

Ahora es el momento de unirse a un centro para adultos mayores



Una neoyorquina mayor usa sus cupones del Programa de Nutrición del Mercado de Agricultores para Personas Mayores (SFMP, por sus siglas en inglés) para comprar verduras frescas en East Harlem. Los cupones de SFMP tienen un valor de \$25 y se pueden canjear por frutas y verduras frescas en los mercados y puestos de agricultores participantes en toda la ciudad.

La pandemia mundial obligó a los trabajadores en los servicios para personas mayores a dar un giro a la forma en que servimos a los adultos mayores, uno de los principales retos a los que nos enfrentamos fue el cierre de los centros para adultos mayores. Durante décadas, estos centros locales han desempeñado un papel fundamental en la mejora de la calidad de vida de los neoyorquinos. A medida que avanzaba la pandemia mundial, los centros hicieron un trabajo increíble asegurándose de que los residentes mayores recibieran los servi-

cios que necesitaban, cómo comidas, programas y cursos en línea. Pero eso nunca podría sustituir las interacciones en la vida real que estos centros proporcionaban tradicionalmente. Por eso es estupendo que vuelvan a estar abiertos para que puedan continuar plenamente su labor, construyendo una comunidad para los adultos mayores.

Ir a visitar los centros de adultos mayores de toda la ciudad me sigue levantando el ánimo y me da aún más energía para seguir trabajando para asegurar que sean capaces de servir a los que entran por sus puertas. Con más de 300 centros para mayores repartidos por toda la ciudad, hay muchas oportunidades de unirse a uno y participar en divertidas actividades sociales.

Recientemente he visto espectáculos en directo, desfiles de moda, clases de ejercicios y muchas otras actividades que reúnen a la gente y permiten la interacción social que necesitan, lo que ha demostrado ser un apoyo para el cuerpo y la mente.

Es importante que los principales servicios que se ofrecían antes de la pandemia vuelven a tener lugar. Se trata de asegurarse de que las personas estén en los planes

de seguro adecuados y reciban clases para gestionar las enfermedades crónicas. También ayudan a las personas a solicitar el Programa de Seguro de Nutrición Suplementaria (SNAP) para reducir los costos de los alimentos. Y no olvidemos que también pueden celebrar su cumpleaños o realizar viajes de recreo a museos, parques y otros lugares para visitar con amigos.

También hay iniciativas especiales en las que el Departamento para personas Mayores trabaja con estas organizaciones para que podamos ser lo más eficaces posible. De hecho, en este momento los centros para adultos mayores y las Comunidades de Jubilados de Origen Natural están ayudando a distribuir los libros de cupones del Programa de Nutrición del Mercado de Agricultores para Adultos Mayores. Estos libros tienen un valor de 25 dólares, 5 dólares más que el año pasado, y hemos recibido casi 40.000 del Departamento de Agricultura de EE.UU. para los adultos mayores que reúnen los requisitos. Los cupones pueden utilizarse en los mercados de agricultores participantes o en los puestos de venta de productos agrícolas -que hay muchos en

todos los distritos-, lo que permite a los residentes canjearlos por frutas y verduras frescas.

La red de organizaciones comunitarias que gestionan los centros para personas mayores siempre ha sido fundamental para ayudar al Departamento de personas Mayores a cumplir su misión, ya que son las que mejor conocen las comunidades en las que trabajan.

Todo esto se suma a los servicios que podemos ofrecer a los adultos mayores, como el empleo, las oportunidades de voluntariado y una serie de otros programas que están disponibles en los centros para adultos mayores y dentro de las Comunidades de Jubilados de Origen Natural, lo que permite a los neoyorquinos vivir una vida plena e independiente. Así que si tienes al menos 60 años, encuentra hoy mismo el

centro para mayores más cercano a ti en nuestra página web y empieza a participar en todas las actividades y servicios disponibles.



**NYC Department for the Aging
Commissioner Lorraine Cortés-Vázquez**