

**¿NECESITA AYUDA PARA  
PROVEER CUIDADO  
PARA UN SER QUERIDO  
DE LA TERCERA EDAD?**

*Si es así,  
no está solo...*

Las familias proveen la mayoría del cuidado a un ser querido con discapacidades y enfermedades crónicas. Estas familias entienden las dificultades de proveer cuidado a alguien que sufre de una enfermedad de largo plazo. También saben que difícil es encontrar servicios y apoyo.

Los encargados del cuidado son esposos, parejas, hijos adultos, y otros familiares y amigos que proveen asistencia en la casa u otro tipo de asistencia a su ser querido. Ellos pueden vivir con su ser querido o proveer ayuda a la distancia. La ayuda que se provee puede incluir cuidado personal, pagar las cuentas, ayuda con tareas domésticas, y hacer diligencias/el mandado.

**TIPOS DE SERVICIOS**

Para mas información contacte las agencias mencionadas en la próxima página

- Centros de Diurno, Centros de Diurno de Cuidado de la Salud [www.seniordaycare.org](http://www.seniordaycare.org)
- Grupos de Apoyo para encargados del cuidado
- Educación sobre Abuso a las Personas de la Tercera Edad/ Prevención de Fraude
- Información sobre Seguridad Medica
- Cuidado en Casa
- Cambios/Modificar su Hogar
- Servicios Legales
- Servicios de Comidas para La Casa
- Asistencia para Planear cuidado Residencial
- Transportación

*Es posible que algunos de los servicios tengan una lista de espera.*

QUEREMOS DAR GRACIAS EN ESPECIAL A:

**The Health Trust  
Kaiser Permanente**

APOYO ADICIONAL PROVEÍDO POR:

**Live Oak Adult Day Services**

Un programa especializado para las personas de la tercera edad, para ancianos frágiles dependientes, incluye recreación, socialización, y comidas nutritivas, con respiro, consejería, información y asistencia, talleres, y referencias para los encargados del cuidado.  
408.971.9363 • [www.liveoakadultdaycare.org](http://www.liveoakadultdaycare.org)

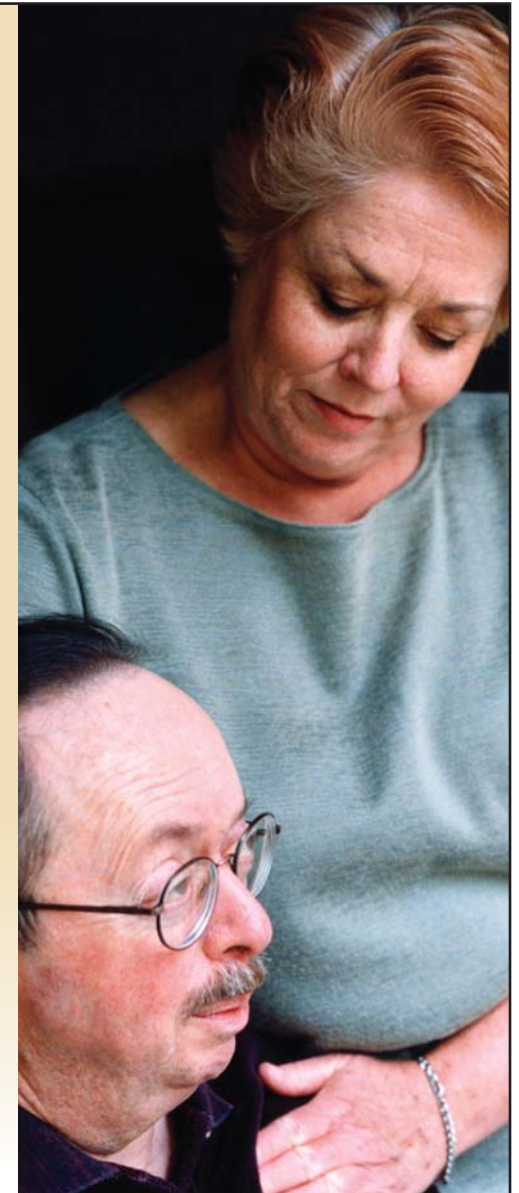
Este folleto es un producto del Colaborativo de Servicios para las Personas de la Tercera Edad, un consorcio de individuos y organizaciones trabajando juntos para avanzar el bien estar de las personas de la tercera edad y de los encargados del cuidado en el condado de Santa Clara

Puede encontrar una versión electrónica de este folleto en el siguiente sitio en la red [www.healthtrust.org/aging](http://www.healthtrust.org/aging)



*Recursos para  
encargados  
del cuidado*

*en el Condado de Santa Clara*





**Alzheimer's Association.** La asociación provee educación, conocimiento, investigaciones y abogacía para asuntos relacionados con la pérdida de memoria, el mal de Alzheimer, y demencia. La asociación ofrece apoyo para tomar decisiones difíciles y ayuda para crear planes que toman en consideración todos los aspectos; estos servicios incluyen grupos de apoyo para los encargados del cuidado y las personas en la primera etapa de la enfermedad, talleres educacionales, un boletín de noticias regular/por correo electrónico y nuestro sitio en la red. También ofrecemos el programa MedicAlert + Safe Return que sirve a las personas que ambulan y que se pueden extraviar. Los materiales educativos reflejan a la comunidad diversa que servimos. Estamos tan cerca como una llamada.

**800.272.3900 (24/7) • [www.alz.org/norcal](http://www.alz.org/norcal)**

La asociación tiene la capacidad para atender a personas que hablan todos los idiomas.



**Caridades Católicas del Condado de Santa Clara.**

Por 50 años Caridades Católica han servido a personas de la tercera edad y sus familias a través del condado y la iniciativa principal en el plan estratégico de la agencia son los servicios de apoyo para cuidadores. En 1997 empezamos con los servicios para abuelos que están criando a sus nietos, y nuestro programa modelo Un Día de Descanso fue lanzado en el 2000 para servir a encargados de cuidado de personas dependiente de la tercera edad. Caridades Católicas provee a los encargados de cuidado con servicios que ellos necesitan para mantener a sus familias intactas.

**408.468.0100 • [www.catholiccharitiesscc.org](http://www.catholiccharitiesscc.org)**

Caridades Católicas tiene la capacidad para ayudar a personas que hablan: inglés, español, mandarín, cantones, y vietnamés.



**La Ciudad de San José – Programa de Recursos para las Personas de la Tercera Edad y el Programa de Compañerismo.**

El Programa de recursos para las personas de la tercera edad provee información y asistencia conectando a las personas de la tercera edad, familias y encargados del cuidado a servicios que ayudan a las personas vivir independientemente y mejoran la calidad de vida de los residentes de San José. Consultas y una evaluación de sus necesidades están disponibles en casa privadas y en los centros para las personas de la tercera edad locales patrocinados por la ciudad. Los voluntarios del programa Compañerismo para las Personas Mayores proveen amistad, asistencia personal a las personas frágiles, aisladas y que están sujetas a permanecer en su casa. Los voluntarios del Programa de Compañerismo para las Personas Mayores les pueden ayudar a los encargados del cuidado proporcionándoles un descanso de sus responsabilidades.

**408.979.7904; 408.979.7911**

La Ciudad de San José – Programa de Recursos para las personas de la tercera edad y el programa de compañerismo tiene la capacidad para ayudar a personas que hablan: inglés y español



**FAMILY CAREGIVER ALLIANCE®**

**Family Caregiver Alliance.** Family Caregiver Alliance ofrece a encargados del cuidado con impedimentos cognoscitivos como el mal de Alzheimer, ataques al cerebro, esclerosis múltiple, y la enfermedad de Parkinson, información, apoyo y asistencia. Una evaluación de la situación del encargado del cuidado los conecta a los programas y recursos. Servicios adicionales incluyen clases y talleres para ayudar a los encargados del cuidado aprender cómo cuidar de ellos mismos como a sus seres queridos, información en la red, y grupos de apoyo, consultas legales, consejería de corto plazo, y servicios de respiro/descanso.

**800.445.8106 • [www.caregiver.org](http://www.caregiver.org)**

Family Caregiver Alliance tiene la capacidad para ayudar a personas que hablan: inglés, español, y mandarín



**Consejo del Envejecimiento Del Valle del Silicio.**

El Consejo del Envejecimiento provee servicios directos a personas de la tercera edad, familias, encargados del cuidado y corporaciones, incluyendo asistencia e información, un Directorio de Servicios para Personas Mayores, Servicios de Asistencia para Empleados, Manejadores del Cuidado, Consejería para Seguridad de la Salud, Empleo para las Personas Mayores, Transportación, Programa de Comida que se trae a la Casa, Servicios de Asistencia en el Hogar, Sistema de Respuesta de Emergencia, y Programa de Respiro para los Cuidadores.

**408.296.8290 • [www.careaccess.org](http://www.careaccess.org)**

Consejo del Envejecimiento Del Valle del Silicio tiene la capacidad para ayudar a personas que hablan: inglés, español, chino, vietnamés, farsi, ruso, francés, italiano e hindú.



## NO ES FACIL PEDIR AYUDA.

Puede ser que como encargado del cuidado no quiera pedir ayuda porque otros cuentan con usted. Sin embargo pedir ayuda cuando necesita ayuda es una muestra de fortaleza. Ayuda puede venir de su familia, amigos, recursos comunitarios y profesionales. Como encargado del cuidado, cuidar de uno mismo es uno de los aspectos más importantes que muchas veces se olvida. Cuando usted cuida de sus necesidades, la persona que usted cuida también se beneficia.

No tiene que enfrentar las dificultades de cuidar de su ser querido solo. Servicios de apoyo están disponibles en el condado de Santa Clara que le puede ayudar a mejorar la vida de usted y de su ser querido.

**Las siguientes agencias le pueden referir a recursos apropiados para sus necesidades. No hay costo para la información y referencias que reciba, pero puede haber cargos para servicios adicionales.**

