para menores acogidos a la tutela del tribunal de menores a través de la administración de casos profesional. Como un agente del Tribunal de Circuito, las decisiones de administración de casos se realizan en función de lo siguiente: cuidados médicos, disposiciones de vivienda y cuestiones de bienestar personales y generales.

El Programa de **Voluntarios para Adultos Mayores y Jubilados (RSVP, en inglés)** brinda oportunidades de voluntariado para más de 400 adultos mayores y para personas mayores de 55 años. Los voluntarios realizan una variedad de tareas interesantes y desafiantes en más de 40 organizaciones sin fines de lucro, escuelas y organismos gubernamentales. Además, el RSVP ofrece programas como visitas amigables, llamadas telefónicas para brindar tranquilidad, tutorías para niños en edad escolar y servicios de apoyo a la comunidad y los organismos gubernamentales.

# Programas de la Agencia Local de Envejecimiento

**El Programa de Subsidios para Hogares de Grupo de Vida Asistida para Adultos Mayores** combina los servicios de vivienda y apoyo para adultos mayores que necesitan asistencia regular con las actividades de la vida diaria, pero que no necesitan estar en un hogar de cuidados de personas mayores. Al ofrecer comidas colectivas, limpieza, servicios personales y supervisión las 24 horas, este programa permite que las personas mayores que están débiles puedan seguir viviendo en la comunidad. Las viviendas cuentan con la licencia del Departamento de Salud. Las viviendas inscritas en el Programa de Subsidios para Hogares de Grupo de Vida Asistida para Adultos Mayores que tienen residentes con subsidios están controlados de manera trimestral por el Programa de Control de la Agencia Local de Envejecimiento. El resto de los centros de vida asistida de 4 a 16 camas tienen un control cada 12 a 15 meses.

**El Programa de Empleo de Servicios Comunitarios para Adultos Mayores (SCSEP, en inglés)** es un programa de servicios comunitarios y de formación laboral en el trabajo para residentes mayores del condado de Prince George con bajos ingresos y desempleados. Los participantes del SCSEP obtienen experiencia laboral en una variedad de lugares que brindan servicios comunitarios que incluyen centros sin fines de lucro y públicos, como escuelas, hospitales, centros de cuidado diurno y centros para adultos mayores.

**El Programa de Cuidados para Adultos Mayores brinda servicios para adultos mayores que puedan estar en riesgo de reubicarse en un hogar de cuidados para personas mayores.** Estos servicios pueden incluir cuidados personales, comidas enviadas a domicilio, sistema de respuesta ante emergencias, suministros médicos y personales, y otros servicios. El Programa de Cuidados para Adultos Mayores es un programa que cubre brechas para los adultos mayores de 65 años que tienen ingresos y activos limitados.

**El Programa de Seguros de Salud del Estado brinda asesoramiento y asistencia sobre seguros de salud gratuitos a personas que tienen Medicare y otros beneficios de seguros de salud.** El personal capacitado y los asesores voluntarios brindan información sobre Medicare, Medicaid, Medigap, seguros de cuidados a largo plazo, planes de la Organización del Mantenimiento de la Salud (HMO, en inglés), reclamaciones, apelaciones y facturas de médicos y hospitales.

**El Programa de Nutrición para Adultos Mayores** ofrece una variedad de comidas nutritivas que cumplen con un tercio del consumo diario recomendado para los adultos mayores. Las comidas se sirven en lugares colectivos y se envían a aquellos adultos mayores que están confinados en la comunidad. El programa brinda comidas frías y calientes a los participantes elegibles.



**El Programa Vigilancia de Adultos Mayores de Medicare** es un programa diseñado para reducir los montos que se perdieron de fondos federales y estatales debido al fraude de seguros de salud al aumentar la capacidad pública de detectar y denunciar posibles fraudes, derroches y abusos.

**Programa de Llamadas Telefónicas para Brindar Tranquilidad** que contrata voluntarios de la comunidad, centros para adultos mayores y otros programas de voluntarios para realizar llamadas telefónicas para brindar tranquilidad a diario a ciudadanos mayores en el condado de Prince George. El objetivo del programa es eliminar algunas inquietudes que enfrentan los ciudadanos de adultos mayores que están confinados y que viven solos. Por lo tanto, el objetivo es reducir el aislamiento social. El programa brinda la oportunidad de que los adultos mayores se conecten por teléfono con una voz amigable. Esto les permite a las personas a mantenerse en contacto con su comunidad y les ayuda a reducir los sentimientos de soledad y aislamiento. El programa también proporciona tranquilidad a los parientes que viven fuera de la ciudad.

## DEPARTAMENTO DE SERVICIOS A LA FAMILIA

6420 Allentown Road, Camp Springs, MD 20748 • 301-265-8450

Síganos en Facebook  pgcfamilyservices

Síganos en Twitter  @pgcfamilyservice y en Instagram  @pgcfamily

# Departamento de Salud

## DEL CONDADO DE PRINCE GEORGE

La misión del Departamento de Salud del Condado de Prince George es proteger la salud pública, garantizar la disponibilidad y el acceso a los servicios de cuidado de salud de calidad, y promover la responsabilidad individual y colectiva para la prevención de enfermedades, lesiones y discapacidades.

### **Servicios de Revisión y Evaluación para Adultos (AERS, en inglés)**

◇ Los AERS evalúan las necesidades de las personas mayores y de personas con enfermedades crónicas que son residentes del condado de Prince George. No se aplican tarifas para este servicio.

◇ El personal de enfermería y los trabajadores sociales hacen una evaluación integral para identificar la ayuda disponible para que las personas permanezcan en la comunidad o en el entorno con menores restricciones y, al mismo tiempo, disponer del mayor grado de independencia y bienestar personal. Se brindan recomendaciones y recursos.

### **Autocontrol de Enfermedades Crónicas: 301-856-9643.**

La División de Salud y Bienestar implementa actividades de promoción de la salud y utiliza estrategias basadas en pruebas para brindar programas de comidas saludables y de vida activa a los residentes del condado de Prince George. Estas actividades y programas brindan asistencia a personas para que mejoren su calidad de vida al tomar decisiones de vida más saludables.

### **Servicios Dentales**

Un programa de salud bucal que se basa en los ingresos para mayores y adultos mayores que no tienen seguro dental y que incluye tratamientos profilácticos de emergencia y servicios de restauración. Las dentaduras postizas y las coronas estarán disponibles a tarifas reducidas.

### **Programa de VIH/SIDA (HAP, en inglés)**

El Programa de VIH/SIDA (HAP) es responsable de brindar cuidados médicos integrales para el VIH a personas que viven con la enfermedad de VIH/SIDA y que no tienen cobertura de salud o que tienen una cobertura insuficiente. Se brinda asistencia para ayudar a los clientes a acceder a los servicios para que lleven una vida saludable con VIH/SIDA. El programa también proporciona servicios de asesoramiento, pruebas y remisiones (CTR, en inglés) sobre VIH de carácter anónimo al público.


### **Vacunas contra la gripe**


El objetivo del Departamento de Salud es planificar y prepararse para que los residentes y visitantes respondan de manera adecuada a un brote de gripe. El Departamento de Salud del Condado de Prince George ofrece vacunas contra la gripe a los residentes del condado mayores de 6 meses de edad. Se atiende por orden de llegada. No se necesitan citas previas.

### **Servicios de Salud Conductual**

Si ustedes o algún ser querido tienen pensamientos suicidas o una crisis de salud mental, marquen 2-1-1 para recibir asistencia. Los especialistas de salud mental están disponibles las 24 horas al día, los siete días a la semana para brindar asistencia inmediata y remisiones para apoyo a largo plazo. Obtengan más información en 2-1-1 y accedan a los recursos útiles en línea.



 PrinceGeorgesCountyHealthDepartment

 Prince George's County Health Department

 @PGCHealth

[health.mypgc.us](http://health.mypgc.us)

## CONDADO DE PRINCE GEORGE

# Programas de Servicios Sociales

El Departamento de Servicios Sociales del Condado de Prince George (PGCDSS) colabora con la comunidad, nuestros clientes y otros proveedores de servicios para estabilizar y fortalecer familias, proteger a niños y adultos vulnerables, y fomentar la autosuficiencia y la responsabilidad personal. Por lo general, el PGCDSS es conocido por brindar asistencia con la provisión de vivienda de emergencia, programas de asistencia en efectivo, de salud y de alimentos, asistencia para servicios públicos, servicios de acogida y adopción, y servicios de protección de niños y adultos. A continuación encontrarán información detallada sobre algunos de los servicios que el Departamento de Servicios Sociales brinda a la comunidad.

### **MEDICAID**

Medicaid es un programa de seguros de cuidados de salud integral para personas con bajos ingresos. Envíen la solicitud para recibir servicios de asistencia médica a [mydhrbenefits.dhr.state.md.us](http://mydhrbenefits.dhr.state.md.us). Beneficiario Calificado de Medicare (QMB, en inglés) y Beneficiario de Medicare Especificado de Bajos Ingresos (SLIMB, en inglés)

El programa conecta los dos extensos programas de salud pública en el condado, Medicare y Medicaid, dado que Medicaid paga por todo o una parte de la prima de Medicare y de los montos deducibles para las personas con bajos ingresos que son elegibles económicamente. Para obtener más información, visiten [mydhrbenefits.dhr.state.md.us](http://mydhrbenefits.dhr.state.md.us).

### **PROGRAMA DE ASISTENCIA POR DISCAPACIDAD TEMPORAL (TDAP, EN INGLÉS)**

El Programa de Asistencia por Discapacidad Temporal (TDAP, en inglés) está disponible para ayudar a los residentes de Maryland de bajos ingresos y con discapacidades durante un período de discapacidad temporal o mientras se espera la aprobación del apoyo federal por discapacidad. El programa recibe financiación del estado de Maryland para brindar ayuda a las personas sin hijos dependientes.

### **PROGRAMA DE ASISTENCIA NUTRICIONAL COMPLEMENTARIA (SNAP, EN INGLÉS)**

El Programa de Asistencia Nutricional Complementaria (SNAP), denominado Programa de Alimentación Complementaria (FSP, en inglés) de Maryland, antes conocido como Cupones de Alimentos, ayuda a las unidades familiares de bajos ingresos a adquirir los alimentos que necesitan para tener una buena salud. Todas las personas tienen el derecho de enviar la solicitud para participar del FSP.

### **SERVICIOS DE PROTECCIÓN PARA ADULTOS**

Los Servicios de Protección para Adultos son responsables de investigar denuncias de negligencia, autonegligencia, abuso y explotación de adultos vulnerables mayores de 18 años. El PGCDSS brinda servicios a los adultos que no tienen la capacidad física y mental para satisfacer sus propias necesidades básicas, y se asocia con la comunidad para proporcionar dichos servicios. Para denunciar el abuso y la negligencia de adultos vulnerables, llamen al (301) 909-2450.

### **SERVICIOS DE AYUDA EN EL HOGAR**

Los servicios de ayuda en el hogar brindan asistencia con las actividades de la vida diaria a clientes que viven solos o con sus familias. Los clientes pueden ser niños, familias con adultos con

discapacidades y las personas mayores. El servicio se basa en los ingresos. Para obtener más información, llamen al (301) 909 - 2450.

### OFICINA DE PROGRAMAS DE ENERGÍA EN EL HOGAR

La Oficina de Programas de Energía en el Hogar ayuda a las unidades familiares y personas con bajos ingresos a pagar los servicios públicos, reducir al mínimo la escasez de calefacción y lograr que los costos de energía sean más asequibles. El Programa de Asistencia de Energía de Maryland y el Programa de Servicio Universal Eléctrico promueven la conservación de la energía, la responsabilidad económica del cliente y la independencia energética. Nota: Este programa acepta solicitudes desde el 1.º de julio al 15 de mayo. Envíen las solicitudes para estos servicios y mucho más en [mydhrbenefits.dhr.state.md.us](http://mydhrbenefits.dhr.state.md.us) o llamen al (301) 909 - 6300 para tener un intercambio y acceder a más información en Maryland.

### VIVIENDA DE EMERGENCIA

El servicio de vivienda de emergencia se brinda a través de la línea directa para personas sin hogar. La línea directa brinda remisiones de emergencia para personas sin hogar las 24 horas del día, los 365 días del año. Las personas y familias que necesitan un albergue de emergencia pueden comunicarse con la línea directa para personas sin hogar directamente al (888) 731-0999.

### PREVENCIÓN PARA EVITAR LA FALTA DE VIVIENDA

El Programa Prevención para Evitar la Falta de Vivienda es un programa que ayuda a los residentes a evitar el desalojo o la ejecución hipotecaria. Pueden ser elegibles para recibir ayuda económica para ayudar a pagar el alquiler o la hipoteca si están atravesando una crisis aislada. Comuníquense con la línea directa para personas sin hogar al (301) 864-7140 o marquen 211 para tener un intercambio y acceder a más información en Maryland.

### SERVICIOS DE VOLUNTARIOS

El Programa de Servicios de Voluntarios ofrece oportunidades para ciudadanos y residentes para que aporten su tiempo, experiencia y buena voluntad a personas menos afortunadas que ellos. Los voluntarios hacen la diferencia para la comunidad todos los días.

### SERVICIOS DE PROTECCIÓN PARA NIÑOS (CPS, EN INGLÉS)

Investiga presuntos casos de abuso infantil, abuso sexual infantil y negligencia infantil. La prevención del abuso y la negligencia requiere identificación, tratamiento y la participación de todos en nuestra comunidad.

- El abuso infantil es la lesión física o mental de un niño por parte de un padre, cuidador o miembro de la familia, o el abuso sexual de un niño, ya sea que se produzcan lesiones físicas o no.
- La negligencia infantil es la falta de proporcionar el cuidado y la atención adecuados a un niño, lo que pone en peligro la salud y el bienestar del niño. Para denunciar el abuso y la negligencia infantil, llamen al (301) 909-2450 o marquen 211 (las 24 horas todos los días).
- El cuidado de acogida es la provisión de servicios de cuidados a corto plazo y de apoyo a niños que no pueden vivir en el hogar debido a que sufren abusos y negligencia. El Departamento de Servicios Sociales (DSS, en inglés) coloca a los niños en hogares con familias de acogida, como en entornos de cuidado grupal. Si están interesados en convertirse en padres de acogida, llamen al (301) 909-2300.



Síganos en **Facebook** **PGCDSS1**



Síganos en **Instagram** **@PGCDSS**

# Vivienda para Adultos Mayores

## Guía de Recursos



### Vivienda Subvencionada por el Gobierno

Diseñada para ayudar a personas con bajos ingresos, la vivienda subsidiada por el gobierno es administrada a través de la Autoridad de Vivienda del Condado de Prince George.

Llamar al 301-883-5501, de lunes a viernes, de 8:30 a. m. a 4:30 p. m, para obtener más información y enviar la solicitud. Programa de Elección de Vivienda del HUD: el alquiler se basa en los ingresos y se calcula según el 30 % de los ingresos del inquilino.

Nombre de la vivienda	Información del edificio	Ingresos necesarios	Edad/Mascotas/Cigarrillo
Cottage City Towers 4142 Bunker Hill Road Cottage City, MD 20722 301-883-5501	Construido en 1974 Edificio de 6 pisos 100 departamentos 1 y 2 habitaciones	Subsidio público: 30 % de los ingresos	No hay requisitos de edad Se aceptan mascotas (con autorización) Libre de humo
Kimberly Gardens 9146 Cherry Lane Laurel, MD 20708 301-490-2488	Construido en 1972 Casas adosadas 50 departamentos 2, 3 y 4 habitaciones	Subsidio público: 30 % de los ingresos	No hay requisitos de edad Se aceptan mascotas Libre de humo
Marlborough Towne 1849 Tenow Place District Heights, MD 20747 240-681-2207	Construido en 1974 Casas adosadas 63 departamentos 1, 2 y 3 habitaciones	Subsidio público: 30 % de los ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Owens Road 1100 Owens Road Oxon Hill, MD 20745 301-839-9311	Construido en 1971 1 piso/123 departamentos	Subsidio público: 30 % de los ingresos	Personas mayores de 62 años No se aceptan mascotas Libre de humo
Rollingcrest Village 1376 Chillum Road Hyattsville, MD 20782 301-883-5531	Construido en 1974 1 piso/40 departamentos	Subsidio público: 30 % de los ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo



## Subsidio para la Vivienda para Personas de Bajos Ingresos del Condado de Prince George

Este programa de vivienda se brinda a través del Programa de Subsidios del HUD, y el alquiler se calcula con un 60 % de los ingresos del inquilino.

Nombre de la vivienda	Información del edificio	Ingresos necesarios	Edad/Mascotas/Cigarrillo
Avondale Park Apts. 4915 Eastern Avenue Hyattsville, MD 20782 301-853-7787	Construido en 1980 4 pisos/88 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Bowie Commons 3909 New Haven Court Bowie, MD 20716 301-249-2575	Construido en 1982 1 piso/36 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos: 30 % de los ingresos	Personas mayores de 62 años No se aceptan mascotas Está permitido fumar
Branchwood Towers 8600 Mike Shapiro Dr. Clinton, MD 20735 301-856-1620	Construido en 1982 10 pisos/180 departamentos 1 y 2 habitaciones	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años y mayores de 21 años con discapacidades Se aceptan mascotas Libre de humo
Cheval Court 2611 Luana Drive Forestville, MD 20747 301-736-0685	Construido en 2002 3 pisos/26 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Chillum Oaks 6305 Riggs Road Hyattsville, MD 20783 301-853-2755	Construido en 1997 3 pisos/48 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
College Park HA Attick Towers 9014 Rhode Island Ave. College Park, MD 20740 301 - 345 - 3600 (CPHA)	Construido en 1972 8 pisos/108 departamentos	Monoambientes y 1 habitación Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años y mayores de 21 años con discapacidades Se aceptan mascotas Libre de humo
Council House 3940 Bexley Place Suitland, MD 20746 301-423-0228	Construido en 1982 9 pisos/162 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Emerson House 5999 Emerson Street Bladensburg, MD 20710 301-779-6196	Construido en 1979 9 pisos/220 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Fort Washington Adventist Apts. 11316 Ft. Washington Rd. Ft. Washington, MD 20744 301-203-7726	Construido en 2003 3 pisos/47 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Friendship Arms 5805 42nd Ave. Hyattsville, MD 20781 301-779-6566	Construido en 1979 7 pisos/150 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo

<b>Nombre de la vivienda</b>	<b>Información del edificio</b>	<b>Ingresos necesarios</b>	<b>Edad/Mascotas/Cigarrillo</b>
Gateway Village 505 Suffolk Ave. Capitol Heights, MD 20743 301-336-0141	Construido en 1986 4 pisos/84 departamentos Monoambientes y 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
The City of Greenbelt The Greenridge House 22 Ridge Road Greenbelt, MD 20770 301-474-7595	Construido en 1979 4 pisos/101 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años
Largo Landing Fellowship House 1077 Largo Road Upper Marlboro, MD 20774 301-249-2100	Construido en 1984 6 pisos/106 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
The Lewis 2901 Toles Park Drive Suitland, MD 20746 240-337-0209	Construido en 2022 Edificio de 6 pisos 137 departamentos 1 y 2 habitaciones		Personas mayores de 62 años No se aceptan mascotas
Manor Apartments 4907 Eastern Ave. Hyattsville, MD 20782 301-853-2900	Construido en 1996 3 pisos/62 departamentos Monoambientes y 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Mrs. Philippines Home for Senior Citizens, Inc. 6482 Bock Road Oxon Hill, MD 20745 301-567-9537	Construido en 1991 4 pisos/74 departamentos	Estudios y 1 habitación Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años y mayores de 21 años con discapacidades Se aceptan mascotas Libre de humo
Spellman House 4711 Berwyn House Rd. College Park, MD 20740 301-474-3435	Construido en 1983 7 pisos/141 departamentos Estudios y 1 habitación Proyecto de vivienda		Personas mayores de 62 años y de 21 años con discapacidades Se aceptan mascotas Libre de humo
Suitland Senior Residences at Towne Square 2901 Toles Park Drive Suitland, MD 20746	Fecha de finalización prevista para 2020 6 pisos/137 departamentos 1 y 2 habitaciones	Límites de ingresos y valor de mercado	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas/Libre de humo
Trinity Terrace 6001 Fisher Road Temple Hills, MD 20748 301-630-7717	Construido en 2004 3 pisos/71 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Victory Crest 6100 Sargent Road Hyattsville, MD 20782 301-559-3891	Construido en 2010 3 pisos/60 departamentos 1 habitación	Proyecto de vivienda	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Victory House of Palmer Park 7801 Barlowe Road Landover, MD 20785 301-341-4995	Construido en 2005 3 pisos/69 departamentos 1 habitación	Límites de ingresos	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Se puede fumar (solo en áreas designadas)

## Viviendas de gestión privada

Programa de Créditos Impositivos para Viviendas para Personas de Bajos Ingresos (LIHTC, en inglés). Viviendas asequibles para aquellas personas con un ingreso medio, ya que se alquilan a un valor de mercado inferior.

Nombre de la vivienda	Información del edificio	Ingresos necesarios	Edad/Mascotas/Cigarrillo
The Belnor 3800 St. Barnabus Rd., Suitland, MD 20746 240-764-4424	Construido en 2018 4 pisos/122 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Clinton Manor 8500 Mike Shapiro Dr., Clinton, MD 20735 301-877-0444	Construido en 1989 4 pisos/111 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Se puede fumar
Conifer Village at Oakcrest 2011 Brooks Dr., Capitol Heights, MD 20747 240 - 767 - 6563	Construido en 2017 4 pisos/120 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Evergreen Senior Community 3800 Enfield Chase Ct., Bowie, MD 20716 301-218-5150	Construido en 2000 4 pisos/120 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Fort Washington Manor 10800 Indian Head Hwy Fort Washington, MD 20744 888-258-4873	Construido en 2007/4 pisos 150 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Glenarden Senior Apartments 3171 Rolland Kenner Loop Glenarden, MD 20706 240-512-2163	Fecha de finalización prevista para 2021 4 pisos/55 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Jericho Residence 1000 Brightseat Rd., Landover, MD 20785 301-841-6711	Construido en 2009 270 pisos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 55 años Se puede fumar
Laurel Lakes Senior Apt. 7901 Laurel Lakes Court, Laurel, MD 20707 301-317-0800	Construido en 1998 4 pisos/125 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 55 años Se aceptan mascotas Se puede fumar
The Lodge at Marlton 9590 Crain Hwy, Upper Marlboro, MD 20772 301-599-5422	Construido en 2009 4 pisos/102 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Manor at Victoria Park 3420 Rickey Ave., Temple Hills, MD 20748 301-630-0096	Construido en 2000 3 pisos/148 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Marwood Senior Apts. 5605 S. Marwood Blvd Upper Marlboro, MD 20772 301-599-1700	Construido en 2002 4 pisos/155 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Se puede fumar
Newton Green 5300 Newton Street Bladensburg, MD 20710 301-772-5888	Construido en 2008 4 pisos/78 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 62 años y mayores de 21 años con una discapacidad; no se aceptan mascotas Se puede fumar

<b>Nombre de la vivienda</b>	<b>Información del edificio</b>	<b>Ingresos necesarios</b>	<b>Edad/Mascotas/Cigarrillo</b>
Parkview of Bladensburg 4202 58th Ave. Bladensburg, MD 20710 301-699-9785	Construido en 1995 3 pisos/102 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 55 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Parkview of Laurel 9000 Briarcroft Lane, Laurel, MD 20708 301-490-1526	Construido en 1995/4 pisos 253 departamentos/ 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Pin Oak Village 16010 Excalibur Road Bowie, MD 20716 301-464-6830	Construido en 1996 4 pisos/220 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 55 años Se aceptan mascotas Se puede fumar (solo en áreas designadas)
Rainier Manor I & II 3001 Queens Chapel Rd. Mt. Rainier, MD 20712 301-699-9795	Construido en 1993 Hilera de casas adosadas y de 3 pisos 100 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Rollingcrest Commons 6060 Sargent Rd., Chillum, MD 20782 301-559-2225	Construido en 1998 Apartamentos de 2 pisos/140 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Selbourne House of Laurel 601 Main St., Laurel, MD 20707 301-604-2635	Construido en 1989 4 pisos/126 departamentos 1 habitación	Vivienda asequible	Personas mayores de 55 años Se aceptan mascotas Libre de humo
St. Paul Senior Living 1207 Addison Road Capitol Heights, MD 20743 301-350-1100	Construido en 2000 4 pisos/153 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
Vista at Lake Largo 500 Harry S. Truman Dr. Landover, MD 20774 301-350-4766	Construido en 1994 4 pisos/110 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas Libre de humo
The Willows Senior Community 3850 Enfield Chase Ct, Bowie, MD 20716 1 - 888 - 671 - 0711	Construido en 2004 Edificio de 3 pisos 79 departamentos 1 y 2 habitaciones		Personas mayores de 62 años Se aceptan mascotas
Windsor Crossing 5000 Lydianna Ln, Suitland, MD 20746 301-669-6540	Construido en 2004 4 pisos/125 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 62 años No se aceptan mascotas Libre de humo
Woodlands at Reid Temple 11609 Facchina Place Glenn Dale, MD 20769 301-825-9766	Fecha de finalización pre- vista para 2021 4 pisos/252 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible	Personas mayores de 62 años Libre de humo
Woodside Village 6801 Bock Road Ft. Washington, MD 20744 301-839-2150	Construido en 1995 4 pisos/200 departamentos 1 y 2 habitaciones	Vivienda asequible (LIHTC)	Personas mayores de 55 años Se aceptan mascotas Libre de humo

# Guía de Recursos de Transporte



## Viajar en el condado de Prince George para adultos mayores y personas con discapacidades

*ADVERTENCIA: El material proporcionado no contiene ninguna garantía en absoluto sobre la precisión o completud actuales, a pesar de las precauciones adecuadas adoptadas por la Red de Proveedores para Adultos Mayores de Prince George. La información presentada aquí se proporciona únicamente como información general y está sujeta a verificación con agencias o empresas específicas. La información puede cambiar con o sin previo aviso.*

### Transporte a nivel local

Los siguientes ayuntamientos brindan sus propios servicios de Call-A-Bus, además del servicio de Call-A-Bus del condado. Para solicitar los servicios, las tarifas, los días de servicio y los horarios de funcionamiento, llamen al número que aparece a continuación para contactarse con el ayuntamiento.

Asegúrense de hacerlo con 48 horas de anticipación. Las listas se llenan rápidamente, por lo que será mejor si lo hacen con dos semanas de anticipación.

Colmar Manor .....	301-277-4920	Glenarden.....	301-789-4198
Laurel.....	301-323-8096	Seat Pleasant.....	301-336-2600
Bowie.....	301-809-2324	Bladensburg .....	301-277-4920
Capitol Heights .....	301-336-0626	Greenbelt .....	301-474-4100
Edmonston .....	301-277-4920	Cottage City.....	301-277-4920
New Carrollton.....	301-577-1008	Hyattsville.....	301-985-5000
College Park.....	301-345-8100		

Nota: Las ciudades que no aparecen en la lista no tienen transporte a nivel local y utilizan el servicio de Call-A-Bus del condado.

### Organizaciones Voluntarias de Transporte

#### **Fish of Greater Bowie, 301-262-8479**

13710 Annapolis Road, Bowie, MD 20702

[www.fishofbowiemd.com](http://www.fishofbowiemd.com)

- Brinda servicios de transporte para llegar a las citas médicas y realizar las compras cuando no hay otras opciones disponibles.
- Se necesitan al menos 3 días de anticipación para solicitar el servicio.
- Solo brinda servicios a los residentes de Bowie.

# Guía de Recursos de Transporte

## Servicio de Call-A-Bus del condado

Call-A-Bus es un servicio de transporte de vereda a vereda que funciona a petición (deben poder llegar a la vereda por sus propios medios). El servicio está disponible para todos los residentes del condado de Prince George que no utilizan o no pueden usar el servicio actual de autobús o ferroviario. Sin embargo, se brinda prioridad a los adultos mayores y las personas con discapacidades. Deben contar con sus propios acompañantes. Se permiten los animales de servicio para las personas con problemas de la vista.

Las reservas se pueden realizar hasta siete (7) días previos al llamar al 301-499-8603 entre las 7:30 a. m. y las 4:30 p. m., de lunes a viernes (excepto los días festivos del condado).

- Los horarios de servicio son de 8:30 a. m. a 3:30 p. m., de lunes a viernes (excepto los días festivos del condado).
- Se aceptan solicitudes de servicios para el mismo día pero están sujetas a la disponibilidad de los recursos.
- A la hora de reservar un viaje, asegúrense de indicar si necesitan asistencia especial, como un elevador de silla de ruedas o si su acompañante viajará con ustedes.
- Una vez que el viaje está programado, se les pedirá que vuelvan a llamar el día anterior al viaje para confirmar la reserva; de lo contrario, se cancelará la reserva.
- Deben estar listos para la recogida 15 minutos antes de la hora programada y esperar en el lugar de recogida donde sea visible para el conductor.
- Debido a la congestión del tránsito, esperen al menos 15 minutos desde la hora programada antes de llamar para verificar si el viaje está con demoras.
- En los días festivos, hay itinerarios especiales.

---

## Servicio de enlace Universidad de Maryland (UMD, en inglés)

La ciudad de College Park y de Greenbelt tienen una asociación con la Universidad de Maryland para utilizar el autobús de enlace de la UMD con una tarifa anual de \$10.00. Llamen al ayuntamiento para obtener detalles o visiten su sitio web.



---

## Transporte para Asistencia Médica (MATP, en inglés)

El Programa de Transporte para Asistencia Médica (MATP) brinda transporte que no es de emergencia para servicios cubiertos por Medicaid a residentes elegibles de Asistencia Médica (MA, en inglés) que no tienen otros medios de transporte para llegar a sus citas médicas. Los servicios se brindan luego de realizar un proceso de evaluación exhaustivo para clientes nuevos. Los residentes actuales también se someten a evaluaciones periódicas.

Estos servicios de transporte se brindan a través de camionetas del Departamento de Salud y proveedores contratados que brindan transporte en vehículos sedán, sillas de ruedas y ambulancia. Estos servicios son sin cargo. El transporte que no es de emergencia se debe programar con un mínimo de 24 horas de anticipación, a menos que el paciente haya recibido el alta del hospital en el momento. NÚMERO DE CONTACTO: 301-856-9555.

**ELEGIBILIDAD:** Para cumplir con los requisitos para este servicio, se le pedirá al residente que brinde una copia de la tarjeta de Medicaid, la tarjeta de identificación del estado de Maryland que pruebe que el cliente es residente del condado de Prince George y un formulario firmado de la Ley de Responsabilidad y Portabilidad del Seguro Médico (HIPPA, en inglés). Se obtendrá un certificado del médico de cuidado primario luego de la evaluación. Es posible que se necesiten remisiones de médicos que no están en el área antes de las citas que están a más de 30 millas del hogar del residente. Los viajes para asistir a las citas médicas se verifican antes de ser programados. También se realizan verificaciones posteriores.

Si son clientes actuales, llamen al Programa de Transporte de Asistencia Médica al 301 - 856 - 9555 para servicios de transporte con un mínimo de 24 horas de anticipación para las citas médicas. Se contactará a los clientes nuevos aproximadamente 10 días hábiles antes de la llamada inicial para que se pueda realizar la evaluación.

## Tarjeta de SmarTrip® para adultos mayores de Metro

La tarjeta amarillo brillante de SmarTrip® para adultos mayores para ciudadanos mayores de 65 años les permite a los adultos mayores obtener tarifas con descuento en Metrobus y Metrorail. Una tarjeta de SmarTrip® es fácil de usar y es más rápida que una tarjeta prepaga. Solo deben tocar el recorrido objetivo en una puerta de acceso o máquina expendedora de boletos. Las tarifas con descuento se deducirán automáticamente. Con una tarifa de reemplazo de \$2, podrán obtener una tarjeta nueva con el valor de la tarjeta robada o dañada en el momento que lo informen a Metro si la tarjeta está registrada.



Nota: La tarifa de \$2 para la tarjeta de SmarTrip® para adultos mayores es el costo de la tarjeta solamente. Esta tarjeta no tiene un valor monetario. Para cargarle dinero, deben hacerlo con las máquinas de pases y tarjetas prepagas en cualquier estación de Metrorail o en una máquina expendedora en un autobús que acepta las tarjetas de SmarTrip®.

Para adquirir la tarjeta, los adultos mayores deben mostrar una identificación válida con foto emitida por el gobierno que indique la edad en las ubicaciones designadas de Metro. La tarjeta de SmarTrip® para adultos mayores tiene un valor de \$2.

Tengan en cuenta lo siguiente: las tarjetas de SmarTrip® con tarifa reducida para los ciudadanos adultos mayores no se venden en las máquinas expendedoras de boletos ubicadas en las estaciones de Metro. NO se realizan reducciones para las tarifas de estacionamiento en Metro.

Si visitan el lugar, pueden pagar la tarifa reducida de autobús al mostrar al operador de autobuses una identificación válida con foto que indique la fecha de nacimiento y la dirección en una de las ubicaciones de venta de Metro para adquirir el pase para adultos mayores semanal de Metrobus de \$8.75 o la tarjeta prepaga para adultos mayores de Metrorail de \$10.

### En los siguientes lugares se vende la tarjeta de SmarTrip para adultos mayores durante el horario de servicio:

- Camp Springs Senior Activity Center, 6420 Allentown Road, Camp Springs
- Gwendolyn Britt Senior Activity Center, 4009 Wallace Road, North Brentwood
- John E. Howard Senior Activity Center, 4400 Shell Street, Capitol Heights
- Langley Park Senior Activity Center, 1500 Merrimac Drive, Hyattsville
- Laurel-Beltsville Senior Activity Center, 7120 Contee Road, Laurel
- Greenbelt Library, 11 Crescent Road, Greenbelt
- Hyattsville Library (cerrado temporalmente), 6502 American Boulevard, Hyattsville
- Oxon Hill Library, 6200 Oxon Hill Road, Oxon Hill
- Spauldings Library, 5811 Old Silver Hill Road, District Heights
- South Bowie Library, 15301 Hall Road, Bowie

---

## Servicios de Transporte para Adultos Mayores

**PROGRAMA MÉDICO:** Los residentes adultos mayores y con discapacidades del condado pueden recibir servicios de transporte para fines médicos, en especial para tratamiento de diálisis. Los residentes pueden llamar al 301-499-8603 con hasta 7 días de anticipación para programar sus citas de rutina. Para aquellas personas que buscan transporte permanente o continuo para fines médicos, como tratamiento de diálisis, deben solicitar estos servicios por escrito y enviar la solicitud a la siguiente dirección: Prince George's County, Office of Transportation, Attention: Transit Division, 9400 Peppercorn Place, Suite 320, Largo, MD 20774.

**PROGRAMA DE NUTRICIÓN:** Los residentes adultos mayores del condado pueden recibir servicios de transporte gratuitos para lugares de grupo estratégicamente ubicados para recibir almuerzos nutritivos y acompañamiento. Los residentes adultos mayores, que están confinados y no pueden asistir a los lugares de nutrición, pueden solicitar que se le envíen las comidas a domicilio. Cualquier persona mayor de 60 años puede ser elegible, de tal manera que lo es su cónyuge de cualquier edad cuando esté acompañando a su cónyuge con edad elegible. Los lugares de nutrición para adultos mayores funcionan de lunes a viernes, de 10 a. m. a 2 p. m. Nota: Un servicio limitado de transporte está disponible. Para obtener más información, llamen al 301-265-8475.

# Guía de Recursos de Transporte

## MetroAccess

MetroAccess es un servicio de transporte compartido, puerta a puerta, de paratransito para personas cuya discapacidad les impide utilizar autobuses o trenes.



Este servicio brinda viajes a diario en toda la zona de tránsito en el área metropolitana de Washington. La zona de tránsito se compone del Distrito de Columbia, los condados suburbanos de Maryland de Montgomery y Prince George, los condados de Virginia del Norte de Arlington y Fairfax y las ciudades de Alexandria, Fairfax, y Falls Church. Se les ofrece a los usuarios las mismas áreas de servicio y durante los mismos horarios de servicio que en Metrorail y Metrobus. MetroAccess es un servicio de la Autoridad de Tránsito del Área Metropolitana de Washington (Metro), y es el servicio de paratransito complementario de la región que se ofrece de conformidad con la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA, en inglés).

Para ser elegible para recibir el servicio de MetroAccess, un solicitante debe cumplir con los siguientes requisitos:

- Tener una discapacidad según lo establece la ADA y no poder utilizar los sistemas de Metrobus y Metrorail en parte o la mayoría de las veces como resultado de la discapacidad. O
- Tener que utilizar una rampa o elevador de silla de ruedas para subir o bajar de un vehículo de transporte público, pero el vehículo de transporte público accesible no está funcionando en el momento, la fecha o la ruta en la que necesitaría viajar. O
- No poder viajar desde y hacia la parada del autobús o estación ferroviaria debido a una discapacidad, o desde un camino accesible hasta una parada de autobús o estación ferroviaria disponible.

Para determinar si un usuario es elegible para usar el servicio de MetroAccess, un profesional de la atención de la salud debe completar y certificar una solicitud. Pueden obtener una solicitud a través de lo siguiente:

- Al descargar la solicitud de MetroAccess en línea. Si tienen una discapacidad visual y necesitan una versión de Microsoft Word o en letra grande de la solicitud o que esté en español, chino simplificado, coreano o francés, envíen un correo electrónico a [eligibility@wmata.com](mailto:eligibility@wmata.com) o comuníquense con nuestra oficina para que podamos adaptar su solicitud.
- Al llamar al 202-962-2700 y seleccionar la opción 1 o teletipo para personas con problemas auditivos o del habla (TTY, en inglés) al 202-962-2033.
- Al enviar un correo electrónico al [eligibility@wmata.com](mailto:eligibility@wmata.com).
- Al enviar una solicitud por escrito a: Metro Transit Accessibility Center, 655 Virginia Ave SW, Washington D.C.

El solicitante debe asegurarse de que el proveedor de atención de la salud documente todas sus discapacidades y la manera en que estas impiden usar los sistemas accesibles de Metrobus o Metrorail. Asegúrense de descargar la solicitud solamente del sitio web de Metro. No se aceptarán solicitudes desactualizadas de sitios web y agencias externos. Asegúrense de leer y seguir las instrucciones en la página 2 de la solicitud. La versión actual de la solicitud tiene fecha de julio de 2012.

Una vez que hayan completado la solicitud, comuníquense con el Centro de Accesibilidad de Tránsito al 202-962-2700 y seleccionen la opción 5 para hablar con uno de nuestros especialistas, ya que, en ese momento, se programará una cita para realizar una evaluación y una entrevista. No envíen la solicitud por correo o por fax. Las solicitudes en español también están disponibles a petición. **Todas las evaluaciones de elegibilidad para MetroAccess se realizan solamente con cita.**

La etapa final del proceso de solicitud es la evaluación presencial y funcional. La cita para la evaluación y la entrevista se realizarán en el edificio de la sede central en Washington, DC, en donde se evaluarán las habilidades de viaje independiente y la capacidad de usar el transporte público del solicitante, incluida su capacidad para caminar o viajar una distancia medida. Durante la entrevista, se le brindará información al solicitante sobre el Programa de Tarifa Reducida de Metro para Metrobus y Metrorail.

- Si se utiliza una ayuda de movilidad, se debe llevar a la cita de evaluación junto con la solicitud original completa y firmada.



- Metro brindará servicios de transporte para asistir a la entrevista sin cargo de todas las ubicaciones dentro del área de servicio principal. Los especialistas le informarán al solicitante a la hora de programar la cita si hay algún problema con la dirección de recogida en el área de servicio principal. Además, los solicitantes tendrán la opción de asistir con su propio transporte a la cita.
- Una vez que la evaluación esté completa, los solicitantes recibirán una notificación por escrito de la opción de viaje accesible que mejor cumpla con las necesidades de viaje dentro de los 7 a 10 días hábiles después de la evaluación. Si se determina que el solicitante cumple con los requisitos para recibir los servicios de MetroAccess, se les enviará por correo una notificación con la tarjeta de identificación apropiada de MetroAccess. NOTA: La ADA demanda que Metro brinde la notificación del estado de elegibilidad del solicitante dentro de los 21 días de enviar la solicitud completa. Si, por algún motivo, lleva más tiempo procesar la determinación, el solicitante será elegible para utilizar los servicios de MetroAccess hasta que Metro finalice el proceso de elegibilidad. Esto se denomina "elegibilidad presunta". Si han pasado 21 días desde que Metro recibió la solicitud completada, el solicitante será elegible automáticamente para los servicios de MetroAccess hasta que el proceso de revisión se complete.
- Si el solicitante no es elegible para los servicios de paratransito, es posible que sea elegible para el Programa de Tarifa Reducida para Personas con Discapacidades. Si es elegible, se lo inscribirá automáticamente y recibirá una tarjeta de identificación de tarifa reducida (discapacidad). Los solicitantes tienen el derecho de apelar si no son elegibles para los servicios de MetroAccess, y la información sobre el proceso de apelación se enviará junto con las notificaciones de inelegibilidad.

MetroAccess se reserva el derecho de solicitar una nueva evaluación de elegibilidad en cualquier momento. Entre los motivos por los cuales se podría realizar una nueva evaluación de elegibilidad se incluyen los siguientes:

- Instancias en las que podrían haber existido mejoras en la capacidad de uso del transporte público del usuario.
- Eliminación de los obstáculos físicos que anteriormente impedían el uso del transporte público accesible.

Todos los usuarios de MetroAccess deben recertificar los servicios de manera periódica. Aproximadamente 60 a 30 días antes del vencimiento de la elegibilidad del usuario, se realizará una llamada telefónica de recordatorio en la que se informará al cliente que la elegibilidad para los servicios se está por vencer. En ese momento, se orientará a los usuarios para que se comuniquen con el Centro de Autoridad de Tránsito para obtener una solicitud para servicios. Es importante observar que mientras que intentamos comunicarnos con cada usuario, es responsabilidad del usuario garantizar que tiene la certificación para los servicios antes del vencimiento del período de elegibilidad. Como un recordatorio para todos los usuarios, todas las tarjetas de identificación de MetroAccess tienen la fecha de vencimiento impresa en el frente de la tarjeta de identificación.

---

## Servicio Call-A-Cab

Call-A-Cab es un programa de asistencia de transporte que brinda servicios de transporte a un costo reducido a adultos mayores del condado (mayores de 60 años) o personas con discapacidades del condado. Este programa permite que los residentes elegibles compren cuponeras que se pueden utilizar para pagar viajes con empresas de taxis participantes cuando Metrobus, Metrorail o Call-A-Bus no estén disponibles. Los adultos mayores y personas con discapacidades del condado pueden comprar hasta catorce (14) cuponeras de \$20.00 en un período de seis meses a \$10.00 por cuponera. Pueden llamar al 301-883-5656 o a Maryland Relay al 800-735-2258 para obtener más información.



### Utilizar Call-A-Cab es fácil. Sigán estos pasos:

- Envíen la solicitud al completar el formulario de solicitud. Pueden descargar el formulario de solicitud en: <http://www.princegeorgescountymd.gov/sites/publicworks/transit/paratransit/call-a-cab>.
- Pueden pedir las cuponeras al incluir \$10 por cada cuponera de \$20. Hagan el cheque o la orden de pago a la orden del condado de Prince George.

# Guía de Recursos de Transporte

- Envíen por correo electrónico el formulario de solicitud completo y el pago a: The Office of Transportation, 9400 Peppercorn Place, Suite 320, Largo, MD 20774.
- Asegúrense de incluir prueba de edad o discapacidad. Entre las identificaciones que se aceptan se incluyen, entre otras, la licencia de conducir, la tarjeta para adultos mayores/con discapacidades de Metro y la tarjeta de MetroAccess.
- Llamen a la empresa de taxis de su preferencia de la lista que se envía con la cuponera.
- Deben mostrarle la cuponera al conductor. Deben pagarle al conductor con una combinación de la cuponera y efectivo.

---

## Silver Cab of PG

Los taxis accesibles para sillas de ruedas son camionetas especiales que cumplen con la Ley de Estadounidenses con Discapacidades.

- Llamen al 301-577-2000 o 301-277-6000 para solicitar el servicio regular de taxis.
- Los taxis accesibles para sillas de ruedas deben recibir una notificación con 24 horas de anticipación para programar un viaje. El número de teléfono es 888-788-4418.
- El costo es una tarifa básica de \$29 y se cobran \$3 por milla. La tarifa básica de \$10 se cobra de 8 p. m. a 6 a. m.
- Se cobra una tarifa adicional de \$1 por uso del baúl y por un acompañante que vaya con la persona que realiza el viaje.

---

## Uber

¿Necesitan hacer un viaje? Uber es un servicio de transporte a petición. Para pedir un viaje, sigan estos pasos simples:

- Descarguen la aplicación de Uber en sus teléfonos inteligentes. Ingresen en [www.uber.com](http://www.uber.com). Obtengan la aplicación de Uber gratuita desde la tienda de aplicaciones o Google Play en su teléfono inteligente. Abran la aplicación para crear una cuenta.
- Solicitar un viaje: Ingresar el destino y elegir una opción de viaje. Siempre podrán ver el precio por adelantado.
- Viajar: Podrán observar la imagen y los detalles del vehículo del conductor y seguir el recorrido en el mapa.
- Verificar la matrícula y el nombre del conductor antes de ingresar al vehículo.



---

## Lyft

Lyft es un programa de viajes compartidos que está disponible a petición. Lyft es su amigo con vehículo cuando necesita uno. Descárguense la aplicación sin cargo de sus teléfonos inteligentes y realicen un viaje con un conductor amigable en minutos. Para pedir un viaje, sigan estos pasos.

- Ingresen en <https://www.lyft.com/rider> y descárguense la aplicación de Lyft sin cargo.
- Obtener una estimación del viaje.
- Solicitar un viaje.
- Verificar la matrícula y el nombre del conductor antes de ingresar al vehículo.



# Números de teléfono importantes

<b>AGENCIA</b>	<b>NÚMERO DE TELÉFONO</b>
AARP .....	888-687-2277
Asociación de Alzheimer .....	800-272-3900
Columbia Lighthouse for the Blind.....	301-589-0894
Administración de Discapacidades del Desarrollo .....	301-362-5100
Elder Care Locator.....	800-677-1116
Equal Rights Center .....	202-234-3062
Departamento de Educación de Maryland, División de Servicios de Rehabilitación .....	410-554-9442
.....	888-554-0334
Asistencia Legal de Maryland.....	301-560-2101
Maryland Relay .....	711
Departamento de Asuntos de Veteranos de Maryland.....	301-248-0463
Relaciones con los Beneficiarios de Medicaid.....	410-767-5800
CountyClick de Prince George .....	PGC311
Sistema de Respuesta ante Casos de Crisis del Condado de Prince George .....	301-429-2185
Departamento de Servicios para la Familia, División de Servicios para el Envejecimiento y las Discapacidades del condado de Prince George .....	301-265-8401
División de Niños, Jóvenes y Familias.....	301-265-8446
División de Violencia Doméstica y Trata de Personas .....	301-265-8423
Oficina de Asuntos de Veteranos .....	301-780-8260
.....	301-952-3904
Departamento de Salud del Condado de Prince George .....	301-883-7879
Servicios de Revisión y Evaluación para Adultos.....	301-856-4730
Servicios de Salud Conductual.....	301-856-9500
Departamento de Vivienda y Desarrollo Comunitario del Condado de Prince George .....	301-883-5501
Sistema Bibliotecario para la Memoria del Condado de Prince George .....	301-699-3500
Centro Vocacional Centralizado del Condado de Prince George .....	301-618-8400
Departamento de Servicios Sociales, Servicios de Protección para Adultos del Condado de Prince George .....	301-909-2450
Programa de Prevención del Desalojo .....	301-909-6362
Programa de Asistencia de Energía de Maryland .....	301-909-6300
Cuidados de Relevó .....	301-909-2091
Centro de Salud para Adultos Mayores del Condado de Prince George .....	301-927-4987
Registro de Testamentos del Condado de Prince George .....	301-952-3250
Centro de Veteranos del Condado de Prince George .....	301-856-7173
Administración de la Seguridad Social .....	800-772-1213



# Lugares de Nutrición para Adultos Mayores

El Programa de Nutrición para Adultos Mayores ofrece servicios tanto de comidas colectivas como de entrega a domicilio. Las comidas colectivas son comidas calientes y nutritivas servidas en entornos comunitarios como lugares de nutrición, centros para adultos mayores y centros de vivienda para adultos mayores, que brindan la oportunidad de socializar y conocer amigos nuevos. Las comidas que se entregan a domicilio se brindan a personas mayores para ayudarlos a que se queden en el hogar y en la comunidad. Comuníquense con el Programa de Nutrición para Adultos Mayores al 301-265-8475 para conocer información actualizada.

## Centro para Adultos Mayores de Bowie

14900 Health Center Drive, Bowie, MD 20716

- Lugar de Nutrición: (301) 809-2355 o 2356
- Centro para Adultos Mayores: (301) 809-2300

## Centro de Actividades para Adultos Mayores de Camp Springs

6420 Allentown Road, Camp Springs, MD 20748

- Lugar de Nutrición: (301) 265-8665
- Centro para Adultos Mayores: (301) 449-0490

## Centro de Actividades para Adultos Mayores de Evelyn Cole

5720 Addison Road, Seat Pleasant, MD 20743

- Lugar de Nutrición: (301) 386-2283
- Centro para Adultos Mayores: (301) 386-5525

## Lugar de Nutrición Glenarden

8600 Glenarden Parkway, Glenarden, MD 20706

- Lugar de Nutrición: (301) 773-2104

## Centro para Adultos Mayores Greenbelt

15 Crescent Road, Greenbelt, MD 20770

- Lugar de Nutrición: (301) 397-2208
- Centro para Adultos Mayores: (301) 397-2208

## Centro de Actividades para Adultos Mayores de Gwendolyn Britt

4009 Wallace Rd., North Brentwood, MD 20722

- Lugar de Nutrición: (301) 277-4231
- Centro para Adultos Mayores: (301) 699-1238

## Centro de Actividades para Adultos Mayores de John E. Howard

4400 Shell Street, Capital Heights, MD 20743

- Lugar de Nutrición: (301) 420-3120
- Centro para Adultos Mayores: (301) 735-2400

## Centro de Actividades para Adultos Mayores de Langley Park

1500 Merrimac Drive, Hyattsville, MD 20785

- Lugar de Nutrición: (301) 439-3056
- Centro para Adultos Mayores: (301) 408-4340

## Centro de Actividades para Adultos Mayores de Laurel Beltsville

7120 Contee Road, Laurel, MD 20707

- Lugar de Nutrición: (301) 206-3368
- Centro para Adultos Mayores: (301) 206-3350

## Meals on Wheels

- College Park (301) 474-1002
- Takoma Park (301) 434-1922

## Complejo Recreativo y Acuático del Sur (SAARC, en inglés)

13601 Missouri Avenue, Brandywine, MD 20613

- Lugar de Nutrición: (301) 782-1455
- Centro para Adultos Mayores: (301) 782-1455

# Recursos de alimentos

## Servicios de comidas entregadas a domicilio para adultos mayores

NOMBRE	SITIO WEB/CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO	COMENTARIOS
<b>Moms Meals</b>	www.momsmeals.com	877-508-6667	Las comidas se envían a domicilio. Las comidas tienen una duración de 14 días desde el momento que se entregan. Los pedidos se realizan por teléfono o en línea.
<b>Homestyle Direct</b>	info@homestyledirect.com	866-735-0921, ext. 2	Los pedidos se realizan por teléfono.
<b>Silver Cuisine</b> de Fedex.	www.silvercuisine.com	844-404-3663	Las comidas se entregan al domicilio a través Silver@Bistromd.com
<b>Magic Kitchen</b>	www.magickitchen.com info@magickitchen.com	877-516-2442	Ofrece un programa de envío automático de comidas por semana, por mes o cada dos semanas. Los pedidos se realizan por teléfono.

## Servicios de entrega de productos de almacén a con



## Otras tiendas de comestibles que realizan envíos

Target  
Lidl

Fresh Direct  
Weis Markets

Harris Teeter  
Peapod by Giant

Whole Foods (envíos por Amazon)

## Servicios de entrega de comida de restaurantes

Hagan pedidos a restaurantes y reciban la comida en su hogar. Las tarifas varían.



Nota: Esta lista de recursos de alimentos no incluye todos los servicios y no implica un respaldo de los servicios. Pueden estar disponibles otros recursos.

# Grupos de Apoyo a Cuidadores

*Nota: Muchos grupos de apoyo se encontraron en línea de manera virtual durante la pandemia. Llamen para confirmar las fechas, los horarios y las ubicaciones de las reuniones, ya que la información puede cambiar.*

## Centro para Adultos Mayores de Bowie

Grupo virtual de apoyo a cuidadores  
 Segundo martes a las 10 a. m.  
 Cuarto jueves a las 6 p. m.  
 Ann Craynon, 301-218-0958 o  
 ann@aceldercareolutions.com

## Departamento de Servicios para la Familia

Grupo virtual de apoyo a cuidadores  
 Llamen al 301-265-8450 para  
 averiguar el día y el horario

## Primera Iglesia Bautista de Glenarden

3600 Brightseat Road, Landover  
 Tercer jueves a las 11 a. m.  
 Vikki Kalitsi, 301 - 583 - 8820

## Iglesia Metodista Unida Grace

Grupo virtual de apoyo a cuidadores  
 Tercer sábado a las 10 a. m.  
 Barbara Stevenson, 301 - 248 - 3027

## Hands of Hope

Grupo virtual de apoyo a cuidadores  
 Cuarto sábado a la 1 p. m.  
 Patricia Morris, 202 - 997 - 4073

## Dementia Friendly America del norte del condado

Grupo de apoyo a cuidadores presencial y virtual  
 Segundo miércoles de 2 a 3 p. m. (presencial)  
 Tercer miércoles de 2 a 3 p. m. (virtual)  
 Sharon Johnson, 240 - 542 - 2029

## Pickett Fences Senior Services

Grupo virtual de apoyo a cuidadores  
 Cuarto jueves a las 6:30 p. m.  
 Shaunda Bellamy, 301 - 358 - 2066

## Dementia Friendly America del sur del condado/Crescent Ridge

Grupo virtual de apoyo a cuidadores  
 Reuniones por Zoom el primer y el tercer martes a las 5:30 p. m.  
 Camela Coleman, 301 - 567 - 1885  
 carmela.cr.adc@gmail.com

## Encuentro de hombres que brindan cuidados

Grupo virtual de apoyo a cuidadores  
 Reuniones por Zoom los segundos sábados a las 12 del mediodía  
 Reginald Lawson, 240-462-4300  
 reninaldalawson@gmail.com

## Grupo de apoyo telefónico semanal

Centro de Recursos Holy Cross Hospital  
 Están disponibles diversos días y horarios.  
 Llame al 301 - 754 - 7152 para obtener más información.

## Memory Cafés

Ofrecido a través de la Asociación de Alzheimer, Memory Café está diseñado para personas en las etapas tempranas de la demencia. Una reunión social y acogedora que les permite a las personas con problemas de memoria y a sus seres queridos conectar, socializar y construir redes de apoyo nuevas. Se puede asistir libremente y todos son bienvenidos en Cafés.

El primer, segundo y cuarto miércoles a la 1:30 p. m.  
 El primer miércoles la reunión es presencial.

Edificio municipal de la ciudad de Greenbelt  
 25 Crescent Road, segundo piso, sala del Consejo  
 El segundo y cuarto miércoles la reunión es virtual.

Para inscribirse, comuníquense con: Sharon Vanzego-Johnson, 240-542-2029, sjohnson@greenbeltmd.gov

## Otros grupos de apoyo

Llamen para conocer los detalles sobre las fechas y horarios de las reuniones.

Grupos de apoyo para personas con cáncer	<b>Hope Connections</b> 240-714-4744
Grupo de apoyo para personas con Parkinson	<b>Centro para Adultos Mayores de Bowie</b> 301-809-2300
Grupo de apoyo para las personas con un accidente cerebrovascular	<b>Doctors Hospital Rehabilitation</b> 301-552-8144
Grupos de apoyo ante casos de duelo	<b>Chesapeake Life Center</b> 888-501-7077
Grupo de apoyo ante casos de duelo	<b>Dementia Friendly (Condado del Sur)</b> 301-535-3976
Grupos de apoyo ante casos de duelo	<b>Prince George's Hospice</b> 301-921-4400

# LO QUE NECESITA SABER SOBRE EL CORONAVIRUS (COVID-19)



## ¿Quiénes tienen un riesgo mayor?

Los adultos mayores y las personas con enfermedades médicas crónicas graves, como enfermedades pulmonares, cardiovasculares o renales, parecen tener un riesgo mayor de contraer una enfermedad grave de coronavirus. Es muy importante que adopte medidas para reducir el riesgo de exposición si es una persona con un riesgo mayor de contraer la enfermedad.



## Adopte medidas de prevención

- Utilice una mascarilla o cubrebocas cuando esté en lugares públicos.
- Lávese las manos durante 20 segundos con agua y jabón. Si no tiene jabón, utilice un desinfectante para manos con al menos un 60 % de alcohol.
- Evite tocarse la cara, la nariz y los ojos.
- Si visita lugares públicos, mantenga distancia con otras personas.
- Evite estar en contacto con muchas personas.
- Busque maneras de obtener alimentos y medicamentos de manera segura mediante envíos a su hogar a través de redes familiares, sociales o comerciales.



## QUÉ DEBE HACER SI SE ENFERMA: ¡Quédese en su hogar!

Llame a su proveedor de atención médica y dígame los síntomas que tiene. El proveedor de atención médica analizará si necesita realizarse una prueba y le brindará los próximos pasos para su cuidado. sociales o comerciales.

Para obtener información actualizada sobre el COVID-19 y las vacunas, visite [health.mypgc.us/coronavirus](https://health.mypgc.us/coronavirus) o llame al 301-883-6627.



# ¡CAMBIE LA MANERA EN LA Que Envejece!



Viva y juegue más en las instalaciones recreativas y los parques de la Comisión de Parques y Planificación de Maryland - Capital Nacional (M-NCPPC, en inglés) en todo el condado de Prince George.

## Centros de Actividades para Adultos Mayores

### Centro de Actividades para Adultos Mayores de Camp Springs

6420 Allentown Rd., Camp Springs, MD 20748  
301-449-0490

### Centro de Actividades para Adultos Mayores de Langley Park

1500 Merrimac Dr., Hyattsville, MD 20783  
301-408-4343

### Centro de Actividades para Adultos Mayores Evelyn Cole

5720 Addison Rd., Seat Pleasant, MD 20743  
301-386-5525

### Centro de Actividades para Adultos Mayores de Laurel-Beltsville

7120 Contee Rd., Laurel, MD 20707  
301-206-3350

### Centro de Actividades para Adultos Mayores Gwendolyn Britt

4009 Wallace Rd., North Brentwood, MD 20722  
301-699-1238

### Nuevo programa para adultos mayores ubicado en:

### Complejo Recreativo y Acuático del Sur (SAARC, en inglés)

13601 Missouri Ave., Brandywine, MD 20613  
301-782-1455

### Centro de Actividades para Adultos Mayores John E. Howard

4400 Shell St., Capitol Heights, MD 20743  
301-735-2400



TARJETAS DE IDENTIFICACIÓN **GRATUITAS** PARA EL CENTRO COMUNITARIO/GIMNASIO PARA LOS ADULTOS MAYORES DE 60 AÑOS DEL CONDADO DE PRINCE GEORGE Y MÁS



Regístrese para adquirir una cuenta **GRATUITA** en cualquier centro comunitario de la M-NCPPC del condado de Prince George y obtenga una tarjeta de identificación **GRATUITA** para el centro comunitario/gimnasio. Estas tarjetas de identificación son válidas para usar en todos los centros comunitarios y en los centros de actividades para adultos mayores de la M-NCPPC en el condado de Prince

George. Para conocer dónde se ubican los más de 40 centros comunitarios, saber más sobre cómo abrir una cuenta y obtener información sobre las tarjetas de identificación y las tarjetas para el gimnasio, visite [pgparks.com](http://pgparks.com) o llame al Servicio de Asistencia al Cliente al 301-699-CALL (2255) o al servicio de teletipo para personas con problemas auditivos o del habla (TTY, en inglés) al 301-699-2544.

Para obtener más información, envíe un correo electrónico a Servicios al Cliente a [customerservice@pgparks.com](mailto:customerservice@pgparks.com) o llame al 301-699-2255; servicio de TTY 301-699-2544 para clientes que son sordos, tienen problemas auditivos o dificultades en el habla. El personal del Servicio de Asistencia tiene acceso a servicios de interpretación por teléfono y puede brindar asistencia en más de 150 idiomas. Pida asistencia cuando llame o nos visite.

El Departamento de Parques y Recreación recomienda y apoya la participación de las personas con discapacidades. Regístrese con al menos dos semanas de anticipación de la fecha de inicio del programa para solicitar y recibir adaptaciones de discapacidad.

