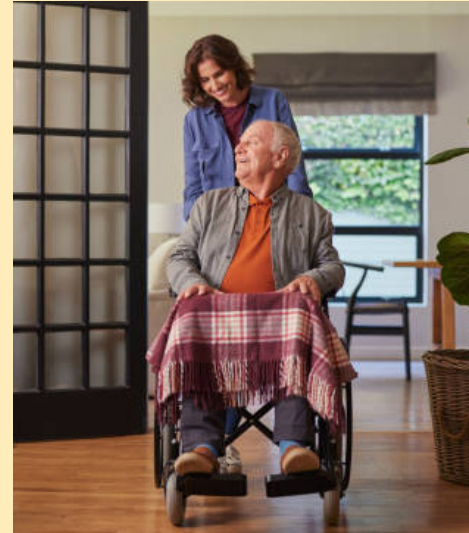


2025 - 2026



# CONDADO DE ANNE ARUNDEL DIRECTORIO

PARA ADULTOS MAYORES, PERSONAS CON DISCAPACIDADES, VETERANOS,  
CUIDADORES Y SUS FAMILIAS, Y CUALQUIER PERSONA QUE PLANEE SU FUTURO



**410-222-4257**

**PERMÍTANOS AYUDARLO  
A PLANIFICAR  
SU FUTURO**

Departamento de Adultos  
Mayores y Discapacidades  
del condado de Anne  
Arundel

Anne Arundel Senior  
Services Provider  
Group, Inc.

# CONTENIDO

PARA ADULTOS MAYORES, PERSONAS CON DISCAPACIDADES, VETERANOS, CUIDADORES Y SUS FAMILIAS, Y CUALQUIER PERSONA QUE PLANEE SU FUTURO EN EL CONDADO DE ANNE ARUNDEL DURANTE 2025-2026

## Cartas

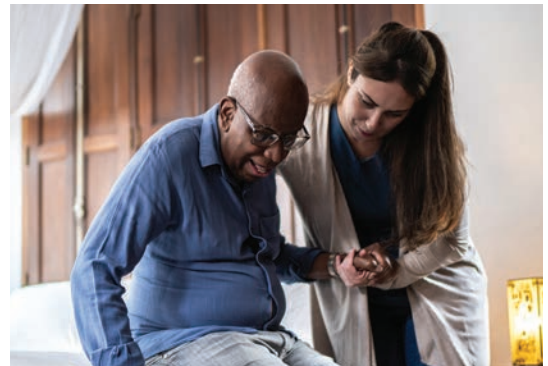
Ejecutivo del condado, Steuart Pittman.....	6
Directora, Karrisa Kelly.....	8
Comisión de Asuntos de Discapacidad (CODI) del condado de Anne Arundel.....	10
Anne Arundel Senior Provider Group (SPG).....	12
Consejo Asesor de la Agencia Local para Adultos Mayores del condado de Anne Arundel.....	14

## Información

Programa de Vida Asistida.....	18
Programa de Acceso a Viajes Fáciles.....	19
Programa de Nutrición para Personas Mayores.....	19
Centro de Coordinación de Servicios para Veteranos.....	20
Las 10 cosas más importantes que debe saber sobre Medicare.....	24
Instrucciones anticipadas.....	26
Cómo saber cuándo es momento de intervenir y la mejor manera de hacerlo.....	28
La receta para el éxito: Programas de Salud Basados en Evidencia.....	30
Números de teléfono importantes.....	31
Presentaciones.....	34
Maryland Access Point.....	35
Abuso: conozca las señales y dónde buscar ayuda.....	36
¿Qué es un defensor de cuidados a largo plazo?.....	37
Centros de actividades para personas mayores.....	40
Community First Choice / Servicios Comunitarios de Asistencia Personal.....	47

## Recursos

para adultos mayores, personas con discapacidades, veteranos, cuidadores y sus familias, y cualquier persona que planee su futuro en el condado de Anne Arundel.....	46
Índice del anunciante.....	96



### Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades (Department of Aging and Disabilities)

2666 Riva Road, Suite 400, Annapolis, MD 21401

### Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades Norte (Department of Aging and Disabilities North)

7320 Ritchie Hwy, Glen Burnie, MD 21061



La inclusión en este directorio no constituye un respaldo por parte del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del Condado de Anne Arundel ni cualquier otra agencia del condado, ni de Anne Arundel Senior Services Provider Group, Inc.

**Teléfono:** 410-222-4257  
**Fax:** 410-222-4360 / 410-222-4346  
**Sitio web:** [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)  
**Facebook:** [www.facebook.com/ArundelSeniors](https://www.facebook.com/ArundelSeniors)  
**Twitter:** @AACoDoAD  
**Instagram:** @aaco\_doad  
**Correo electrónico:** [info\\_and\\_assistance@aacounty.org](mailto:info_and_assistance@aacounty.org)  
**Número gratuito:** 800-492-2499  
**Usuarios de TTY:** Llame a través de Maryland Relay 711



**EDITORES:**

**Joelle Ridgeway**  
Directora adjunta

**Brandi Francis**  
Directora asistente, Servicios Comunitarios y para la Discapacidad

**Sarah Stein**  
Directora asistente, Centro de Recursos para Adultos Mayores y la Discapacidad/Atención a Largo Plazo

**Kelly L. Mackal**  
Directora de Comunicación y Relaciones Comunitarias

**Olga Strong**  
Gerente de programa, Centro de Recursos para Adultos Mayores y la Discapacidad/Cuidados a Largo Plazo

**Heidi Howard**  
Asistente ejecutiva, Consejo Asesor de la Agencia local para Adultos Mayores

**Courtney Zilonis**  
Directora de Información y Asistencia

**PRODUCIDO POR WHAT'S UP? MEDIA:**

**Verónica Tovey**  
Editora y presidenta

**Ashley Lyons**  
Directora de Operaciones y directora de Publicidad

**Kathy Sauve**  
Ejecutiva de cuentas senior

**James Houck**  
Director editorial

**August Schwartz**  
Director de Arte

**Matt D'Adamo**  
Diseñador gráfico

**Amanda Stepka**  
Gerente de Producción

Publicado anualmente mediante una asociación con el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel, Anne Arundel Senior Services Provider Group, Inc y What's Up? Media. El Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel no asume responsabilidad por el contenido que cambie durante el año. Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida en ninguna forma.

**Para publicidad, póngase en contacto con Kathy Sauve** 410-703-2715, ksauve@whatsupmag.com

**What's Up? Media** 900 Bestgate Road, Suite 202, Annapolis, MD 21401, 410-266-6287, whatsupmag.com La aceptación de publicidad no significa que el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel apruebe esos productos y servicios. El editor se reserva el derecho de rechazar cualquier anuncio o listado que no esté alineado a los estándares de esta publicación.

# ¿Qué servicios están disponibles?

Los miembros de AASPG están marcados con **SPG** junto a su nombre.

Programas del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel .....	46	Información y asistencia .....	72
Comunidad de adultos activos.....	48	Servicios de seguros.....	74
Cuidado diurno para adultos .....	48	Diseño de interiores .....	74
Defensoría .....	49	Recursos LGBTQ+ .....	74
Arte y cultura .....	50	Bibliotecas .....	76
Vida asistida .....	50	Armarios de préstamo .....	76
Teléfonos de asistencia.....	52	Lugares para almorzar .....	77
Servicios de duelo .....	52	Terapia de masaje.....	77
Manejo de casos .....	52	Medios de comunicación y marketing .....	77
Cementerios/Programas conmemorativos...52		Mediación.....	77
Quejas e información .....	52	Servicios y productos médicos.....	77
Vivienda colectiva.....	53	Medicare, Medicaid.....	78
Crédito al consumo .....	53	Atención de la memoria .....	78
Servicios al consumidor .....	53	Salud mental.....	78
Dentistas.....	53	Trastorno del movimiento .....	79
Servicios para personas con discapacidad ... 53		Servicios de reubicación en mudanza .....	79
Descuentos.....	57	Musicoterapia .....	80
Discriminación .....	57	Centros de atención de enfermería.....	80
Educación .....	58	Parques y recreación .....	80
Abuso de ancianos .....	59	Mascotas y servicios de cuidado de mascotas .....	81
Ley de la Tercera Edad .....	59	Farmacias y programas de asistencia farmacéutica .....	82
Información de emergencia .....	60	Fisioterapia .....	82
Respuesta de emergencia .....	61	Médicos .....	83
Empleo y orientación laboral .....	61	Podólogos .....	84
Planificación patrimonial.....	61	Organización profesional.....	84
Servicios de venta de bienes.....	61	Servicios inmobiliarios .....	84
Ejercicio, ciclismo, caminatas .....	62	Servicios de referencia y planificación.....	85
Cuidado de los ojos .....	62	Rehabilitación, fisioterapia .....	85
Servicios y programas económicos .....	62	Cuidado de relevo.....	86
Alimentación y nutrición (consulte también lugares para almorzar).....	63	Comunidades de jubilados .....	86
Funerarias .....	63	Centros de actividades para personas mayores (consulte también lugares para almorzar).....	86
General .....	63	Planificación del estilo de vida de las personas mayores.....	86
Organizaciones médicas.....	64	Vivienda subsidiada.....	87
Audífonos .....	65	Grupos de apoyo .....	87
Atención primaria en casa .....	65	Información y asistencia tributaria .....	89
Atención en casa .....	65	Refugio temporal.....	89
Atención no médica en casa .....	66	Transporte .....	90
Atención médica en casa .....	68	Veteranos.....	90
Mejoras, diseño, reparaciones y mantenimiento de las casas.....	68	Asistencia a víctimas y testigos .....	93
Hospitales.....	70	Registros vitales.....	93
Cuidados de hospicio.....	70	Asistencia y oportunidades para voluntarios...93	
Limpieza de la casa .....	70	Votación.....	94
Vivienda/Orientación sobre viviendas.....	71		
Asistencia a los ingresos.....	71		



# Steuart Pittman

EJECUTIVO DEL CONDADO



*“A partir del compromiso de atender las diversas necesidades de nuestra comunidad, el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades continúa organizando una variedad de programas atractivos para apoyar a nuestros adultos mayores y las personas con discapacidades por medio de oportunidades que les permiten mantenerse activos, socializar, continuar su educación y acceder a los recursos que necesitan.”*



**L**e damos la bienvenida a la edición 2025-2026 del Directorio para adultos mayores, personas con discapacidades, veteranos y cuidadores.

Quiero expresar mi profundo agradecimiento por el trabajo del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades. Su dedicación es realmente invaluable, y espero que las personas continúen participando en los maravillosos servicios que dan.

Recientemente, celebramos la reapertura del Centro Comunitario Lula G. Scott, que ahora tiene un estacionamiento ampliado para adaptarse a las necesidades de estacionamiento y mejorar la accesibilidad de la ADA. Allí, el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades ofrece un almuerzo caliente y actividades para los participantes, y tiene asistencia en el lugar para ayudar a los adultos mayores, a los

cuidadores, a personas con discapacidades y a veteranos a entender el funcionamiento de los recursos que necesitan para prosperar.

A partir del compromiso de atender las diversas necesidades de nuestra comunidad, el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades continúa organizando una variedad de programas atractivos para apoyar a nuestros adultos mayores y las personas con discapacidades por medio de oportunidades que les permiten mantenerse activos, socializar, continuar su educación y acceder a los recursos que necesitan.

Espero que este gran trabajo continúe, y sé que nuestro Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades continuará encontrando formas nuevas y creativas de servir a nuestros residentes. Este Directorio le dará información útil sobre nuestros programas y ofertas. Manténgase conectado y comparta sus comentarios. Siempre puede comunicarse con nosotros en su centro local de actividades para adultos mayores, incorporarse al Consejo Asesor de la Agencia Local para Adultos Mayores o llamar al Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades al 410-222-4257. Estamos aquí para escucharlo.

Esperamos que tenga este Directorio al alcance de su mano y lo use con frecuencia.



# Karrisa Kelly

## DIRECTORA

Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel



*“Nuestro equipo de profesionales trabaja incansablemente para garantizar que los miembros de nuestra comunidad puedan envejecer en su lugar y vivir vidas plenas. Estoy orgullosa de trabajar con estas personas y agradecida con nuestros aliados, con las partes interesadas y con quienes nos apoyan y comparten nuestro compromiso de atender las necesidades de los adultos mayores, las personas con discapacidades, los veteranos y los cuidadores en el condado de Anne Arundel”.*



**L**e damos la bienvenida a la edición 2025-2026 del Directorio, su guía completa de servicios y recursos para adultos mayores, personas con discapacidades, veteranos, cuidadores y cualquier persona que desee planificar el futuro en el condado de Anne Arundel.

Al embarcarnos en un nuevo año, estoy profundamente orgullosa de la dedicación del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades para servir a los residentes más vulnerables y construir conexiones comunitarias, todo impulsado por nuestra misión de “mejorar la vida”. Hemos ampliado con éxito nuestro alcance conectándonos con comunidades previamente desatendidas y ofreciendo apoyo crucial. En el futuro, profundizaremos nuestro compromiso con la equidad y la inclusión, y nos centraremos en la prevención y el bienestar por medio de un mejor acceso a programas de salud mental, servicios de nutrición, vivienda, transporte y atención médica. Nuestro equipo dedicado y las asociaciones invaluable con organizaciones locales son clave para lograr estos objetivos y expandir nuestra oferta.

El Departamento continúa ofreciendo más servicios, incluyendo el apoyo a los veteranos, programas de salud mental y apoyo para lidiar con la demencia, y amplía su alcance a comunidades que no conocían previamente nuestros servicios a través de la divulgación y las asociaciones con organizaciones locales. Hemos podido conectarnos con más personas y familias, y ofrecerles las herramientas que necesitan para vivir de forma independiente y con dignidad. La participación del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades en la planificación de su futuro será una experiencia en la que todas las personas se sentirán bienvenidas por sus perspectivas de vida únicas, su propia identidad y su cultura, y se sentirán empoderadas para elegir su propio camino en la vida. Estamos aquí para honrarlo y apoyarlo.

La población de adultos mayores de nuestro estado está aumentando, y también, las personas tienen vidas más largas y saludables. Maryland ha creado un plan, Longevity Ready Maryland, que tratará los retos de la vida real que enfrentan los adultos mayores a lo largo de su vida, incluyendo el acceso a oportunidades de empleo, apoyo a cuidadores y atención médica equitativa. El Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel apoya esta iniciativa y continuará mejorando la vida de la gente del condado de Anne Arundel. Reconocemos la importancia de la equidad, la inclusión y el acceso al ofrecer atención y apoyo, y continuaremos centrándonos en ofrecer recursos y apoyo para la salud mental, la nutrición, el apoyo a la vivienda, el transporte y la socialización.

Nuestro equipo de profesionales trabaja incansablemente para garantizar que los miembros de nuestra comunidad puedan envejecer en sus hogares y vivir vidas plenas. Estoy orgullosa de trabajar con estas personas y agradecida con nuestros aliados, con las partes interesadas y con quienes nos apoyan y comparten nuestro compromiso de atender las necesidades de los adultos mayores, las personas con discapacidades, los veteranos y los cuidadores en el condado de Anne Arundel. “Mejorar la vida” no es solo un lema. Es una misión en la que el equipo del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades cree y trabaja todos los días. En nombre de todos, queremos una maravillosa temporada 2025-2026 y esperamos continuar haciendo del condado de Anne Arundel un lugar más inclusivo, accesible y acogedor para aquellos a quienes servimos.

Continúe comunicándose con nosotros llamando al 410-222-4257 (los usuarios de TTY deben llamar a través de Maryland Relay al 7-1-1) para conectarse con todos nuestros programas y servicios.



# Aviso de no discriminación

El Gobierno del condado de Anne Arundel no tolera ninguna forma de acoso, incluyendo, entre otros, el acoso sexual, racial, de discapacidad y de país de origen. Es ilegal discriminar a una persona por motivos de raza, etnia, color, ascendencia, país de origen, idioma, afiliación religiosa o basada en la fe, sexo, orientación sexual, género, identidad de género, estado familiar/parental, estado civil, edad, discapacidad física o mental, situación socioeconómica, dominio limitado del inglés y cualquier otra clasificación, atributo o afiliación legales protegidas que estén cubiertas por las leyes estatales, federales y del condado.

**El Condado está comprometido con la no discriminación y el fomento de una comunidad que promueva la equidad, la inclusión y la aceptación para todos. La igualdad de oportunidades de acceso a los programas se extenderá a todas las personas.**

# Comisión de Asuntos de Discapacidad (CODI) del condado de Anne Arundel



**B**ienvenidos a la edición 2025-2026 del Directorio para adultos mayores, personas con discapacidades, veteranos y cuidadores. La Comisión de Asuntos de Discapacidad (CODI) del condado de Anne Arundel lo invita a explorar y compartir este directorio, que ofrece una lista completa de servicios y recursos para personas con discapacidades en el condado de Anne Arundel. Si usted o un ser querido vive con una discapacidad, este directorio está diseñado para ayudar tanto a los cuidadores como a las personas ofreciendo numerosos contactos de proveedores de servicios.

La CODI, establecida en 1995, se dedica a promover y mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidades. La Comisión asesora al gobierno del condado sobre la coordinación y el desarrollo de políticas, programas, servicios y asignación de recursos para personas con discapacidades. También propone soluciones para satisfacer sus necesidades y colabora con organizaciones locales y del condado para ofrecer apoyo y programas sólidos. Durante la pandemia, la CODI trabajó junto con los programas del condado para garantizar que las personas con discapacidades tuvieran acceso a suministros esenciales y a clínicas accesibles para pruebas de detección y vacunación.

En octubre de 2024, la CODI organizó su Día Anual de Concientización sobre la Discapacidad (DAD) en el Centro de Actividades para Personas Mayores de Severn. En la ocasión, se celebró el 34.º aniversario de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades y honró a Jillian Amodio, notable defensora de las personas con discapacidades y la concientización sobre la salud mental. Jillian, trabajadora social licenciada, ha dedicado su carrera a animar a quienes enfrentan retos de salud mental. Además, se reconoció a otras diez personas y organizaciones por sus contribuciones a la comunidad de personas con discapacidad en el condado de Anne Arundel.

La Comisión está formada por 15 miembros con derecho a voto y varios representantes ex officio de agencias del condado y estatales que participan en asuntos de discapacidad. La CODI se reúne virtualmente el cada segundo martes del mes, con un total de seis reuniones al año. Junto con el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel, la CODI se compromete a servir a los residentes y visitantes con discapacidades. Según la Ley de Estadounidenses con Discapacidades, nos esforzamos por garantizar que todas las instalaciones, programas y servicios sean accesibles. Si está interesado en formar parte de la Comisión, comuníquese con el coordinador de Juntas y Comisiones del condado de Anne Arundel al (410) 222-1821. Las solicitudes se pueden presentar en línea en [Solicitud de Juntas y Comisiones del Condado de Anne Arundel] (<https://www.aacounty.org/county-executive/commission-membership/boards-commissions-application>).

Para obtener asistencia y acceso a los servicios, comuníquese con el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades al 410-222-4257 o envíe un correo electrónico a [disabilities\\_info@aacounty.org](mailto:disabilities_info@aacounty.org) al menos siete días antes de un acontecimiento. Los usuarios de TTY pueden comunicarse con nosotros a mediante Maryland Relay al 7-1-1. Todos los materiales están disponibles en formatos alternativos a pedido para satisfacer mejor las necesidades de nuestros residentes.



# Anne Arundel Senior Provider Group (SPG)

**Presidenta**  
Nikia Thomas

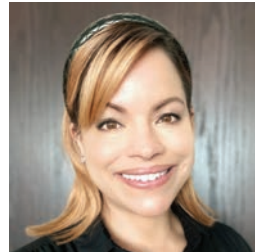


Nikia Thomas

**Vicepresidenta/  
presidenta de  
Programación**  
Jennifer  
McAndrews



Jennifer McAndrews



Michelle Henderson



Dawn Lewis

**Secretaria/  
coordinadora de  
Redes Sociales**  
Michelle  
Henderson



Elizabeth Balderrama



E. Marie Simpson



Kathy Sauve

**Tesorera**  
Dawn Lewis

**Membresía**  
Elizabeth  
Balderrama

**Membresía**  
E. Marie  
Simpson

**Enlace con  
What's Up?  
Media  
Contacto:**  
Kathy Sauve

**E**stimados adultos mayores, familias, cuidadores y profesionales senior, gracias por su interés en Anne Arundel Senior Provider Group. "SPG" es un grupo de membresía sin fines de lucro compuesto por negocios y organizaciones que trabajan y prestan servicios a los adultos mayores y sus equipos de atención. SPG se esfuerza por satisfacer las necesidades de sus miembros ofreciendo oradores profesionales informativos, excelentes redes y un apoyo amigable. Nuestra función más importante es dar subvenciones para organizaciones sin fines de lucro que trabajan principalmente con personas mayores por medio de cuotas de membresía y una variedad de programas de recaudación de fondos.

Recientemente, hemos recibido una oportunidad del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel y What's Up? Media de recibir una parte de los ingresos por ventas para aumentar el alcance de las subvenciones. Estamos encantadas con la oportunidad de apoyar a más organizaciones locales sin fines de lucro en la financiación de programas específicos para personas mayores.

La información sobre nuestro programa de subvenciones se puede encontrar en el sitio web de SPG. Los miembros de SPG se indican en todo el Directorio. Se pueden identificar fácilmente por la anotación SPG en rojo junto a su nombre comercial. Estos miembros son un recurso maravilloso para la comunidad de personas mayores y dan excelentes opciones de atención y servicios a familias, cuidadores y profesionales en el condado de Anne Arundel.

Los invitados y nuevos miembros son bienvenidos a nuestra reunión, que generalmente tiene lugar cada segundo martes del mes de 8:30–10:00 a. m. Por lo general, nos reunimos en Woods Church en Severna Park, pero consulte nuestro sitio web para conocer los lugares específicos, ya que a veces organizamos las reuniones fuera, en las instalaciones de las comunidades miembros. Nuestro sitio web es [www.seniorprovidergroup.org](http://www.seniorprovidergroup.org). También puede comunicarse con nosotros en [seniorprovidergroup@gmail.com](mailto:seniorprovidergroup@gmail.com).

Atentamente.

**Nikia Thomas**, presidenta  
En nombre de la Junta Directiva 2025



# Consejo Asesor de la Agencia Local para Adultos Mayores del condado de Anne Arundel

## LOS DEBERES PRINCIPALES DEL CONSEJO ASESOR INCLUYEN:

Evaluar los programas financiados por la Agencia Local para Adultos Mayores, incluyendo el Plan del área.

Ofrecer asesoramiento a los empleados del condado sobre cualquier asunto relacionado con los adultos mayores.

Representar los intereses de los adultos mayores del condado de Anne Arundel y actuar como sus defensores.

Identificar las brechas en los servicios para los adultos mayores y dar recomendaciones para acciones correctivas.

Asistir a las reuniones del consejo y participar activamente en las deliberaciones y actividades.



**Imagen:** Russell Jones, Mary Ann Yarbrough, Angela Mickalide, Ettice Patton, Kathy McNally y Jamarri Bright (no aparecen en la foto Shirley Norlem ni Jordan Derby). **Miembros con derecho a voto:** Angela Mickalide - Público en general, vicepresidenta Jamarri Bright - Centro de actividades para personas mayores Pascal, Jordan Derby - Público en general, Our Future's Past, Kathy McNally - Centro de actividades para personas mayores O'Malley, Mary Ann Yarbrough - Centro de actividades para personas mayores Arnold, Russell Jones - Centro de actividades para personas mayores del sur del condado, presidenta Shirley Norlem - Centro de actividades para personas mayores de Annapolis

**E**l Consejo Asesor de la Agencia Local para Adultos Mayores del Condado de Anne Arundel se complace en ser parte de la edición 2025-2026 del Directorio para adultos mayores, personas con discapacidades, veteranos, cuidadores y sus familias. Esta publicación ofrece información valiosa sobre una gran cantidad de servicios, programas y recursos disponibles para mejorar la vida en el condado de Anne Arundel. El Directorio está disponible para cualquier persona, y podrá encontrarlo durante todo el año en varias sedes del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades y en otros lugares del condado, incluyendo los centros de actividades para personas mayores y las bibliotecas locales. Las versiones en inglés, español y coreano también están disponibles en línea.

El Consejo Asesor de la Agencia Local para Adultos Mayores fue establecido por la Ley de Estadounidenses de Edad Avanzada de 1965 (Sec 1321.57) para servir en calidad de asesor del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades y del ejecutivo del Condado en asuntos que promoverán la misión del condado y

del consejo de desarrollar y coordinar sistemas de servicios basados en la comunidad para todas las personas mayores en nuestra área de planificación y servicio. El consejo está formado por representantes del centro de actividades para personas mayores y de proveedores de servicios públicos y afiliados.

A medida que evolucionan los intereses y necesidades de los adultos mayores, el consejo continúa aportando nuevas ideas al Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades, y sugiere actividades innovadoras para implementar en cada uno de los ocho centros de actividades para personas mayores. Se esfuerzan por cumplir la visión y misión del ejecutivo del condado y del departamento. Los miembros del Consejo asisten y contribuyen con su tiempo y esfuerzos para los grandes acontecimientos que se hacen para los adultos mayores y las personas con discapacidades, incluyendo el Mes de los Estadounidenses Mayores, que se celebra cada mes de mayo.

Para obtener más información, visite el sitio web [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging) y busque el Consejo Asesor de la Agencia Local para Adultos Mayores.







# Programa de vida asistida

Hay más de 150 centros de vida asistida con licencia en el condado de Anne Arundel. De esos 150, alrededor de 130 son centros de vida asistida más pequeños en la comunidad. Esto se define como una instalación que tiene entre 4 y 16 camas. Los centros de vida asistida más pequeños son una opción importante de vivienda para personas mayores en el condado, pero la mayoría de las personas no saben que existen. Estos centros de vida asistida más pequeños suelen estar en casas donde vive una única familia y, por lo tanto, pueden ofrecer un ambiente acogedor y hogareño, y el costo mensual suele ser más bajo que el de un centro más grande. Si está considerando la vida asistida, le animamos a que eche un vistazo tanto a las instalaciones más pequeñas como a las más grandes, para que pueda experimentar la amplia variedad de opciones disponibles en el condado de Anne Arundel.



Si quiere una lista completa de los centros de vida asistida, use el código QR para ver la lista de la Oficina de Calidad de la Atención Médica del Departamento de Salud de Maryland. Para llegar a la misma lista del código QR, también puede visitar su sitio web ([health.maryland.gov/ohcq](http://health.maryland.gov/ohcq)), ir a la pestaña "Programs" (Programas), hacer clic en "Assisted Living Programs" (Programas de vida asistida) y luego hacer clic en "Licensee Directory" (Directorio de centros con licencia).

## ¿Cómo puedo pagar el servicio de vida asistida?

Por lo general, el costo del servicio de vida asistida se cubre con los ingresos y ahorros de la persona. Las pólizas de seguro de atención a largo plazo pueden cubrir algunos gastos durante un período específico. Los veteranos y sus cónyuges pueden ser elegibles para los beneficios de Ayuda y Asistencia, que ayudan con el costo del servicio de vida asistida. La Exención de Opciones Comunitarias de Medicaid (Medicaid Community Options Waiver) y el Subsidio de Vida Asistida para Personas Mayores (Senior Assisted Living Subsidy) son dos programas que pueden ofrecer asistencia económica para ayudar a compensar el costo de la vida asistida.

Hay listas de espera tanto para la Exención de Opciones Comunitarias de Medicaid como para el Subsidio de Vida Asistida para Personas Mayores. Es importante ser proactivo y presentar la solicitud antes de un momento de necesidad o crisis. No dude en ponerse en contacto con nuestra oficina para obtener más información.

## Acuérdese de preguntar...

Al visitar un centro de vida asistida o hacer una investigación, considere hacer las siguientes preguntas.

- ¿Su instalación cobra una tarifa de comunidad o de ingreso?
- ¿Su centro acepta el Subsidio de Vida Asistida para Personas Mayores o la Exención de Opciones Comunitarias?
- ¿Tiene contrato con un médico, farmacia o cualquier otro servicio médico?
- ¿Cómo es su menú? ¿Pueden adaptarse a dietas especiales?
- ¿Qué hace su centro en cuanto a las actividades y la participación?
- ¿Hay habitaciones privadas disponibles o solo semiprivadas?
- ¿Cómo es su proporción de personal? ¿Tiene personal de guardia durante la noche?
- ¿Cuál es su horario de visita?
- ¿Permiten mascotas en sus instalaciones?
- ¿Tienen una política de fumadores?

Visite nuestra página web del 'Programa de Vida Asistida' aquí:



# Programa de Acceso Fácil a Viajes

¿Tiene 55 años o más, o es un adulto mayor de 18 años con una discapacidad y busca transporte a un costo reducido?

El Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel puede ayudarlo a mantenerse conectado con su comunidad. Nuestro Programa de Acceso Fácil a Viajes (Easy Travel Access, ETA) ofrece dos opciones de transporte con costo reducido para llevarlo a donde necesita ir. Ambos programas ofrecen alternativas de transporte accesibles y a pedido, que ayudan a los residentes a viajar a precios reducidos.

El **Programa de Vales de Taxi** ofrece tarifas de taxi con descuento con las compañías de taxis participantes. Con el programa Transporte a Pedido (**Rides-On-Demand**), un auto, camioneta o SUV debidamente equipado y operado por conductores profesionales lo recogerá en el lugar que usted quiera y lo llevará directamente a su destino con facilidad. Para regresar, simplemente puede llamar para solicitar un viaje de regreso si aún no tiene uno programado.

No deje que el transporte lo detenga: ¡estamos aquí para ayudarlo a mantenerse activo e independiente!

Contáctenos llamando al 410-222-4222. Los usuarios de TTY deben llamar por medio de Maryland Relay 7-1-1.



# Programa de Nutrición para Personas Mayores

El Programa de Nutrición para Personas Mayores es una parte vital del compromiso del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel de apoyar a los adultos mayores para que lleven vidas saludables e independientes. Mediante nuestro programa, ofrecemos más que solo alimentos nutritivos: fomentamos las conexiones comunitarias, reducimos el aislamiento y promovemos el bienestar general.

Cada año, nuestro equipo dedicado sirve miles de comidas equilibradas a adultos mayores elegibles de 60 años o más en todo el condado de Anne Arundel. Operamos en 22 lugares diferentes, incluyendo 8 centros de actividades para personas mayores, donde los participantes disfrutan de comidas calientes, socializan con compañeros y participan en actividades enriquecedoras. Para quienes están confinados en su casa, nuestras comidas a domicilio garantizan que reciban nutrición esencial mientras mantienen su independencia en la comodidad de sus propias casas.

Las comidas se ofrecen por una donación sugerida, pero nunca se rechaza a nadie por no poder contribuir. Nuestro objetivo es garantizar que todos los adultos mayores que lo necesiten tengan acceso a comidas nutritivas sin barreras ni juicios de valor.

En el corazón de nuestra misión hay una creencia simple pero poderosa: ningún adulto mayor en nuestra comunidad debería pasar hambre.

Trabajamos incansablemente para garantizar que todos los adultos mayores que necesiten una comida tengan acceso a ella. La comida es más que sustento; es una puerta de entrada a la salud, la dignidad y la conexión.

El éxito del Programa de Nutrición para Personas Mayores es un reflejo de la dedicación de nuestro personal, voluntarios, socios y personas que ofrecen su apoyo en la comunidad. Juntos, estamos construyendo un futuro más fuerte y saludable para nuestros adultos mayores: una comida, una conversación y una conexión a la vez.

Para obtener más información, inscribirse para recibir comidas, o participar, llame al 410-222-0256 o visite su centro local de actividades para personas mayores.



# El Centro de Coordinación de Servicios para Veteranos

El Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel se enorgullece de asociarse con la Comisión de Asuntos de Veteranos para ofrecer atención coordinada a los veteranos y sus familias. El Centro de Coordinación de Servicios para Veteranos sirve como un PUNTO DE ACCESO ÚNICO para los servicios y recursos del gobierno local, estatal y federal disponibles para los veteranos y sus familias.

**Nuestro personal puede ofrecer asistencia personalizada para ayudarlo a comprender y acceder a los programas que ayudan a los veteranos con lo siguiente:**

- Asistencia de beneficios para veteranos
- Recursos de salud mental
- Estabilidad alimentaria
- Transporte a las citas
- Recursos para la recuperación por abuso de sustancias
- Asistencia para la colocación profesional
- Preparación para el empleo
- Referencias para asistencia legal
- Asistencia para entierros
- Estabilización de la vivienda y más...

**Para obtener más información, comuníquese con el Centro de Coordinación de Servicios para Veteranos al:**

veterans-assistance@aacounty.org  
www.aacounty.org/services-and-programs/veterans-services-coordination-center  
410-222-3500



## Comisión de Asuntos de Veteranos (VAC)

La Comisión de Asuntos de Veteranos (Veterans Affairs Commission) sirve como un foro para todos los veteranos militares del condado de Anne Arundel. El propósito de la Comisión es establecer un foro para todos los veteranos del servicio militar del condado de Anne Arundel; mantener una comunicación coordinada con los gobiernos locales y del condado, los negocios y los veteranos del condado; y dar asistencia, orientación e información a las comunidades empresariales y académicas del condado y a los varios niveles de gobierno para garantizar una consideración adecuada de los veteranos en el empleo, la educación, la capacitación y los programas públicos. Nuestra misión es defender los intereses y ayudar a mejorar la calidad de vida de los veteranos del servicio militar y sus familias que viven o trabajan en el condado de Anne Arundel, asesorando al ejecutivo del condado y al Consejo del condado sobre el desarrollo y la coordinación de políticas gubernamentales, programas, servicios y asignación de recursos para los veteranos y sus familias. Los miembros de su Comisión son todos veteranos de las principales organizaciones militares. Somos veteranos que sirven a veteranos.

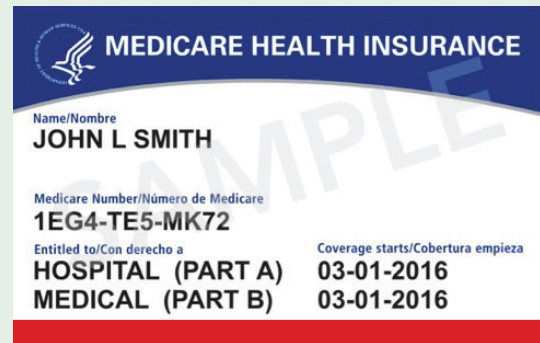
Comisión de Asuntos de Veteranos  
Condado de Anne Arundel, Maryland

**Para obtener más información:**  
aacounty.org/VAC  
(410) 222-1550  
exkitc22@aacounty.org





# LAS 10 COSAS MÁS IMPORTANTES QUE DEBE SABER SOBRE Medicare



**1. ¿Qué es Medicare?** Medicare es un seguro médico para personas mayores de 65 años. Medicare también está disponible para personas menores de 65 años que se ha determinado que tienen discapacidades según las reglas de discapacidad del seguro social.

**2. ¿Qué es la Parte A de Medicare y cuánto cuesta?** La Parte A de Medicare es un seguro para hospitalización, atención en centros de enfermería especializada y cuidados de hospicio. La Parte A de Medicare tiene prima gratuita para la mayoría de las personas. La Parte A de Medicare tiene valores de deducible y coseguro. Estos valores de deducibles y coseguros se detallan en línea en [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov).

**3. ¿Qué es la Parte B de Medicare y cuánto cuesta?** La Parte B de Medicare es un seguro para la atención médica ambulatoria. La Parte B de Medicare tiene una prima mensual. La prima base para 2025 es de \$185.00/mes, y el deducible anual es de \$257.00. Las personas con mayores ingresos pagan más por sus primas mensuales de la Parte B de Medicare. Los valores de los deducibles, coseguros y primas se detallan en línea en [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov).

**4. ¿Qué es la Parte D de Medicare?** La Parte D de Medicare es una cobertura de medicamentos recetados para pacientes ambulatorios. Este programa tiene varios costos, incluyendo los costos de las primas, los costos deducibles y los costos de copago. Los detalles sobre estos costos están disponibles en línea en [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov).

**5. ¿Qué es el seguro Medigap?** Medigap (también llamado Medicare Supplement) es un seguro vendido por empresas privadas para compensar los costos de bolsillo de las Partes A y B de Medicare.

**AYUDA CON EL COSTO DE LOS  
MEDICAMENTOS RECETADOS  
DE MEDICARE**

Si usted es soltero, sus ingresos son inferiores a \$1,976 por mes, y sus bienes están por debajo de \$17,600 (sin contar su casa, posesiones personales o su auto), podría recibir ayuda. Si está casado, sus ingresos combinados son inferiores a \$2,664/mes, y sus activos combinados son inferiores a \$35,130 (sin contar su casa, posesiones personales o autos), podría recibir ayuda.

**410-222-4257**

Departamento de Adultos Mayores y  
Discapacidades del condado de Anne Arundel,  
2666 Riva Road, Annapolis, MD 21401

**6. ¿Qué es Medicare Advantage (Parte C)?** Medicare Advantage (también llamado Parte C) es una alternativa a Medicare Original. Estas son empresas privadas que contrataron a Medicare para ofrecer cobertura de Medicare por medio de un diseño de atención administrada. Por lo general, se hacen a través de un diseño de Organización para el Mantenimiento de la Salud (HMO) u Organización de Proveedores Preferidos (PPO).

**7. ¿Hay alguna ayuda con los costos de Medicare?** Para las personas con ingresos limitados, hay ayuda disponible tanto para Medicare como para los costos de los medicamentos recetados de Medicare.

**8. ¿Cuándo me inscribo en Medicare?** La respuesta depende de muchas variables: ¿Sigue trabajando y tiene un seguro colectivo del empleador? ¿El seguro de su empleador es primario o secundario a Medicare? ¿Es elegible para Medicare porque va a cumplir 65 años o porque tiene menos de 65 años y tiene discapacidades?

**9. ¿Qué recursos ofrece Medicare para ayudar con estas decisiones complejas?** Puede llamar al 1-800-Medicare (1-800-633-4227) o visitar [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov) para obtener más información.

**10. ¿Existe alguna otra fuente de ayuda personalizada para entender mis opciones de Medicare?** El Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel ofrece orientación personalizada por medio del Programa Estatal de Asistencia de Seguro Médico (State Health Insurance Assistance Program, SHIP). Los consejeros del SHIP son voluntarios especialmente capacitados que dan información gratuita, confidencial e imparcial para ayudarlo a tomar una decisión informada sobre Medicare.

# Instrucciones anticipadas



## Qué es una instrucción anticipada?

Una instrucción anticipada es un documento que establece sus elecciones sobre el tratamiento médico y nombra

a una persona y un suplente que pueden tomar esas decisiones por usted si usted no puede hacerlo. Por ejemplo, si tiene un accidente grave y está inconsciente o no puede hablar. También puede crear un testamento vital (no debe confundirse con un testamento que se usa después de la muerte), que también es una instrucción anticipada en la que indica qué tipo de tratamiento médico quiere o no quiere al final de la vida o en una situación de emergencia.

Si no tiene una instrucción anticipada, el profesional de atención médica buscará a las siguientes personas para que tomen decisiones de atención médica por usted. En orden de prioridad:

1. Tutor de la persona.
2. Su cónyuge o pareja de hecho.
3. Su hijo adulto.
4. Sus padres.
5. Su hermano o hermana adulto.
6. Un amigo u otro pariente que cumpla los criterios de un sustituto que tome las decisiones.

Un sustituto toma las decisiones por usted en función de lo que usted habría querido si hubiera podido comunicarlo. Nombrar a un sustituto para tomar decisiones puede impedir la tutela. El sustituto que toma las decisiones debe:

- estar familiarizado con sus elecciones de salud;
- ser un amigo cercano o un pariente;
- tener contacto habitual con usted para estar familiarizado con su salud, sus creencias y sus actividades.



**¿Quién puede tener una instrucción anticipada?** Cualquier persona que tenga 18 años o más, porque las lesiones, accidentes y enfermedades pueden ocurrir a cualquier edad. Cuando tenga la edad legal para tomar sus propias decisiones, puede tener una instrucción anticipada.

**¿Quién puede hacer una instrucción anticipada?** Una instrucción anticipada solo puede ser hecha por alguien que sea competente, y debe ser hecha voluntariamente.

**¿A quién debo designar para que sea el responsable de la toma de decisiones?** Debe designar a alguien en quien confíe y que sepa que tomará decisiones basadas en sus valores, metas y preferencias, y que respetará sus deseos. Puede ser un familiar, un amigo o un profesional de confianza (como un abogado). Asegúrese de hablar sobre su decisión con esa persona, porque no debería ser una sorpresa para la persona que designe. Debe saber cuáles son sus deseos y estar dispuesta a actuar en esa capacidad.

**¿Quién tomará las decisiones médicas por mí si no tengo una instrucción anticipada?** Su tutor (si lo designa el tribunal), su cónyuge, hijos adultos, padres, hermanos o un amigo, si está disponible. La persona que toma las decisiones puede o no elegir hacer algo que usted quiera, y puede terminar recibiendo más o menos tratamiento del que hubiera preferido. Recuerde que su mejor opción es tener esas elecciones por escrito.

**¿Es necesario notariar una instrucción anticipada?** No. De acuerdo con la Oficina del Procurador General de Maryland, una instrucción anticipada por escrito debe ser presenciada por dos adultos. Ninguno de los testigos puede ser el agente de atención médica de la persona, y al menos uno de los testigos no debe tener ningún interés económico en su muerte.

**¿Qué es una instrucción anticipada psiquiátrica?** Una instrucción anticipada psiquiátrica es una declaración escrita que documenta sus preferencias para un tratamiento de salud mental futuro y permite el nombramiento de un agente de atención médica para que interprete esas preferencias durante una crisis (Centro Nacional de Recursos sobre Instrucciones Anticipadas Psiquiátricas). Puede incluir sus proveedores y centros de salud mental preferidos, y los medicamentos de tratamiento preferidos.

**¿Puedo incluir la donación de órganos en mi instrucción anticipada?** Sí. Existe la necesidad de donar órganos, y su edad no importa, pero debe hacer arreglos con antelación con la Junta de Anatomía de Maryland (Maryland Anatomy Board) o una organización sin fines de lucro como Anatomy Gifts Registry (consulte la sección "Recursos" para obtener información de contacto).

**¿Necesito contratar a un abogado para preparar mi instrucción anticipada?** No, no es necesario, pero si prefiere hacerlo, un abogado con experiencia en planificación patrimonial o derecho de la tercera edad es una buena opción. Hay sitios web que se mencionan en la sección "Recursos" de este Directorio y otros en línea que ofrecen formularios de instrucciones anticipadas e instrucciones sobre cómo completarlos.

**¿Qué debo hacer con mi instrucción anticipada una vez que la haya completado?** Dé una copia a su agente de atención médica (y a su suplente, si ha nombrado uno) y a sus proveedores de atención médica. Si vive en un centro de atención residencial o de vida asistida, asegúrese de que tengan una copia en su archivo o expediente. También puede dar copias a las personas cercanas a usted.

**¿Con qué frecuencia debo actualizar mi instrucción anticipada?** Es una buena idea revisarla anualmente para asegurarse de que las decisiones que tomó aún estén en línea con sus creencias o por si ha habido un cambio médico importante en su condición o un deterioro en su salud. También debe asegurarse de que su agente de atención médica todavía esté disponible, dispuesto y sea capaz de actuar en esa capacidad.

## RECURSOS

**Instrucción anticipada del Procurador General de Maryland:**  
[www.marylandattorney-general.gov](http://www.marylandattorney-general.gov)

**The People's Law Library:**  
[www.peoples-law.org/advance-directives](http://www.peoples-law.org/advance-directives)

**Colegio de Abogados de Estados Unidos (American Bar Association), herramientas para la planificación anticipada de la atención médica:**  
[www.americanbar.org](http://www.americanbar.org)  
[www.eforms.com/power-of-attorney/md](http://www.eforms.com/power-of-attorney/md)

**Junta de Anatomía del Estado de Maryland:**  
410-547-1222

**Anatomy Gifts Registry:**  
800-300-5433





## Cómo saber cuándo es momento de intervenir y la mejor manera de hacerlo

**I**ndependientemente de si su padre u otro ser querido mayor vive a pocas cuadras o en otro estado, puede llegar un momento en que no sea seguro que viva solo. Planificar ese momento sin hacerse cargo puede ser difícil. Tenga en cuenta que siempre debe tratar a su ser querido con dignidad. Pida y escuche sus opiniones y preocupaciones. Haga que participe en el proceso de toma de decisiones y trátelo como el adulto que es. Continúe fomentando su independencia, incluso si se vuelve más limitada.

Al evaluar la capacidad de una persona para seguir siendo independiente, los cuidadores deben adoptar una técnica holística y analizar la salud y la seguridad generales de su ser querido.

- ¿Ha notado un cambio en su higiene personal: uñas sin cortar, olor corporal, mala higiene bucal, ropa sucia? El cuidado personal puede ser cada vez más difícil. Su ser querido puede tener dificultades para entrar y salir de la bañera (o tener miedo de caerse mientras lo hace). También es posible que tengan dificultades para usar la lavadora.
- Si nota que la casa está descuidada, es posible que la persona tenga dificultades para completar las tareas domésticas por artritis, osteoporosis, discapacidad visual o pérdida de memoria.
- ¿La persona está perdiendo peso? ¿Hay comida en la despensa y en el refrigerador? ¿Ve sartenes chamuscadas? ¿Hay comida en mal estado? La artritis, los ataques cerebrales o la demencia pueden dificultar la compra y preparación de comidas.
- ¿Nota algún moretón u otras lesiones? ¿Su ser querido es capaz de dar pasos? ¿Parece inestable cuando está de pie? ¿Evita hacer ejercicio, socializar, meterse en la ducha por miedo a caerse?
- Si a su ser querido le recetan medicamentos, ¿puede leer la letra pequeña y entender las instrucciones? ¿Los frascos son fáciles de abrir? ¿Quedan medicamentos cuando el frasco debería estar vacío?
- Verifique si hay aumentan los envíos de sorteos y correos de caridad, gastos telefónicos inexplicables, múltiples suscripciones a revistas o cosas del estilo. Los estafadores buscan a las personas mayores que viven solas.
- ¿Se ha acumulado el correo porque la persona no puede clasificar el correo basura y los anuncios? ¿Las facturas se pagan a tiempo?
- ¿Su ser querido es socialmente activo o parece estar solo?

Si nota cambios que indican que su ser querido necesita más atención, hable con él y determine si reconoce alguna área en la que podría necesitar ayuda. Incluya a su ser querido en la búsqueda de recursos en su comunidad. Determine si ya tiene una red de apoyo (otros familiares, vecinos, amigos, comunidad de la iglesia) que pueda ayudar con algunas de las tareas diarias. Si le preocupan problemas graves (como la demencia), hable con el médico de su ser querido y hágale saber lo que ha notado para que pueda comenzar a diseñar un plan.

Es muy fácil que los familiares asuman un papel protector y de toma de decisiones. Pero tenga en cuenta que esa actitud puede quitarle a la persona el derecho a tomar decisiones, o al menos a ser incluido en la toma de decisiones. Recuerde preguntarle a su ser querido su opinión sobre qué lo mantendría seguro, cómodo y feliz, y trate de trabajar dentro de esos parámetros.

Si su ser querido quiere permanecer en su casa y es cognitivamente capaz de hacerlo, hay múltiples opciones para respaldar esa decisión. Puede contratar a personas o empresas para que hagan tareas de mantenimiento continuo de la casa (cortar el césped, palear la nieve, reparaciones, limpieza de la casa, etc.). Si las compras

de comestibles se han vuelto demasiado difíciles, muchas de las tiendas de comestibles del área ahora hacen entregas a domicilio. Si no puede cocinar (o simplemente no le gusta hacerlo), busque servicios de entrega de comidas o solicite la ayuda de familiares y amigos para que le preparen comidas caseras. Si las necesidades físicas aumentan, se puede contratar a un trabajador de atención domiciliaria para que brinde asistencia personal. Verifique la disponibilidad de centros locales para personas mayores, que ofrecen actividades de socialización, educación y entretenimiento.

Si su ser querido permanece en su casa, asegúrese de hacer una revisión de seguridad minuciosa. Asegúrese de que todas las luces funcionen y quite el desorden y las alfombras. AARP tiene una excelente lista de verificación de seguridad en su sitio web. Si usted y su ser querido acuerdan que este se mudará con usted, también puede usar la lista de verificación de seguridad para su casa. Tenga en cuenta que puede traer a un trabajador de atención domiciliaria a su casa para que lo ayude con las tareas de cuidado personal, si es necesario.

Si su ser querido necesita o quiere un entorno de vida asistida, comience su investigación comunicándose con la Agencia Local para Adultos Mayores en el condado/ciudad donde quiere vivir. Los centros de vida asistida pueden oscilar entre 4 y 150 camas. Las residencias de vida asistida ofrecen supervisión y apoyo las 24 horas para las personas que necesitan asistencia con las actividades de la vida diaria. Las comunidades de retiro de atención continua (CCRC) ofrecen una variedad de opciones de vivienda, desde la vida independiente hasta la atención de enfermería especializada, y varios niveles de servicios médicos y de atención personal. Las tarifas y los contratos varían, así que lea el contrato cuidadosamente.

Tenga en cuenta que, incluso si su ser querido toma la decisión de mudarse, seguirá siendo un suceso muy emotivo, y puede generar tristeza y aprensión. Deje que la persona haga su duelo. Deje que tomen tantas decisiones como sea posible. Mientras ayuda a ordenar y organizar la reducción del tamaño de su casa, permítale recordar y honrar el apego a ciertos artículos y a los recuerdos.

Recuerde ser un buen oyente. Y recuerde que diseñar un plan requerirá más de una conversación. A menos que su seguridad parezca estar en peligro, déjelo al mando y haga los cambios necesarios en incrementos. Diseñe un cronograma para la mudanza y siga revisando para ver si su salud o capacidad para cuidarse a sí mismo ha cambiado.



# La receta para el éxito: programas de salud basados en evidencia



Cuál es el secreto para una vida larga y saludable? Aunque hay muchas escuelas de pensamiento sobre lo que es mejor para promover la salud y el bienestar, la mayoría de las personas estarían de acuerdo en que mantenerse activo y manejar adecuadamente las condiciones de salud es parte de la respuesta. El Programa de Promoción de la Salud/Basado

en Evidencia del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades sirve para conectar a los adultos mayores con programas basados en evidencia diseñados para promover la salud y prevenir enfermedades entre los adultos mayores. ¿Por qué programas basados en evidencia? Los programas basados en evidencia están respaldados por investigaciones rigurosas y ofrecen beneficios de salud documentados, por lo que puede estar seguro de que funcionan.

## Los participantes en programas basados en evidencia disfrutan de los siguientes beneficios:

- Mejora de la calidad de vida.
- Aumento de la eficacia en el manejo de la propia salud.
- Aumento o mantenimiento de la independencia, conductas positivas de salud o movilidad.
- Reducción de la discapacidad (menos caídas, aparición tardía o menos años de discapacidad, etc.).
- Reducción del dolor.
- Mejora de la salud mental (incluyendo retrasos en la pérdida de la función cognitiva y efectos positivos sobre los síntomas depresivos).

El Programa Basado en la Evidencia ofrece una serie de talleres para adultos mayores de 60 años o más, junto con presentaciones de salud que cubren una amplia gama de temas médicos. Las ofertas actuales incluyen:

**Programa de control personal de la diabetes:** programa de 6 semanas que ofrece técnicas para lidiar con los síntomas de la diabetes, como fatiga, dolor, hiperglucemia e hipoglucemia, estrés y problemas emocionales como depresión, ira, miedo y frustración.

**Eat Smart, Move More, Weigh Less (Coma con inteligencia, muévase más, pese menos):** programa de 15 semanas diseñado para apoyar a los adultos mayores de su comunidad para que desarrollen las competencias para vivir de manera consciente tomando decisiones sobre la alimentación y la actividad física.



**Enhance Fitness (Fitness mejorado):** programa de 16 semanas diseñado para ayudar a los adultos mayores a través de un programa de ejercicio y prevención de caídas desarrollado específicamente para promover la actividad física y la estimulación social.

**Savvy Caregivers (Cuidadores inteligentes):** programa de 6 semanas para cuidadores familiares que amplía el conocimiento, las competencias y el dominio de los cuidadores familiares relacionados con el cuidado de la demencia y, al mismo tiempo, promueve el cuidado personal del cuidador.

**Tai Chi para la artritis y la prevención de caídas:** programa de 8 semanas desarrollado por el Dr. Paul Lam con colegas médicos y de tai chi. El programa usa el Tai Chi estilo Sun por su capacidad para mejorar la relajación, el equilibrio y la facilidad de uso para los adultos mayores.

**Tai Ji Quan: movimiento para un mejor equilibrio:** programa de 24 semanas desarrollado por el Dr. Fuzhong Li en el Instituto de Investigación de Oregón. Es un programa de prevención de caídas basado en evidencia derivado de una rutina contemporánea conocida como Tai Ji Quan simplificado de 24 formas.

Los programas basados en evidencia se ofrecen virtual y presencialmente en los centros de actividades para personas mayores. Para obtener más información o inscribirse en una clase, visítenos en línea en <https://www.aacounty.org/aging-and-disabilities/services/living-well-series> o llame a Jennifer Jackson al (410) 222-4335.



# Números de teléfono importantes del condado de Anne Arundel

CUALQUIER AGENCIA DEL CONDADO .....	3-1-1
Junta electoral del condado de AA .....	410-222-6600
Consejo del condado de AA.....	410-222-1401
Ejecutivo del condado de AA .....	410-222-1821
Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA .....	410-222-4257
Departamento de Salud del condado de AA.....	410-222-7095
Manejo de emergencias del condado de AA .....	410-222-0600
Gobierno del condado de AA.....	410-222-7000
Policía del condado de AA (no emergencia).....	410-222-8050 410-222-8610
Policía del condado de AA (distrito Norte) .....	410-222-6135
Policía del condado de AA (distrito Este).....	410-222-6145
Policía del condado de AA (distrito Sur) .....	410-222-1961
Policía del condado de AA (distrito Oeste).....	410-222-6155
Respuesta a crisis móvil de AA (salud mental) .....	410-768-5522
Servicios de protección para adultos .....	410-421-8400
Control de animales .....	410-222-8900
Emergencia de BGE .....	800-685-0123
Recogida de artículos a granel/limpieza comunitaria .....	410-222-6100
Tribunal de Distrito del condado de AA (Annapolis) .....	410-260-1370 800-944-2688 (en MD) TTY 800-735-2258
Tribunal de Distrito del condado de AA (Glen Burnie) .....	410-260-1800 800-944-2688 (en MD) TTY 800-735-2258
Línea directa de violencia doméstica .....	410-222-6800
Departamento de Servicios Sociales.....	410-269-4500
Localizador de cuidado de para adultos mayores.....	800-677-1116
Emergencia de agua/alcantarillado.....	410-222-8400

## Números relacionados con tormentas

Policía/bomberos/emergencias que amenazan la vida..... 9-1-1

**Operaciones de emergencia en el condado de AA**..... 410-222-0600

### Carreteras del condado de AA

Señales de tráfico y semáforos caídos..... 410-222-1940  
Limpieza de escombros, árboles en las carreteras, inundación de carreteras del condado

- Sur del condado .....
- Centro del condado .....
- Norte del condado .....

### Agua y aguas residuales del Co. de AA

Servicios de alcantarillado de emergencia .....

(no relacionado con tormentas, agua del grifo)

FEMA (Agencia de Manejo de Emergencias Federales) .....

### Cruz Roja Americana

Servicios ante desastres, si necesita hogar o refugio.. 866-438-4636

### BGE

Para reportar un corte de energía .....

### Inspecciones y permisos del Co. de AA

Edificio dañado .....

### Operaciones de vertederos del Co. de AA

Recolección de basura, bordillo, a granel y reciclaje ..

### Departamento de Salud del Co. de AA - Pozos de agua

Inspecciones de pozos privados inundados .....

### Otros números de teléfono importantes

Línea directa de fraude .....	855-303-9470
Oficina del Gobernador .....	410-974-3901
Procurador General de Maryland .....	410-576-6300
Centro de Control de Envenenamiento .....	800-222-1222
Registro federal de prohibido llamar .....	888-382-1222
Ciudad de Annapolis/Oficina del Alcalde .....	410-263-7997
Antes de que sea demasiado tarde (línea directa de opioides).....	800-422-0009
Línea nacional de prevención de suicidio .....	Marque 988
Línea nacional de crisis para veteranos.....	Marque 988, presione 1 o envíe un mensaje de texto al 838255

# Presentaciones

¿Le gustaría una presentación del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades para su grupo cívico, religioso o social?



Los temas de presentación incluyen, entre otros:

- Visión general de los programas/ servicios internos.
- Estafas/Fraudes.
- Instrucciones anticipadas.
- Beneficios para servicios públicos, impuestos a la propiedad, etc.
- Medicare.
- Cuidado en casa.
- Consejos para cuidadores familiares.
- Tecnología de asistencia.
- Nutrición para Adultos Mayores.

También podemos atenderlo si su grupo tiene un tema específico de interés.

Comuníquese con el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del Condado de Anne Arundel para obtener más información:

**410-222-4257**

# ¿Cómo puedo obtener ayuda?



**MARYLAND ACCESS POINT**

YOUR LINK TO HEALTH & SUPPORT SERVICES

**El MAP del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del Condado de Anne Arundel *está aquí para usted.***

Si tiene preguntas sobre los servicios para adultos mayores, personas con discapacidades, cuidadores o quiere planificar su futuro, **llame al MAP**, y uno de nuestros profesionales altamente capacitados lo ayudará.

**Si lo prefiere, visite uno de nuestros centros de servicio al cliente del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades en 2666 Riva Road, 2do piso en Annapolis o 7320 Ritchie Highway en Glen Burnie.**

**1-844-MAP-LINK (627-5465) o**

**410-222-4257**



# ABUSO:

## Conozca las señales y dónde buscar ayuda



### ➤ Abuso emocional/verbal

Comportamientos como amenazas, temperamento explosivo, monitoreo o "control" constantes, llamadas o mensajes de texto excesivos, insultos, humillación, intimidación, celos/inseguridad excesivos o aislamiento de alguien.

### ➤ Abuso físico

Cualquier uso intencional de fuerza física con el objetivo de causar miedo o lesiones, como pegar, empujar, morder, pellizcar, golpear, patear, asfixiar o usar un objeto o arma para dañar.

### ➤ Abuso/explotación económica

Usar el dinero, la propiedad o las cuentas de otra persona para el propio beneficio sin el consentimiento del propietario o mediante consentimiento forzado.

### ➤ Abuso sexual

Cualquier contacto o acción sexual no deseada que afecte la capacidad de alguien para controlar su actividad sexual o las circunstancias en las que ocurre la actividad sexual, incluyendo la restricción del acceso a anticonceptivos.

### ➤ Acecho

Observar, seguir o acosar repetidamente a alguien mediante acciones que resulten en atención no deseada u obsesiva. El uso de tecnología, como los mensajes de texto o las redes sociales, para acosar, acosar o intimidar a alguien verbal o emocionalmente también se considera acecho.

**EN UNA EMERGENCIA,  
LLAME SIEMPRE  
AL 911.**

**Si ha vivido alguna de estas situaciones, no espere más. Llame:**

---

**Adultos de 18 años o más**  
Servicios de protección para  
adultos del condado  
**410-421-8400**

---

**Residentes de centros de atención  
residencial o de vida asistida**  
Programa del Defensor de  
Atención a Largo Plazo del  
condado de AA  
**410-222-4257**

---

**Abuso/explotación económica**  
Fiscal del Estado del condado  
de AA  
**410-222-1740**



## ¿Qué es un defensor cuidados a largo plazo?

Un defensor es una persona que trata las quejas de los residentes y aboga por mejoras en los centros de atención residencial y las instalaciones de vida asistida. El defensor se centra en el residente y busca resolver los problemas y preocupaciones de los residentes en cuidado a largo plazo a satisfacción del residente y con el consentimiento de la persona. El defensor trabaja para el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del Condado de Anne Arundel.

### ¿Cómo puede ayudar el defensor?

- Educa a los residentes, sus familias, el personal del centro y el público sobre los derechos de los residentes, las señales y los indicadores de abuso de adultos mayores, y los aspectos de la buena atención en un centro de atención residencial y un entorno de vida asistida.
- Defiende cambios para mejorar la calidad de vida y la atención de los residentes individualmente y como grupo.
- Buscar vías legales, administrativas y de otro tipo para proteger a los residentes.
- Dar información al público sobre los centros y servicios de atención a largo plazo, y sobre cuestiones legislativas y de políticas.

### ¿Quién puede ponerse en contacto con el Programa del Defensor?

Residentes de centros de atención a largo plazo, familias, personal de centros y cualquier persona que tenga alguna inquietud sobre un residente o que desee recibir información sobre centros de atención residencial y centros de vida asistida.

### ¿Cómo me pongo en contacto con un defensor?

Comuníquese con Maryland Access Point llamando al 410-222-4257 y pida hablar con un defensor.

# Estado de Maryland

## Reutilización de los equipos médicos duraderos

---

Si usted o alguien que conoce necesita alguno de los siguientes:

- Sillas de ruedas manuales
- Camas de hospital para la casa
- Sillas para la ducha
- Caminadores y andadores
- Sillas de ruedas eléctricas y scooters eléctricos
- Elevadores Hoyer
- Scooters de rodilla
- Bancos de transferencia para la bañera
- Inodoros portátiles y barandillas de seguridad para inodoros
- Bastones y muletas

## ¡COMUNÍQUESE CON NOSOTROS!

Tenemos equipos médicos duraderos nuevos y usados en buen estado disponibles y gratis para los residentes de Maryland de todas las edades.



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



240-230-8000



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



**Maryland**  
DEPARTMENT OF AGING



# Directorios

## **¿Necesita copias adicionales de este Directorio?**

Si quiere copias adicionales de este Directorio para su negocio, iglesia, familia, amigos, etc., llámenos o envíenos un correo electrónico, y estaremos encantados de ayudarlo.

**Póngase en contacto con nosotros para  
obtener más información: 410-222-4257  
[info\\_and\\_assistance@aacounty.org](mailto:info_and_assistance@aacounty.org)**

# Centros de actividades para personas mayores

## CAMBIEMOS EL GUIÓN DEL ENVEJECIMIENTO

C

uando hablamos de envejecimiento, la mayoría de la gente piensa en términos de números, como la edad real y los porcentajes. ¿Cuándo una persona se convierte en un “adulto mayor”?

Según el Departamento de Adultos Mayores de Maryland, en 2020 había 1.37 millones de residentes de Maryland mayores de 60 años, lo que representa aproximadamente el 23 % de la población del estado\*. Pero ¿qué significa eso? Ciertamente, es importante tener en cuenta los números y las estadísticas, especialmente cuando se planifican servicios y programas en las comunidades de personas mayores, pero el envejecimiento no se trata solo de números o de qué etapa de la vida está viviendo. La verdad es que envejecer es un proceso. Desde el momento en que nacemos, comenzamos a envejecer. Se trata de desarrollo, crecimiento y progreso. El envejecimiento tiene que ver con las etapas del devenir. A medida que avanzamos en la vida, nos convertimos en cosas diferentes. Nos convertimos en estudiantes, amigos, graduados, empleados, cónyuges, padres, parejas, maestros, abuelos, voluntarios, cuidadores y jubilados.

Muchas personas ven el envejecimiento como una línea de tiempo, o como un conjunto prescrito de pasos que debemos tomar en la vida. Nuestras vidas siguen esta línea de tiempo, donde se nos dice lo que se supone que debemos hacer, desde nuestra infancia, durante la adolescencia hasta la edad adulta, luego, en la mediana edad y cuando finalmente nos convertimos en “mayores”. Pero ¿qué pasa si dejamos de pensar en envejecer de esta manera tan singular? ¿Por qué no podemos cambiar el guion del envejecimiento? Envejecer no se trata de hacer las cosas en la vida en un orden específico a medida que crecemos. ¿Podemos convertirnos en estudiantes a los 60, 70, 80 años? ¿Pueden los abuelos convertirse en cuidadores de niños pequeños? ¿Pueden los jubilados volver a trabajar? ¿Podemos hacer nuevos amigos, aprender cosas nuevas y seguir creciendo y convirtiéndonos en otra persona a lo largo de nuestras vidas? ¡Por supuesto que podemos! Y no hay mejor lugar para comenzar a explorar quiénes y qué podemos llegar a ser que su centro local de actividades para personas mayores.

Los centros de actividades para personas mayores ayudan a transformar la forma en que la sociedad percibe el envejecimiento, lo aborda y habla sobre él. Estos centros son lugares vibrantes, activos y dinámicos que ofrecen programas y actividades atractivas, incluyendo clases de fitness y baile, clases de bellas artes, talleres de manualidades, entretenimiento,



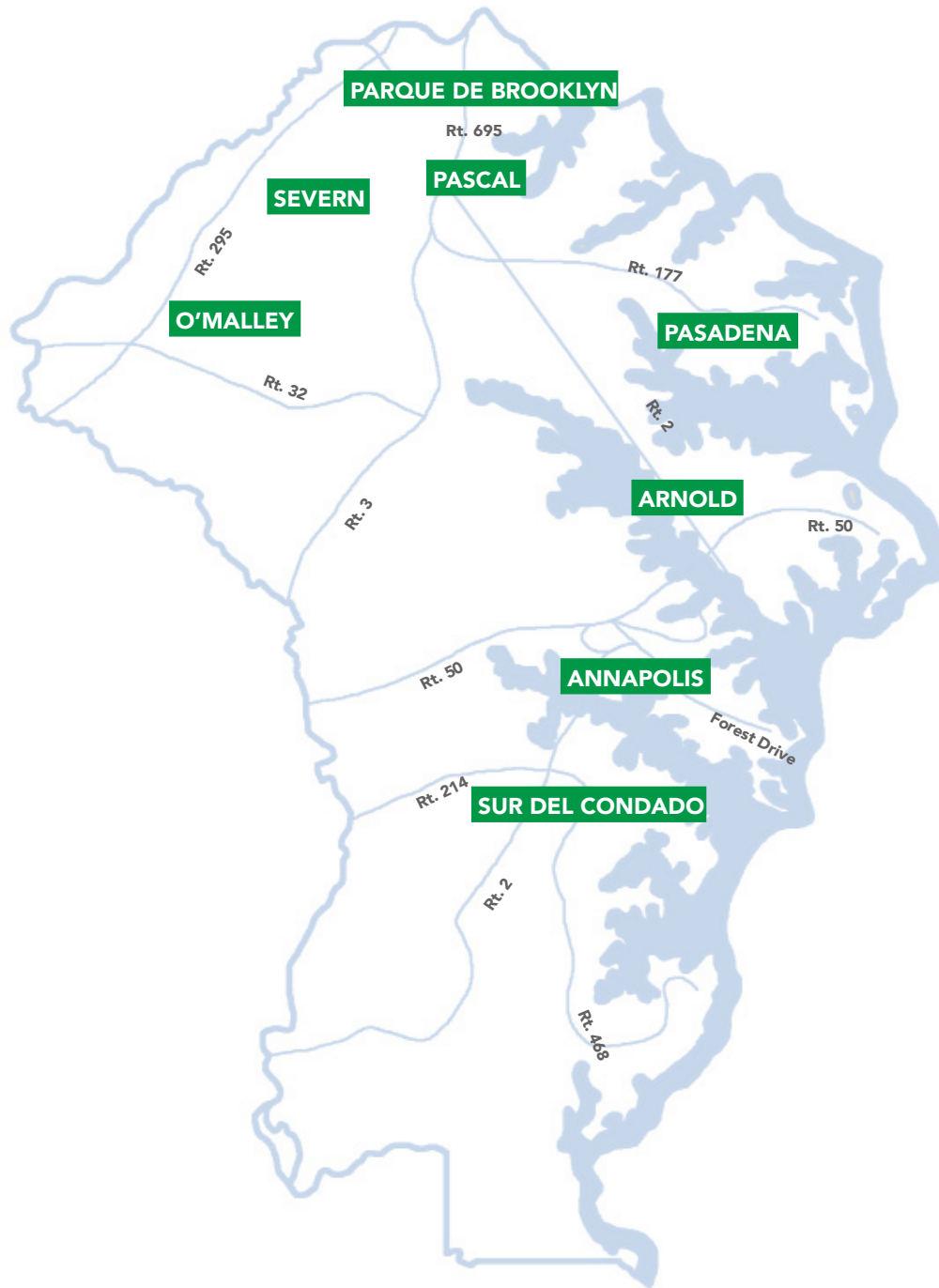
Según el  
Departamento de  
Adultos Mayores  
de Maryland,

**EN 2020 HABÍA  
1.37 MILLONES  
DE RESIDENTES  
DE MARYLAND  
MAYORES DE 60 AÑOS,  
lo que representa  
aproximadamente  
EL 23 % DE LA  
POBLACIÓN DEL  
ESTADO.**

Fuente: Plan Estatal  
de Maryland sobre  
el Envejecimiento 2022-2025

clases de tecnología, billar, oportunidades de viajes grupales, juegos de cartas, acontecimientos especiales, oportunidades de voluntariado, comidas compartidas con amigos y mucho más. ¡La programación virtual también está disponible para que pueda participar en una clase desde su propia casa! Hay ocho centros de actividades para personas mayores en todo el condado donde los adultos mayores pueden participar en clases y actividades, socializar con amigos, aprender nuevas competencias, acceder a recursos importantes y continuar enriqueciendo sus vidas, prosperar

y convertirse en lo que quieran ser. ¡Los centros de actividades para personas mayores ayudan a cambiar el guion del envejecimiento todos los días! Si no ha visitado un centro de actividades para personas mayores antes, lo invitamos a que venga a ver lo que tenemos para ofrecer. Si ha estado viniendo a nuestros centros, estamos muy contentos de tenerlo aquí. ¡Únase a nosotros para cambiar el guion del envejecimiento a su manera!



**Annapolis**

Wiley H. Bates  
Heritage Park, 119  
South Villa Avenue,  
Annapolis, MD 21401;  
410-222-1818

**Arnold**

Anexo A del edificio,  
101 College Pkwy,  
Arnold, MD 21012;  
410-222-1922

**Parque de Brooklyn**

202 Hammonds Lane,  
Baltimore, MD 21225;  
410-222-6847

**O'Malley**

1275 Odenton Road,  
Odenton, MD 21113;  
410-222-6227  
O'Malley Annex,  
1270 Odenton Road,  
Odenton, MD 21113;  
410-222-0140

**Pasadena**

4103 Mountain Road,  
Pasadena, MD 21122;  
410-222-0030

**Pascal**

125 Dorsey Road, Glen  
Burnie, MD 21061;  
410-222-6680

**Severn**

1160 Reece Rd,  
Severn, MD 21144;  
410-222-0300

**Sur del condado**

27 Stepney Lane,  
Edgewater, MD 21037;  
410-222-1927

**ANNAPOLIS**



**ARNOLD**



**PARQUE DE BROOKLYN**



**PASADENA**



**PASCAL**



**SEVERN**



**SUR DEL CONDADO**



**O'MALLEY**



# CFC

## COMMUNITY FIRST CHOICE

Este programa es una opción para ayudar a los adultos mayores y a las personas con discapacidades que, de otro modo, necesitarían atención en centro de atención residencial o en un centro de atención inmediata.

### DIRECTRICES DE ELEGIBILIDAD:

- Para ser elegible, la persona debe ser residente de Maryland y debe tener Medical Assistance comunitaria.
- Las personas deben cumplir el nivel de atención de un centro de enfermería.

### LOS SERVICIOS INCLUYEN:

- Asistencia personal.
- Monitoreo de enfermería.
- Sistemas personales de respuesta a emergencias (PERS).
- Apoyo con la planificación.
- Comidas a domicilio.

# CPAS

## SERVICIOS COMUNITARIOS DE ASISTENCIA PERSONAL

Este programa ofrece servicios de asistencia personal, incluyendo la asistencia con las actividades de la vida diaria, a los participantes de Medicaid.

### DIRECTRICES DE ELEGIBILIDAD:

- Para ser elegible, la persona debe ser residente de Maryland y debe tener Medical Assistance comunitaria.
- CPAS no requiere que la persona cumpla con el nivel de atención de un centro de enfermería para participar. La persona debe recibir un nivel de atención de CPAS.

### LOS SERVICIOS INCLUYEN:

- Asistencia personal.
- Apoyo con la planificación.
- Monitoreo de enfermería.

Estos programas no tienen límites en la cantidad de personas elegibles que pueden inscribirse. Esto significa que cualquier persona que cumpla los requisitos de elegibilidad puede recibir servicios a través de estos programas. Si está interesado en estos programas, comuníquese con su **Maryland Access Point local llamando al 410-222-4257**.



# Recursos

**PARA ADULTOS MAYORES, PERSONAS CON DISCAPACIDADES, VETERANOS, CUIDADORES Y SUS FAMILIAS, Y CUALQUIER PERSONA QUE PLANEE SU FUTURO EN EL CONDADO DE ANNE ARUNDEL**

**SPG** = Anne Arundel Senior Services Provider Group

**ADV** = Anunciante

## **PROGRAMAS DEL DEPARTAMENTO DE ADULTOS MAYORES Y DISCAPACIDADES DEL CONDADO DE ANNE ARUNDEL**

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Oficina Principal** – 410-222-4257; línea gratis 800-492-2499. Los usuarios de TTY deben llamar por medio de MD Relay 711. [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Ofrece programas, servicios, información, educación y acontecimientos especiales para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, adultos con discapacidades y cuidadores. También se anima a los familiares y cuidadores a llamar para obtener información y ayuda.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/MD Access Point (MAP)/Asistencia e Información** – 410-222-4257; línea gratis 1-844-627-5465. Los usuarios de TTY deben llamar por medio de MD Relay 711. [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Acceso único y fácil de usar en el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado a los servicios ofrecidos por múltiples agencias para adultos mayores, personas con discapacidades y sus cuidadores. Los especialistas en información y asistencia continúan ofreciendo un único punto de contacto para obtener información sobre todos los programas y servicios, ayudan a definir las necesidades y localizar los servicios apropiados, y ayudan a completar formularios y solicitudes para programas de beneficios. Los oradores están disponibles para presentaciones comunitarias.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Tutela Pública de Adultos** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Sirve como tutor público designado por el tribunal, para los residentes del condado de Anne Arundel que tienen 65 años o más, como último recurso, si no hay un amigo o familiar que pueda actuar en esa capacidad. Ofrece información y capacitación sobre las instrucciones médicas anticipadas, las alternativas a la tutela y el proceso de tutela.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Oficina de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA)** – 410-222-4383. Los usuarios de TTY deben llamar por medio de MD Relay 711. [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging); [www.ada.gov](http://www.ada.gov). Coordina y sirve como recurso para los programas e instalaciones gubernamentales del condado de AA para garantizar la accesibilidad y el cumplimiento de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades. Sirve como un recurso para otros asuntos del sector privado de la ADA y la Ley Federal de Vivienda Justa. El personal participa en la Comisión de Asuntos de Discapacidad del condado de AA y le ofrece su apoyo.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Vida Asistida** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Monitorea y ofrece asistencia técnica a los centros de vida asistida (ALF); administra un subsidio a los residentes económica y funcionalmente elegibles que residen en estos ALF. Ofrece información pública a profesionales, propietarios y consumidores sobre los requisitos reglamentarios y las opciones de vida asistida para adultos mayores y personas con discapacidades. Trabaja en colaboración con los Servicios de Protección para Adultos y el Programa del Defensor de Cuidado a Largo Plazo para proteger los derechos y el bienestar de los adultos vulnerables que residen en entornos comunitarios.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Préstamos de Tecnología de Asistencia** – 410-222-4383; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). La oficina de la ADA del condado de Anne Arundel guarda una colección de tecnología de asistencia que está disponible para préstamo o demostración para los empleados, residentes, familiares, profesionales y educadores del condado de Anne Arundel que trabajan con personas con discapacidades. Los participantes pueden pedir prestado equipo de tecnología de asistencia por un máximo de 3 semanas o programar una demostración del producto con el personal de la ADA gratis. Para programar una cita para ver o pedir prestado un dispositivo de tecnología de asistencia, llame al 410-222-4383, envíe un correo electrónico a [agmart11@aacounty.org](mailto:agmart11@aacounty.org) o complete el formulario en línea.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Community First Choice** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Ofrece cuidado personal, asistencia para vestirse, ir al baño, comer, ir de compras, lavar la ropa y hacer otras actividades de la vida diaria. Los beneficiarios reciben servicios de planificación de apoyo y monitoreo de casos de enfermería. Se debe establecer la elegibilidad médica. Los beneficiarios también deben tener Medical Assistance comunitaria.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades/Programa de Promoción de la Salud Basado en Evidencia** – 410-222-4257. 410- 222-4335; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging); El programa de Promoción de la Salud Basado en Evidencia ofrece una variedad de talleres diseñados para mejorar la salud y manejar las condiciones crónicas de los adultos mayores de 60 años o más. Los programas basados en evidencia empoderan a los adultos mayores para que tomen el control de su salud manteniendo un estilo de vida saludable a través de una mayor eficacia y gestión personales. Los programas cubren la diabetes, la prevención de caídas, la salud y el estado físico, y otras condiciones crónicas. Los programas se ofrecen sin costo, virtualmente y en persona en los centros de actividades para personas mayores. Para obtener más información sobre el programa y ver una lista de la oferta actual, visite <https://www.aacounty.org/aging-and-disabilities/services/living-well-series>.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Orientación para el Duelo** – 410-222-0263; TTY 410-222-4355; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Programa especializado que ofrece orientación para el duelo a personas en su casa y en entornos grupales. Si está experimentando una pérdida, nuestras sesiones de orientación son una combinación de apoyo y educación para encontrar esperanza y fuerza en conexión con los demás.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Exención de opciones basadas en casa y la comunidad** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Este programa estatal da servicios a personas elegibles de 18 años o más para permitirles permanecer en la comunidad, ya sea en su propia casa o en centros de vida asistida en lugar de en centros de atención residencial. Se deben cumplir las calificaciones médicas, económicas y técnicas.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Oficina local del Programa del Defensor de Cuidado a Largo Plazo** – 410-222-4257; línea gratis 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Defiende a los residentes en centros de atención residencial y de vida asistida. Recibe quejas; trabaja para resolver problemas y mejorar la atención y la calidad de vida de los residentes. Capacita al público sobre temas como los centros y servicios de atención a largo plazo, los derechos de los residentes y el abuso de personas mayores. Servicio gratis y confidencial.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Oficina de Cuidado a Largo Plazo/ Servicios de Asistencia en Casa (IHAS) y Programa de Cuidado para Personas Mayores (SC)** – 410-222-4366; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). En asociación con el Departamento de Servicios Sociales del Condado de AA, el programa SC/ IHAS ofrece administración y monitoreo de casos para clientes mayores de 18 años que cumplen la elegibilidad médica y económica. Hay algunos servicios en casa disponibles para los clientes elegibles, como asistencia con el cuidado personal o la limpieza. Este programa permite a los clientes permanecer en la comunidad a medida que envejecen.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa Nacional de Apoyo a Cuidadores Familiares** – 410-222-4257; línea gratis 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Programa para cuidadores familiares que busca ayudar a aliviar el estrés asociado con su rol. Ofrece información, asistencia, programas educativos, grupos de apoyo, relevo y servicios complementarios.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa de Remisión de Cuidado de Relevo** – 410-222-4257; línea gratis 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Mantiene un registro de cuidadores autónomos preseleccionados y capacitados que ofrecen servicios de asistencia en la casa del cliente por hora, día o noche para adultos mayores o personas con discapacidades. Los servicios prestados están determinados a partir de las necesidades del cliente. Los trabajadores de atención domiciliar cobran honorarios. No hay ningún cargo por el servicio de remisión.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Senior Center Plus** – 410-222-1483; línea gratis; 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Senior Center Plus es un programa de actividades guiadas por el personal para un pequeño grupo de personas mayores que no pueden participar de forma independiente en los programas que se ofrecen en los centros de actividades para personas mayores. Este programa se ofrece en centros de actividades para personas mayores selectos en días específicos y genera oportunidades para la socialización y la recreación al tiempo que ofrece un respiro a los cuidadores de los participantes del programa. También se sirve el almuerzo. Hay una tarifa para este programa.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa de Nutrición para Personas Mayores** – 410-222-0256; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). El Programa de Nutrición para Personas Mayores promueve la nutrición por medio de programas de educación y comidas. Los programas incluyen: Programa de Comidas Congregadas (comidas servidas en centros para personas mayores, en viviendas para personas mayores y centros comunitarios), Programa de Comidas a Domicilio y Programa de Cupones del Mercado de Agricultores para Personas Mayores.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa Estatal de Asistencia de Seguro de Salud (SHIP)** – 410-222-4257 o 410-222-4077; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). El SHIP ofrece asistencia e información sobre el seguro médico a las personas elegibles para Medicare, sus cuidadores y sus familias. El personal y los voluntarios capacitados ayudan a los clientes a comprender los beneficios de Medicare, las opciones complementarias de Medicare, las opciones de Medicare Advantage y las opciones de Medicare Parte D.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ SMP (Patrulla de Medicare para Personas Mayores)** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Ofrece educación pública a los beneficiarios de Medicare para generar conciencia sobre el fraude en la atención médica. Hay asistencia personalizada disponible para reportar sospechas de fraude y abuso de Medicare/Medicaid.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Tranquilidad Telefónica** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Ofrece una llamada telefónica diaria de control de

bienestar a adultos mayores y adultos con discapacidades que viven solos en el condado de Anne Arundel. Ante emergencia, todos los clientes autorizan a los voluntarios a confirmar su bienestar consultando a los vecinos, a familiares o a la policía del condado.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Centro de Coordinación de Servicios para Veteranos** – 410-222-3500; veterans-assistance@aacounty.org; www.aacounty.org/aging-and-disabilities/veterans-services. El Centro de Coordinación es un único punto de acceso para los servicios y recursos del gobierno local, estatal y federal disponibles para los veteranos y sus familias.

## COMUNIDAD DE ADULTOS ACTIVOS

**ADV Gardens of Annapolis** – 931 Edgewood Road, Annapolis MD 21403; 855-405-8270; gardensofannap@greystar.com; www.gardensofannapolis.com. Gardens of Annapolis es la principal comunidad de adultos activos en Annapolis, MD. Disfrute y aprecie todas las comodidades de la vida independiente en este lujoso complejo de alquiler creado exclusivamente para personas mayores de 62 años o más.

**SPG ADV Ginger Cove** – 4000 River Crescent Drive, Annapolis, MD 21401; www.gingercove.com

## CUIDADO DIURNO PARA ADULTOS

**Oficina de Participación Comunitaria y Servicios a los Constituyentes del condado de AA** – 410-222-1785; www.aacounty.org. La Oficina de Participación Comunitaria y Servicios a los Constituyentes sirve como enlace directo entre el ejecutivo del condado de Steuart Pittman y los residentes del condado de Anne Arundel, ofreciendo atención personalizada a todos los asuntos de los constituyentes y participando activamente en nuestras comunidades para ayudar a hacer de nuestro condado el mejor lugar para todos.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Oficina Principal** – 410-222-4257

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa de Punto de Acceso (MAP)** de MD – 410-222-4257; línea gratis 1-844-627-5465. Los usuarios de TTY

deben llamar por medio de MD Relay 711; www.aacounty.org/aging.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Oficina local del Programa del Defensor de Cuidado a Largo Plazo** – 410-222-4257.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa Estatal de Asistencia de Seguro de Salud (SHIP)** – 410-222-4257

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/SMP (Patrulla de Medicare para Personas Mayores)** – 410-222-4257.

**AARP – Servicios de Membresía** – 1-866-542-8163 (Maryland); 410-895-7637; 1-888-687-2277; www.aarp.org. AARP es una organización de membresía dedicada a mejorar la experiencia del envejecimiento por medio de la defensa, la información y los servicios. Llame para conocer las ubicaciones de los capítulos y los números de teléfono.

**Active Day of Annapolis** – 2525 Riva Road, Suite 100, Annapolis, MD 21401; 410-573-9100; www.activeaday.com; correo electrónico: info@activeaday.com. Almuerzo nutritivo servido, refrigerio de la tarde. Terapia del habla, fisioterapia/terapia ocupacional. Yoga, actividades, juegos, conversatorios, manualidades. Manejo de medicación asistido por enfermería. Traslados a citas médicas, rehabilitación. Servicios para discapacidad, cuidado de la demencia, cuidado de la memoria.

**The Arc región central de Chesapeake** – 410-269-1883 (Severn); TTY 800-735-2258; www.thearccc.org. Defiende los derechos y el respeto de todas las personas con discapacidades del desarrollo. Los programas incluyen apoyo familiar, capacitación laboral, vida comunitaria, apoyo individual y servicios de administración fiscal.

**Associated Black Charities** – 410-659-0000; www.associatedblackcharities.org. Fundación pública que defiende y facilita la creación de comunidades mensurablemente más saludables y prósperas a través del liderazgo responsable y la inversión filantrópica.

**Anne Arundel & Howard County Medical Society** – 410-878-9404; www.aahcms.org. AAHCMS es una organización dirigida e impulsada por médicos afiliada a MedChi, la Sociedad Médica del Estado de Maryland. A través de la defensa, la asistencia técnica, la programación

y los servicios, AAHCMS empodera a los médicos para liderar las políticas que afectan la práctica de la medicina, el acceso a la atención médica y la salud pública. "Find a Physician" es un servicio gratis de remisión médica para el condado de Anne Arundel. Use el siguiente sitio web para buscar un médico cerca de usted: www.medchi.org/Physician-Finder/Physician-Finder.

**Servicios médicos diurnos para adultos de Foundations** – 1025 W. Nursery Road, Suite 112, Linthicum, MD 21090; 410-789-7772; www.foundationsgroup.net. Cuidado diurno dedicado para adultos que ofrece servicios médicos diurnos y rehabilitación psiquiátrica para adultos mayores de 18 años. Se especializa en tratar trastornos mentales y trastornos por abuso de sustancias.

**Servicios de Defensa y Referencia de Laurel (LARS)** – 301-776-0442; www.laureladvocacy.org. Intervención en crisis en el área de Laurel por parte de un grupo de organizaciones religiosas miembros. Horario de atención: lunes, miércoles y viernes de 9 a. m. – 2 p. m., con horario adicional de 5 p. m. – 7:30 p. m. los lunes.

**Oficinas Regionales de Beneficios del Departamento de Asuntos de Veteranos** – de MD - 410-230-4444; línea gratis 800-446-4926; www.veterans.maryland.gov. Ofrece información, asistencia y representación a los veteranos y sus dependientes sobre los derechos y prestaciones.

**Oficina de MD para Refugiados y Asilados (MORA)** – 410-767-7514; dhr.maryland.gov/maryland-office-for-refugees-and-asylees. Ofrece referencias a los refugiados para facilitar su transición a la sociedad americana.

**Servicios para refugiados y asilados mayores (MORA), situado en Baltimore City Community College** – dhr.maryland.gov/maryland-office-for-refugees-and-asylees. Ofrece referencias y recursos sobre cómo convertirse en ciudadano. También se imparten clases para involucrar a los refugiados en la autosuficiencia, la integración comunitaria y el mantenimiento de una buena salud.

**NARFE (Asociación Nacional de Empleados Federales Activos y Jubilados)** – 703-838-7760 (Alexandria, VA); línea gratis 800-456-8410; www.narfe.org. Protege y mejora los beneficios de jubilación de los jubilados federales y sus familias. Ofrece información sobre los beneficios federales de jubilación, seguro de salud

y seguro de vida disponibles para miembros y no miembros. Servicios federales de apoyo para la jubilación. Reuniones hechas en varios sitios del condado cada semana. Llame para conocer los lugares, las fechas y los horarios.

**SPG Cuidador de personas mayores en el condado de Anne Arundel** – 1100 Niblick Court, Arnold, MD 21012

**Oficina del Fiscal del Estado/ Alcance Comunitario** – 410-222-1740; [www.aacounty.org/departments/sao](http://www.aacounty.org/departments/sao). Ofrece presentaciones comunitarias sobre fraude y abuso de personas mayores, ciberseguridad, robo de identidad, prevención y concientización sobre pandillas y violencia en el noviazgo.

**Centro de cuidado diurno para adultos Woods** – 8227 Cloverleaf Dr. Ste 300, Millersville, MD 21108; 410-987-0360; [www.woodsadultdayservices.com](http://www.woodsadultdayservices.com). Ofrece programas de servicios sociales/ relacionados con la salud cinco días a la semana para personas que necesitan supervisión las 24 horas. Incluye enfermería, actividades terapéuticas, orientación, almuerzo caliente y transporte.

## DEFENSORÍA

**SPG Ageless Insights, servicio de asesoramiento para personas mayores** – 600 Tayman Drive, Annapolis, MD 21403

**SPG Hewes Health Consulting, LLC** – P. O. Box 134, Arnold, Maryland 21012; [heweshealthconsult.com](http://heweshealthconsult.com)

**SPG Little Deeds** – 8293 Shilling Road, Pasadena, MD 21122; [www.littledeeds.com](http://www.littledeeds.com)

**SPG ADV Oasis Senior Advisors** – 32 Ashley Way, Myersville, MD 21773; [oasisseioradvisors.com/frederick](http://oasisseioradvisors.com/frederick)

**SPG Partners In Care** – 8151-C Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; [www.partnersincare.org](http://www.partnersincare.org)

**SPG Senior Care Authority** – 16701 Melford Blvd., Ste 400, Bowie, MD 20715; [www.seniorcareauthority.com/annapolis](http://www.seniorcareauthority.com/annapolis)

**SPG Club de Leones de Severn River** – PO Box 118, Severna Park, MD 21146; [www.severnriverlions.org](http://www.severnriverlions.org)

**SPG Upwell Advisors** – PO Box 3043, Annapolis, MD 21403; [www.upwell-advisors.com](http://www.upwell-advisors.com)

## ARTE Y CULTURA

**Empower Motivation Fitness** – 2024 West Street, Suite 101, Annapolis, MD 21401; 443-994-1251; [www.emfmaryland.org](http://www.emfmaryland.org). Empower Motivation Fitness es una organización 501(c)3 que ofrece programas para ayudar a las personas con enfermedad de Parkinson y otras discapacidades del movimiento con programas que involucran el cuerpo y la mente. Los programas incluyen Rock Steady Boxing, clases mensuales de arte, entrenamiento de voz alta y musicoterapia. También se ofrecen grupos de apoyo. Algunos programas se ofrecen por una tarifa mínima. También hay becas disponibles según la necesidad.

## VIDA ASISTIDA

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Vida Asistida** – 410-222-4257

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Exención de opciones basadas en casa y la comunidad** – Participantes inscritos: 410-222-4366. Lista de espera del registro: 410-222-4257

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Oficina local del Programa del Defensor de Cuidado a Largo Plazo** – 410-222-4257.

**SPG** **ADV** **Aging Individualized, LLC** – 901 Beech Tree Road, Severn, MD; [agingindividualized.com](http://agingindividualized.com)

**SPG** **Arbor Terrace Waugh Chapel** – 2535 Evergreen Road, Gambrills, Maryland 21113; [www.arborwaughchapel.com](http://www.arborwaughchapel.com)

**SPG** **ADV** **Arcadia of Crofton I & II, Arcadia of Chester, Arcadia of Denton I & II, Arcadia of Easton** – múltiples lugares 888-880-6771; [Arcadia-Living.com](http://Arcadia-Living.com). Cuidado de la memoria y cuidado mejorado. Empresa local familiar. Ofrecer amor y cuidado individualizados en un ambiente hogareño cómodo. ¡Ganador por el mejor personal y el más amigable por 13 años seguidos!

**SPG** **ADV** **Localizadores de vida asistida** – PO Box 6322, Annapolis, MD 21401; 410-507-4490; [assistedlivinglocators.com/care-advisor/annapolis](http://assistedlivinglocators.com/care-advisor/annapolis). Nuestros asesores ofrecen consultas y orientación mientras las familias analizan las muchas opciones y servicios de vida para personas mayores disponibles a nivel local y nacional. Los asesores ofrecen comparaciones de precios, ayudan a organizar visitas guiadas y apoyan la gestión de la transición de un ser querido a su próximo hogar. Las comunidades ofrecen tarifas de colocación como compensación a nuestros asesores para que este servicio no tenga ningún costo adicional para las familias.

**SPG** **Brightview Annapolis** – 1935 Generals Highway, Annapolis, MD 21401

**SPG** **Brightview Crofton River Walk** – 1301 Clarity Dr, Crofton, MD 21114, [www.Brightviewcroftonriverwalk.com](http://www.Brightviewcroftonriverwalk.com)

**SPG** **Brightview Severna Park** – 469 Jumpers Hole Road, Severna Park, MD 21146; [www.brightviewseniorliving.com](http://www.brightviewseniorliving.com)

**SPG ADV Brightview South River** – 8 Lee Airpark Drive, Edgewater, MD 21037; 410-956-7310; brightviewseniorliving.com. Deje que su vida brille en las principales comunidades de personas mayores del condado de Anne Arundel. El galardonado Brightview Senior Living ofrece a los residentes el estilo de vida independiente que merecen, además de una vida asistida experimentada o atención para la demencia, de ser necesario.

**ADV Comunidades para adultos mayores de Catholic Charities** – 667-600-2000 principal; 667-600-2280 comunidades para adultos mayores; 1-888-502-7589 (solo MD); catholiccharities-md.org/list-of-services. Comunidades de apartamentos asequibles y de apoyo que incluyen una gama completa de servicios para adultos de 62 años y más en los condados de Baltimore City, Baltimore, Anne Arundel, Garrett y Harford. El Programa Caring Home Services (CHS) ofrece servicios para apoyar el envejecimiento seguro en el lugar. Los servicios incluyen comidas diarias servidas en un entorno grupal, limpieza semanal, lavandería y servicios personales, y administración de servicios ofrecida por el supervisor de CHS en el lugar. Consulte [cc-md.org/senior-communities](http://cc-md.org/senior-communities) para obtener una lista de los lugares donde CHS está disponible.

**SPG Cypress Creek Waterfront Senior Living** – 831 Ritchie Highway, Severna Park; [www.cypresscreekalf.net](http://www.cypresscreekalf.net)

**SPG Dementia Care Management, Inc. d/b/a Silver Stay** – 1311 Waneta Court, Odenton, MD 21113; [www.silverstay.com](http://www.silverstay.com)

**SPG HeartHomes Assisted Living & Memory Care** – P.O. Box 1107, Millersville, Maryland 21108; 443-871-3168; [hearthomes.com](http://hearthomes.com). HeartHomes ofrece servicios de vida asistida y de cuidado de la memoria en 3 ubicaciones convenientes: Bay Ridge, Pasadena, Piney Orchard. Ofrecemos una atención excepcional en un entorno más pequeño (todas las habitaciones privadas), lo que permite una experiencia general más personalizada. Nos enorgullecemos de crear conexiones sólidas con nuestros residentes y sus familias, al tiempo que satisfacemos sus diversas necesidades. Llámenos hoy para un recorrido y vea usted mismo lo que hace que HeartHomes sea tan especial.

**SPG ADV Inspirations Assisted Living & Memory Care** – 833-346-8569; [www.inspired-joy.com](http://www.inspired-joy.com). Se centra en la individualidad de cada persona que vive con demencia, incluyendo aprender qué les ofrece energía y vida, teniendo en cuenta los intereses de su pasado y presente. Miramos a la persona en su totalidad, colaboramos con su familia y ofrecemos atención que incorpora las últimas investigaciones sobre la enfermedad de Alzheimer, otras formas de demencia y pérdida de memoria. Nos especializamos en llevar propósito, alegría y risa a todos los que viven en nuestras comunidades.

**SPG Lorien Harmony Hall** – 6336 Cedar Lane, Columbia, Md 21044; [lorienhealth.com](http://lorienhealth.com)

**SPG Morningside House of Ellicott City** – 5330 Dorsey Hall Drive, Ellicott City, MD 21042; [www.mhseniorliving.com](http://www.mhseniorliving.com)

**SPG Morningside House of Friendship** – 7548 Old Telegraph Rd., Hanover, MD 21076; 410-863-0830; [mhseniorliving.com/friendship](http://mhseniorliving.com/friendship). La comunidad de Morningside House of Friendship permite a su ser querido equilibrar su necesidad de independencia y apoyo con atención personalizada, actividades diarias y un ambiente acogedor y amigable.

**SPG ADV Peartree House Assisted Living** – 8001 Middlebury Drive, Pasadena, MD 21122; 410-437-5050; 8004 Shadow Oak Lane, Pasadena, MD 21122; 410-439-4697; [www.thepeartreehouse.com](http://www.thepeartreehouse.com). Somos una comunidad pequeña, hogareña, que ofrece a cada residente su propia habitación/baño privado. Ofrecemos comidas nutritivas, actividades, servicios de lavandería y limpieza, y asistencia para bañarse, vestirse y asearse. Las habitaciones incluyen muebles, un sistema de llamadas de emergencia y TV por cable. Tratamos a cada residente con dignidad, compasión y respeto. Tenemos cuidadores disponibles las 24 horas del día.

**Pelican Hill Assisted Living** – 204 Pelican Drive, Glen Burnie, MD 21060; 410-609-0904. Un centro de vida para personas mayores compuesto por cinco personas (con una dinámica familiar) que ofrece comidas de estilo familiar y se genera relaciones cercanas con los residentes a partir de sus actividades. Todo el personal tiene una certificación como técnico médico o superior. Hay cuatro habitaciones, tres privadas de ellas, privadas, y una compartida para dos residentes. Ambiente muy seguro con espacios de vida comunitaria para residentes de todos los estados físicos y mentales, desde alerta hasta en situación de hospicio.

**SPG Regency Park Senior Living Community** – 730 MD Route 3 South, Gambrills, MD 21054; [www.regencyparkassistedliving.com](http://www.regencyparkassistedliving.com)

**Servants 4 Seniors** – 8010 Catherine Avenue, Pasadena, MD 21122; 410-439-9353 o 410-977-2576; [mmatthews@servants4seniors.com](mailto:mmatthews@servants4seniors.com); [www.servants4seniors.com](http://www.servants4seniors.com). Servants 4 Seniors es una organización líder en servicios de cuidado de ancianos y personas con discapacidades en el estado de Maryland. En primer lugar, defendemos a las familias de nuestros ancianos y personas con discapacidades. Con una mirada práctica, generamos relaciones de confianza con nuestra clientela de familias de ancianos y personas con discapacidades en la comunidad.

**SPG ADV Spring Arbor Senior Living** – 345 Ritchie Highway Severna Park, MD 21146; 1495 Riedel Rd, Crofton, MD 21114; [SpringArborLiving.com](http://SpringArborLiving.com). Spring Arbor se esfuerza por ofrecer lo mejor en vida asistida y cuidado de la memoria. Los residentes disfrutan de un estilo de vida centrado en el bienestar con terapia en el lugar y un programa completo de actividades, lo que permite a nuestros residentes vivir la vida al máximo.

**SPG Sunrise at Bay Village** – 979 Bay Village Drive, Annapolis, Maryland 21403; [integracare.com](http://integracare.com)

**SPG Sunrise of Annapolis** – 800 Bestgate Road, Annapolis, MD 21401; 410-266-1400; [sunriseniorliving.com](http://sunriseniorliving.com)

**SPG Sunrise of Severna Park** – 41 W. McKinsey Rd, Severna Park; [sunrisesevernarpark.com](http://sunrisesevernarpark.com)

**SPG ADV** **The Peartree House Assisted Living** – 8001 Middlebury Dr, Pasadena MD 21122; [www.thepeartreehouse.com](http://www.thepeartreehouse.com)

**SPG ADV** **The Sheridan at Severna Park** – 134 Ritchie Hwy., Pasadena, MD 21122; 667-644-2500. Con un diseño moderno de inspiración náutica, ofrecemos un ambiente encantador y exclusivo. Los apartamentos, las comodidades con una decoración bellísima para ofrecer servicios de vida asistida y cuidado de la memoria se adaptan a las necesidades de los residentes.

**ADV** **Tribute at Melford** – 17300 Melford Blvd, Bowie, MD 20715; 301-329-5565; 301-841-6459; [cogirusa.com/communities/tribute-at-melford/contact-us](http://cogirusa.com/communities/tribute-at-melford/contact-us). Tribute at Melford es un complejo de apartamentos para personas mayores de 140 personas que ofrece varios estilos y una gran cantidad de comodidades. Se ofrecen servicios y transporte junto con un enfermero registrado de guardia para supervisar las necesidades.

## TELÉFONOS DE ASISTENCIA

**MD Accessible Telecommunications (MAT)** – Línea gratuita 800-552-7724 V/TTY; 410-767-6960 V/TTY; [doit.maryland.gov/mdrelay/Pages/default.aspx](http://doit.maryland.gov/mdrelay/Pages/default.aspx); [moreinfo@mdrelay.org](mailto:moreinfo@mdrelay.org). MD Accessible Telecommunications distribuye gratis teléfonos con amplificación y subtítulos, teléfonos manos libres, amplificadores de timbre, TTY y otros dispositivos de asistencia a los solicitantes calificados con dificultades para usar un teléfono estándar.

**ADV** **MD Relay** – línea gratuita 800-552-7724 V/TTY videollamada 443-453-5970; 301 W. Preston Street, Suite 1008A, Baltimore, MD 21201; [mdrelay.org](http://mdrelay.org); [moreinfo@mdrelay.org](mailto:moreinfo@mdrelay.org). Maryland Relay es un servicio público gratuito que permite a las personas sordas, con dificultades auditivas o con dificultades para hablar hacer y recibir llamadas telefónicas.

## SERVICIOS DE DUELO

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Orientación ante el Duelo** – 410-222-0263

**SPG ADV** **Chesapeake Life Center en Hospice of the Chesapeake** – 90 Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; 888-501-7077 / 410-987-2129; [www.chesapeakelifecenter.org](http://www.chesapeakelifecenter.org). Ofrece apoyo y educación sobre el duelo y la pérdida traumática a niños, adultos, familias y otras personas de la comunidad. También ofrece programas y servicios para aquellos afectados por un diagnóstico inesperado o una enfermedad avanzada.

## MANEJO DE CASOS

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA / Oficina de Cuidado a Largo Plazo / Programa de Servicios de Asistencia en casa (IHAS)** – 410-222-4366; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**SPG** **Aging Services Management, LLC** – PO Box 267, Arnold, MD 21012; [www.AgingServicesMgmt.com](http://www.AgingServicesMgmt.com)

**ADV** **Alliance in Aging** – Lynn Carr, RN, MA, CCM; P.O. Box 4073, Annapolis, MD 21403; 410-507-0915; [lynn@allianceinaging.com](mailto:lynn@allianceinaging.com); [allianceinaging.com](http://allianceinaging.com). AIA ofrece una evaluación integral y un plan de acción individualizado sobre los retos de salud, la memoria, la seguridad, el cuidado en la casa, las alternativas de vivienda, los cuidadores, la planificación financiera de LTC, recursos confiables y problemas del final de la vida.

**SPG** **Servants 4 Seniors** – 8010 Catherine Ave., Pasadena, MD 21122; [www.servants4seniors.com](http://www.servants4seniors.com)

## CEMENTERIOS/PROGRAMAS CONMEMORATIVOS

**Anatomy Gifts Registry** – Línea gratis 800-300-5433; 410-863-0497- Fax; [www.anatomygifts.org](http://www.anatomygifts.org); e-mail: [info@anatomygifts.org](mailto:info@anatomygifts.org). Donación digna del cuerpo. Un programa nacional sin fines de lucro de donantes de cuerpo entero, que beneficia la investigación y la educación médicas. Llame para obtener información sobre la inscripción o los servicios para donantes. Cubrimos todos los costos asociados con el transporte, la donación y la cremación.

**SPG** **Epilogue Tributes** – 7 Constitution Avenue, Annapolis, MD 21401; [www.celebratingthedash.com](http://www.celebratingthedash.com)

**Lakemont Memorial Gardens** – 900 W. Central Avenue, Davidsonville, MD 21035; 410-956-3060; [www.dignitymemorial.com/lakemont-memorial-gardens](http://www.dignitymemorial.com/lakemont-memorial-gardens). Cementerio conmemorativo de primer nivel situado en la red de Dignity Memorial del condado de Anne Arundel, MD.

**Cementerio de Veteranos de MD/ Crownsville** – 410-923-6981; 1122 Sunrise Beach Rd, Crownsville, Maryland 21032; [www.veterans.maryland.gov/cemetery-and-memorial-program](http://www.veterans.maryland.gov/cemetery-and-memorial-program). Los beneficios de entierro para el veterano incluyen: una tumba en un espacio disponible, apertura y cierre de la tumba, cuidado perpetuo, una lápida del gobierno, una bandera de entierro y un Certificado Conmemorativo Presidencial, sin costo para la familia.

**Junta Estatal de Anatomía** – 410-547-1222 (Baltimore); línea gratis 1-800-879-2728; [www.health.maryland.gov/anatomy](http://www.health.maryland.gov/anatomy). Programa estatal de donación de cadáveres. Los cadáveres se usan para apoyar la educación e investigación médica y dental. Los formularios de donantes están disponibles llamando o escribiendo a la junta. El formulario de inscripción está disponible para ser descargado de nuestro sitio web.

## QUEJAS E INFORMACIÓN

**Centro de Resolución de Conflictos de AA** – 410-266-9033; [www.aacrc.info](http://www.aacrc.info). Ofrece servicios de mediación en disputas entre familiares, propietarios e inquilinos, vecinos, empleados y empleadores, negocios, etc. La mediación ayuda a las personas a resolver conflictos de forma pacífica y sin acudir a los tribunales. Se ofrecen clases y capacitación en resolución de conflictos. Sin tarifas.

**Oficina de Protección al Consumidor de la Procuraduría General de MD** – 410-528-1840: línea directa de la Unidad de Defensa de la Salud; línea gratis 877-261-8807; TTY 410-576-6372; [www.marylandcares.org](http://www.marylandcares.org). Investiga quejas de facturación médica, disputas de reembolso y denegación de atención. Formulario de quejas en línea. Ofrece servicios de mediación a los consumidores para ayudar a resolver quejas contra negocios y compañías de seguros de salud. Para todas las demás disputas o mediación (no relacionadas con el seguro o asuntos médicos), llame al número general 410-528-8662.

**Oficina de Asesoría Legal Pública de MD** – 410-767-8150; línea gratuita 800-207-4055; [www.opc.state.md.us](http://www.opc.state.md.us). Quejas de consumidores, disputas sobre facturas de servicios públicos. Representa a los consumidores de servicios públicos ante la Comisión de Servicios Públicos, ciertas agencias federales y los tribunales.

**Oficina del Secretario de Estado de MD** – 410-974-5549; línea gratis 800-825-4510; [www.sos.state.md.us](http://www.sos.state.md.us). Registra, regula y renueva organizaciones benéficas, abogados profesionales y asesores de recaudación de fondos que hacen negocios en el estado de MD. Ofrece al público información sobre el estado, la legitimidad y los patrones de gasto de estas organizaciones. Hay oradores disponibles.

## VIVIENDA COLECTIVA

**Programa de Servicios de Vivienda Colectiva** – 410-267-8000 Autoridad de Vivienda de Annapolis - Morris Blum Apartments; 667-600-3160 Catholic Charities Arundel Woods; 410-519-6085 Catholic Charities Friendship Station; [www.aacounty.org/aging-and-disabilities/services/housing-assistance-older-adults](http://www.aacounty.org/aging-and-disabilities/services/housing-assistance-older-adults). Ofrece servicios de apoyo en varios edificios de apartamentos a personas mayores de 62 años o más de ingresos bajos y moderados que tienen dificultades moderadas con una o más actividades de la vida diaria. Los servicios ofrecidos incluyen comidas colectivas, limpieza, lavandería, asistencia personal y administración de servicios. Asistencia económica disponible en función de los ingresos.

## CRÉDITO AL CONSUMIDOR

**Comisionado de Regulación Financiera** – 410-333-3866 fax; línea gratis 888-784-0136; [www.dllr.state.md.us/finance](http://www.dllr.state.md.us/finance). El Departamento de Trabajo, Licencias y Reglamentación de Maryland (DLLR) se compromete a salvaguardar y proteger a los habitantes de Maryland. Estamos orgullosos de apoyar la estabilidad económica del estado al ofrecer a los negocios, la fuerza laboral y el público consumidor servicios regulatorios, de empleo y de capacitación de alta calidad centrados en el cliente.

**Servicios de Orientación de Crédito al Consumidor de Maryland y Delaware (CCCSMD)** – 1-800-642-2227; [www.cccsmd.org](http://www.cccsmd.org). Una agencia sin fines de lucro que ofrece asesoramiento gratis sobre presupuestos, planificación de pago de deudas, educación comunitaria y asesoramiento sobre préstamos estudiantiles.

## SERVICIOS AL CONSUMIDOR

**SPG Admiral Cleaners** – 10 Taylor Avenue, Annapolis, MD 21401; 410-267-8381; [customerservice@admiralcleaners.com](mailto:customerservice@admiralcleaners.com); [www.admiralcleaners.com](http://www.admiralcleaners.com). Ofrece servicios gratuitos de lavandería Wash & Fold con recolección y entrega en casas, condominios o apartamentos. Póngase en contacto para obtener información adicional o para inscribirse. Admiral elimina la tarea y el potencial problema de seguridad de lavar la ropa.

**SPG GYMGUYZ Annapolis & Columbia** – PO BOX 9, Millersville, MD 21108-9998; [www.gymguyz.com/annapolis-columbia](http://www.gymguyz.com/annapolis-columbia)

## DENTISTAS

**Departamento de Salud del condado de AA/Programa de Acceso Dental** – 410-222-7138 Annapolis; 410-222-6861 Glen Burnie; [www.aahealth.org/programs/adult-health-services/dental](http://www.aahealth.org/programs/adult-health-services/dental). Ayuda a los adultos de ingresos limitados a obtener atención dental de dentistas voluntarios participantes con tarifas con descuento.

**Departamento de Salud del Condado de AA/Programa de Coordinación de Atención Dental de Emergencia** – 410-222-3090 o 410-222-7138; TTY 410-222-7153; [www.aahealth.org/family-health/healthcare-and-insurance-access/reach-residents-access-coalition-health](http://www.aahealth.org/family-health/healthcare-and-insurance-access/reach-residents-access-coalition-health). Ofrece acceso a un coordinador de atención dental, asistencia para encontrar atención dental gratis o de bajo costo, y servicios dentales de emergencia, incluyendo el alivio del dolor y la infección.

**Clínicas Comunitarias de Luminis Health** – 410-990-0050; 701 Glenwood St. (dentro de la vivienda para personas mayores Morris Blum), 1419 Forest Dr., #100, Annapolis, en Arundel Lodge 2600 Solomons Island Rd., Edgewater, en Stanton Center en 92 W Washington St., Annapolis; [www.myaamg.org/community-clinic](http://www.myaamg.org/community-clinic). Centro médico de atención primaria donde un equipo de profesionales médicos ofrece atención continua, integral y coordinada durante toda la vida de una persona.

**Centro de Servicios de Salud del norte del condado** – 410-222-6633; [www.aahealth.org](http://www.aahealth.org). Centro de salud comunitario que ofrece servicios dentales a quienes cumplen los requisitos de elegibilidad de ingresos.

**Facultad de Odontología de la Universidad de MD** – 410-706-7101; Clínica ambulatoria; [www.dental.umaryland.edu](http://www.dental.umaryland.edu). Ofrece atención dental familiar completa. La clínica de atención de urgencia es una clínica ambulatoria para pacientes que experimentan dolor o hinchazón. Abierto de lunes a viernes por orden de llegada. Llegue temprano. Antes de comenzar cualquier tratamiento, los proveedores de atención médica dental hacen un examen completo para determinar el mejor curso de atención dental. Los profesores supervisan y evalúan todo el trato ofrecido por los estudiantes. Se aceptan planes de pago personal, algunos tipos de seguro y Medical Assistance.

## SERVICIOS PARA LA DISCAPACIDAD

**Comisión de Asuntos de Discapacidad del condado de AA** – 410-222-4383; línea gratuita 800-492-2499; Los usuarios de TTY llaman por medio de MD Relay 711; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Promueve y mejora la calidad de vida de las personas con discapacidades asesorando al ejecutivo del condado y al consejo del condado sobre la coordinación y el desarrollo de políticas, programas y servicios gubernamentales, y sobre la asignación de recursos para las personas con discapacidades.

**Programa de Diploma de Universidad Comunitaria / Escuela Secundaria de AA** – 410-777- 1823; 7000 Arundel Mills Circle, Hanover, Maryland 21076; [www.aacc.edu/resources/academic-services/adult-basic-skills-and-ged](http://www.aacc.edu/resources/academic-services/adult-basic-skills-and-ged). Las clases de Competencias Básicas para Adultos (ABS) están diseñadas para estudiantes que no tienen un diploma de escuela secundaria y necesitan repasar y mejorar las competencias básicas en matemáticas, ciencias, estudios sociales y razonamiento a través de la lengua y literatura. Los estudiantes en clases de ABS pueden ser remitidos al examen de práctica GED Ready una vez que se hayan alcanzado los puntajes de calificación.

**Universidad comunitaria de AA/ Servicios de apoyo a la discapacidad** – 410-777-1411; [www.aacc.edu/resources/disability-support-services](http://www.aacc.edu/resources/disability-support-services). Ayuda a los estudiantes con discapacidades

ofreciendo acceso, servicios de apoyo apropiados y adaptaciones razonables o equipos de adaptación.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Punto de Acceso (MAP) de MD** – 410-222-4257; línea gratis: 844-627-5465. Los usuarios de TTY deben llamar a MD Relay 711; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Accessible Resources for Independence** – 410-636-2274; [www.arinow.org](http://www.arinow.org). Accessible Resources for Independence, Inc. (ARI) es una agencia sin fines de lucro que atiende a más de 5,000 personas con discapacidades en los condados de Anne Arundel y Howard desde 2011. Ofrecemos servicios de vida independiente a cualquier persona con una discapacidad a cualquier edad, incluyendo niños, personas mayores y veteranos, sin cargo. Nuestra misión es maximizar la independencia de las personas con discapacidades para que disfruten de vidas productivas y dirigidas por ellas mismas. ARI ofrece servicios para mejorar la calidad de vida y fortalecer los sistemas de apoyo, incluyendo adaptaciones de accesibilidad, orientación, asistencia técnica, capacitación, servicios de transición y más.

**Oficina de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades** – 410-222-4383; Usuarios de TTY, llame a través de MD Relay 711; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging); [www.ada.gov](http://www.ada.gov). Coordina y sirve como recurso para los programas e instalaciones gubernamentales del condado de AA para garantizar la accesibilidad y el cumplimiento de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades. Sirve como un recurso para otros asuntos del sector privado de la ADA y la Ley Federal de Vivienda Justa. El personal participa en la Comisión de Asuntos de Discapacidad del condado de AA y le ofrece su apoyo.

**Programa de Préstamos de Tecnología de Asistencia** – 410-222-4383; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). La oficina de la ADA del condado de Anne Arundel guarda una colección de tecnología de asistencia que está disponible para préstamo o demostración para los empleados, residentes, familiares, profesionales y educadores del condado de Anne Arundel que trabajan con personas con discapacidades. Los participantes pueden pedir prestado equipo de tecnología de asistencia por un máximo de 3 semanas o programar una demostración del producto con el

personal de la ADA gratis. Para programar una cita para ver o pedir prestado un dispositivo de tecnología de asistencia, llame al 410-222-4383, envíe un correo electrónico a [agmart11@aacounty.org](mailto:agmart11@aacounty.org) o complete el formulario en línea.

**The Arc región central de Chesapeake** – 410-269-1883 Annapolis; TTY 800-735-2258; [www.thearcccr.org](http://www.thearcccr.org). Defiende los derechos y el respeto de todas las personas con discapacidades del desarrollo. Los programas incluyen apoyo familiar, capacitación laboral, vida comunitaria, apoyo individual y servicios de administración fiscal.

**Blind Industries and Services of MD** – 410-737-2600 (Baltimore); línea gratis 888-322-4567; [www.bism.org](http://www.bism.org). BISM ofrece programas para todos los grupos de edad, en los que se enseñan las competencias de independencia, se desarrolla la confianza en uno mismo y se prepara a las personas ciegas para los retos cotidianos en casa, la escuela, el trabajo o la comunidad. La capacitación en independencia y rehabilitación está acreditada por el Departamento de Educación (Department of Education) de MD (DORS) y tiene como objetivo ofrecer a los estudiantes la capacidad de moverse por el mundo de forma independiente. El programa para personas mayores, más especializado, incluye enseñanza en la casa, grupos de apoyo e instrucción en Braille, tecnología, cocina y transporte con bastón. Los servicios y grupos de apoyo son gratis para los residentes ciegos y con baja visión de Maryland.

**Administración de Discapacidades del Desarrollo (Developmental Disabilities Administration, DDA)** – 410-234-8200; 443-253-4797; línea gratis 1-877-874-2494; TDD 410-363-9430; [dda.health.maryland.gov](http://dda.health.maryland.gov). Forma parte del Departamento de Salud e Higiene Mental (Department of Health and Mental Hygiene) de MD. Los servicios se obtienen poniéndose en contacto con la oficina regional del centro de MD al número que aparece arriba. Las personas deben presentar una solicitud y ser consideradas elegibles para los servicios.

**Derechos de las personas con discapacidad de Maryland (Disability Rights Maryland)** – 410-727-6352, ext. 0; línea gratuita 800-233-7201; TTY 410-235-5387; [disabilityrightsmd.org](http://disabilityrightsmd.org). Organización sin fines de lucro compuesta por abogados y asistentes legales. Su misión es garantizar que las personas con discapacidades tengan todos los derechos y prerrogativas que les dan las leyes estatales y federales.

**División de Servicios de Rehabilitación (Division of Rehabilitation Services, DORS)** – 410-974-7608 (Annapolis); 410-636-9010 (Linthicum); TTY 866 326-7012; Videollamada 410-220-1670; [www.dors.maryland.gov](http://www.dors.maryland.gov). División del Departamento de Educación de MD que conecta a las personas elegibles con orientación, evaluación y capacitación vocacional para personas con discapacidades que buscan empleo. Los Servicios de Vida Independiente para Ciegos incluyen la enseñanza de habilidades para las tareas de la casa, orientación, movilidad y lecciones de Braille a personas mayores de 55 años que no están buscando empleo. Consejero para todos los clientes sordos situados en esta oficina.

**Servicios diurnos para adultos de Easter Seals** – 410-277-0940; [www.easterseals.com/DCMDVA](http://www.easterseals.com/DCMDVA). Los Servicios Diurnos para Adultos de Easter Seals en Baltimore ofrecen monitoreo diario en un entorno seguro y hogareño para personas médicamente diversas que son frágiles con condiciones crónicas, deficiencias cognitivas, diagnósticos relacionados con la demencia, tales como: derrame cerebral, diabetes, Alzheimer, EPOC, insuficiencia cardíaca congestiva, enfermedades mentales, trastornos convulsivos, discapacidades intelectuales/del desarrollo y enfermedades neuromusculares. Ofrece asistencia con atención domiciliaria, vida asistida y colocación en un centro de atención residencial.

**Fundación para la Lucha contra la Ceguera (Foundation Fighting Blindness)** – 410-423-0600 (Columbia, Maryland); línea gratis 800-683-5555; TTY 800-683-5551; [www.fightingblindness.org](http://www.fightingblindness.org). Busca impulsar la investigación que ofrecerá prevención, tratamientos y curas para las personas afectadas por retinosis pigmentaria, degeneración macular, síndrome de Usher y todo el espectro de enfermedades degenerativas de la retina. FFB ofrece servicios de información y remisiones para las personas afectadas y sus familias, y para médicos y profesionales de la visión. La fundación también ofrece kits de información completos sobre la retinosis pigmentaria, la degeneración macular y el síndrome de Usher, y todo el espectro de enfermedades degenerativas de la retina.

**Servicios de Gallagher para Personas con Discapacidades del Desarrollo –**  
667-600-2520; [www.catholiccharities-md.org](http://www.catholiccharities-md.org).

Los Servicios de Gallaguer, programa de Catholic Charities, opera ocho centros grupales en todo el condado de Anne Arundel para personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo, da a los residentes oportunidades para una mayor independencia con el desarrollo de la autoestima, participa en la comunidad y satisface sus necesidades individuales y sus necesidades médicas.

**Home Based Medical –** 410-914-7190; [www.homebased.med.org](http://www.homebased.med.org). Home Based Medical es una organización sin fines de lucro decidida a hacer que recibir equipos médicos sea asequible y fácil.

**Exención de opciones basadas en casa y la comunidad (Home and Community-Based Options Waiver) –** 410-222-4257; [www.dhmh.maryland.gov](http://www.dhmh.maryland.gov). Un programa del Departamento de Salud e Higiene Mental de MD que promueve servicios en casa y en la comunidad para adultos con discapacidades mayores de 18 años.

**Centro de Recursos para Problemas de la Vista (Low Vision Resource Center) –**  
301-951-4444; [www.youreyes.org](http://www.youreyes.org).

Organización sin fines de lucro que ayuda a las personas con problemas de la vista a mantener su independencia. Los recursos se ofrecen sin cargo. Llame para coordinar una cita.

**Iglesia Metodista Unida de Sordos de Magothy (Magothy United Methodist Church of the Deaf) –** 410-255-4530;

[www.magothydeafchurch.org](http://www.magothydeafchurch.org). Estamos comprometidos con el mejoramiento de la comunidad sorda a través de la defensa y la educación. Hay servicios de intérprete disponibles según sea necesario.

**MD Accessible Telecommunications (MAT) –** línea gratis 800-552-7724 V/TTY; 410-767-7253 V/TTY; Vídeo: 410-801-9618 [MAT.Program1@Maryland.gov](mailto:MAT.Program1@Maryland.gov); [doit.maryland.gov/mdrelay/Pages/Equipment.aspx](http://doit.maryland.gov/mdrelay/Pages/Equipment.aspx). MD Accessible Telecommunications distribuye gratis teléfonos con amplificación y subtítulos, teléfonos manos libres, amplificadores de timbre, TTY y otros dispositivos de asistencia a los solicitantes calificados con dificultades para usar un teléfono estándar.

**Departamento de Transporte de MD MVA/Annapolis y Glen Burnie –** 410-768-7000; línea gratis

800-950-1682; TTY 800-492-4575; [www.mva.maryland.gov](http://www.mva.maryland.gov). Ofrece licencias y regula vehículos, concesionarios, escuelas de manejo, servicios de títulos, desmanteladores de automóviles y fabricantes de vehículos. Ofrece pases y placas para discapacitados a aquellos con certificación escrita de un médico.

**MD Relay –** 410-767-6960; línea gratis 800-552-7724 V/TTY; videollamada 443-453-5970; [doit.maryland.gov/mdrelay](http://doit.maryland.gov/mdrelay); [moreinfo@mdrelay.org](mailto:moreinfo@mdrelay.org). MD Relay es un servicio público gratis que permite a las personas con pérdida auditiva o del habla mantener la independencia para usar el teléfono. Marque 711 para hacer una llamada de retransmisión.

**Biblioteca estatal de MD para ciegos y personas con dificultades para acceder al texto impreso** – 410-230-2424; línea gratuita 800-964-9209; TTY 410-333-8679; TTY 800-934-2541. La Biblioteca estatal de Maryland para ciegos y personas con dificultades para acceder al texto impreso ofrece servicios bibliotecarios integrales a los residentes ciegos y con dificultades para acceder al texto impreso del estado de Maryland elegibles. La biblioteca ofrece libros y revistas en formatos especializados, como audio y braille, por medio del Servicio Postal de Estados Unidos y mediante descarga digital. Se requiere una solicitud de servicio. Los servicios son gratuitos.

**Programa de Asistencia Tecnológica de MD** – 410-554-9230; línea gratis 800-832-4827; TTY 866-881-7488; www.mdtp.org. Ayuda a los residentes de MD con discapacidades y a sus familias a calificar para préstamos a bajo interés para comprar equipos y hace renovaciones de accesibilidad. También está disponible un laboratorio de demostración donde las personas pueden venir a ver y tomar prestada la tecnología. Visite Equipment Link Online Classified (www.myatprogram.org) para ver una lista o buscar equipos/dispositivos donados.

**Administración de Tránsito de MD (MTA)/ Servicio Call-A-Ride** – 410-664-2030; Línea gratuita 866-743-3682 Información general; www.mtacallaride.org; www.mta.maryland.gov/content/brochures-publications. El servicio Call-A-Ride de la MTA es un servicio de taxi/sedán premium a pedido que ofrece mayor independencia a las personas con discapacidades. Está disponible para los clientes de movilidad certificados por la MTA que cumplan con los requisitos de elegibilidad.

**Programa de Administración de Tránsito de MD (MTA)/MTA Mobility Link (Para-tránsito)** – Reserva 410-764-8181; 410-539-5000 Información; línea gratuita 866-743-3682; TTY 410-539-3497; www.mta.maryland.gov/mobility; www.mta.maryland.gov/content/brochures-publications. MobilityLink es un servicio de tránsito especializado disponible para personas que, por una discapacidad, son funcionalmente incapaces de llegar a una parada de autobús, esperar sin ayuda en una parada o estación, o abordar o viajar en un autobús o tren por sí mismas. MobilityLink es un servicio de viaje compartido que se ofrece desde la primera puerta exterior de su casa o lugar de recogida hasta la primera puerta exterior de su destino.

**Administración de Tránsito de MD (MTA)/Tarifas reducidas** – 410-767-3441; TTY 410-333-2051; www.mta.maryland.gov/senior-reduced-fare-program; www.mta.maryland.gov/content/brochures-publications. Las personas con discapacidades y las personas mayores de 65 años pueden viajar por aproximadamente un tercio de la tarifa habitual en autobús, tren ligero y metro, y por aproximadamente la mitad de la tarifa normal en el servicio de tren MARC. Para obtener información sobre la identificación requerida, llame a la MTA o visite el sitio web.

**Metropolitan Washington Ear, Inc.** – 301-681-6636; www.washear.org. Servicios gratis para personas ciegas, con discapacidad visual y física que no pueden leer eficazmente materiales impresos/ Servicio gratuito de lectura de periódicos y revistas las 24 horas: Baltimore Sun, Capital Gazette, Washington Post, USA Today, Wall Street Journal, etc. También patrocina servicios de lectura por radio, un servicio de búsqueda a pedido de anuncios clasificados, páginas amarillas y otra información, y notas de programas de descripción en vivo y grabación de audio para producciones en diez teatros locales.

**Muscular Dystrophy Association, Inc.** – 800-572-1717; www.mda.org. Agencia de salud voluntaria que financia investigaciones destinadas a encontrar la causa y el tratamiento de 43 trastornos musculares, incluyendo la ELA, y para ofrecer servicios integrales del programa. Ofrece manejo de diagnóstico y seguimiento en las clínicas de MDA en el Hospital Johns Hopkins, programas de campamento nocturno de una semana para niños de 6 a 17 años con enfermedades musculares, grupos de apoyo, asistencia económica para la reparación de equipos médicos, armario de préstamo de equipos médicos y oportunidades de voluntariado.

**Federación Nacional de Ciegos de Maryland (National Federation of the Blind, NFB)** – 410-659-9314; 443-271-1668 para personas mayores; www.nfbmd.org. Organización nacional de defensa del consumidor que ofrece educación pública sobre la ceguera, servicios de información y referencia, becas, literatura y publicaciones sobre la ceguera, ayudas y aparatos y otros equipos de adaptación para los ciegos, servicios de defensa, protección de los derechos civiles, desarrollo y evaluación de tecnología y apoyo para las personas ciegas y sus familias. Servicio gratis de periódico electrónico. Línea de noticias de la NFB: Línea gratis 866-504-7300.

**Opportunity Builders, Inc.** – 410-787-0700; TTY 800-735-2258; www.obiworke.org. Ofrece capacitación vocacional y servicios de empleo a adultos con discapacidades del desarrollo. También trabaja con las familias para fomentar la independencia y las oportunidades del cliente.

**El lugar de los padres de Maryland (The Parents Place of Maryland)** – 410-768-9100; Línea gratis: 800-394-5694; www.ppm.org. Somos un centro de recursos para familias con hijos con discapacidades o necesidades especiales de atención médica o educación hasta los 21 años.

**Providence Center** – 410-766-2212; www.providencecenter.com. Ofrece servicios para personas con discapacidades del desarrollo. Algunos de esos servicios son: capacitación vocacional, empleo protegido y con apoyo, colocación laboral, cuidado diurno para adultos, programas de ocio, apoyo para la jubilación de personas mayores y apoyo en la casa y en el trabajo.

**Service Coordination, Inc.** – 5283 Corporate Drive, Suite 103, Frederick, MD 21703; 301-663-8044; 888-240-6835; Personas con discapacidad auditiva, MD Relay 711; www.servicecoord.org. Developmental Disabilities Administration (DDA) para ayudar a quienes han solicitado servicios financiados por la DDA. Ayuda en el desarrollo de planes para los clientes explorando opciones, y luego ayuda a organizar y monitorear los apoyos necesarios, y defiende, de ser necesario.

**Starkey Cares** – Línea gratis 800-328-8602; www.starkey.com. Es un programa de audífonos para personas de bajos ingresos, basado en los ingresos del grupo familiar. Trabajamos con socios que donan su tiempo y servicios para hacer las adaptaciones, y nosotros donamos los audífonos y el apoyo.

**Voluntarios para la Ingeniería Médica (Volunteers for Medical Engineering, VME), parte del Centro IMAGE de Maryland** – Teléfono: 410-982-6311; Fax: 410-372-4037; [imagemd.org](http://imagemd.org).

El objetivo es mejorar la independencia y la calidad de vida de las personas con discapacidades. Ofrece soluciones tecnológicas innovadoras y capacitación que ayudan a las personas en su casa, comunidad y lugar de trabajo. Satisface las necesidades individualizadas de los clientes al ofrecer tecnología de asistencia de diseño único y dispositivos de adaptación que no están disponibles comercialmente. Así, se mejora la capacidad de los clientes para vivir y trabajar de manera independiente. Atiende a todas las edades y grupos de discapacidades. Los servicios se ofrecen por una pequeña tarifa para los dispositivos completados si el cliente puede pagar. Servicio en el condado de Anne Arundel, según el servicio solicitado.

## DESCUENTOS

**Escuelas Públicas del condado de AA/Tarjeta de actividades para los adultos mayores** – 410-222-4257. Entrada gratis a actividades culturales o deportivas patrocinadas por la escuela. Se puede obtener en el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado y en las escuelas públicas del condado de AA (410-222-5000).

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ETA Rides-On-Demand** – 410-222-4257. El Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel, ETA Rides-on-Demand, ofrece un servicio de tránsito con descuento con un conductor profesional en un vehículo debidamente equipado que lo recogerá en el lugar que desee y lo llevará directamente a su destino con facilidad. Servicio puerta a puerta disponible. Para calificar, las personas deben ser residentes del condado de Anne Arundel, tener 55 años de edad o más, o 18 años de edad o más con una discapacidad.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Vales de Taxi** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/services-and-programs/taxi-voucher-program](http://www.aacounty.org/services-and-programs/taxi-voucher-program). El Programa de Vales de Taxi del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel ofrece cupones de taxi con descuento para respaldar las tarifas de taxi con las compañías de taxis

participantes. Para calificar, las personas deben ser residentes del condado de Anne Arundel, tener 55 años de edad o más, o 18 años de edad o más con una discapacidad.

## DISCRIMINACIÓN

**Comisión de Relaciones Humanas del condado de AA (AA County Human Relations Commission)** – 410-222-1234; [www.aacounty.org/boards-and-commissions/human-relations-commission-of-anne-arundel-county/index.html](http://www.aacounty.org/boards-and-commissions/human-relations-commission-of-anne-arundel-county/index.html). La Comisión de Relaciones Humanas trabaja para promover el trato justo e igualitario de todos los residentes del condado de Anne Arundel y para contrarrestar el racismo, la discriminación, la intolerancia y los incidentes de odio/prejuicio en el condado.

**Comisión de Relaciones Humanas de Annapolis (Annapolis Human Relations Commission)** – 410-263-7998; [www.annapolis.gov/736/Boards-Commissions](http://www.annapolis.gov/736/Boards-Commissions). Junta de voluntarios de la ciudad que busca garantizar la igualdad de oportunidades en Annapolis. Establecido en 1963, consta de 15 residentes de Annapolis nombrados por el alcalde con la aprobación del Concejo Municipal. La Comisión puede aceptar quejas de

discriminación por motivos de raza, color, género, religión, país de origen, edad, estado civil, estado familiar, discapacidad física o mental y orientación sexual.

**Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo (Equal Employment Opportunity Commission)** – línea gratuita 800-669-4000; TTY 1-844-234-5122; [info@eeoc.gov](mailto:info@eeoc.gov); [www.eeoc.gov](http://www.eeoc.gov). Equal Employment Opportunity Commission (EEOC) es responsable de hacer cumplir las leyes federales que prohíben discriminar a un solicitante de empleo o a un empleado por raza, color, religión, sexo (incluyendo el embarazo y condiciones relacionadas, identidad de género y orientación sexual), país de origen, edad (40 años o más), discapacidad o información genética de la persona.

## EDUCACIÓN

**Universidad comunitaria de AA/Educación Básica para adultos** – Llame al 410-777-2901 para obtener información o programar una cita de evaluación; [www.aacc.edu/learn-basic-skills](http://www.aacc.edu/learn-basic-skills). Ofrece educación básica para adultos mayores de 18 años, que incluye lectura, matemáticas, inglés y escritura. Instrucción individualizada gratuita; se ofrecen GED.

**Universidad comunitaria de AA/ Servicios de apoyo a la discapacidad** – 410-777-1411; [www.aacc.edu/resources/disability-support-services](http://www.aacc.edu/resources/disability-support-services). Los servicios de apoyo a la discapacidad del AACC ayuda a los estudiantes con discapacidades ofreciendo acceso, servicios de apoyo apropiados y adaptaciones razonables o equipos de adaptación.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Talleres de promoción de la salud** – Consulte la lista en programas del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del Condado de Anne Arundel; 410-222-4257.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del Condado de AA/Oficina principal** – 410-222-4257; línea gratuita 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Consejo de Alfabetización del Condado de AA (AA County Literacy Council)** – 410-269-4419; [www.icanread.org](http://www.icanread.org). Ofrece tutoría gratis en lectura, escritura y educación básica para adultos. Tutoría privada disponible en bibliotecas y en varios otros lugares. Busca y entrena a voluntarios adultos para dar clases particulares.

**AARP – Seguridad del conductor** – Línea gratuita 1-888-687-2277; TTY gratuito: llame al 711; [www.aarp.org/auto/driver-safety](http://www.aarp.org/auto/driver-safety). Programa de Seguridad Vial de AARP para automovilistas de más de 50 años. Su objetivo es ayudar a los conductores mayores a mejorar sus competencias y enseñarles a evitar accidentes e infracciones de tráfico.

**SPG Care Prepared** – PO Box 1051, Millersville, MD 21108; [careprepared.org](http://careprepared.org)

**Center of Help (Centro de Ayuda)** – 410-295-3434; [centerofhelp.org](http://centerofhelp.org). Ofrece servicios educativos y referencias a la comunidad hispana del condado, incluyendo alfabetización de adultos, inglés como segundo idioma, apoyo familiar, referencias laborales y asistencia para acceder a los servicios. Elegibilidad: residentes latinos del condado de AA. Center for Help trabaja en asociación con servicios gubernamentales y organizaciones sin fines de lucro del área.

**SPG Expose Dementia** – P.O. Box 1751, Mableton, GA 30126; [www.ExposeDementia.com](http://www.ExposeDementia.com)

**Road Scholar** – 800-454-5768; [www.roadscholar.org](http://www.roadscholar.org). La organización sin fines de lucro Road Scholar es la creadora más grande e innovadora de oportunidades de aprendizaje experiencial para adultos mayores en el mundo. Road Scholar ofrece miles de aventuras de aprendizaje por tierra y mar en más de 100 países y en todo Estados Unidos. También ofrece conferencias en línea y cursos de varios días. Es posible que haya ayuda económica disponible para los participantes calificados.

**Extensión de la Universidad de MD** – 301-266-7470; [extension.umd.edu/locations/anne-arundel-county](http://extension.umd.edu/locations/anne-arundel-county). Sistema estatal de educación no formal dentro de la Facultad de Agricultura y Recursos Naturales y la Universidad de MD Eastern Shore. Los programas educativos y la asistencia para la resolución de problemas están disponibles para los ciudadanos.

## ABUSO DE ADULTOS MAYORES

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Oficina local del Programa del Defensor de Cuidado a Largo Plazo** – 410-222-4257; línea gratis 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Servicios Sociales/ Servicios de Protección para Adultos del condado de AA** – 410-421-8400; [dhr.maryland.gov/office-of-adult-services/adult-protective-services](http://dhr.maryland.gov/office-of-adult-services/adult-protective-services). Los Servicios de Protección para Adultos (Adult Protective Services, APS) ayudan a los adultos que carecen de la capacidad física o mental para satisfacer sus propias necesidades básicas. Se investigan las denuncias de abuso, negligencia y explotación, y se implementan servicios para proteger al adulto vulnerable.

**Programa de Abuso y Violencia Doméstica del Centro Médico Anne Arundel** – 443-481-1209; [www.luminishealth.org/en/services/abuse-and-domestic-violence?language\\_content\\_entity=en](http://www.luminishealth.org/en/services/abuse-and-domestic-violence?language_content_entity=en). Orientación ante crisis gratuita y anónima, defensa personal, documentación de lesiones, remisiones comunitarias y presentaciones comunitarias.

**Centro de Crisis por Agresión Sexual (Sexual Assault Crisis Center)** – Oficina Principal: 410-626-7800; Línea directa: 410-222-6800; [www.annapoliswca.org](http://www.annapoliswca.org). Ofrece orientación sobre agresión sexual, intervención en crisis, terapia y defensa en los exámenes de agresión sexual.

**Programa de Violencia Doméstica de la YWCA** – Oficina Principal: 410-626-7800; línea directa: 410-222-6800; [www.annapoliswca.org](http://www.annapoliswca.org). Servicio de 24 horas. Línea directa disponible para víctimas de abuso doméstico. Orientación para víctimas, perpetradores y niños. Refugio seguro para víctimas y niños. Servicios jurídicos para las víctimas. Asesoramiento y representación en causas civiles.

## LEY DE LA TERCERA EDAD

**Servicios de información y referencias de abogados del condado de AA** – 410-222-6859; [www.aabar.org](http://www.aabar.org). Servicio de referencia telefónica solamente. Da referencias a abogados especializados en el área de la ley apropiada para el cliente. Los primeros 30 minutos de consulta cuestan \$35. Horario: lunes – jueves, 8:30 a. m. – 5 p. m.; viernes, 8:30 a. m. – 2 p. m.

**SPG ADV Byrd & Byrd, LLC Attorneys at Law** – 14300 Gallant Fox Lane, Suite 120, Bowie, MD 20715; 301-464-7448 (llamada o mensaje); [byrdandbyrd.com](http://byrdandbyrd.com). Un bufete de abogados de práctica general, con énfasis en derecho de la tercera edad, planificación patrimonial y asuntos de Medicaid. Nuestro bufete también puede ayudar con litigios generales, disputas contractuales y casos de lesiones personales.

**SPG Chesapeake Elder Law LLC** – 1997 Annapolis Exchange Parkway, Suite 300, Annapolis, MD 21401; [www.chesapeake-elder-law.com](http://www.chesapeake-elder-law.com)

**Derechos de las personas con discapacidad de Maryland (Disability Rights Maryland)** – 410-727-6352, ext. 0; línea gratuita 800-233-7201; TTY 410-235-5387; [disabilityrightsmd.org](http://disabilityrightsmd.org). Organización sin fines de lucro compuesta por abogados y asistentes legales. Su misión es garantizar que las personas con discapacidades tengan todos los derechos y prerrogativas que les dan las leyes estatales y federales.

**SPG ADV Frame & Frame Attorneys Medicaid y planificación de cuidado a largo plazo, tutela y ley de la tercera edad** – 410-255-0373; [www.FrameAndFrame.com](http://www.FrameAndFrame.com). Durante más de 70 años, hemos atendido las necesidades de nuestra comunidad local ofreciendo servicios para una planificación reflexiva y en tiempos de crisis. Ofrecemos planificación patrimonial, derecho de la tercera edad, tutela y administración de sucesiones. Lo ayudamos a analizar el futuro, proteger el pasado y honrar el presente. Estamos orgullosos de servir como abogados de su familia y asesores de confianza para quitarle un peso de encima.

**ADV James Mason, Esq., CPA Attorney at Law** – 410-647-2000; 600 Baltimore-Annapolis Blvd., Suite 200, Severna Park, MD 21146; [jmasonlaw.com](http://jmasonlaw.com). Asegúrese de que los planes traten los problemas fiscales y legales aprovechando mi experiencia como CPA y mi maestría en impuestos. Planificación patrimonial, sucesiones, derecho de la tercera edad.

**Maryland Legal Aid** – Teléfono: 888-465-2468; [www.mdlab.org](http://www.mdlab.org). Bufete de abogados privado sin fines de lucro que ofrece servicios legales civiles gratis a personas y comunidades marginadas y de bajos ingresos. La oficina local ofrece asistencia en las áreas civiles de la ley para clientes que califican por ingresos por grupo familiar y por problemas.

**Maryland Legal Aid/Proyecto de Asistencia de Cuidado a Largo Plazo (Long Term Care Assistance Project)** – Línea directa de asesoramiento/ ayuda: 866-635-2948; [www.mdlab.org](http://www.mdlab.org). Proyecto estatal que ofrece ayuda legal civil gratis a los residentes de Maryland de bajos ingresos. Puede ayudar con altas involuntarias, centros de atención residencial y problemas de derechos de los residentes con vida asistida, revisión de contratos y problemas con la atención a largo plazo de Medical Assistance.

**Línea de ayuda legal para personas mayores de Maryland** – Línea directa de asesoramiento / ayuda: 866-635-2948. La línea de ayuda legal para personas mayores es un servicio telefónico gratis para personas de 60 años o más que viven en Maryland. Los abogados que trabajan en la línea de ayuda ofrecen asesoramiento legal, servicios legales breves o una referencia a otro abogado o a una agencia pública o privada apropiada. Gracias a estos servicios por teléfono, las personas mayores pueden obtener ayuda con sus problemas legales sin tener que salir de casa.

**ADV McKenna Russo** – 410-216-4000; 888 Bestgate Road, Suite 215, Annapolis, MD 21401; [mckennarussolaw.com](http://mckennarussolaw.com). Las abogadas Maria McKenna, Nicole Livingston y Kelly Burgy ofrecen servicios legales compasivos y personalizados en planificación patrimonial, administración de fideicomisos y patrimonios, derecho de ancianos y planificación de necesidades especiales. Con décadas de experiencia combinada, guían a las personas y familias a través de la redacción de documentos esenciales y la gestión de procesos legales complejos, para así aliviar la carga durante las transiciones de vida y después de una pérdida.

**Servicio de Abogados Voluntarios de MD** – 410-547-6537; línea gratis 800-510-0050; Nota: La admisión se hace de lunes a jueves de 9 a. m. a 12 p. m.; [www.mvlslaw.org](http://www.mvlslaw.org). Organización sin fines de lucro que ofrece servicios legales gratis a personas de ingresos bajos y moderados en todo MD. Ayuda con tutela de adultos, bancarrota (solo el Capítulo 7), eliminación de antecedentes penales, cambios de escritura, divorcio, custodia, ejecución hipotecaria, disputas entre propietarios e inquilinos, poderes notariales, testamentos, etc. Solo maneja asuntos legales civiles, no casos penales. Debe cumplir ciertas directrices de ingresos. También puede presentar una solicitud en línea, con la excepción de los casos de derecho de familia.

**Proyecto de Ley de Personas Mayores del Condado de AA** – 410-972-2700; línea gratuita 800-666-8330; [www.mdlab.org](http://www.mdlab.org). Maryland Legal Aid, empresa privada sin fines de lucro, ofrece servicios legales gratis a los residentes del condado de AA de 60 años o más. Se aceptan contribuciones. Representación gratis para ciertos tipos de problemas legales. Se especializan en problemas de vivienda y desalojos, asuntos de consumidores y otras áreas civiles. Están disponibles para hacer presentaciones a grupos sobre asuntos legales que afectan a las personas mayores. Por lo general, no preparan testamentos, testamentos vitales ni poderes notariales, pero puede ofrecer remisiones.

**SPG ADV Sinclair Prosser Gasior** – 900 Bestgate Road, Suite 103, Annapolis, MD 21401; 410-573-4818; [spgasior.com](http://spgasior.com). Los miembros establecidos de la Academia Estadounidense de Abogados de Planificación Patrimonial (American Academy of Estate Planning Attorneys) desde 1995 se centraron en la planificación patrimonial, la ley de la tercera edad y la administración de patrimonios. Ofrecemos seminarios presenciales y seminarios web educativos gratis.

**Programa Legal Sixty Plus 2.0** – 443-853-1011; [civiljusticeinc.org](http://civiljusticeinc.org). Organización sin fines de lucro comprometida a aumentar los servicios legales de bajo costo para los residentes de Maryland de ingresos limitados. A través de servicios legales internos, tecnología y programas de defensa, y una red de abogados miembros, Civil Justice conecta a los residentes de Maryland con una variedad de servicios, incluyendo: asistencia para desalojo, ejecución hipotecaria y título de vivienda; protección al consumidor y defensa de la deuda del inquilino; y referencias de abogados. Es posible que se apliquen límites de ingresos.

**SPG ADV Stavelly & Sallitto Elder Law, LLC** – 124 South Street, Suite 1, Annapolis, MD 21401; 410-268-9246; [StavellySallittoElderLaw.com](http://StavellySallittoElderLaw.com). En el centro de nuestra práctica hay una comprensión profunda de los retos que enfrentan las personas mayores, las personas con discapacidades y sus seres queridos mientras lidian con estos problemas: ley de ancianos • Medicaid y protección de activos • planificación patrimonial • administración de patrimonios y sucesiones • planificación del cuidado a largo plazo • planificación de necesidades especiales • tutela. Llame hoy para una consulta gratis.

## INFORMACIÓN DE EMERGENCIA

**Departamento de Bomberos del Condado de AA** – Emergencias: Marque 911; 410-222-8300; [www.aacounty.org/fire](http://www.aacounty.org/fire). El Departamento de Bomberos (Fire Department) es una organización que está siempre lista para enfrentar todos los peligros y garantizar la seguridad de nuestras comunidades. Respondemos a llamadas de servicio, incendios, emergencias médicas y de otro tipo, y damos estrategias de prevención de incendios y programas de seguridad humana. El Departamento de Bomberos del condado de Anne Arundel hace cumplir el código de incendios para garantizar que los edificios y las propiedades sean seguros.

**Cruz Roja Americana de Central MD** – 410-624-2000. ¿Ha vivido un desastre? Llame al 1-800 RED CROSS; [www.redcross.org/local/dc-va-md-de/about-us/locations/central-maryland.html](http://www.redcross.org/local/dc-va-md-de/about-us/locations/central-maryland.html). La misión es ayudar a las personas a prevenir, a prepararse y a hacer frente a las emergencias. Servicio voluntario de donación de sangre, asistencia económica a víctimas de desastres, comunicaciones de emergencia y asistencia económica al personal militar y sus familiares. Primeros auxilios, RCP, capacitación en seguridad en el agua. Formación de auxiliares de enfermería. Formación de niñeras. Búsqueda internacional de familiares perdidos a causa de la guerra y los desastres naturales.

**Oficinas de Manejo de Emergencias** – 410-222-0600 Condado; 410-216-9167 Ciudad; [www.aacounty.org/departments/office-of-emergency-management](http://www.aacounty.org/departments/office-of-emergency-management); [www.annapolis.gov/260/Office-of-Emergency-Management](http://www.annapolis.gov/260/Office-of-Emergency-Management). Las oficinas del condado/la Ciudad son responsables de la coordinación de recursos, junto con aliados regionales, estatales y federales, para ayudar a los ciudadanos antes, durante y después de emergencias o desastres. Promover la preparación familiar y empresarial e instruimos a los ciudadanos en ello.

## RESPUESTA A EMERGENCIAS

**Alzheimer's Association/MedicAlert y Safe and Found** – Principal: 1-800-432-5378; línea de ayuda 24/7: 800-272-3900; [www.medicalert.org/our-partners/alz](http://www.medicalert.org/our-partners/alz). Programa nacional de la Asociación de Alzheimer que ayuda en la identificación y el regreso seguro y oportuno de las personas con enfermedad de Alzheimer y demencias relacionadas que deambulan. Productos de identificación, como brazaletes o collares y tarjetas para billetera, línea de crisis de emergencia gratis las 24 horas, apoyo y educación son parte del programa.

**Departamento de Policía de la Ciudad de Annapolis** – Emergencias: marque el 911; No emergencia: 410-268-4141; Operador principal: 410-268-9000; Denuncia anónima: 410-280-CLUE; <https://www.annapolis.gov/413/Police>. Ofrece asistencia con programas de crimen, abuso y vigilancia del barrio. Traducción inglés/español disponible.

**Departamento de Bomberos del Condado de AA** – Emergencias: marque 911; 410-222-8300; [www.aacounty.org/fire](http://www.aacounty.org/fire). El Departamento de Bomberos es una organización que está siempre lista para enfrentar todos los peligros y garantizar

la seguridad de nuestras comunidades. Respondemos a llamadas de servicio, incendios, emergencias médicas y de otro tipo, y damos estrategias de prevención de incendios y programas de seguridad humana. El Departamento de Bomberos del condado de Anne Arundel hace cumplir el código de incendios para garantizar que los edificios y las propiedades sean seguros.

**Departamento de Policía del condado de AA/Relaciones Comunitarias** – Emergencias: Marque el 911; No emergencia: 410-222-8610; [www.aacounty.org/Police](http://www.aacounty.org/Police). El número de teléfono general del Departamento de Policía (Police Department) es para obtener información sobre la formación de programas de vigilancia del barrio, kits de huellas dactilares, Operación Identificación, programas de enlace para personas mayores, estafas, seguridad personal y seguridad de la casa.

**Centro de envenenamiento de MD (MD Poison Center)/University de MD** – Línea gratuita 800-222-1222; [www.mdpoison.com](http://www.mdpoison.com). Comuníquese con expertos en envenenamiento (farmacéuticos y enfermeras especialmente capacitados) que estén listos para manejar las llamadas de sobredosis por envenenamiento 24/7. Llame ante emergencias o para obtener información sobre medicamentos, productos para la casa, mordeduras y picaduras, intoxicación alimentaria, plantas, productos químicos y sobredosis.

**Oficinas de Manejo de Emergencias** – 410-222-0600 Condado; 410-216-9167 Ciudad; [www.aacounty.org/departments/office-of-emergency-management](http://www.aacounty.org/departments/office-of-emergency-management); [www.annapolis.gov/260/Office-of-Emergency-Management](http://www.annapolis.gov/260/Office-of-Emergency-Management). Las oficinas del condado/la ciudad son responsables de la coordinación de recursos, junto con aliados regionales, estatales y federales, para ayudar a los ciudadanos antes, durante y después de emergencias o desastres. Promover la preparación familiar y empresarial e instruimos a los ciudadanos en ello.

## EMPLEO Y ORIENTACIÓN LABORAL

**Corporación de Desarrollo de la Fuerza Laboral de AA (AA Workforce Development Corporation) / Programa centrado en personas mayores** – 410-987-3890; [www.aawdc.org](http://www.aawdc.org). Programas de empleo financiados por el gobierno para personas mayores con 55 años o más de bajos ingresos en el condado de AA.

**Agencia de Acción Comunitaria del condado de AA** – 410-626-1900; [www.aaccaa.org](http://www.aaccaa.org). Estamos comprometidos a ofrecer servicios y oportunidades que eliminen las causas y condiciones de la pobreza en el condado de AA. Los programas disponibles para los residentes elegibles por ingresos incluyen asistencia para la vivienda, programas de energía para la casa, Early Headstart, propiedad de vivienda, orientación sobre hipotecas inversas y orientación de empleo para jóvenes y adultos. Personal bilingüe en español disponible.

**Goodwill Industries of the Chesapeake** – 410-837-1800; [www.goodwillches.org](http://www.goodwillches.org). Ofrece capacitación, empleo y servicios de apoyo familiar a personas con discapacidades u otras condiciones desfavorecidas.

**Servicio de empleo/trabajo del estado de MD** – 410-424-3240; [www.dllr.state.md.us/county/anne](http://www.dllr.state.md.us/county/anne). Inserción laboral, información y asistencia, talleres y seminarios para todas las edades.

## PLANIFICACIÓN PATRIMONIAL

**SPG ADV Frame & Frame Attorneys testamentos, fideicomisos, sucesiones** – 410-255-0373; [www.FrameAndFrame.com](http://www.FrameAndFrame.com). Durante más de 70 años, hemos atendido las necesidades de nuestra comunidad ofreciendo servicios legales para la planificación patrimonial, la ley de la tercera edad, Medicaid y la planificación de atención a largo plazo, la tutela y la sucesión. Le ayudamos a analizar el futuro, proteger el pasado y honrar el presente. Estamos orgullosos de servir como asesores de confianza para quitarle un peso de encima.

## SERVICIOS DE VENTA DE PROPIEDADES

**SPG Caring Transitions of Annapolis** – 1110 Benfield Blvd, Rear Suite D, Millersville, MD 21108; [www.ctannapolis.com](http://www.ctannapolis.com)

**ADV Chesapeake Transitions** – 502 Corbin Parkway, Annapolis, MD 21401; 410-897-0050; [chesapeaketransitions.com](http://chesapeaketransitions.com). Chesapeake Transitions, de propiedad y operación local, ha estado ayudando a las personas mayores de Maryland y sus familias durante más de una década. Clasificación, embalaje, manejo de mudanzas, organización de casas nuevas, limpieza de toda la casa y venta profesional de propiedades.

**ADV Fanita Pegues – Keller Williams Preferred Properties – Especialista certificado en sucesiones** – 1441 McCormick Dr., Upper Marlboro, MD 20774; 301-802-4568 o 240-737-5000. Fanita ofrece su vasto conocimiento/experiencia para ayudar a las personas a manejar las tareas asociadas con las ventas de propiedades inmobiliarias (venta de casas, reparaciones, trabajos de jardinería, organización de tareas, archivos o limpieza de desorden). Análisis gratis del valor con garantía hipotecaria.

## EJERCICIO, CICLISMO, CAMINATA

**SPG Agewell Senior Fitness LLC** – 723 N. Market St., Suite 204, Frederick, MD; www.agewellseniorfitness.com

**Empower Motivation Fitness** – 2024 West Street, Suite 101, Annapolis, MD 21401; 443-994-1251; www.emfmaryland.org. Empower Motivation Fitness es una organización 501(c)3 que ofrece programas para ayudar a las personas con enfermedad de Parkinson y otras discapacidades del movimiento con programas que involucran el cuerpo y la mente. Los programas incluyen Rock Steady Boxing, clases mensuales de arte, entrenamiento de voz alta y musicoterapia. También se ofrecen grupos de apoyo. Algunos programas se ofrecen por una tarifa mínima. También hay becas disponibles según la necesidad.

**Instituto Jing Ying de Kung Fu y Tai Chi** – 1195 Baltimore Annapolis Blvd, # 6, Arnold, MD 21012; 410-431-5200; www.JingYing.org. Nuestra misión es recopilar, preservar y compartir la filosofía, las técnicas y las tradiciones de Tian Shan Pai Gong Fu y Chen Shi TaiJi Quan para aplicar estas artes antiguas a los tiempos modernos y así ayudar a los estudiantes a mejorar su salud general, estado físico y calidad de vida.

**MD Senior Olympics** – 240-777-4930; info@mdseniorolympics.org. Esta organización promueve y ofrece competencia atlética para personas mayores con 50 años o más. Los acontecimientos se hacen de mayo a octubre. Es necesario registrarse. Llame o envíe un correo electrónico para obtener información.

**Programa Marley Station Mall Walkers** – 410-766-2033; Marley Station Mall Walkers camina por el centro comercial de lunes a jueves a las 10 a. m., los viernes y sábados

a las 9 a. m., y los domingos a las 11 a. m. Llame al centro comercial para obtener información adicional.

**Programa Westfield Annapolis Mall Walkers** – 410-266-5432. Caminan de lunes a sábado a las 7 a. m., y los domingos a las 9 a. m.

## CUIDADO DE LOS OJOS

**Anne Arundel Eye Center** – 127 Lubrano Drive, Suite 301, Annapolis, MD 21401; 410-224-2010; www.AnneArundelEyeCenter.com. Samuel Boles, M.D., ofrece exámenes de la vista completos y atención oftalmológica quirúrgica diagnóstica con una especialidad en el diagnóstico y tratamiento de cataratas y glaucoma. Acepta la mayoría de los seguros. Horarios convenientes disponibles.

**Chesapeake Eye Care & Laser Center** – 410-571-8733; línea gratis 877-DR4-2020; 2002 Medical Parkway, Sajak Pavilion, Suite 320, Annapolis, MD 21401; www.ChesapeakeEyeCare.com. Ofrecemos los procedimientos con tecnología de avanzada y técnicas quirúrgicas de vanguardia en un centro quirúrgico de última generación. Especialidades: cirugía de cataratas con láser personalizada, cirugía de párpados, LASIK, glaucoma, retina, ojo seco.

**Crofton Family Eye Care** – 410-721-2500; 1702 Transportation Blvd, Ste. I, Crofton, MD 21114; www.croftonfamilyeyecare.com. Somos un consultorio privado y profesional que ofrece atención integral de los ojos y la vista. La especialidad de la Dra. Nina Doyle es el área de problemas de la vista, cuidado de ojos geriátricos y rehabilitación de la vista.

**EyeCare America** – 877-887-6327; www.aao.org/eyecare-america. EyeCare America es uno de los principales programas de servicio público del país que ofrece atención de la vista con nuestros oftalmólogos voluntarios. Desde 1985, hemos ayudado a más de 2.2 millones de personas. El noventa por ciento de la atención ofrecida no tiene costo de bolsillo para el paciente. Los pacientes de edad avanzada y aquellos con mayor riesgo de glaucoma pueden ser elegibles para exámenes de cuidado de la vista gratis.

## SERVICIOS Y PROGRAMAS ECONÓMICOS

**Programa de Representante de Beneficiarios del Departamento de Servicios Sociales (Department of Social Services) del condado de AA** – 410-222-4257 (llame al Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades para obtener una referencia); www.aacounty.org/aging. Ofrece voluntarios que ayudan a los adultos mayores con el manejo del dinero. Los participantes deben estar inscritos en un programa de administración de casos para ser elegibles para el Programa de Representante de Beneficiarios.

**SPG ADV Edward Jones Investments/Robert Keeley** – 1321 Generals Highway, Suite 301, Crownsville, Maryland 21032; 410-923-6496; edwardjones.com. El asesor financiero Edward Jones - Robert G. Keeley, CFP y nuestro equipo lo invitan a llamar para coordinar una cita inicial de cortesía. Permítanos explorar sus objetivos y ayudarlo a hacerlos realidad. Su dinero no debería dejar de trabajar cuando usted lo hace.

**Laurel Advocacy and Referral Services** – 301-776-0442; 311 Laurel Avenue, Laurel, MD 20707; www.laureladvocacy.org. Los servicios de defensa y referencia de Laurel (LARS) ofrecen comida, asistencia económica y tutoría/orientación a personas y familias en el área de Laurel. Horario de atención al cliente: lunes – viernes, de 9 a. m. – 2 p. m., y lunes por la noche, de 5 p. m. – 7:30 p. m.

**Legacy WealthCare** – 410-897-9401; 888 Bestgate Road #305, Annapolis, MD 21401; www.legacyfinancialgroup.com. Ofrece asistencia experta en las áreas de inversión, planificación económica y seguros.

**SPG PFS Investments** – www.primerica.com/jhopkins&origin=customStandard

## ALIMENTOS Y NUTRICIÓN (CONSULTE TAMBIÉN LUGARES PARA ALMORZAR)

**Banco de Alimentos del condado de AA (AA County Food Bank, AACFB) –** 410-923-4255; [www.aafoodbank.org](http://www.aafoodbank.org).

Distribuye alimentos y artículos de primera necesidad a los socios de la despensa en todo el condado de Anne Arundel. AACFB ofrece despensas de comida, despensas para personas mayores, despensas para bebés, comedores de beneficencia, programas Backpack Buddy y más. Las despensas para personas mayores de AACFB ofrecen bebidas nutritivas a las personas con limitaciones en su dieta y suministros para la incontinencia a quienes lo necesiten. Una lista actualizada de despensas y programas, incluyendo la despensa de comida para mascotas, el programa Backpack, la despensa para bebés y el programa de comedores de beneficencia, se puede encontrar en [aafoodbank.org/need-help](http://aafoodbank.org/need-help). Se agradecen las donaciones. Oportunidades de voluntariado disponibles. Horarios de entrega de donaciones de comida: de lunes a viernes. 9 a. m. – mediodía y 1 p. m. – 3 p. m.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa de Nutrición para Personas Mayores –** 410-222-4464; [www.aacounty.org/aging-and-disabilities/services/senior-nutrition-program](http://www.aacounty.org/aging-and-disabilities/services/senior-nutrition-program)

**Departamento de Servicios Humanos (Department of Human Services) del condado de AA- Annapolis y Glen Burnie –** 1-800-332-6347; TTY 1-800-735-2258; Vacaciones compartidas: 410-269-4462; [www.dhr.maryland.gov/local-offices/anne-arundel-county](http://www.dhr.maryland.gov/local-offices/anne-arundel-county). El Departamento ofrece acceso a Medical Assistance, cupones de comida, ayuda temporal en efectivo (TCA), programa de representantes de beneficiarios y programa de asistencia por discapacidad temporal (TDAP). También administra los programas de abuso de adultos mayores y niños, violencia doméstica y muchos otros programas. Hay asistencia de emergencia disponible.

## FUNERARIAS

**SPG Barranco Severna Park Funeral Home & Cremation Care, P.A. –** 495 Ritchie Highway, Severna Park, MD 21146; 410-647-2400; [barrancofuneralhome.com](http://barrancofuneralhome.com). De propiedad y operación familiar desde 1960. Ayudar a planificar celebraciones personalizadas de la vida. Ya sea que esté planificando con anticipación o con una necesidad inmediata, nuestro atento personal puede ayudar.

[www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**ADV Beall Funeral Home –** 301-805-5544; 6512 NW Crain Hwy. (Rt. 3 Sur), Bowie, MD 20715; [BeallFuneral.com](http://BeallFuneral.com). Beall Funeral Home ofrece servicios personalizados completos, arreglos fuera de la ciudad, cremación. De propiedad y operación familiar.

**SPG Fellows, Helfenbein& Newnam Cremation and Funeral Care, P.A. (Homenajes duraderos) –** 408 S. Liberty Street, Centreville, Maryland 21617; [lastingtributesfuneralcare.com](http://lastingtributesfuneralcare.com)

**John M. Taylor Funeral Home, Inc. –** 410-263-4422; 147 Duke of Gloucester Street, Annapolis, MD 21401; [JohnMTaylorFuneralHome.com](http://JohnMTaylorFuneralHome.com). Servimos a Annapolis y las comunidades circundantes desde 1862. Taylor Funeral Home ofrece servicios de historia de vida, entierro, cremación y celebración de la vida adaptados a sus necesidades y presupuesto.

**ADV Kirkley-Ruddick Funeral Home –** 421 Crain Highway, S.E., Glen Burnie, MD 21061; 410-766-2200; [kirkleyruddickfuneralhome.com](http://kirkleyruddickfuneralhome.com). Nuestra familia sirve a la comunidad desde 1954. Estamos orgullosos de incorporar los valores tradicionales, la diversidad y la innovación para honrar el espíritu y la vida de cada persona a la que servimos. Nuestro compromiso es honrar a su ser querido y a su familia con dignidad, respeto y atención personal a cada detalle. Le damos la bienvenida como a un invitado, pero lo tratamos como si fuese de nuestra familia.

## GENERAL

**SPG Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel –** 2666 Riva Road, Annapolis, MD 21401; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**SPG Crosswalk Coaching & Consulting, LLC –** 2739 Dragon Fly Way, Odenton; [www.crosswalkcoachingandconsulting.com](http://www.crosswalkcoachingandconsulting.com)

**SPG** **Encore Creatividad para Adultos Mayores** – 6955 Willow Street, NW, Washington, DC 20012; [www.encorecreativity.org](http://www.encorecreativity.org)

**SPG ADV** **Support for Aging, LLC** – 14 Carvel Circle, Edgewater, MD 21037. En desarrollo, será [www.supportforaging.com](http://www.supportforaging.com)

## ORGANIZACIONES MÉDICAS

**Departamento de Salud del condado de AA/Servicios de Evaluación y Revisión de Adultos (Adult Evaluation and Review Services, AERS)/Servicio de Monitoreo de Enfermería (NMS)** – 410-222-4361 AERS; 410-222-7183 NMS; <https://www.ahealth.org/adult-health-services/aging-and-disability-services>. ERS hace evaluaciones integrales en la casa para personas que están en riesgo de institucionalización por limitaciones funcionales y bajos ingresos. Las enfermeras registradas y los trabajadores sociales con licencia ayudan a las personas a identificar los servicios y hacen recomendaciones y referencias para apoyar la vida en la comunidad. Las referencias llegan a través de MAP (Maryland Access Point). NMS ofrece visitas a los participantes en la Exención de Community First Choice y Opciones Comunitarias. Las enfermeras registradas monitorean la salud y la seguridad de los participantes.

**Asociación ALS (ALSA)** – 301-978-9855; línea gratuita 866-348-3257; [www.als.org/support/states](http://www.als.org/support/states). Ofrece capacitación en servicio, tecnología de asistencia, visitas a las casas, préstamos de equipos, clínicas de ALS, subvenciones para el cuidado de relevo, grupos de apoyo y transporte para la esclerosis lateral amiotrófica (ALS) y la esclerosis lateral primaria (PLS).

**SPG ADV Alzheimer's Association – Greater Maryland** – 502 Washington Avenue, Suite 300, Towson, MD 21204; [www.alz.org/maryland](http://www.alz.org/maryland)

**American Cancer Society** – Línea gratis 800-227-2345; [www.cancer.org](http://www.cancer.org); <https://www.cancer.org/about-us/local/maryland.html>. Organización nacional que ofrece información gratis sobre el cáncer y grupos de apoyo. Transporte de ida y vuelta para las sesiones de quimioterapia y radioterapia, alojamiento, navegación hospitalaria y ayuda nutricional disponible. Asistencia económica para medicamentos para el dolor y las náuseas. Oportunidades de voluntariado.

**Asociación Americana de la Diabetes (American Diabetes Association)** – 410-265-0075; línea gratis 800-342-2383; [www.diabetes.org](http://www.diabetes.org); <https://diabetes.org/local/Maryland>. La misión de esta asociación es prevenir y curar la diabetes, y mejorar la vida de las personas afectadas por la diabetes. Para cumplir esta misión, la ADA financia la investigación, ofrece información y defiende.

**Asociación Americana del Corazón (American Heart Association)** – 410-685-7074; línea gratis 800-242-8721; [www.heart.org](http://www.heart.org); <https://www.heart.org/en/affiliates/Maryland>. La misión es construir vidas más saludables, libres de enfermedades cardiovasculares y derrames cerebrales. La información imprimible sobre la prevención y el tratamiento de ataques cardíacos y derrames cerebrales está disponible en el sitio web que aparece arriba. La información del curso de RCP también se puede encontrar en el sitio web y está ordenada por código postal.

**Asociación Americana del Pulmón (American Lung Association)** – Línea gratis 800-LUNGUSA (800-586-4872); [www.lung.org](http://www.lung.org). Su misión es salvar vidas mediante la prevención de enfermedades pulmonares y la promoción de la salud pulmonar a través de la defensa, la educación y la investigación. Los servicios incluyen programas para dejar de fumar, grupos de apoyo para personas con enfermedad pulmonar crónica, programas de manejo del asma y una línea de ayuda gratis.

**Asociación Americana de la Enfermedad de Parkinson (American Parkinson Disease Association)** – línea gratuita 800-223-2732; [www.apdaparkinson.org](http://www.apdaparkinson.org); <https://www.apdaparkinson.org/community/maryland>. La misión principal de esta organización es encontrar una cura. La organización local ofrece información y grupos de apoyo para pacientes y cuidadores. Se reúne en el Elks Lodge en Severna Park. Llame para conocer los días y horarios.

**Cruz Roja Americana/Región de Chesapeake** – 410-624-2000; 1-800-Redcross (para donación de sangre); línea gratis 800-733-2767; [www.redcross.org/local/maryland-delaware.html](http://www.redcross.org/local/maryland-delaware.html). La misión es ayudar a las personas a prevenir, prepararse y hacer frente a las emergencias. Servicio voluntario de donación de sangre, ayuda económica a víctimas de desastres, comunicaciones de emergencia y ayuda económica al personal militar y sus familiares. Primeros auxilios, RCP, capacitación en seguridad en el agua. Formación de auxiliares de enfermería.

Capacitación de niñeras. Búsqueda internacional de familiares perdidos a causa de la guerra y los desastres naturales.

**Anatomy Gifts Registry** – 410-863-0491 Oficina; 410-863-0497 Fax; línea gratis 800-300-5433; [www.anatomygifts.org](http://www.anatomygifts.org); Donación digna de cuerpo. Programa nacional sin fines de lucro de donantes de cuerpo entero, que beneficia la investigación y la educación médicas. Llame para obtener información sobre la inscripción o los servicios para donantes.

**Departamento de Salud del Condado de AA** – 410-222-7095; TTY 410-222-7153; [www.ahealth.org](http://www.ahealth.org). Este es el número general del Departamento de Salud (Department of Health) del condado, que ofrece una variedad de servicios de salud, incluyendo vacunas y programas para la salud mental y las adicciones. Llame para obtener información sobre la clínica. Hay intérpretes de español disponibles.

**Fundación para la Artritis (Arthritis Foundation)** – Línea gratis 1-800-283-7800; [www.arthritis.org](http://www.arthritis.org); <https://www.arthritis.org/local-offices/md>. Ofrece información sobre la investigación de la artritis y la importancia del tratamiento adecuado, y ofrece bibliografía gratis, programas de ejercicios acuáticos y terrestres, remisiones médicas y programas educativos.

**Bay Community Support Services, Inc.** – Annapolis: 410-224-4205; Sur de Maryland: 240-309-4046; [www.baycss.org](http://www.baycss.org). Agencia de servicio completo que ofrece servicios de apoyo para personas con discapacidades en Maryland en todas las etapas de la vida. Los servicios directos incluyen servicios residenciales, de apoyo individual y familiar, coordinación de vivienda comunitaria y servicios vocacionales.

**SPG ADV Chesapeake Supportive Care** – John & Cathy Belcher Campus; 90 Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; 443-837-3376; 877-920-5472; [chesapeakesupportivecare.org](http://chesapeakesupportivecare.org). Expertos en apoyar a las personas con enfermedades avanzadas a manejar el dolor y otros síntomas. Esta organización sin fines de lucro ayuda a las personas a enfrentar las complejidades de la atención médica, para reducir el sufrimiento innecesario con un plan de atención centrado en el paciente. Trabajando en coordinación con médicos de atención primaria y especialistas, el equipo de atención de apoyo crea un espacio para que los pacientes y sus familias vivan momentos significativos en su trayecto con una enfermedad avanzada.

**Sociedad de Leucemia y Linfoma (Leukemia and Lymphoma Society)** – 443-471-1600; 800-955-4572; <https://lls.org/mid-at>. Ofrece información y apoyo, ayuda económica, educación, defensa e investigación sobre el cáncer de la sangre.

**Maryland Health Connection:** 1-855-642-8572; <http://marylandhealthconnection.gov>. Maryland Health Connection es el mercado de seguros de salud de nuestro Estado. Somos su espacio de compra único para seguros de salud en Maryland. Aquí puede buscar, comparar y seleccionar un plan de salud que satisfaga sus necesidades y las de su familia. Incluso si nunca antes ha podido pagar un seguro de salud en Maryland, ahora puede calificar para recibir ayuda económica para pagar un seguro de salud privado. Usted o un miembro de su familia también puede ser elegible para Medicaid o Maryland Children's Health Program (MCHP). No importa para qué tipo de seguro califique, público o privado, lo tenemos cubierto.

**Programa de Enfermedad Renal de MD** – 410-767-5000; [health.maryland.gov/pha/Pages/maryland-kidney-disease-program.aspx](http://health.maryland.gov/pha/Pages/maryland-kidney-disease-program.aspx). Ofrece el pago de los deducibles y el coseguro de Medicare para la enfermedad renal en etapa terminal. El nuevo sistema de administración electrónica de reclamos da una mayor funcionalidad para que los proveedores ingresen y presenten reclamos electrónicamente.

**Fundación MedicAlert** – Principal: 1-800-432-5378; línea de ayuda 24/7: 800-272-3900; [www.medicalert.org/our-partners/alz](http://www.medicalert.org/our-partners/alz). Programa nacional de la Asociación de Alzheimer que ayuda en la identificación y el regreso seguro y oportuno de las personas con enfermedad de Alzheimer y demencias relacionadas que deambulan. Productos de identificación, como brazaletes o collares y tarjetas para billetera, línea de crisis de emergencia gratis las 24 horas, apoyo y educación son parte del programa.

**Fundación Michael J. Fox** – [michaelfox.org](http://michaelfox.org). La agenda de la Fundación Michael J. Fox (MJFF) se centra en mejorar el conocimiento sobre la experiencia vivida con la enfermedad de Parkinson, encontrar una prueba objetiva para la enfermedad de Parkinson, involucrar a los pacientes en la investigación y apoyar el desarrollo de nuevos tratamientos y una cura.

**Fundación Nacional del Riñón de MD (National Kidney Foundation of MD)** – 410-494-8545; línea gratuita 800-671-5369; [www.kidney.org/offices/nkf-serving-maryland-delaware](http://www.kidney.org/offices/nkf-serving-maryland-delaware). Ofrece capacitación, apoyo e investigación al paciente, accesorios de identificación médica, ayuda económica de emergencia y exámenes de detección de enfermedades de salud gratis.

**Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple (National Multiple Sclerosis Society)** – línea gratuita 800-344-4867; [www.nmss-md.org](http://www.nmss-md.org). Ofrece información y remisiones, búsqueda de servicios comunitarios y ayuda económica para personas con MS.

**ADV O'Donnell Vein & Laser** – 166 Defense Hwy, Ste 101, Annapolis, MD 21401; 499 Idlewild Ave, Ste 101, Easton, MD 21601; 410-224-3390; [odonnellveinandlaser.com](http://odonnellveinandlaser.com). Centro médico de primer nivel que se especializa en el diagnóstico y tratamiento de várices, varículas y heridas que no cicatrizan. También ofrece servicios estéticos avanzados, incluyendo tratamientos con láser, inyectables, microagujas de radiofrecuencia, restauración del pelo y cuidado profesional de la piel.

**Centro de Enfermedad de Parkinson y Trastorno del Movimiento de la Facultad de Medicina de Johns Hopkins University** – 410-955-8795; [www.hopkinsmedicine.org/neurology-neurosurgery/specialty-areas/movement-disorders](http://www.hopkinsmedicine.org/neurology-neurosurgery/specialty-areas/movement-disorders). Ofrece programas educativos y de alcance comunitario para personas con enfermedad de Parkinson u otros trastornos del movimiento, y para sus familias o cuidadores. Grupos de apoyo del área disponibles. Bibliografía gratis. Servicios de manejo de casos personales.

**SPG Capítulo del Atlántico Medio de la Parkinson's Foundation** – 2129 Hallmark Drive, Gambrills, MD 21054; [parkinson.org/midatlantic](http://parkinson.org/midatlantic)

**Wellness House of Annapolis** – 410-990-0941; 2625 Mas Que Farm Road, Annapolis, MD 21403; [www.annapoliswellnesshouse.org](http://www.annapoliswellnesshouse.org). Wellness House of Annapolis ofrece educación, apoyo y programas de bienestar gratis para personas y familias afectadas por el cáncer. Los servicios van desde orientación y grupos de apoyo hasta yoga y mediación.

## AUDÍFONOS

**Asociación Americana del Habla, Lenguaje y Audición (American Speech, Language and Hearing Association)** – línea gratis 800-638-8255; [www.asha.org](http://www.asha.org). La ASHA es la asociación profesional, científica y de acreditación de más de 150,000 audiólogos, patólogos del habla y el lenguaje, científicos del habla, el lenguaje y la audición. Ayuda a las personas a encontrar proveedores de audífonos, pruebas de detección, etc. Información gratis para el consumidor. Directorio en línea.

**SPG Centros de audición de Chesapeake** – 650 Ritchie Highway, Suite 104, Severna Park, MD 21146; [www.helpyourhearing.com](http://www.helpyourhearing.com)

**Fundación Starkey Hearing** – línea gratuita 800-328-8602; [www.starkey.com](http://www.starkey.com). Es un programa de audífonos para personas de bajos ingresos, basado en los ingresos del grupo familiar. Trabajamos con socios que donan su tiempo y servicios para hacer las adaptaciones, y nosotros donamos los audífonos y el apoyo.

## ATENCIÓN PRIMARIA EN LA CASA

**SPG ADV OnSite Medical House Calls** – 760 Chessie Crossing Way, Woodbine, MD 21797; Oficina 410-255-0102; Fax: 410-255-0103; [www.onsitemedicalcalls.com](http://www.onsitemedicalcalls.com). Onsite Medical lleva el consultorio del médico a la comodidad y conveniencia de su casa. Nos especializamos en ofrecer atención primaria y psiquiátrica y cuidados paliativos para pacientes hospitalizados en casa, con enfermedades crónicas médicamente complejas.

## CUIDADO EN LA CASA

**SPG A Homemade Plan** – 130 Holiday Court, Suite 106, Annapolis, MD 21401; [www.ahomemadeplan.com/maryland-home-care/locations/anne-arundel-home-care](http://www.ahomemadeplan.com/maryland-home-care/locations/anne-arundel-home-care)

**SPG Amada Senior Care** – 134 Holiday Court, Suite 306, Annapolis, MD 21401; [www.Amadaannapolis.com](http://www.Amadaannapolis.com)

## RECURSOS

**SPG ADV Avila Home Care** – Luminis Health Anne Arundel Medical Center, 2000 Medical Parkway Unit 607, Annapolis, MD 21401; 410-826-6100; [www.avilahomecare.com](http://www.avilahomecare.com). Lo mejor en atención domiciliaria: ¡proveedor elegido por 7.º año consecutivo! Los 500 cuidadores de Ávila atienden a 250 clientes en sus propias casas y en 30 comunidades de adultos mayores en las regiones de Annapolis y Baltimore. Ávila ofrece visitas de 2 horas, atención 24/7 y puntos intermedios, sin necesidad de contrato a largo plazo. Ávila ofrece atención personal y de acompañantes, incluyendo cuidado de la memoria, apoyo de hospicio y cuidado para veteranos. Los cuidadores de Ávila también pueden ayudar a los clientes con el transporte, la limpieza ligera y la lavandería, la preparación de comidas y los recordatorios de medicamentos. Los socios de Ávila incluyen Luminis Health, Gilchrist Lifecare Institute, GBMC y LifeBridge Health Partners. Llame al 410-826-6100 para solicitar una evaluación gratis en la casa o en el hospital por parte de uno de las enfermeras de Ávila.

**SPG Capital City Nurses** – 244 Puritan Place, Annapolis, MD 21409; [www.capitalcitynurses.com](http://www.capitalcitynurses.com)

**SPG ComForCare Home Care** – 7310 Ritchie highway suite 814, Glen Burnie Md 21061; [www.comforcare.com/maryland/n-anne-arundel.html](http://www.comforcare.com/maryland/n-anne-arundel.html)

**SPG CoreCare Coordination** – Annapolis, MD; [CoreCareCoordination.com](http://CoreCareCoordination.com). CoreCare Coordination simplifica el manejo de la atención médica para las personas mayores y sus familias. Con sede en Annapolis, MD, ofrecemos coordinación de atención personalizada, lo que garantiza citas médicas sin problemas, transporte confiable, manejo de medicamentos y apoyo de instrucciones anticipadas. Nuestro equipo compasivo defiende a los clientes y los ayuda a enfrentar las complejidades de la atención médica con facilidad. Ya sea coordinando con proveedores u organizando registros esenciales, damos tranquilidad a las familias con un apoyo organizado y proactivo. Encontrará más información en [CoreCareCoordination.com](http://CoreCareCoordination.com).

**SPG ADV Griswold Home Care** – 574 F Gov. Ritchie Hwy., Suite 187, Severna Park, Maryland 21146; [www.griswoldhomecare.com/AnneArundel](http://www.griswoldhomecare.com/AnneArundel)

**SPG Home Instead** – 1511 Ritchie Highway, Ste. 301, Arnold, MD 21012; [www.homeinstead.com/241](http://www.homeinstead.com/241)

**SPG Marcie Care, LLC** – 14502 Greenview Dr Suite 451, Laurel; [www.marciecare.com](http://www.marciecare.com)

**SPG Response Senior Care, LLC** – 31 Old Solomons Island Rd, Ste B, Annapolis, MD 21401; [www.response-seniorcare.com](http://www.response-seniorcare.com)

**SPG ADV Right at Home** – 801 Compass Way #4, Annapolis MD 21401; [RightAtHomeAA.com](http://RightAtHomeAA.com)

**SPG Senior Helpers of Laurel** – 2191 Defense Hwy, Ste 106, Crofton MD 21114; [www.seniorhelpers.com/md/laurel](http://www.seniorhelpers.com/md/laurel)

**SPG Thrive USA Home Care** – 1750 Monocacy Blvd, Frederick, MD, 21774; [www.thriveyourway.com](http://www.thriveyourway.com)

**SPG Tribute Home Care** – 3501 Clipper Rd, Baltimore, MD, 21211; [www.tributehomecare.com](http://www.tributehomecare.com)

**SPG True Companion Care Enterprises, LLC** – PO Box 461, Arnold, MD 21012; [www.truecompanioncare.com](http://www.truecompanioncare.com)

**SPG Visiting Angels Living Assistance Services** – 3168 Braverton St. Suite #400, Edgewater, Maryland 21037; [www.Visitingangels.com/Edgewater](http://www.Visitingangels.com/Edgewater)

## CUIDADO EN LA CASA, NO MÉDICO

Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/  
Oficina de Cuidado a Largo Plazo/  
Programa de Servicios de Asistente en la casa (IHAS) – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/  
Programa de Remisión de Cuidado de Relevo – 410-222-4257; línea gratis 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/  
Tranquilidad Telefónica – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**SPG A Helper's Heart** – 454 Laurel Valley Court, Arnold, MD 21012; [www.ahelpersheart.com](http://www.ahelpersheart.com)

**SPG ADV Amada Senior Care** – 134 Holiday Court, Suite 306, Annapolis, MD 21401; 443-569-0799; [Amadaseniorcare.com](http://Amadaseniorcare.com). Los cuidadores altamente capacitados ofrecen atención no médica en la casa para las personas mayores. Ofrece atención por hora y con convivencia en la casa las 24 horas. Revisión gratis y experta de las pólizas de cuidado a largo plazo y de los beneficios de VA, que pueden usarse para pagar a los cuidadores. Llame para una consulta de atención gratis.

**ADV Angel Care Network** – 443-758-5969 855-ANGEL-CN (855-264-3526); P.O. Box 561 Riva, MD 21140; [www.angelcarenetwork.com](http://www.angelcarenetwork.com). Ofrece cuidado personal y de acompañante en casa para personas mayores y con discapacidades. Disponible de 2 a 24 horas.

**SPG ADV Assisting Hands of Annapolis** – 170 Jennifer Rd Suite 120 Annapolis MD 21401; 667-408-8400; [assistinghandsannapolis.com](mailto:assistinghandsannapolis.com); [info\\_annapolis@assistinghands.com](mailto:info_annapolis@assistinghands.com). Todos nuestros cuidadores están certificados, capacitados, asegurados y verificados para ofrecerle la solución profesional para sus necesidades no médicas. Sin mínimos: nuestra atención está diseñada para adaptarse específicamente a sus necesidades, ya sea unas pocas horas al día, durante todo el día o incluso conviviendo en su casa. Recibimos el seguro de asuntos de veteranos y de cuidado a largo plazo. ¡Esperamos poder atenderlo!

**SPG CareProvide** – 53 Old Solomons Island Road, Suite J., Annapolis, MD 21401; [careprovide.com](http://careprovide.com)

**SPG ADV Chesapeake Caregivers, Inc.** – 1410 Forest Drive Ste 31, Annapolis, Maryland 21403; 410-919-0190; [chesapeakecaregivers.com](http://chesapeakecaregivers.com); [info@chesapeakecaregivers.com](mailto:info@chesapeakecaregivers.com). Atención en casa para todos los aspectos de las actividades de la vida diaria (preparación de comidas, limpieza ligera, transporte, recordatorios de medicamentos, etc.). Cuidado personal/de la memoria (incontinencia, baño, demencia, etc.). Atención especializada (apoyo de hospicio, traslados, postración en cama, cuidados de transición, etc.), y asistencia con la coordinación de cuidados. Disponibilidad 24/7, 4 horas mínimo. Evaluaciones de enfermeros registrados, CNA y cuidadores compasivos.

**Tareas y más/Iglesia Católica de San Andrés de la Bahía** – 443-808-3875; [choresandmore3@gmail.com](mailto:choresandmore3@gmail.com); [www.standrewbythebay.org](http://www.standrewbythebay.org). Este ministerio sirve a las personas en la comunidad de Broadneck que pueden estar encerradas, adultos mayores, confinados en casa, que necesitan una mano amiga. Los servicios que se ofrecen con mayor frecuencia son traslados al médico, compras de comestibles o tareas menores. Patrocinado por Iglesias en la Península de Broadneck, este programa ofrece servicios voluntarios de lunes a viernes sin costo ni obligación para el destinatario. Le pedimos que se ponga en contacto con nosotros con un mínimo de 10-14 días de antelación a su solicitud.

**ComForCare Home Care** – 443-906-6282; 846 Ritchie Highway, Suite L-2, Severna Park, MD 21146; [www.ComForCare.com/Maryland/greater-annapolis](http://www.ComForCare.com/Maryland/greater-annapolis). Atención compasiva en la que puede confiar. Los cuidadores supervisados por enfermeros, con licencia, con garantía y asegurados de ComForCare ofrecen atención en casa para la demencia y la discapacidad, cuidado personal, transición de la atención después de una estancia en el hospital o rehabilitación, transporte, recordatorios de medicamentos, tareas domésticas ligeras, compañía y mucho más. Llame para una consulta gratis.

**Comfort Keepers** – 443 788-1572; 10351 Southern Maryland Blvd #201, Dunkirk, MD 20754; [www.annapolis-1000.com/comfortkeepers.com](http://www.annapolis-1000.com/comfortkeepers.com). Nuestro equipo de profesionales de atención domiciliaria de primera categoría ofrece una gama completa de servicios de compañía y cuidado personal en la casa. A través de un plan interactivo de coordinación de la atención, nuestros cuidadores con licencia, garantía y seguro ayudan a las personas mayores a “envejecer en su lugar” con éxito. Desde unas pocas horas hasta atención diaria 24/7, háganos saber cómo podemos ayudarlo.

**SPG Ellis House LLC** – 16601 Cavalry Dr, Rockville; [ellishousecare.com](http://ellishousecare.com)

**SPG ADV Griswold Home Care** – 575-F Gov. Ritchie Highway, Ste. 187, Severna Park, MD 21146; 410-975-9750; [griswoldhomecare.com/annearundel](http://griswoldhomecare.com/annearundel). Nos especializamos en atención domiciliaria y por hora en cualquier lugar al que uno llame hogar. Los cuidadores son cuidadosamente seleccionados y experimentados. Los cuidadores ofrecen cuidados a corto o largo plazo. Sin depósitos ni tarifas iniciales. Usted dirige. Llame para una evaluación gratis en su casa. De propiedad y operación local desde 1999.

**SPG Happy at Home Live In** – 3746 Greenway Ln, Owings Mills, MD 21117; [www.happyathomelivein.com](http://www.happyathomelivein.com)

**Homewatch Caregivers** – 410-715-9175; 410-431-1897; 301-596-0006; 1997 Annapolis Exchange Parkway, Annapolis, MD 21401; [www.hwcg.com/annapolis](http://www.hwcg.com/annapolis). Ofrecen compasión, dignidad y paz mental. Empleados evaluados. Con garantía y asegurados. Cuidados a corto o largo plazo. Cuidado personal, recordatorios de medicamentos, comidas, transporte y limpieza. Cuidado por hora hasta con convivencia en la casa.

**ADV Interim HealthCare of Annapolis** – 1819 Bay Ridge Ave., Suite 235, Annapolis, MD 21403; 443-808-1003; [www.interim.com/Annapolis](http://www.interim.com/Annapolis). ¿Busca un servicio de cuidado de confianza para personas mayores en casa? Llame a Interim HealthCare of Annapolis si necesita un horario flexible y personalizado que satisfaga sus necesidades de atención únicas. Nuestros asistentes de enfermería certificados se especializan en el cuidado de la demencia, la movilidad, el baño y la vestimenta, el cuidado de acompañantes, la preparación de comidas, las tareas domésticas ligeras, los recordatorios de medicamentos y el transporte a citas médicas y mandados. Nuestra atención es holística, centrada en la mente, el cuerpo, el espíritu y la familia. Servimos con orgullo a nuestra comunidad en los condados de Anne Arundel, Charles y Prince George.

**SPG ADV Mid-Atlantic Home Watch** – 654 Mallard Court, Arnold, MD 21012; [www.midatlantic-homewatch.com](http://www.midatlantic-homewatch.com)

**Options For Senior America** – 301-562-1100; 6 Montgomery Village Ave, Gaithersburg, MD 20879; [www.optionscorp.com](http://www.optionscorp.com). Agencia de atención en casa que atiende a la comunidad de personas mayores.

**Partners In Care/Servicios de Atención al Miembro** – 410-544-4800; línea gratuita 1-800-227-5500; 8151-C Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; [www.partnersincare.org](http://www.partnersincare.org). El equipo de Atención al Miembro ofrece asistencia para navegar por las agencias del condado y del estado, ofrece referencias de recursos y ayuda para completar formularios y solicitudes. La asistencia vecinal y los recursos están disponibles para quienes hagan una transición a casa después de estancias en el hospital, y para los cuidadores que necesiten apoyo para cuidar a un ser querido. Los servicios adicionales incluyen visitas amistosas y llamadas telefónicas, recolección de alimentos y recetas médicas, y limpieza ligera y lavandería ocasionales. La disponibilidad de estos servicios depende de los dones y talentos de nuestros voluntarios.

**Stay at Home Senior Care** – 410-290-7690; 9430 Farewell Road, Columbia, MD 21045; [www.stayathomeseniorcaremd.com](http://www.stayathomeseniorcaremd.com); Cuidado no médico de adultos mayores en la casa. Compañerismo, planificación de comidas y transporte, transporte ante incidentes, compras, mandados, lavandería, limpieza ligera. Con garantía y asegurados.

**SPG ADV Synergy HomeCare** – 69 Mayo Rd., Suite 204, Edgewater, MD 21037; 410-263-4050; [synergyhomecare.com](http://synergyhomecare.com); [wecaremd03@synergyhomecare.com](mailto:wecaremd03@synergyhomecare.com). El cuidado que hace avanzar la vida crea esperanza y una conexión emocional inmediata. Ofrece una sensación de tranquilidad y demuestra nuestro compromiso de volver a encarrilar el flujo de la vida. Su ser querido prosperará, y usted sentirá alivio al saber que su mamá o papá, ya mayores, reciben cuidado compasivo. Synergy HomeCare lleva alegría a las personas mayores en el lugar que llamen hogar ofreciendo la atención compasiva que necesitan, desde unas pocas horas a la semana hasta 24/7.

**True Companion Care Enterprises, LLC** – 410-507-5578; PO Box 461, Arnold, MD 21012; [www.truecompanioncare.com](http://www.truecompanioncare.com). True Companion Care ofrece servicios profesionales de cuidado de acompañante en casa a personas mayores de una manera honesta, genuina y compasiva. Tratamos a cada uno con dignidad y respeto, al tiempo que les ayudamos a permanecer lo más independientes posible en la comodidad de su propia casa y de las comunidades de personas mayores.

**SPG Visiting Angels Living Assistance Services** – 3168 Braverton St. Suite #400, Edgewater, Maryland 21037; (410) 956-7771; [Visitingangels.com/Edgewater](http://Visitingangels.com/Edgewater)

## CUIDADO DE LA SALUD EN CASA

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Exención de opciones basadas en casa y la comunidad** – Participantes inscritos: 410-222-4366; lista de espera del registro: 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Community First Choice** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Access Wellness Healthcare** – 410-553-7897; 1406B Crain Hwy S., #307, Glen Burnie, MD 21061; [www.accesswellnesshealthcare.com](http://www.accesswellnesshealthcare.com). Enfermeros de práctica avanzada muy experimentados que harán visitas para ofrecer servicios de atención primaria a quienes están confinados en casa en el condado de Anne Arundel, algunas áreas de Bowie y el área de Jessup del condado de Howard.

**SPG ADV Amada Senior Care** – 134 Holiday Court, Suite 306, Annapolis, MD 21401; 443-569-0799; [Amadaseniorcare.com](http://Amadaseniorcare.com). Los cuidadores altamente capacitados ofrecen atención no médica en la casa para las personas mayores. Ofrece atención por hora y con convivencia en la casa las 24 horas. Revisión gratis y experta de las pólizas de cuidado a largo plazo y de los beneficios de VA, que pueden usarse para pagar a los cuidadores. Llame para una consulta de atención gratis.

**SPG Bayada Home Healthcare** – 360 Mae Rd, 21061

**ADV Brightstar Care** – 2111 Baldwin Ave, Ste 3, Crofton, MD 21114; 410-697-3527; [brightstarcare.com/locations/anne-arundel-county](http://brightstarcare.com/locations/anne-arundel-county). BrightStar Care ofrece atención médica y no médica en casa acreditada por la Comisión Conjunta. Nos especializamos en el cuidado de la demencia y apoyamos a las personas en su objetivo de envejecer en casa. El apoyo a la atención en casa de calidad incluye transporte, tareas domésticas, apoyo para el cuidado personal y apoyo terapéutico. Ofrecemos una evaluación gratis en casa y planes de atención supervisados por un RN para cada cliente.

**SPG CenterWell Home Health** – 180 Admiral Cochrane Dr. Ste 250, Annapolis, MD 21401

**ADV Daystar Home & Senior Healthcare** – 240-234-7931; [info@daystarhealthnetwork.com](mailto:info@daystarhealthnetwork.com); [daystarhealthnetwork.com](http://daystarhealthnetwork.com). Desde las tareas diarias hasta enfermería especializada, Daystar Home & Senior Healthcare ofrece atención compasiva y profesional adaptada a sus necesidades. Nuestro equipo con licencia ofrece enfermería especializada y no calificada, apoyo de asistente médico en casa, planes de atención personalizados y asistencia para mudarse. Esto garantiza comodidad, independencia y dignidad.

**SPG Lean on Dee Home Care Services, LLC** – 815 Ritchie Highway STE 206, Severna Park, MD 21146; [www.leanondee.com](http://www.leanondee.com)

**OnSite Medical House Calls** – 410-255-0102 Office; [onsitemedicalcalls@gmail.com](mailto:onsitemedicalcalls@gmail.com); [www.onsitemedicalcalls.com](http://www.onsitemedicalcalls.com). OnSite Medical House Calls lleva el consultorio del médico a la comodidad y conveniencia de su casa. El equipo de enfermeros de práctica avanzada se especializa en geriatría, medicina familiar y de adultos.

**SPG TheKey** – 2288 Bluewater Blvd., Ste. 340, Odenton, MD 21113; [www.thekey.com](http://www.thekey.com)

## MEJORAS EN CASA, DISEÑO, REPARACIONES Y MANTENIMIENTO.

**Casas accesibles para personas mayores** – 301-429-7409; Llamada gratuita (solo Maryland): 877-218-8101; TTY 711 o 1-800-735-2258; [dhcd.maryland.gov/Residents/Pages/ahsp/default.aspx](http://dhcd.maryland.gov/Residents/Pages/ahsp/default.aspx). Ofrece préstamos diferidos con interés al cero por ciento por un plazo de 30 años para financiar mejoras de accesibilidad para las casas de las personas mayores. Todos los costos de cierre están incluidos en el préstamo. Se aplican las directrices de ingresos. La información y las solicitudes se pueden obtener del Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA: 410-222-4257.

**SPG Ace Handyman Services Laurel** – 413 Headquarters Dr. Suite 4F, Millersville, MD 21108; [www.acehandymanservices.com/offices/laurel](http://www.acehandymanservices.com/offices/laurel)

**Arundel Community Development Services, Inc.** – 410-222-7600; 2666 Riva Road, Suite 210, Annapolis, MD 21401; [www.acdsinc.org](http://www.acdsinc.org). Organización sin fines de lucro que ayuda a los residentes del condado de AA a obtener préstamos sin intereses o a bajo interés para rehabilitar, reparar u ofrecer accesibilidad para discapacitados en sus casas. También ayuda a los clientes con orientación para la prevención de ejecuciones hipotecarias. Los residentes de la ciudad de Annapolis deben comunicarse con la Oficina de Planificación y Zonificación de Annapolis al 410-263-7961.

**ADV Five Star Bath Solutions** – 410-980-9809. Prestan servicios a Annapolis, Anne Arundel y más allá; [fivestarbatholutions.com](http://fivestarbatholutions.com). Descubra Five Star Bath Solutions para obtener opciones de baño y accesibilidad de alta calidad, seguras y aprobadas por la ADA a un precio asequible. Le garantizamos la solución perfecta para ayudarlo a recuperar su independencia y maximizar su comodidad en el baño. Nuestros servicios incluyen asientos de seguridad aprobados por la ADA, barras de apoyo y opciones de ducha de bajo umbral para cualquier proyecto de baño, desde remodelaciones completas hasta conversiones de duchas y actualizaciones básicas de bañeras/ duchas.

**SPG Frame House MD** – Pregunte por Rachael Acevedo, Desarrollo de Negocios; 443-768-8835; [rachael@framehousemd.com](mailto:rachael@framehousemd.com); [www.framehousemd.com](http://www.framehousemd.com). Frame House ofrece servicios de renovación compasivos y de alta calidad para ayudar a las personas mayores a vender sus casas por el máximo valor. Transformamos propiedades para atraer a los compradores de hoy y ofrecemos una opción de pago diferido para facilitar el proceso. Para una solución sin complicaciones, también compramos casas en EFECTIVO, lo que elimina los principales retos. Ya sea a través de renovaciones bien pensadas o compras directas, Frame House se compromete a apoyar a las personas mayores con experiencia, cuidado y eficiencia.

**SPG Gold Seal Services** – 6305 Falls Rd #300, Baltimore, MD 21209; [www.goldsealservices.com](http://www.goldsealservices.com)

**Habitat for Humanity of the Chesapeake** – 410-366-1250; 410-437-7755; [www.habitatchesapeake.org](http://www.habitatchesapeake.org). Los voluntarios ayudan con la construcción de casas para familias de bajos ingresos. Las casas se venden sin obtener ningún beneficio. Los propietarios de casas contribuyen con capital de esfuerzo, y los pagos de la casa se reciclan para construir casas adicionales. También administra las tiendas de retail “ReStore” de Columbia, Dundalk, Glen Burnie, Halethorpe, Sandtown y Timonium para artículos de mejoras para la casa. Habitat usa los ingresos en la comunidad local y ofrece refugios decentes en todo el mundo.

**SPG Little Deeds** – 410-450-4466; [www.littledeeds.com](http://www.littledeeds.com). Especialistas en modificaciones de accesibilidad para la casa. Servimos con orgullo al condado de Anne Arundel y sus alrededores con atención compasiva y experta. Ofrecemos soluciones de seguridad para la casa con calificación de cinco estrellas para personas mayores y personas con discapacidades, incluyendo barras de apoyo, pasamanos, conversiones de bañera a ducha, rampas para sillas de ruedas y más. Nuestro equipo solicita el Crédito Fiscal de Vida Independiente de Maryland del 50% en su nombre, lo que le ahorra tiempo y dinero. También coordinamos con otros proveedores de confianza para garantizar una experiencia fluida y sin estrés para las personas mayores y sus familias.

**LS Systems, Inc.** – 410-552-1777; 1417 Knecht Avenue, Suite 2A, Arbutus, MD 21227; [www.lssmd.com](http://www.lssmd.com)

**SPG ADV Mid-Atlantic Home Watch** – 410-570-5221; midatlantic-homewatch.com. ¿Regresa del hospital o del centro de rehabilitación subaguda y necesita ayuda para preparar su casa? Como especialistas certificados en adultos mayores (CAPS), trabajaremos con usted, su equipo de apoyo, el coordinador de alta y los contratistas locales más confiables para asegurarnos de que su casa esté lista cuando usted lo esté. Desde evaluaciones de seguridad y accesibilidad hasta modificaciones y renovaciones en la casa, trabajaremos incansablemente para que pueda envejecer en casa, de manera segura, independiente y cómoda.

**Partners In Care/Repairs With Care** – 410-544-4800; línea gratuita 1-800-227-5500; 8151-C Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; www.partnersincare.org. Los voluntarios de Partners In Care ayudan a los miembros a mantener sus casas para una vida segura e independiente. Los servicios incluyen competencias no profesionales como carpintería ligera, reparación de grifos e inodoros con fugas, reemplazo de bombillas y tratamiento de problemas de seguridad mediante la instalación de pasamanos, reparación de escaleras e instalación de equipos de seguridad para baños. La disponibilidad de las reparaciones depende de los dones y talentos de nuestros voluntarios.

**Rebuilding Together/AA County** – Information@RebuildingTogetherAAC.org; rebuildingtogether.org. Reparaciones en casa para personas de bajos ingresos, adultos mayores o propietarios de casas con discapacidades. Las solicitudes se reciben durante todo el año. Los voluntarios son bienvenidos.

**SPG ADV ShelfGenie of Annapolis** – 410 216-5617; ShelfGenie.com. Todo al alcance. Facilitar la vida de nuestros clientes es importante para nosotros. Con nuestras soluciones de estanterías personalizadas, podemos transformar en alegría su frustración con su gabinete, armario, despensa y cajones. Servimos con orgullo a Anne Arundel, Prince Georges, Calvert y partes de los condados de Queen Anne.

**Stay Home Safely, LLC** – 443-679-6200; 1919 Eamons Way, Annapolis, MD 21401; www.stayhomesafely.com. Ofrece servicios de modificación de la casa, incluyendo barras de apoyo, elevadores de escaleras y duchas de entrada baja. También ofrece terapia física y ocupacional en la casa del cliente. La evaluación de la casa está disponible.

**SPG ADV Steps to Stay** – 410-940-3563; stepstostay.com. Mantenga la seguridad y la independencia en la casa que ama! Nuestro especialista certificado en envejecimiento en casa y terapeuta ocupacional ofrece evaluaciones personalizadas de la casa para identificar riesgos, recomienda modificaciones prácticas, desde simples actualizaciones de seguridad hasta renovaciones amigables con la movilidad, y coordina con los constructores para garantizar implementaciones profesionales. También ofrecemos recomendaciones de equipamiento, capacitación para cuidadores y terapia funcional individualizada para ayudar a nuestros clientes a mantener la capacidad de hacer las actividades diarias de forma independiente con confianza.

**Programa de Asistencia de Climatización** – línea gratis 855-583-8976; dhcd.maryland.gov/Residents/Pages/wap/default.aspx. Operado por la sección de Programas de Energía de Vivienda y Edificios del Departamento de Vivienda y Desarrollo Comunitario. Ayuda a los grupos familiares de bajos ingresos a través de la instalación de materiales de conservación de energía en sus unidades de vivienda. Debe ser elegible para el Programa de Asistencia Energética de MD (MD Energy Assistance Program, MEAP) para participar en el Programa.

## HOSPITALES

**ADV Luminis Health Anne Arundel Medical Center** – 443-481-1000; 2001 Medical Parkway, Annapolis, MD 21401; luminishealth.org. Ofrece atención médica, servicios de diagnóstico por imágenes, un centro de tratamiento por consumo de sustancias y otras cuestiones de salud.

**Centro Médico Baltimore Washington de University of Maryland** – 410-787-4000; 301 Hospital Drive, Glen Burnie, MD 21061; www.umms.org/bwmc; El Centro Médico Baltimore Washington de la University of Maryland, (UM BWMC) ofrece atención médica primaria y especializada integral a los residentes del condado de Anne Arundel y la región circundante.

**Sistema de Atención Médica de Asuntos de Veteranos MD** – 410-590-4140 para Glen Burnie VA- Ambulatorio; 410-305-5300 para Fort Meade VA- Ambulatorio; beneficios: 1-800-827-1000; atención médica: 1-877-222-8387; www.maryland.va.gov. Dedicado a ofrecer atención y servicio de calidad, compasivo y accesible a los veteranos de Maryland. Los Centros Médicos de VA de Baltimore y Perry Point, además del Centro de Rehabilitación y Vida Comunitaria de Loch Raven VA y seis clínicas ambulatorias comunitarias, trabajan juntos para ofrecer este sistema integral de prestación de atención médica.

## ATENCIÓN DE HOSPICIO

**SPG ADV Hospice of the Chesapeake** – John & Cathy Belcher Campus; 90 Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; 410-987-2003; 800-462-1101; hospicechesapeake.org. Organización sin fines de lucro que ofrece atención médica, emocional y espiritual para apoyar a las personas afectadas por enfermedades avanzadas. Lo hacen en el lugar que el paciente llame su hogar, independientemente de su incapacidad de pagar. Una mirada de equipo multidisciplinario garantiza una atención compasiva y de calidad, creando un espacio cómodo para que los seres queridos experimenten momentos importantes con amigos y familiares.

**SPG Luminis Health Gilchrist Lifecare Institute** – 2000 Medical Parkway, Suite 607, Annapolis, MD 21401

## LIMPIEZA DE LA CASA

**ADV Ameri-Maid** – 410-757-5571; 1511 Ritchie Hwy., #105, Arnold, MD 21012; ameri-maid.com. Personal amable que habla inglés y se encarga de la limpieza de la casa. Todos los empleados tienen garantía y seguro. Venimos semanal, quincenal o mensualmente. También limpiamos ventanas y alfombras. Presupuestos gratis.

## VIVIENDA/ORIENTACIÓN PARA LA BÚSQUEDA DE VIVIENDA

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Vida Asistida** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Agencia de Acción Comunitaria del condado de AA** – 410-626-1900; [www.aaccaa.org](http://www.aaccaa.org). Estamos comprometidos a ofrecer servicios y oportunidades que eliminen las causas y condiciones de la pobreza en el condado de AA. Los programas disponibles para los residentes elegibles por ingresos incluyen asistencia para la vivienda, programas de energía para la casa, Early Headstart, propiedad de vivienda, capacitación sobre hipotecas inversas y orientación de empleo para jóvenes y adultos. La Oficina de Servicios Juveniles (Youth Service Bureau) ofrece orientación e intervención integrales. Personal bilingüe en español disponible.

**Servicios de Gallagher para Personas con Discapacidades del Desarrollo** – 667-600-2520; [www.catholiccharities-md.org](http://www.catholiccharities-md.org). Los Servicios de Gallaguer, programa de Catholic Charities, opera ocho centros grupales en todo el condado de Anne Arundel para personas con discapacidades del desarrollo, y da a los residentes oportunidades para una mayor independencia con el desarrollo de la autoestima, mejora las competencias laborales, participa en la comunidad y satisface sus necesidades individuales.

**Departamento de Recursos Humanos (Department of Human Resources) de MD** – línea gratis 800-332-6347; TTY 800-925-4434; [dhs.maryland.gov](http://dhs.maryland.gov). Ofrece ayuda e información sobre numerosos programas de ayuda económica apoyados por el estado, y disposiciones sobre abuso y negligencia. Vivir en casa: Programa MD Community Choices para personas elegibles entre las edades de 21 y 59 años que tienen una discapacidad. Está diseñado para ayudarlas a vivir en la comunidad.

## ASISTENCIA ECONÓMICA

**Departamento de Servicios Humanos del condado de AA – Annapolis y Glen Burnie** – Principal: 1-800-332-6347 TTY: 1-800-735-2258; oficina de Annapolis: 410-269-4500 TTY: 410-269-4512; oficina de Glen Burnie: 410-421-8500 TTY: 410-421-8551; [dhs.maryland.gov/local-offices/anne-arundel-county](http://dhs.maryland.gov/local-offices/anne-arundel-county). Ofrece acceso a Medical Assistance, cupones de comida, ayuda temporal en efectivo (TCA), Programa de Representantes de Beneficiarios y Programa de Defensa de Derechos por Discapacidad (DEAP). También administra los programas de abuso de adultos mayores y niños, violencia doméstica y muchos otros programas. Los clientes deben presentar su solicitud en persona o en línea en <https://mydmthink.maryland.gov/home/#/>

**Asbury Church Assistance Network, Inc. (ACAN)** – 410-647-7667; [acansevernapark.org](http://acansevernapark.org). La despensa de comida está abierta lunes – miércoles, de 11 a. m. – 2 p. m.

**Red de Alcance de Emergencia del Norte del Condado (North County Emergency Outreach Network, NCEON)** – 410-766-1826; [nceonglenburnie.wixsite.com/nceon-1](http://nceonglenburnie.wixsite.com/nceon-1). Organización comunitaria sin fines de lucro que ayuda con desalojos ordenados por la corte, avisos de corte de servicios públicos, necesidades de medicamentos y necesidades de comida. Está abierto los lunes, miércoles y viernes, de 10 a. m. – 12:45 p. m. solamente. Los clientes deben llegar antes de las 12:45 p. m. para tener el tiempo para el procesamiento. La asistencia económica se limita a los fondos disponibles por día, por orden de llegada.

**Oficina del Programa de Energía para la Casa (Office of Home Energy Program, OHEP)** – 410-269-4500; 410-626-1900; 1-800-925-4434. Personas con discapacidad auditiva; [dhs.maryland.gov/office-of-home-energy-programs](http://dhs.maryland.gov/office-of-home-energy-programs). Ayuda a los ciudadanos de bajos ingresos de Maryland a pagar las facturas de calefacción. Incluye el Programa de Asistencia Energética de Maryland (Maryland Energy Assistance Program, MEAP) y el Programa de Servicio Universal Eléctrico (Electric Universal Service Program, EUSP). Descargue las solicitudes y los folletos del sitio web. Asistencia con la solicitud disponible en el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del Condado de AA.

**Ejército de Salvación** – 410-263-4091. Annapolis; 351 Hilltop Lane, Annapolis; [salvationarmypotomac.org](http://salvationarmypotomac.org). Ofrece asistencia a las personas necesitadas. Despensa de comida, asistencia durante épocas festivas, ropa, asistencia con los servicios públicos, etc. También se ofrecen programas de orientación espiritual y juveniles. Se asiste a personas de todas las edades. Debe ser residente del condado de AA. Se recomienda llamar primero.

**SPAN, Inc., sirve a personas en todos los barrios** – 410-647-0889; [www.spanhelps.org](http://www.spanhelps.org). Red de asistencia de emergencia para quienes tienen desalojos ordenados por la corte, cortes de servicios públicos y necesitan dinero para medicamentos. Despensa de comida disponible. Se acepta la ayuda de voluntarios. Sirve a una gran parte del condado de AA. Se recomienda llamar primero.

**Administración del Seguro Social - Annapolis y Glen Burnie** – línea gratis 800-772-1213 Annapolis; línea gratis 866-528-9873 Glen Burnie; TTY 800-325-0778; [www.ssa.gov](http://www.ssa.gov). Ofrece verificación de las contribuciones a pedido y cálculo de los beneficios de jubilación. Solicite beneficios tres meses antes de los 66 años para recibir beneficios completos o a los 62 años para beneficios reducidos. Ingreso de Seguridad Suplementario (SSI): beneficios mensuales disponibles para personas de bajos ingresos que tienen una discapacidad o tienen más de 65 años.

**Red de Asistencia del Sur del Condado (South County Assistance Network, SCAN)** – 410-867-2838; [www.scanfoodpantry.org](http://www.scanfoodpantry.org). Ofrece comidas de emergencia. No hay teléfono. Abierto los jueves y sábados, de 9 a. m. al mediodía, en la parroquia de St. James, 5757 Solomons Island Road, Lothian, MD 20711. También tiene un armario de ropa con ropa gratis para mujeres, hombres y niños.

## INFORMACIÓN Y ASISTENCIA

**Accessible Resources for Independence** – 410-636-2274; [www.arinow.org](http://www.arinow.org). Accessible Resources for Independence, Inc. (ARI) es una agencia sin fines de lucro que atiende a más de 5,000 personas con discapacidades en los condados de Anne Arundel y Howard desde 2011. Ofrecemos servicios de vida independiente a cualquier persona con una discapacidad a cualquier edad, incluyendo niños, personas mayores y veteranos, sin cargo. Nuestra misión es maximizar la independencia de las personas con discapacidades para que disfruten de vidas productivas y dirigidas por ellas mismas. ARI ofrece servicios para mejorar la calidad de vida y fortalecer los sistemas de apoyo, incluyendo adaptaciones de accesibilidad, orientación, asistencia técnica, capacitación, servicios de transición y más. Todo diseñado para ayudar a las personas con discapacidades a que participen en sus comunidades y contribuyan con ellas.

**Participación Comunitaria y Servicios a los Constituyentes del condado de Anne Arundel** – 410-222-1785; [www.aacounty.org/county-executive/cecs/constituent-services](http://www.aacounty.org/county-executive/cecs/constituent-services). La Oficina de Servicios a los Constituyentes sirve como enlace directo entre el ejecutivo del condado, Steuart Pittman, y los residentes del condado de Anne Arundel, ofreciendo atención personalizada a todos los asuntos de los constituyentes y participando activamente en nuestras comunidades para ayudar a hacer de nuestro condado el mejor lugar para todos.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Tutela Pública de Adultos** – 410-222-4257; Los usuarios de TTY llaman a través de MD Relay 711; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Vida Asistida** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/MD Access Point (MAP)** – 410-222-4257; línea gratuita 844-MAP-LINK (627-5465); Los usuarios de TTY deben llamar a través de MD Relay 711; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa Estatal de Asistencia de Seguro de Salud (SHIP)** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/SMP (Patrulla de Medicare para Personas Mayores)** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Comunidades de Ancianos de Catholic Charities** – 667-600-2000. Principal; 667-600-2280. Comunidades de Personas Mayores; 1-888-502-7589 (MD solamente); [cc-md.org/senior-communities](http://cc-md.org/senior-communities). El proveedor privado más grande de Maryland de servicios humanos para todas las personas, independientemente de su fe. Los servicios para personas mayores en el condado de Anne Arundel incluyen: comunidades de viviendas para personas mayores asistidas con alquiler en Arundel Woods en Glen Burnie, Friendship Station y Friendship Village en Odenton; Programas de Servicios para Hogares Solidarios - ofrece comidas, limpieza, lavandería y servicios personales a quienes necesitan ayuda.

**Center of Help (Centro de Ayuda) –**  
410-295-3434; [centerofhelp.org](http://centerofhelp.org). Ofrece servicios educativos y referencias a la comunidad hispana del condado, incluyendo alfabetización de adultos, inglés como segundo idioma, apoyo familiar, referencias laborales y asistencia para acceder a los servicios. Elegibilidad: residentes latinos del condado de AA. Center for Help trabaja en asociación con servicios gubernamentales y organizaciones sin fines de lucro del área.

**Eldercare Locator –** Línea gratis  
800-677-1116; [eldercare.acl.gov/Public/Index.aspx](http://eldercare.acl.gov/Public/Index.aspx). Primer paso para encontrar recursos para adultos mayores en cualquier comunidad de los EE. UU. Servicio nacional gratis de la Administración de Adultos Mayores de los Estados Unidos, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. El servicio está destinado a ayudar a los cuidadores de cualquier edad o a los propios adultos mayores a encontrar los recursos que necesitan.

**Luminus- Red para Nuevos Americanos –**  
410-992-1923; [www.beluminus.org](http://www.beluminus.org). Ayuda a los inmigrantes con información general y referencias, orientación de inmigración, servicios legales para inmigrantes, ciudadanía estadounidense, intérpretes, servicios de traducción, servicios notariales, certificados de nacimiento (solicitudes, correcciones y traducción), remisiones a servicios sociales, información y ayuda al consumidor, e información y asistencia médica. Remisiones médicas multilingües. Oficina cerrada los miércoles. Se requieren citas.

**Servicio de Abogados Voluntarios de MD –** 410-547-6537; línea gratuita 800-510-0050; Nota: La admisión se hace de lunes a jueves de 9 a. m. a 12 p. m.; [www.mvlslaw.org](http://www.mvlslaw.org). Una organización sin fines de lucro que ofrece servicios legales gratis a personas de ingresos bajos y moderados en todo MD. Ayuda con tutela de adultos, bancarrota (solo el Capítulo 7), eliminación de antecedentes penales, cambios de escritura, divorcio, custodia, ejecución hipotecaria, disputas entre propietarios e inquilinos, poderes notariales, testamentos, etc. Solo maneja asuntos legales civiles, no casos penales. Debe cumplir ciertas directrices de ingresos. También puede presentar una solicitud en línea, con la excepción de los casos de derecho de familia.

**Sociedad Americana contra el Cáncer/Información** – 301-496-4000; 1-800-422-6237; TTY: 301-402-9612; [www.cancer.net/contact-us](http://www.cancer.net/contact-us). Programa de la Sociedad Americana contra el Cáncer que ofrece publicaciones gratis sobre el cáncer, ensayos clínicos, programas de investigación, fondos para investigaciones y el NCI.

**OHLA (Organización de Hispanos/Latinoamericanos del condado de Anne Arundel)** – 410-269-4421; 80 West Street, Suite A, Annapolis MD 21401; [ohlainc.org](http://ohlainc.org); OHLA reside en el Centro de Recursos Comunitarios administrado por el Departamento de Servicios Humanos del condado de AA. El personal bilingüe ofrece asistencia en el lugar para muchos asuntos que afectan a la comunidad hispana/latina, incluyendo servicios de intérprete, traducción, inmigración, preguntas legales, mediación, etc. Los servicios son gratis.

**Servants 4 Seniors** – 410-977-2576; 8010 Catherine Ave., Pasadena, MD 21122; [www.servants4seniors.com](http://www.servants4seniors.com)

**Service Coordination, Inc.** – Sede Regional Central; 410-235-8110; 9 Park Center Court, Suite 301, Owings Mills, MD 21117; [www.servicecoord.org](http://www.servicecoord.org). Contratado por la Developmental Disabilities Administration (DDA) para ayudar a quienes han solicitado servicios financiados por la DDA. La coordinación de servicios ayuda en el desarrollo de planes para los clientes explorando opciones, ayudando a organizar y monitorear los apoyos necesarios y la defensa, según sea necesario. La Coordinación de Servicios también ofrece planificación de apoyo a través del Programa de Servicios de Asistencia Personal Comunitaria y Community First Choice en la casa y en la comunidad. Todo el personal de Coordinación de Servicios es totalmente móvil.

**2-1-1 Maryland** – 301-970-9888 Principal; línea gratis 800-492-0618; Envíe un mensaje de texto al 898-211 para recibir alertas; TTY 410-685-2159; [www.211md.org](http://www.211md.org). United Way of Central Maryland ofrece información gratis y confidencial, y referencias a agencias médicas y servicios humanos en MD las 24 horas del día, los 7 días de la semana en más de 150 idiomas.

**United Way Community Partnership del Centro de Maryland** – 410-547-8000; 1800 Washington Boulevard, Suite 340, Baltimore, MD 21230; [www.uwcm.org](http://www.uwcm.org). La sede regional de United Way que ayuda a los barrios de todo el centro de Maryland: Anne Arundel, condados de Baltimore, Carroll, Harford y Howard, y la ciudad de Baltimore. Nuestra misión es tender puentes entre quienes tienen y quienes necesitan. Recaudar los fondos necesarios y evaluar los servicios.

**Veteranos de Guerras Extranjeras (Veterans of Foreign Wars)** – 1-833-839-8387; [www.vfw.org](http://www.vfw.org). Aconseja a los veteranos, dependientes y sobrevivientes sobre los derechos de todas las agencias. Sin tarifas.

## SERVICIOS DE SEGUROS

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa Estatal de Asistencia de Seguro de Salud (SHIP)** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**SPG ADV Amada Senior Care** – 134 Holiday Court, Suite 306, Annapolis, MD 21401; 443-569-0799; [Amadaseniorcare.com](http://Amadaseniorcare.com). Somos defensores de consumidores para las personas con pólizas de seguro de cuidado a largo plazo. No vendemos seguros, pero ayudamos a los asegurados a entender, usar y aprovechar su póliza. Nuestra revisión gratuita de la póliza puede ayudarle a acceder a dinero para los cuidadores en casa o la vida asistida.

**Oficina de Servicio de Elegibilidad/ División de Determinación de Elegibilidad** – 410-767-7090; línea gratuita 800-226-2142; TTY 800-735-2258; [mmcp.health.maryland.gov/eid/Pages/FAQs.aspx#Who\\_will\\_decide\\_if\\_1%27m\\_eligible](http://mmcp.health.maryland.gov/eid/Pages/FAQs.aspx#Who_will_decide_if_1%27m_eligible). Determina la elegibilidad para Medicaid. Llame para conocer los criterios de elegibilidad.

**Maryland Health Connection** – 1-855-642-8572; [marylandhealthconnection.gov](http://marylandhealthconnection.gov); Maryland Health Connection es el mercado de seguros de salud de nuestro estado. Somos su espacio de compra único para seguros de salud en Maryland. Contrate, compare y seleccione un plan de salud que satisfaga sus necesidades y las de su familia. Incluso si nunca antes ha podido pagar un seguro de salud en Maryland, ahora puede calificar para recibir ayuda económica para pagar un seguro de salud privado. Usted o un miembro de su familia también pueden ser elegible para Medicaid o Maryland Children's Health Program (MCHP). No importa para qué tipo de seguro califique, público o privado, lo tenemos cubierto.

## DISEÑO DE INTERIORES

**SPG Brightwork Interior Design** – 783 Springbloom Dr, 21108; [www.brightworkinteriors.com](http://www.brightworkinteriors.com)

## RECURSOS LGBTQ+

**Chase Brexton Health Care/Centro del Condado de Anne Arundel** – 410-837-2050; 200 Hospital Drive, Suite 300, Glen Burnie, MD 21061; [chasebrexton.org](http://chasebrexton.org). En Chase Brexton, nos apasionan las personas y nos apasiona tratar sus necesidades de atención médica. Chase Brexton ofrece una experiencia de atención médica diferente. ¡Todos son bienvenidos!

**Delmarva Pride Center, Inc.** – [delmarvapridecenter.com](http://delmarvapridecenter.com); [info@delmarvapridecenter.com](mailto:info@delmarvapridecenter.com); Facebook y Instagram @DelmarvaPrideCenter; 7401 Ocean Gateway, Easton, MD 21601. El Delmarva Pride Center es una organización de servicio comunitario sin fines de lucro dedicada a crear un ambiente positivo que incluya a todas las orientaciones sexuales e identidades de género. Ofrece programas, acontecimientos y actividades para apoyar, educar, conectar, organizar y dar alcance a la comunidad LGBTQIA+ de Delmarva y sus aliados. Estos incluyen eventos sociales, grupos de apoyo, apoyo individual, club de lectura, referencias a negocios y proveedores de servicios que son amigables con la comunidad LGBTQIA, un espacio de reunión comunitaria y más.

**FreeState Justice** – 410-625-5428; 2601 N. Howard Street, Suite 120, Baltimore, MD 21218; [freestate-justice.org](http://freestate-justice.org). FreeState Justice es una organización de defensa legal que busca mejorar las vidas de las personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero y queer (“LGBTQ”) de bajos ingresos de Maryland.

**LGBTQ+ Hearts and Ears** – 410-523-1694; [www.heartsandears.org](http://www.heartsandears.org); Hearts & Ears, Inc. es una organización sin fines de lucro para personas homosexuales, lesbianas, bisexuales, transgénero, intersexuales y que se cuestionan con problemas y preocupaciones de salud mental. Lunes – viernes, 10 a. m. – 4 p. m.

**Centro Nacional de Recursos sobre la Comunidad LGBTQ+ de Adultos Mayores c/o SAGE** – 212-741-2247; 305 7th Ave 15th Floor, New York, NY 10001; [sageusa.org/resources](http://sageusa.org/resources). El Centro Nacional de Recursos sobre la Comunidad LGBTQ+ de Adultos Mayores es el primer y único centro de recursos de asistencia técnica del país centrado en mejorar la calidad de los servicios y el apoyo que se ofrece a los adultos mayores lesbianas, gays, bisexuales o transgénero, sus familias y cuidadores.

**PFLAG del condado de Anne Arundel** – [www.pflagannapolis.org](http://www.pflagannapolis.org); afiliada de PFLAG en Annapolis/Condado de Anne Arundel. Uniendo a las personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero y queer (LGBTQ) con familias, amigos y aliados, PFLAG se compromete a promover la igualdad y la plena afirmación social de las personas LGBTQ por medio de su triple misión de apoyo, educación y defensa. Están invitados a reunirse con nosotros el primer y tercer martes de cada mes a las 7:30 p. m. en la Iglesia Unitaria Universalista situada en 333 Dubois Avenue, Annapolis, Md 21401. ¡Todos son bienvenidos!

**SPG ADV Support for Aging, LLC.** – [www.supportforaging.com](http://www.supportforaging.com). “Mejoramos la vida de los adultos mayores y de las personas que los aman”. Ofrecemos acompañamiento individual y grupal, y desarrollo de competencias tanto para adultos mayores como para cuidadores. Tenemos experiencia en la planificación del final de la vida y en el apoyo al duelo. También apoyamos a los profesionales mediante la formación en Alzheimer y trastornos neurocognitivos relacionados, y la atención al cliente. Use nuestro sitio web para programar una consulta sin riesgos. Esperamos poder atenderlo.

**Trans Elders United** – [transmaryland.org](http://transmaryland.org); Trans Elders United es un espacio seguro semanal (sábados, 3 – 5 p. m.) para personas trans y no binarias de 50 años o más que usan la plataforma Zoom. TEU ofrece un lugar para que las personas maduras encuentren apoyo, tengan conversaciones significativas, conozcan nuevos amigos y compartan ideas en cualquier lugar de EE. UU. y en todo el mundo.

## BIBLIOTECAS

**Sede de la Biblioteca Pública del condado de AA** – 410-222-7371; Los usuarios de TTY deben llamar a través de Maryland Relay 7-1-1; [www.aacpl.net](http://www.aacpl.net). Llame para conocer los horarios y ubicaciones específicas de las 16 sucursales. La biblioteca por correo está disponible para quienes estén confinados en casa. Los usuarios de TTY deben llamar a través de Maryland Relay 7-1-1. Más de 1 millón de libros, películas y otros recursos, incluyendo el acceso gratis a Ancestry.com, Rosetta Stone, libros electrónicos, periódicos electrónicos y revistas electrónicas.

**Biblioteca por correo/Biblioteca Glen Burnie** – 410-222-6270; Los usuarios de TTY deben llamar a través de Maryland Relay 7-1-1; [www.aacpl.net](http://www.aacpl.net). Servicio personalizado de biblioteca. Entrega la gama completa de materiales y servicios de la biblioteca por correo. Para los residentes del condado de todas las edades que están confinados en su casa, ya sea permanente o temporalmente, por una enfermedad, discapacidad o lesión.

**Biblioteca de Derecho del Estado de MD** – 410-260-1430; línea gratis 888-216-8156; [mdcourts.gov/lawlib](http://mdcourts.gov/lawlib). La Biblioteca de Derecho del Estado de Maryland atiende las necesidades de los ciudadanos y el gobierno de Maryland mediante la creación y preservación de colecciones de recursos de información legal, la promoción del acceso a estas colecciones y la creación de oportunidades educativas que mejoran la comprensión de la información legal.

**Biblioteca Estatal de MD para Ciegos y Personas con Dificultades para Acceder al Texto Impreso** – 410-230-2424; línea gratuita 800-964-9209; TTY 410-333-8679; TTY 800-934-2541; [www.lbph.maryland.gov](http://www.lbph.maryland.gov). Ofrece servicios bibliotecarios integrales a las personas ciegas y con dificultades para acceder al texto impreso que sean elegibles. Libros en audio, en braille y letra grande. Debe completar una solicitud. Los servicios son gratis.

## ARMARIOS DE PRÉSTAMO

**Programa de Préstamos de Tecnología de Asistencia** – 410-222-4383; [www.aacounty.org/aging-and-disabilities/services/assistive-technology-loan-program](http://www.aacounty.org/aging-and-disabilities/services/assistive-technology-loan-program). La Oficina de la ADA del condado de Anne Arundel mantiene una colección de tecnología de asistencia que está disponible para préstamo o demostración para los empleados, residentes, sus familias, profesionales y educadores del condado de Anne Arundel que trabajan con personas con discapacidades. Los participantes pueden pedir prestado equipo de tecnología de asistencia por un máximo de 3 semanas o programar una demostración del producto con el personal de la ADA gratis. Para programar una cita para ver o pedir prestado un dispositivo de tecnología de asistencia, llame al 410-222-4383, envíe un correo electrónico a [agmart11@aacounty.org](mailto:agmart11@aacounty.org) o complete el formulario en línea.

**Blind Industries and Services of MD** – 410-737-2600; Línea gratuita 888-322-4567; [www.bism.org](http://www.bism.org). Organización sin fines de lucro que ofrece oportunidades de rehabilitación, capacitación y empleo a ciudadanos ciegos o con discapacidad visual. El programa de rehabilitación para personas mayores incluye enseñanza en casa, grupos de apoyo y el programa SAIL (personas mayores que logran una vida independiente). Distribuye bastones blancos.

**Home Based Medical** – 410-914-7190; [www.homebasedmed.org](http://www.homebasedmed.org). Home Based Medical es una organización sin fines de lucro decidida a hacer que recibir equipos médicos sea asequible y fácil.

**Reutilización de equipos médicos duraderos de Maryland** – 240-230-8000; [dme.mdoa@maryland.gov](mailto:dme.mdoa@maryland.gov); [aging.maryland.gov/pages/DME.aspx](http://aging.maryland.gov/pages/DME.aspx). El Departamento de Adultos Mayores de Maryland está ofreciendo equipos médicos duraderos (DME) a los residentes de Maryland con cualquier enfermedad, lesión o discapacidad, independientemente de su edad, sin costo alguno. Todo el equipo se recolecta a través de donaciones y se desinfecta, repara y redistribuye a los habitantes de Maryland que lo necesiten. El formulario de solicitud de DME debe completarse y enviarse tanto para DME básico como para DME complejo. Los formularios de solicitud están disponibles en línea.

**Orphan Grain Train** – 410-417-9674; [info@md-orphangraintrain.org](mailto:info@md-orphangraintrain.org); [www.ogt.org/branches/md](http://www.ogt.org/branches/md). Ubicación del almacén: 621 East-West Blvd., Millersville, MD 21108; Dirección postal: P.O. Box 1741, Millersville, MD 21108. La sucursal de Maryland de Orphan Grain Train en Millersville ofrece equipos y suministros médicos duraderos, ropa y útiles escolares para los necesitados. Se aceptan donaciones de estos artículos en el muelle de recepción los lunes y martes de 9 a. m. – 12 p. m., los martes de 5 p. m. – 7 p. m. y el segundo sábado de cada mes de 9 a. m. – 12 p. m. La ropa debe estar embolsada.

## LUGARES PARA ALMORZAR

**El Programa de Nutrición para Personas Mayores** – opera 22 sitios de nutrición dentro del condado de Anne Arundel. Los centros de nutrición ofrecen un almuerzo caliente, clases y actividades de ocio; 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging).

**Algunos lugares son** – Annapolis Senior Activity Center; Arnold Senior Activity Center; Arundel Woods Senior Housing\*; Bay Forest Senior Apartments\*; Brooklyn Park Senior Activity Center; Claiborne Place\*; College Parkway Place\*; Friendship Station Senior Housing\*; Glen Forest\*; Glen Square Senior Housing\*; Heritage Crest Senior Housing\*; Lula Scott Nutrition Site; Morris Blum Apartments\*; Morris Hill Community Center\*; O'Malley Senior Activity Center; Pasadena Senior Activity Center; Pascal Senior Activity Center; Pinewood Village I Senior Housing\*; Pinewood Village II Senior Housing\*; Pumphrey\*; Severn Senior Activity Center; South County Senior Activity Center; \* = Los lugares para almorzar en los edificios residenciales solo están abiertos para los residentes de esos edificios.

## TERAPIA DE MASAJE

**Change Your Pace, LLC** – 410-216-2435; 1511 Ritchie Highway, Suite 104, Arnold, MD 21012; [www.changeyourpace.com](http://www.changeyourpace.com). Change Your Pace masajes terapéuticos y trabajo corporal se especializa en mejorar el bienestar a través de terapias de masaje personalizadas, con una experiencia particular en tratar las necesidades únicas de la población madura. Nuestros terapeutas calificados tienen experiencia en ofrecer tratamientos que promueven la relajación, mejoran la movilidad y alivian las molestias de los adultos mayores, para garantizar una experiencia rejuvenecedora adaptada a cada individuo. Estamos comprometidos con la salud y la vitalidad en general, y nos enorgullecemos de ofrecer un ambiente relajante y revitalizante que atiende a clientes de todas las edades.

## MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y MARKETING

**SPG DK Creative Services LLC** – 300 Linden Shade Court, Millersville, MD 21108; [www.dkcreativeservices.com](http://www.dkcreativeservices.com)

**SPG Stroll Davidsonville** – 221 Bowen Court, Annapolis, Maryland 21401; [strollmag.com](http://strollmag.com)

**SPG What's Up? Media, Inc.** – 900 Bestgate Road, Ste. 202, Annapolis, MD 21401; [www.whatsupmag.com](http://www.whatsupmag.com)

## MEDIACIÓN

**Centro de Resolución de Conflictos de AA** – 410-266-9033; [aacrc@aacr.info](mailto:aacr@aacr.info); [www.aacr.info](http://www.aacr.info). Ofrece servicios de mediación en disputas entre familiares, propietarios e inquilinos, vecinos, empleados y empleadores, negocios, etc. La mediación ayuda a las personas a resolver conflictos de forma pacífica y sin acudir a los tribunales. Se ofrecen clases y capacitación en resolución de conflictos. Sin tarifas. Las clases de manejo de la ira se ofrecen a los miembros de la comunidad sin costo alguno.

**Departamento de Policía de la ciudad de Annapolis** – Emergencias - Marque el 911; no emergencia: 410-268-9000; 410-268-4141; TTY 410-268-1844; 410-280-CLUE (2583) Denuncias anónimas; [www.annapolis.gov/police](http://www.annapolis.gov/police). El Departamento de Policía de la ciudad de Annapolis ofrece asistencia con los programas de crimen, abuso y vigilancia del barrio. Sesiones gratis de resolución de conflictos de lunes a viernes. Ofrece orientación sobre los EE. UU. para nuevos inmigrantes. Traducción inglés/español disponible.

**Oficina del Fiscal del Estado/Centro de Mediación** – 410-222-1740; [www.aacounty.org/sao/legal-resources/mediation-center](http://www.aacounty.org/sao/legal-resources/mediation-center). Ofrece servicios de mediación gratis como alternativa a la resolución de disputas en el sistema judicial y la comunidad.

## SERVICIOS Y PRODUCTOS MÉDICOS

**ADV AAUrology** – 600 Ridgely Ave., Annapolis, MD 21401; 410-266-8049; [www.aaurology.com](http://www.aaurology.com). AAUrology es el principal grupo de urología en Annapolis y sus alrededores con 30 proveedores, 5 ubicaciones, 2 centros quirúrgicos, 2 clínicas de infecciones urinarias y un nuevo centro de radiología intervencionista. Ofrecemos atención urológica compasiva a toda su familia en su comunidad.

**Americle Healthcare, Inc.** – 410-721-0958; 740A Generals Hwy, Millersville, MD 21108; [www.Americlehc.com](http://www.Americlehc.com). Americle Healthcare es una empresa de suministros y equipos médicos que ha ofrecido un excelente servicio a la región del Atlántico Medio durante más de 25 años.

**ADV Freedom Mobility Solutions –**

Experimente una nueva independencia con Freedom Mobility Solutions en 7271 Park Circle Drive, Suite 100, Hanover, MD 21076 o 20155 Ashburn Crossing Dr. #120 Ashburn VA 20147. Llame al 888-414-6553 para consultas. Ofrecemos venta o alquiler de equipos médicos para la casa, incluyendo rampas, elevadores de escaleras, scooters, sillas eléctricas y más. Nuestro objetivo es mejorar la movilidad de las personas mayores, aumentando tanto la independencia como la accesibilidad. Confíe en nosotros para que le brindemos las soluciones que necesita para vivir la vida al máximo. ¡Elija Freedom Mobility Solutions para sus necesidades de movilidad hoy!

**Reutilización de equipos médicos duraderos de Maryland –** 240-230-8000; [dme.mdoa@maryland.gov](mailto:dme.mdoa@maryland.gov); [aging.maryland.gov/pages/DME.aspx](http://aging.maryland.gov/pages/DME.aspx).

El Departamento de Adultos Mayores de Maryland está ofreciendo equipos médicos duraderos (DME) a los residentes de Maryland con cualquier enfermedad, lesión o discapacidad, independientemente de su edad, sin costo alguno. Todo el equipo se recolecta a través de donaciones y se desinfecta, repara y redistribuye a los habitantes de Maryland que lo necesiten. El formulario de solicitud de DME debe completarse y enviarse tanto para DME básico como para DME complejo. Los formularios de solicitud están disponibles en línea.

**Partners In Care/Connect America –** 410-544-4800; línea gratuita 1-800-227-5500; 8151-C Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; [www.partnersincare.org](http://www.partnersincare.org). Ayudan a los adultos mayores a permanecer independientes en sus casas. El Sistema Personal de Respuesta a Emergencias (Personal Emergency Response System, PERS) de Partners In Care/Connect America es un dispositivo de alerta médica a prueba de agua que se usa en la muñeca o un colgante alrededor del cuello, diseñado para reducir las preocupaciones y los riesgos de estar solo. Ante susto, caída o emergencia, la ayuda está disponible con solo tocar un botón. Proveedor de exención de Medicaid de Maryland. Llame para obtener más información.

**MEDICARE, MEDICAID**

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Exención de opciones basadas en casa y la comunidad –** Participantes inscritos: 410-222-4366; Lista de espera del registro: 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA / SHIP (Programa Estatal de Asistencia de Seguro Médico) –** 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/SMP (Patrulla de Medicare para Personas Mayores) –** 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Medical Assistance (Medicaid) –** 410-786-3000; Línea gratis: 877-267-2323; [www.cms.gov/MedicaidGenInfo](http://www.cms.gov/MedicaidGenInfo). Programa de seguro médico para personas de bajos ingresos de todas las edades. Paga los servicios médicos y otros servicios relacionados con la salud.

**Medicare –** línea gratuita 800-633-4227; [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov). Ofrece información y recursos completos sobre Medicare.

**CUIDADO DE LA MEMORIA**

**ADV Charter Senior Living de Annapolis –** 2717 Riva Rd., Annapolis, MD 21401; 410-648-2355; [www.charterofannapolis.com](http://www.charterofannapolis.com). Charter of Annapolis es una hermosa comunidad boutique para el cuidado de la memoria. Está dedicado a un estilo de vida activo y con propósito a través de la atención personalizada, el ambiente familiar y un exitoso programa.

**SPG ADV Support for Aging, LLC. –** [www.supportforaging.com](http://www.supportforaging.com). "Mejoramos la vida de los adultos mayores y de las personas que los aman". Ofrecemos acompañamiento individual y grupal, y desarrollo de competencias tanto para adultos mayores como para cuidadores. Tenemos experiencia en la planificación del final de la vida y en el apoyo al duelo. También apoyamos a los profesionales mediante la formación en Alzheimer y trastornos neurocognitivos relacionados, y la atención al cliente. Use nuestro sitio web para programar una consulta sin riesgos. Esperamos poder atenderlo.

**SALUD MENTAL**

**Sistema de Respuesta a Crisis del condado de AA –** Línea de apoyo: 410-768-5522; [www.aamentalhealth.org/pr\\_warmline.cfm](http://www.aamentalhealth.org/pr_warmline.cfm). Servicio que ofrece a todos los residentes del condado de Anne Arundel en crisis asistencia de apoyo y enlaces a recursos dentro de la comunidad. El servicio a la comunidad se ofrece a través de equipos móviles de crisis, servicios de alcance para personas sin hogar, educación comunitaria, camas de crisis y enlaces con clínicas de atención de urgencia y servicios para víctimas de violencia doméstica.

**Departamento de Salud del condado de AA –** 410-222-7095; TTY 711; [www.ahealth.org](http://www.ahealth.org). Este es el número general del Departamento de Salud del condado de AA, que ofrece una variedad de servicios de salud, incluyendo vacunas y programas para la salud mental y las adicciones. Llame para obtener información sobre la clínica. Hay intérpretes de español disponibles.

**Agencia de Salud Mental del condado de AA –** 410-222-7858; [www.aamentalhealth.org](http://www.aamentalhealth.org). Dedicado a garantizar que los beneficiarios de Medicaid y otros residentes del condado de bajos ingresos y no asegurados que cumplan con ciertos criterios tengan acceso a una amplia gama de servicios de salud mental de calidad.

**Baltimore Vet Center –** 1777 Reisterstown Road, Suite 199, Baltimore, MD 21208; [www.va.gov/baltimore-vet-center](http://www.va.gov/baltimore-vet-center). Los servicios incluyen orientación individual y grupal, orientación por trauma sexual militar, apoyo para el duelo, referencias para el abuso de sustancias y asistencia laboral.

**SPG ADV Inspirations Assisted Living & Memory Care –** 833-346-8569; [www.inspired-joy.com](http://www.inspired-joy.com)

**Asociación de Salud Mental de Maryland –** 443-901-1550; [www.mhamd.org](http://www.mhamd.org). Organización ciudadana sin fines de lucro que reúne a consumidores, familias y profesionales ofreciendo educación y defensa en nombre de las personas con enfermedades mentales.

**National Alliance for the Mentally Ill MD (NAMI)** – Línea de apoyo del condado de Anne Arundel: 443-995-2222; línea gratuita 877-878-2371 línea de apoyo de MD; namiaac.org; info@namimd.org. Organización voluntaria de base afiliada a la organización estatal en MD y nacional de la NAMI. Ofrece información, asistencia, apoyo, defensa y educación para quienes se enfrentan a enfermedades mentales y para sus cuidadores. Con frecuencia, se organizan grupos de apoyo y clases gratis tanto para consumidores como para familias, y reuniones de educación pública. Llame o envíe un correo electrónico para conocer los horarios y los espacios.

**On Our Own of Anne Arundel County, Inc.** – 410-224-0116; 132 Holiday Court, Suite 210, Annapolis, MD 21401; www.onourownmd.org/s. Grupo de autoayuda que ofrece apoyo y defensa a las personas que viven con enfermedades mentales y trastornos por uso de sustancias. Compañerismo, apoyo y defensa. Llame para conocer los horarios. Ofrece transporte limitado dentro de Annapolis.

**Consejería Pro Bono** – 410-825-1001 - para programar una entrevista telefónica; 410-598-0234 - Línea de apoyo; 410-816-4221- Español; www.probonocounseling.org. Es una fuente de referencia sin fines de lucro para orientación gratis de salud mental para personas sin seguro, con seguro insuficiente o de bajos ingresos. Sirve a todo el estado de Maryland y trabaja con personas, parejas y familias. Todos los servicios, incluyendo referencias y orientación, son gratis si los clientes están dentro de los límites de elegibilidad de ingresos.

**Servicios de referencia de Sheppard Pratt Therapy** – General: 410-938-3000; Oficina Care Connect: 410-938-5000; Línea de Crisis: 410-938-5302; línea gratis 888-938-4207; www.sheppardpratt.org. Agencia de salud mental que ofrece orientación de salud mental, orientación sobre adicciones, programas para pacientes ambulatorios y hospitalizados. Hay una clínica de crisis sin cita previa en las ubicaciones de Sheppard Pratt en Towson y Oakridge. Consulte nuestro sitio web para obtener más detalles.

**Clínica de Salud Conductual del Condado de Villa María de Anne Arundel** – 667-600-2494; www.catholiccharities-md.org.

Un programa de Catholic Charities que ofrece una clínica comunitaria de salud conductual que atiende a niños, familias y adultos con necesidades de salud mental, emocionales y conductuales. Evaluación psiquiátrica y monitoreo de medicamentos, servicios de salud mental en las escuelas del condado de AA. De 4 años a la edad adulta que tienen Medical Assistance.

## TRASTORNO DEL MOVIMIENTO

**SPG ADV Support for Aging, LLC.** – www.supportforaging.com. “Mejoramos la vida de los adultos mayores y de las personas que los aman”. Ofrecemos acompañamiento individual y grupal, y desarrollo de competencias tanto para adultos mayores como para cuidadores. Tenemos experiencia en la planificación del final de la vida y en el apoyo al duelo. También apoyamos a los profesionales mediante la formación en Alzheimer y trastornos neurocognitivos relacionados, y la atención al cliente. Use nuestro sitio web para programar una consulta sin riesgos. Esperamos poder atenderlo.

## SERVICIOS DE REUBICACIÓN EN MUDANZA

**SPG ADV Amada Senior Care** – 134 Holiday Court, Suite 306, Annapolis, MD 21401; 443-569-0799; Amadaseniorcare.com. Ofrece servicios de colocación para personas mayores cuando quedarse en casa ya no es una opción. Ayudamos a las personas mayores y sus familias a identificar las mejores comunidades de vida asistida y vida independiente para ellos en función del lugar, las comodidades y el presupuesto sin costo para la familia.

**ADV Chesapeake Transitions** – 502 Corbin Parkway, Annapolis, MD 21401; 410-897-0050; chesapeaketransitions.com. Chesapeake Transitions, de propiedad y operación local, ha estado ayudando a las personas mayores de Maryland y sus familias durante más de una década. Clasificación, embalaje, manejo de mudanzas, organización de casas nuevas, limpieza de toda la casa y venta profesional de propiedades.

**SPG ADV Chessie Senior Movers** – 410-575-2000; [www.ChessieSeniorMovers.com](http://www.ChessieSeniorMovers.com). Sirviendo a USTED, a nuestra ciudad natal de Annapolis y a toda la región del Atlántico Medio. Nuestro equipo comprensivo ofrece orientación sobre qué llevar, y empaca, muda y configura cuidadosamente su nueva, acogedora y familiar casa en un espacio de vida independiente, asistida o cuidado de la memoria. Reubicamos, donamos y eliminamos los artículos que ya no quiera. ¡Presupuesto gratis!

**SPG Graceful Transitions** – 1341 Hughes Ford Rd, Suite 112-A, Frederick, MD 21701; [www.gracefultime.com](http://www.gracefultime.com)

**SPG Labor of Love** – 1016 Blackwell Dr, Annapolis, MD 21403; [laboroflove.me](http://laboroflove.me)

**SPG Moyer Move Management** – 13050 Shawnee Lane, Clarksburg, MD 20871; [www.moyermove.com](http://www.moyermove.com)

**SPG RE/MAX Executive** – 8432 Veterans Highway, Millersville, MD 21108, Millersville, MD 21108; [www.deborahwade.net](http://www.deborahwade.net)

**SPG Simply Organized Annapolis** – 443-212-8389; [simplyorganizedannapolis.com](http://simplyorganizedannapolis.com). Al servicio del condado de Anne Arundel. Nuestro equipo de organizadores profesionales ayuda cuidadosamente a las personas mayores y a las familias con las múltiples facetas de la mudanza y la transición. Ofrecemos asistencia con la organización reflexiva, la reducción de objetos, la donación y la remoción de escombros, los servicios de empaque y también ayudamos a desempacar y hacer que usted o su ser querido se instalen en un nueva casa de manera organizada.

**SPG Tender Heart Movers** – 240-545-8910; [tenderheartmovers.com](http://tenderheartmovers.com). Ofrece servicios compasivos y centrados en el cliente para la reducción de objetos y la reubicación de personas mayores y con discapacidades. Clasificar toda una vida de posesiones puede ser emocional y físicamente agotador. Nuestras ofertas abarcan consultas gratis, planificación de pisos, organización, coordinación de mudanzas, limpiezas y asistencia para instalarse. Ya sea que esté haciendo la transición a un apartamento para personas mayores, un centro de vida asistida, o si elige envejecer en una casa, nos comprometemos a garantizar una transición sin problemas para usted y sus seres queridos.

## MUSICOTERAPIA

**SPG ADV Servicios de Musicoterapia de Annapolis** – 410-697-1812; 2568A Riva Road Suite 103, Annapolis MD 21401; [www.annapolismusictherapy.com](http://www.annapolismusictherapy.com). Ofrecer servicios de musicoterapia orientados a objetivos y basados en relaciones a lo largo de la vida.

## CENTROS DE ATENCIÓN DE ENFERMERÍA

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Oficina local del Programa del Defensor de Cuidado a Largo Plazo** – 410-222-4257; línea gratuita 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**SPG ADV Autumn Lake Healthcare** – [autumnlakehealthcare.com](http://autumnlakehealthcare.com). Tiene una red de centros de enfermería especializada comprometidos a ofrecer una atención de rehabilitación galardonada a corto y largo plazo, al tiempo que fomenta comunidades cálidas y vibrantes durante el proceso. Cada centro, de propiedad y gestión individual, ofrece una amplia gama de servicios para satisfacer las necesidades de cada persona, como terapia del habla, fisioterapia, diálisis y cuidado de heridas. Para obtener más información sobre Autumn Lake Healthcare y encontrar un centro cerca de usted, visite [autumnlakehealthcare.com](http://autumnlakehealthcare.com).

**Complete Care of Annapolis** – 410-267-8653; 900 Van Buren Street, Annapolis, MD 21403. Complete Care of Annapolis es un centro de enfermería especializada de 97 camas atendido por un equipo multidisciplinario de cuidadores dedicados. También ofrece atención posterior a estados agudos, rehabilitación, atención pulmonar, manejo del dolor y más.

**SPG ADV FutureCare Annapolis** – ¡Apertura en junio! – 2700 South Haven Road, Annapolis, MD 21401; 410-349-5100; [www.futurecare.com](http://www.futurecare.com). ¡Estamos orgullosos de anunciar que FutureCare Annapolis abrirá sus puertas este verano! Annapolis ofrecerá el programa de rehabilitación ortopédica WalkStrong, además de ofrecer atención postquirúrgica, cardíaca y de derrame cerebral en nuestro programa de rehabilitación a corto plazo. La atención a largo plazo también estará disponible para aquellos que elijan a Annapolis como su hogar.

**SPG ADV FutureCare Chesapeake** – 305 College Parkway, Arnold, MD 21012; 410-647-0015; [www.futurecare.com](http://www.futurecare.com). FutureCare Chesapeake está situada en un hermoso entorno boscoso a solo minutos de Annapolis, Severna Park y Arnold. La rehabilitación a corto plazo, la atención a largo plazo y la rehabilitación ambulatoria, y la diálisis interna están disponibles en FutureCare Chesapeake. Chesapeake es un centro de excelencia para el programa de rehabilitación ortopédica WalkStrong, además de ofrecer servicios postquirúrgicos, de ataques cerebrales y de atención cardíaca después de estados agudos.

**Comisión Conjunta de Acreditación de Atención Médica (Joint Commission on Accreditation of Healthcare)** – 630-792-5800; línea gratis 800-994-6610; [www.jointcommission.org](http://www.jointcommission.org). Organización independiente sin fines de lucro que evalúa y acredita hospitales, centros de atención residencial, organizaciones de atención administrada, organizaciones de atención en casa y servicios de laboratorio y ambulatorios. Línea directa de quejas: 800-994-6610.

## PARQUES Y RECREACIÓN

**Departamento de Recreación y Parques del Condado de AA** – 410-222-7300; [www.aacounty.org/RecParks](http://www.aacounty.org/RecParks). Principalmente responsable de la provisión de un sistema integral de programas recreativos para los residentes del condado, incluyendo instalaciones recreativas especializadas, dos centros de natación, campos de golf, estadio de béisbol, campos deportivos, y recreación adaptada. Está disponible una guía del programa que detalla todos los programas y actividades. Hay un pase vitalicio al parque para adultos mayores (Senior Lifetime Park) para personas mayores de 60 años por una tarifa única de \$40 para cuatro parques regionales.

**Parques Nacionales y Tierras Recreativas Federales/Pases America the Beautiful Passes** – 202-208-6843; [www.nps.gov/planyourvisit/passes.htm](http://www.nps.gov/planyourvisit/passes.htm). Los pases America the Beautiful cubren las tarifas de entrada a los parques nacionales y refugios nacionales de vida silvestre, y las tarifas estándar de servicios (tarifas de uso diario). El Pase vitalicio para personas de 62 años y más cuesta \$80, y el Pase Anual para personas mayores de 62 años cuesta \$20. El pase de acceso es un pase de por vida para ciudadanos estadounidenses o residentes permanentes con discapacidades permanentes. Se requiere documentación de edad/discapacidad

y residencia/ciudadanía. Los pases se pueden obtener en persona sin cargo adicional. Sin embargo, si se hace un pedido en línea o por correo, hay una tarifa de procesamiento de \$ 10.

**Centro Olímpico de Natación de Arundel** – 410-222-7933; [www.aacounty.org/departments/recreation-parks/aquatics](http://www.aacounty.org/departments/recreation-parks/aquatics). La clase de natación para personas mayores y los ejercicios aeróbicos acuáticos se hacen en una piscina cubierta de 50 metros con temperatura controlada. Hay vestuarios disponibles. Llame para conocer las tarifas, los horarios de funcionamiento y los horarios de las clases.

**Captain Avery Museum, Inc.** – 410-867-4486; [www.captainaverymuseum.org](http://www.captainaverymuseum.org). El Museo ofrece una diversidad de acontecimientos y programas divertidos y educativos, como nuestro galardonado Festival de la Ostra cada octubre. El museo abre los domingos de 1 p. m. – 4 p. m. desde el Día de los Caídos hasta el Día del Trabajo y para todos los acontecimientos. El espacio abre todos los días, desde el amanecer hasta el anochecer.

**Departamento de Recreación y Parques de la Ciudad de Annapolis** – 410-263-7958; [www.annapolis.gov/recreation](http://www.annapolis.gov/recreation); [recpark@annapolis.gov](mailto:recpark@annapolis.gov). Enriquece la calidad de vida de los residentes del área de Annapolis y aboga por una vida sana y activa ofreciendo programas recreativos de calidad e instalaciones comunitarias dentro de una variedad de parques y espacios abiertos naturales.

**Compass Pointe Golf Course** – 410-255-7764; [www.compasspointegolf.com](http://www.compasspointegolf.com). Campo de golf público. Membresías y descuentos para personas mayores disponibles. Llame para obtener información.

**The Preserve at Eisenhower Golf Course** – 410-222-3400; <https://www.thepreserveateisenhower.com>; Campo de golf público. Descuentos para personas mayores (más de 60 años) disponibles. Llame para obtener información.

**Departamento de Recursos Naturales/Parques Estatales de MD** – 1-800-825-7275; línea gratis 877-620-8367; TTY 711; [www.dnr.maryland.gov](http://www.dnr.maryland.gov). Ofrece programas de vida silvestre, programas de caza, parques e instalaciones recreativas. El pase Golden Age Pass es un pase de por vida intransferible que ofrece a las personas mayores de 62 años entrada gratis de un día a todos los parques estatales que cobran tarifas de servicio, mitad de precio para acampar de domingo a jueves (excluyendo días festivos) y exenciones en tarifas para botes. Puede comprar este pase en línea o en varios parques estatales. Llame a la sede del servicio de parques al 410-260-8186 si necesita ayuda para encontrar un lugar conveniente para comprar su pase. El Pase universal para personas discapacitadas es un pase gratuito de por vida que permite al titular y a otra persona entrar gratis a las instalaciones de uso diurno en los parques estatales donde se cobran tarifas de servicio asociadas con la entrada. Solicite en línea o en cualquier Centro de Servicio de Maryland. Centro de servicio de Annapolis: 410-260-3220.

**Centro Acuático North Arundel** – 410-222-0090; [www.aacounty.org/departments/recreation-parks/aquatics](http://www.aacounty.org/departments/recreation-parks/aquatics). Una piscina de competición de ocho andariveles y 25 yardas, una piscina de ocio y un parque acuático cubierto. Abierto los siete días de la semana. Descuentos para personas mayores de 60 años y personas con discapacidades. Descuentos para militares.

## MASCOTAS Y SERVICIOS DE CUIDADO DE MASCOTAS

**Agencia de Control y Cuidado de Animales del Condado de AA** – 410-222-8900; [www.aacounty.org/animal-control](http://www.aacounty.org/animal-control). Oficina local de control de animales que ofrece licencias para perros y gatos, clínicas contra la rabia y adopciones de animales. Llame para solicitar que recojan de animales callejeros o retiren cadáveres, o para reportar el maltrato animal.

**Pets on Wheels** – 443-977-9726; coordinador del condado de AA: 443-569-0906; <https://www.petsonwheels.org>; Pets on Wheels comparte el amor por las amigables mascotas terapéuticas para ayudar a mejorar la vida, conectando a nuestras mascotas con las personas para marcar una profunda diferencia positiva todos los días.

**Santuario de perros mayores–  
Programa Tommy Raskin Seniors  
2 Seniors – 443-742-0270;**

[www.seniordogsanctuary.com/seniors-2-seniors.html](http://www.seniordogsanctuary.com/seniors-2-seniors.html). Un programa de despensa de comida para mascotas que ayuda a las mascotas y a los adultos mayores que viven en el condado de Anne Arundel

**SPCA (Sociedad para la Prevención de la Crueldad contra los Animales) – 410-268-4388; [www.aacspca.org](http://www.aacspca.org).** Refugio de animales local que ofrece adopciones de mascotas, una clínica de esterilización/castración de bajo costo, clínica de vacunas de costo reducido, clases de obediencia para perros, asistencia para mascotas perdidas. El programa Senior for Seniors empareja a gatos y perros mayores con adultos mayores de 55 para una reducción del 50 % en la tasa de adopción.

**FARMACIAS Y PROGRAMAS DE ASISTENCIA FARMACÉUTICA**

**SPG Annapolis Professional Pharmacy – 410-263-7440; 703 Giddings Avenue, Suite L1, Annapolis, MD 21401; [www.professionalpharmacygroup.com](http://www.professionalpharmacygroup.com)**

**SPG Arnold Professional Pharmacy – 443-949-8373; 1460 Ritchie Hwy, Arnold, MD 21012; [www.professionalpharmacygroup.com](http://www.professionalpharmacygroup.com)**

**SPG Empire Medical Equipment – 200 Hospital Dr. Glen Burnie, MD 21061; 410-787-0030 [www.professionalpharmacygroup.com](http://www.professionalpharmacygroup.com).** Somos el proveedor de equipos médicos y suministros para el cuidado de la salud en casa de su barrio. Como parte del Professional Pharmacy Group, ofrecemos un servicio superior, con personal de ventas capacitado que puede ayudarlo con cualquier pregunta. También podemos ofrecer servicio de entrega, servicios de ajuste programado, sillas elevadoras, camas de hospital, zapatos y suministros para diabéticos, monitoreo continuo de glucosa, medias de compresión y mucho más. ¡Venga a ver lo fácil que puede ser usar equipos médicos!

**Good Pill Pharmacy – 1-888-987-5187; <https://goodpill.org>.** Good Pill Pharmacy es un servicio de entrega a domicilio sin fines de lucro que ofrece medicamentos asequibles en todo Maryland. No hay restricciones en cuanto al seguro, los ingresos o la edad. Good Pill Pharmacy dispensará un suministro de 90 días y puede entregarlo en su casa en 5-7 días.

**Lilly Cares Foundation – 1-800-545-6962; [www.lillycares.com](http://www.lillycares.com); Lilly Cares Foundation, Inc. (Lilly Cares)** es una organización benéfica sin fines de lucro que ofrece medicamentos recetados de Lilly gratis durante un máximo de 12 meses a pacientes estadounidenses que califiquen. Durante los últimos 20 años, Lilly Cares ha ayudado a más de un millón de pacientes con necesidades económicas a recibir medicamentos donados por Lilly. Requisitos de elegibilidad y solicitudes disponibles en línea.

**Programa de Asistencia de Medicamentos Recetados para Personas Mayores de Maryland (SPDAP) – Servicio al cliente de SPDAP: 1-800-551-5995; SPDAP TTY: 1-800-877-5156; SHIP del condado de AA: 410-222-4257; [marylandspdap.com](http://marylandspdap.com);** El Programa de Asistencia para Medicamentos Recetados para Personas Mayores (SPDAP) es un programa de subsidios establecido por la Asamblea General de Maryland en 2005 para ofrecer asistencia económica a los residentes de Maryland de ingresos moderados que son elegibles para Medicare y están inscritos en un plan de medicamentos recetados. Para participar, las personas deben cumplir los siguientes requisitos de elegibilidad: mostrar residencia en Maryland durante al menos seis meses, ser beneficiario de Medicare y tener un ingreso igual o inferior al 300% del Nivel Federal de Pobreza. El Programa de Seguro de Salud del Estado del Condado de AA (SHIP) también puede responder preguntas relacionadas con este programa.

**Northern Pharmacy and Medical Equipment – Farmacia de servicio completo: 410-254-2055; Suministros y equipos médicos: 410-254-2056; Oficina principal Llamada gratis: 800-486-0714; 6701 Harford Road, Baltimore, MD 21234; [www.northernpharmacy.com](http://www.northernpharmacy.com)**

**SPG Park Professional Pharmacy – 410-544-7275; 580 Ritchie Hwy, Suite N, Severna Park, MD 21146; [www.professionalpharmacygroup.com](http://www.professionalpharmacygroup.com)**

**SPG Professional Pharmacy Group (Arnold Professional Pharmacy) – 1460 Ritchie Hwy., Ste. 103, Arnold, MD 21012; <https://www.professionalpharmacygroup.com>**

**Programa REACH – 410-222-4531; [www.ahealth.org/family-health/uninsured-resources/reach-residents-access-coalition-health](http://www.ahealth.org/family-health/uninsured-resources/reach-residents-access-coalition-health).** El programa REACH ofrece acceso a atención médica primaria, preventiva y especializada de bajo costo a personas sin seguro y de bajos ingresos. Esto se logra mediante la contratación de una amplia variedad de proveedores de atención médica en el condado de Anne Arundel que acuerdan aceptar una tarifa reducida por sus servicios. Los residentes del condado de Anne Arundel que solicitaron un seguro a través del plan de salud Maryland Health Connection y a quienes se les negó la cobertura y no pudieron calificar para los planes de seguro estatales y federales pueden presentar una solicitud.

**Soleil Pharmacy – 443-281-9157; 801 Landmark Drive, Glen Burnie, MD 21061; [www.soleilpharmacy.com](http://www.soleilpharmacy.com).** Como farmacia de su barrio, permítanos mostrarle el verdadero significado de la atención. ¡Se lo hacemos fácil! ¡Consejos expertos con un toque familiar! Vacunas (ya no se ofrecen vacunas contra el COVID), revisión de recetas y empaque Dispill (empaque en “blíster”).

**FISIOTERAPIA**

**SPG HeyNow Senior Therapy – 1204 Steuben Court, Odenton, MD 21113; [www.HeyNowSeniorTherapy.com](http://www.HeyNowSeniorTherapy.com)**

**SPG SportsPro Centro de terapia física y acuática – Director clínico: Dr. Kenny Gaston DPT “Ofrecemos una sensación de asistencia de conserjería con atención individual”. Tel.: 410-508-9900 Fax: 410-571-5210 [kenny@sportspropt.com](mailto:kenny@sportspropt.com) [www.sportspropt.com](http://www.sportspropt.com) 626 Admiral Dr., Suite D Annapolis, MD 21401**

## MÉDICOS

**Centro de Salud Comunitario AAMC – Forest Drive** – 410-990-0050; [www.aahs.org/about-us/community/community-clinics](http://www.aahs.org/about-us/community/community-clinics). El Centro de Salud Comunitario AAMC situado en Annapolis, MD, es un consultorio médico que ofrece atención médica de bajo costo a recién nacidos, niños, adultos y adultos mayores. Actualmente, el Centro atiende a pacientes que no tienen seguro (que pagan por cuenta propia) o que tienen cobertura con Medical Assistance, Amerigroup, Priority Partners y Amerigroup estatal. Los pacientes que “pagan por su cuenta” reciben un descuento del 40 % si pagan el mismo día. Personal bilingüe disponible.

**Departamento de Salud del condado de AA/Servicios de Salud de Annapolis** – 410-222-7138 Dental; 410-222-6797 WIC; [www.aahealth.org](http://www.aahealth.org). Centro de salud comunitario que ofrece servicios relacionados con la salud dental y el programa de nutrición para mujeres, bebés y niños (Women, Infants and Children, WIC)

**Departamento de Salud del condado de AA: Road to Recovery** – 410-222-0100- Condado Norte; 410-222-6001- Condado Sur; [www.aahealth.org/addiction-clinic](http://www.aahealth.org/addiction-clinic). Orientación, tratamiento y remisiones para el abuso de sustancias.

**Departamento de Salud del condado de AA/Glen Burnie Health Center** – 410-222-6633; [aahealth.org/clinic-locations](http://aahealth.org/clinic-locations). Centro de salud comunitario que ofrece servicios relacionados con enfermedades transmisibles, vacunas, pruebas de embarazo, servicios de tuberculosis y pruebas y orientación sobre el VIH/sida.

**Departamento de Salud del condado de AA/Bay Meadow Health Center** – 410-222-6180; [www.aahealth.org/locations/baymeadow-health-services](http://www.aahealth.org/locations/baymeadow-health-services). Centro de salud comunitario que ofrece exámenes de mama, mamografías y pruebas de Papanicolaou gratis para mujeres de 40 a 64 años sin cobertura de seguro médico. La remisión para colonoscopia está disponible para las personas de 50 a 64 años de edad que son elegibles por ingresos y no tienen seguro. También ofrece información de salud pública para residentes y proveedores de salud, Operaciones de COVID-19, Healthy Start para mujeres embarazadas y Programa de respuesta a

patógenos emergentes de salud pública. Llame para obtener información sobre el programa de cáncer de mama y de cuello uterino. Los mayores de 18 años pueden ser considerados para servicios sin costo. Comuníquese para obtener más información.

**Departamento de Salud del condado de AA/Servicios de Salud del Norte del condado** – 410-222-6861-Dental; 410-222-6838-Servicios de Salud Escolar; 410-222-6797-WIC; [aahealth.org/clinic-locations](http://aahealth.org/clinic-locations). Centro de salud comunitario que ofrece servicios relacionados con la salud dental y el programa de nutrición para mujeres, bebés y niños (Women, Infants and Children, WIC).

**Departamento de Salud del condado de AA/Parole Health Center** – 410-222-7247; [aahealth.org/clinic-locations](http://aahealth.org/clinic-locations). Centro de salud comunitario que ofrece servicios relacionados con enfermedades transmisibles, vacunas y pruebas y orientación sobre el VIH/sida.

**Sociedad Médica del condado de Howard y Anne Arundel (Anne Arundel & Howard County Medical Society)** – [www.aahcms.org](http://www.aahcms.org); La AAHCMS es una organización dirigida e impulsada por médicos afiliada a MedChi, la Sociedad Médica del Estado de Maryland. A través de la defensa, la asistencia técnica, la programación y los servicios, AAHCMS empodera a los médicos para liderar las políticas que afectan la práctica de la medicina, el acceso a la atención médica y la salud pública. “Find a Physician” es un servicio gratuito de remisión médica para el condado de Anne Arundel. Use el siguiente sitio web para buscar un médico cerca de usted: [www.medchi.org/Physician-Finder/Physician-Finder](http://www.medchi.org/Physician-Finder/Physician-Finder).

**ADV Bay Community Health Medical** – 410-867-4700; Salud Conductual 443-607-1432. Sedes en West River, Shady Side y Lothian, MD; Baycommunityhealth.org. Bay Community Health cuida a la persona como un todo, tratando las necesidades clínicas, sociales y de salud conductual. Ofrecemos servicios médicos primarios, de salud conductual y de administración de la atención a todos, independientemente del estado del seguro o la capacidad de pago. “Ningún vecino se quedará sin la atención médica que necesita”.

**Chase Brexton Health Care** – 410-837-2050; 200 Hospital Drive, Suite 300, Glen Burnie, MD 21061; chasebrexton.org. En Chase Brexton, nos apasionan las personas y nos apasiona tratar sus necesidades de atención médica. Chase Brexton ofrece una experiencia de atención médica diferente. ¡Todos son bienvenidos!

**ADV Dockside Dermatology** – 8601 Veterans Highway, Suite 201, Millersville, MD 21108; 410-934-5400; www.docksidederma.com. Somos médicos que estamos a su lado, ofreciendo una experiencia excepcional en Dermatología. Ofrecemos atención dermatológica integral a través de dermatología general, cosmética y quirúrgica, incluyendo la cirugía de Mohs.

**SPG OnSite Medical House Calls** – 358 Hickory Point Rd, Pasadena; www.onsitemedicalcalls.com

**Servicio de búsqueda de un médico del Centro Médico Baltimore Washington de la Universidad de MD** – 410-787-4636; línea gratuita 800-778-3236; www.umms.org/find-a-doctor. Un servicio de remisión personalizado para conectarlo con un médico de atención primaria o especialista que satisfaga sus necesidades. Puede solicitar una búsqueda por especialidad, lugar, género e incluso idioma hablado.

**Facultad de Odontología de la Universidad de MD** – 410-706-7101; línea gratuita 866-787-8637; www.dental.umaryland.edu. Ofrece atención dental familiar integral. Antes de comenzar cualquier tratamiento, los proveedores de atención médica dental hacen un examen completo para determinar el mejor plan de tratamiento. Los profesores supervisan y evalúan todo el trato ofrecido por los estudiantes. La atención al paciente puede llevar más tiempo, pero la atención personalizada y la supervisión están garantizadas. Se aceptan planes de pago personal, algunos tipos de seguro y Medical Assistance. Llame para obtener más información sobre el seguro.

**Joint Replacement Center en el Centro Médico Baltimore Washington de la Universidad de MD**: 410-553-8282; 301 Hospital Drive, Glen Burnie, MD 21061; www.mybwmc.org/joint-replacement. Ofrece atención integral y centrada en el equipo para pacientes que necesitan prótesis articulares. Se desarrollan planes de atención personalizados para cada paciente, incluyendo opciones de manejo del dolor no quirúrgico y un equipo dedicado que ofrece apoyo antes, durante y durante mucho tiempo después de la cirugía de prótesis articular. Hay clases gratuitas en línea para preparar a las personas que están considerando la cirugía de prótesis articular.

**Asuntos de Veteranos/Glen Burnie Outpatient Clinic** – 410-590-4140 Clínica ambulatoria; 410-605-7333 call center para citas; www.maryland.va.gov. Permite que los veteranos en el condado de AA reciban atención primaria y algunos servicios especializados cerca de donde viven y trabajan.

## PODÓLOGOS

**SPG Loving Hands Podiatry** – 14202 Lake Run Court, Bowie, MD 20720; www.lovinghandspodiatry.com

## ORGANIZACIÓN PROFESIONAL

**SPG Tidy Nest Professional Organizing** – 1276 Fenwick Garth, Arnold, MD 21012; www.yourtidynest.com

## SERVICIOS INMOBILIARIOS

**SPG ADV Annapolis-Eastport Long & Foster, Marie Simpson, AGENTE INMOBILIARIA** – Especialista en bienes raíces para personas mayores. Conoce el condado de Anne Arundel y los recursos disponibles para que usted y su familia puedan hacer un cambio a la vida para personas mayores, el cuidado de adultos mayores y los requisitos únicos para una mudanza madura. Está en 320 Sixth St, Annapolis, MD, 21403, 410-260-2800. Llámela o envíele un mensaje de texto al 410-703-3294. Marie.simpson@Longandfoster.com

**SPG Annapolis Fine Homes Long & Foster Real Estate** – 145 Main Street, Annapolis, MD 21401; www.peggylove.inf.com

**SPG Berkshire Hathaway HomeServices PenFed Realty** – 565 Benfield Road, Suite 100, Severna Park, MD 21146; www.jenniferyeatts.com

**SPG Coldwell Banker Realty-Ann Englehart** – 3 Church Circle, Annapolis, MD 21401; www.homesbuytheshore.com

**ADV Fanita Pegues – Keller Williams Preferred Properties** – 1441 McCormick Dr., Upper Marlboro, MD 20774; 301-802-4568 o 240-737-5000. Fanita ofrece una gran cantidad de conocimiento/experiencia para ayudar a las personas a manejar las tareas asociadas con las ventas de propiedades inmobiliarias (venta de casas, reparaciones, trabajos de jardinería, organización de tareas, archivos o limpieza de desorden). Ella te guiará, aconsejará y ofrecerá servicios profesionales de alta calidad durante todo el proceso. Análisis gratis del valor con garantía hipotecaria.

**Joan F. Eisenhardt** – 410-979-2590; Correo electrónico: jeisen407@aol.com; 8230 Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; www.c21joan.com; Agente inmobiliario especializado en mudanzas maduras. Servicio completo, tiempo completo, todo el tiempo.

**SPG JPAR Maryland Living** – 1460 Ritchie Highway, Suite 110, Arnold, MD 21012; kristikorwek.jpar.com

**SPG Keller Williams Flagship of Maryland** – 339 Busch's Frontage Road, Suite 206, Annapolis, Md 21409; www.TDGMoves.com

**SPG** Keller Williams Preferred Properties – 1441 McCormick Dr., Suite 1020, Upper Marlboro, MD 20774

**SPG** Lillie Cares, Inc – [www.lilliecares.org](http://www.lilliecares.org)

**SPG** Lowery Home Team at eXp Realty – 8115 Maple Lawn Blvd, Suite 350, Fulton, Maryland 20759; [LoweryHomeTeam.com](http://LoweryHomeTeam.com)

**SPG ADV** Mid-Atlantic Home Watch – 410-570-5221; [midatlantic-homewatch.com](http://midatlantic-homewatch.com); ¿Deja su casa desocupada para viajar o escapa de nuestro clima del Atlántico Medio durante un período prolongado? Como su empresa local de administración y mantenimiento de propiedades, ofrecemos servicios profesionales y completos de vigilancia y conserjería para casa a los residentes de temporada y las familias que necesitan ayuda para mantener sus casas y propiedades en ambos lados de la Bahía de Chesapeake. Permítanos ofrecerle la tranquilidad que se merece, ya sea que esté en casa o fuera.

**SPG** Next Step Partners – 1210 Garnet Ct, Odenton, MD 21113; [Nextsteppartners.org](http://Nextsteppartners.org)

**SPG** ReMax Executive – 790 Ritchie Highway, E33, Severna Park, MD 21146; [Rick-Mudd.Remax.com](http://Rick-Mudd.Remax.com)

## SERVICIOS DE REMISIÓN Y PLANIFICACIÓN

**SPG** Assisted Living Locators – 215 Sumner Rd, Annapolis, MD 21401; [assistedlivinglocators.com/care-advisor/annapolis](http://assistedlivinglocators.com/care-advisor/annapolis)

**SPG** Care Patrol – PO Box 494, Severn, MD 21144; [www.carepatrol.com](http://www.carepatrol.com)

**ADV** Oasis Senior Advisors – 240-866-0064; [OasisSeniorAdvisors.com/Frederick](http://OasisSeniorAdvisors.com/Frederick). Servicio gratis para que las personas mayores y las familias identifiquen una comunidad de vida asistida/cuidado de la memoria en Maryland y el centro-sur de PA. Tenemos más de 400 socios comunitarios y podemos ayudar con casi cualquier presupuesto y necesidades de atención. Nuestro equipo ofrece un servicio de “una llamada, muchas soluciones” para navegar por el laberinto de la vida de las personas mayores. Servicios de referencia para apoyo en la casa, abogados de adultos mayores, planificación económica para veteranos y préstamos puente.

## REHABILITACIÓN, FISIOTERAPIA

**SPG ADV** Servicios de Musicoterapia de Annapolis – 2568A Riva Road Suite 103, Annapolis, MD 21401; [www.AnnapolisMusicTherapy.com](http://www.AnnapolisMusicTherapy.com)

**División de Servicios de Rehabilitación – Annapolis** – 410-974-7608; TTY 711; Videollamada 410-220-1670; dors.maryland.gov/resources/Pages/locations.aspx. Una división del Departamento de Educación de MD que conecta a las personas elegibles con orientación, evaluación y capacitación vocacional para personas con discapacidades que buscan empleo. Los Servicios de Vida Independiente para Ciegos incluyen la enseñanza de habilidades para las tareas de la casa, orientación, movilidad y lecciones de Braille a personas mayores de 55 años que no están buscando empleo. Consejero para todos los clientes sordos situados en esta oficina.

**División de Servicios de Rehabilitación – Linthicum** – 410-636-9010; dors.maryland.gov/resources/Pages/locations.aspx. Una división del Departamento de Educación de MD que conecta a las personas elegibles con discapacidades, que buscan empleo, con orientación, evaluación y capacitación vocacional.

**Fairfield Nursing & Rehabilitation Center** – 410-923-6820; 1454 Fairfield Loop Road, Crownsville, MD 21032; www.fairfieldhealthcenter.com. Rehabilitación para pacientes hospitalizados con habitaciones privadas, que ofrece atención de enfermería las 24 horas, fisioterapia, terapia ocupacional y del habla. También disponen de la unidad de cuidados a largo plazo. Entorno tranquilo, tipo parque.

**SPG Fox Rehabilitation** – 7 Carnegie Plaza, Cherry Hill, NJ 08003; www.foxrehab.org

**Personal Solutions Therapy Services, LLC** – 443-848-3994/334 Thomas White Blvd., Chester, MD 21619; personalsolutiontherapy.net. Servicios privados de terapia Ocupacional, terapia física y terapia de masaje en casa.

## CUIDADO DE RELEVO

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del Condado de AA/Programa Nacional de Apoyo a Cuidadores Familiares** – 410-222-4257; línea gratuita 800-492-2499; www.aacounty.org/aging

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa de Referencia de Cuidado de Relevo** – 410-222-4257; línea gratis 800-492-2499; www.aacounty.org/aging

**SPG ADV Right at Home** – 801 Compass Way, Ste. 4, Annapolis, MD 21401; 410-846-0141; RightAtHomeAA.com. ¿Necesita un receso? Cuidar a un ser querido puede ser gratificante, pero agotador. Right at Home ayuda a los cuidadores familiares ofreciendo atención temporal en casa, confiable y profesional, de 2 a 24 horas al día. ¡También tenemos opciones de convivencia en la casa disponibles! Permítanos ayudarlo a lidiar con el trayecto del adulto mayor. ¡Reciba la atención adecuada, en casa!

## COMUNIDADES DE JUBILADOS

**ADV BayWoods de Annapolis** – 7101 Bay Front Drive, Annapolis, MD 21403; 443-837-1208; baywoodsofannapolis.com; Comunidad de vida para personas mayores, frente al mar, con 14 acres. Ofrece atención continua, cooperativa, vida de jubilación, vida asistida y un garaje de estacionamiento cubierto. Se admiten mascotas, se basa en la equidad. Votado como el mejor de Annapolis.

**SPG ADV Ginger Cove** – 4000 River Crescent Drive, Annapolis, MD 21401; 410-266-7300; www.gingercove.com. Como la única verdadera comunidad de cuidado de la vida de Annapolis, Ginger Cove ha ofrecido a las personas mayores una experiencia de estilo de vida incomparable durante más de 35 años.

## CENTROS DE ACTIVIDADES PARA PERSONAS MAYORES (CONSULTE TAMBIÉN LUGARES PARA ALMORZAR)

Todos los centros de actividades para personas mayores ofrecen actividades físicas y recreativas, promoción de la salud, clases de educación y arte, entretenimiento, socialización y comidas calientes y nutritivas disponibles durante el horario comercial. Actividades mensuales y membresía gratis disponible para cualquier persona mayor de 55 años.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA / Centro de actividades para personas mayores de Annapolis** – PH: 410-222-1818; FAX: 410-222-1216; annapoliscenter@aacounty.org

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA / Arnold Senior Activity Center** – Tel.: 410-222-1922; FAX: 410-222-1924; arnoldcenter@aacounty.org

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA / Brooklyn Park Senior Activity Center** – Tel.: 410-222-6847; FAX: 410-222-6846; bpcenter@aacounty.org

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA / O'Malley Senior Activity Center** – Tel.: 410-222-6227; FAX: 410-222-6229; omalleycenter@aacounty.org

**O'Malley ANEXO** – Tel.: 410-222-0140

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA / Pasadena Senior Activity Center** – Tel.: 410-222-0030; FAX: 410-222-0032; pasadenacenter@aacounty.org

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Pascal Senior Activity Center** – Tel.: 410-222-6680; FAX: 410-222-6685; pascalcenter@aacounty.org

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Severn Senior Activity Center** – Tel.: 410-222-0300; severncenter@aacounty.org

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ South County Senior Activity Center** – Tel.: 410-222-1927; FAX: 410-222-1989; southcenter@aacounty.org

## PLANIFICACIÓN DEL ESTILO DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES

**SPG CoreCareCoordination** – 82 Jones Station Rd, Arnold, Md 21012; www.CoreCareCoordination.com

## VIVIENDA SUBSIDIADA

**Programa de Servicios de Vivienda Colectiva** – [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging). Ofrece servicios de apoyo en varios edificios de apartamentos a personas mayores de 62 años o más de ingresos bajos y moderados que tienen dificultades moderadas con una o más actividades de la vida diaria. Entre los servicios que se ofrecen, hay comidas colectivas, limpieza, lavandería, asistencia personal y manejo de servicios. Los proveedores incluyen: Annapolis Housing Authority- Morris Blum Apartments 410-267-8000; Catholic Charities- Arundel Woods al 667-600-3160 y Friendship Station al 667-600-3370. Ayuda económica disponible en función de los ingresos.

**Housing Authority of the City of Annapolis** – 410-267-8000; [www.hacamd.org](http://www.hacamd.org). El Programa de Vivienda Pública de Bajo Alquiler, financiado por el gobierno federal, ofrece viviendas de alquiler asequibles y de calidad para familias, personas mayores y personas con discapacidades en desarrollos que son propiedad y están operados por la Autoridad de Vivienda de la Ciudad de Annapolis (Housing Authority of the City of Annapolis). La agencia posee y administra aproximadamente 1,104 unidades de alquiler en 11 desarrollos de viviendas.

**Comisión de Vivienda del Condado de AA** – 410-222-6200; [www.hcaac.com](http://www.hcaac.com). Ofrece vivienda asequible y servicios relacionados a casi 3,000 familias de bajos ingresos, incluyendo personas mayores y personas con discapacidades. Los programas incluyen Public Housing, Housing Choice Vouchers y muchos otros programas y servicios especializados. Las comunidades incluyen Heritage Crest, Meade Village, Pinewood Village, Pinewood East, Freetown Village, Glen Square, Stoney Hill, Oakleaf Villas y Thomas Pumphrey House. Los Housing Choice Vouchers son ampliamente aceptados en todo el condado. Solicite en línea.

## GRUPOS DE APOYO

**Alcoholics Anonymous/Annapolis Area Intergroup, Inc.** – 410-268-5441; [www.annapolisareaintergroup.org](http://www.annapolisareaintergroup.org). Un grupo de apoyo internacional que busca que los participantes permanezcan sobrios y ayudar a otros alcohólicos a lograr la sobriedad. Gratis.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/Programa Nacional de Apoyo a Cuidadores Familiares** – 410-222-4257; línea gratuita 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Asociación del condado de AA para Niños, Jóvenes y Familias** – 410-222-7423; 1-800-485-0041. Un sistema de apoyo para abuelos y otros adultos que crían al hijo de un pariente, con grupos de apoyo mensuales, navegación de recursos, orientación, referencias comunitarias e información.

**AARP/Información para abuelos** – línea gratuita 888-687-2277; [www.aarp.org/grandparents](http://www.aarp.org/grandparents). Información para abuelos que crían a sus nietos. También hay recursos en línea disponibles.

**Asociación ALS (ALSA)** – 301-978-9855; línea gratuita 866-348-3257; [www.ALSinfo.org](http://www.ALSinfo.org). Ofrece capacitación en servicio, tecnología de asistencia, visitas a las casas, préstamos de equipos, clínicas de ALS, subvenciones para el cuidado de relevo, grupos de apoyo y transporte para la esclerosis lateral amiotrófica (ALS) y la esclerosis lateral primaria (PLS).

**SPG ADV Alzheimer's Association** – 1-800-272-3900, Greater Maryland Chapter, 502 Washington Avenue, Suite 300, Towson, MD 21204; [alz.org/Maryland](http://alz.org/Maryland). Trabajamos a nivel nacional y local para ofrecer atención y apoyo a todos los afectados con Alzheimer y otras demencias. Nuestra línea de ayuda gratis 24/7/365 ofrece información, recursos locales, asistencia ante crisis y apoyo emocional. Hay grupos de apoyo locales y educación gratis para los afectados, sus cuidadores, profesionales y el público en general.

**American Cancer Society** – Línea gratis 800-227-2345; [www.cancer.org](http://www.cancer.org). Una Organización nacional que da información gratis sobre el cáncer y grupos de apoyo. Transporte de ida y vuelta para las sesiones de quimioterapia y radioterapia, alojamiento, navegación hospitalaria y ayuda nutricional disponible. Asistencia económica para medicamentos para el dolor y las náuseas. Oportunidades de voluntariado.

**Asociación Americana de la Diabetes (American Diabetes Association)** – 410-265-0075; línea gratis 800-342-2383; [www.diabetes.org](http://www.diabetes.org). La misión de esta asociación es prevenir y curar la diabetes, y mejorar la vida de las personas afectadas por la diabetes. Para cumplir esta misión, la ADA financia la investigación, ofrece información y defiende.

**Asociación Americana del Corazón (American Heart Association)** – 410-685-7074; línea gratis 800-242-8721; [www.heart.org](http://www.heart.org). La misión es construir vidas más saludables, libres de enfermedades cardiovasculares y derrames cerebrales. La información imprimible sobre la prevención y el tratamiento de ataques cardíacos y ataques cerebrales está disponible en el sitio web que aparece arriba. La información del curso de RCP también se puede encontrar en el sitio web y está ordenada por código postal.

**Asociación Americana del Pulmón (American Lung Association)** – 804-302-5740; línea gratis 800-LUNGUSA; [www.lung.org](http://www.lung.org); La American Lung Association en Maryland está trabajando para salvar vidas mejorando la salud pulmonar y combatiendo las enfermedades pulmonares a través de la educación, la defensa y la investigación. Los servicios incluyen programas para dejar de fumar, grupos de apoyo para personas con enfermedad pulmonar crónica, programas de manejo del asma y una línea de ayuda gratis.

**Asociación Americana de la Enfermedad de Parkinson (American Parkinson Disease Association)** – 410-328-3333; 800-862-5457; línea gratis 800-223-2732; 110 S Paca Street, 3rd Floor, Baltimore, MD 21201; [www.apdaparkinson.org/community/maryland](http://www.apdaparkinson.org/community/maryland). La misión principal de esta organización es encontrar una cura. La organización local ofrece información y grupos de apoyo para pacientes y cuidadores. Llame para conocer los días y horarios.

**Asociación de Lesiones Cerebrales de Maryland (Brain Injury Association of Maryland)** – 800-221-6443; [www.biamd.org](http://www.biamd.org). La Brain Injury Association of Maryland será la voz de las personas afectadas por lesiones cerebrales a través de la defensa, la educación y la investigación. Ofrece remisiones a una amplia variedad de grupos de apoyo.

**Changing Focus** – 410-721-0992; [www.changingfocus.org](http://www.changingfocus.org). Ofrece una variedad de entornos educativos y de sanación para el crecimiento de las personas en crisis personales. Los programas incluyen grupos de apoyo para la separación matrimonial, el divorcio o la muerte de un cónyuge o pareja.

**Empower Motivation Fitness** – 2024 West Street, Suite 101, Annapolis, MD 21401; 443-994-1251; [www.emfmaryland.org](http://www.emfmaryland.org). Empower Motivation Fitness es una organización 501(c)3 que ofrece programas para ayudar a las personas con enfermedad de Parkinson y otras discapacidades del movimiento con programas que involucran el cuerpo y la mente. Los programas incluyen Rock Steady Boxing, clases mensuales de arte, entrenamiento de voz alta y musicoterapia. También se ofrecen grupos de apoyo. Algunos programas se ofrecen por una tarifa mínima. También hay becas disponibles según la necesidad.

**Muscular Dystrophy Association, Inc.** – 800-572-1717; [www.mda.org](http://www.mda.org). Agencia de salud voluntaria que financia investigaciones destinadas a encontrar la causa y el tratamiento de 43 trastornos musculares, incluyendo la ELA, y para ofrecer servicios integrales del programa. Ofrece manejo de diagnóstico y seguimiento en las clínicas de MDA en el Hospital Johns Hopkins, programas de campamento nocturno de una semana para niños de 6 a 17 años con enfermedades musculares, grupos de apoyo, ayuda económica, fisioterapia anual en la clínica, terapia ocupacional en la clínica y evaluaciones del habla, y oportunidades de voluntariado.

**Miastenia Gravis Región del Atlántico Medio** – Marika Bates 443-481-9519 (deje un mensaje) o [marika.bates@gmail.com](mailto:marika.bates@gmail.com); Butch Jones 443-306-0252 (deje un mensaje) o [butchserver@gmail.com](mailto:butchserver@gmail.com); Alan Sinclair 301-474-7745 (deje un mensaje) o [alsin6206@verizon.net](mailto:alsin6206@verizon.net); [myasthenia.org](http://myasthenia.org). Los grupos de apoyo para la miastenia gravis se reúnen dos veces al mes a través de Zoom hasta nuevo aviso. El área metropolitana de Baltimore se reúne el primer sábado de cada mes. Llame a Butch Jones: 443-306-0252 o a Marika Bates: 443-481-9519. El área metropolitana de D.C. se reúne el tercer sábado de cada mes. Llame a Alan Sinclair al 301-474-7745. Las familias, amigos y cuidadores de los pacientes siempre son bienvenidos.

**National Alliance in Mental Illness (NAMI) AA County, Inc.** – 443-569-3498; [www.namiae.org](http://www.namiae.org). La filial local de NAMI da apoyo no profesional a una persona o familiar que se enfrenta a los impactos de la enfermedad mental en sus vidas. La NAMI organiza grupos de apoyo semanales facilitados por voluntarios capacitados. Llame para conocer la información de la reunión. Algunos grupos de apoyo son para consumidores de servicios de salud mental; otros son para familiares y otras personas que se preocupan. Ofrece información impresa, en línea y telefónica. La misión es tener un impacto positivo en las vidas de las personas afectadas por enfermedades mentales en el condado de AA reduciendo el estigma y dando apoyo, educación y defensa.

**Federación Nacional de Ciegos (National Federation of the Blind)** – 410-659-9314; [www.NFB.org](http://www.NFB.org). Ofrece educación pública sobre la ceguera, servicios de información y referencia, becas, literatura y publicaciones sobre la ceguera, ayudas y aparatos y otros equipos de adaptación para los ciegos, servicios de defensa, protección de los derechos civiles, desarrollo y evaluación de tecnología y apoyo para las personas ciegas y sus familias.

**Fundación Nacional del Riñón (National Kidney Foundation) de Maryland y Delaware** – 410-494-8545; línea gratuita 800-671-5369; [www.kidneymd.org](http://www.kidneymd.org). Ofrece educación, apoyo e investigación al paciente, asistencia económica de emergencia y exámenes de detección de enfermedades de salud gratis.

**Sociedad Nacional de Esclerosis Múltiple (National Multiple Sclerosis Society)** – línea gratuita 800-344-4867; [www.nmss-md.org](http://www.nmss-md.org). Ofrece información y referencias, navegación de servicios comunitarios y asistencia económica para personas con MS.

**Centro de Enfermedad de Parkinson y Trastorno del Movimiento de la Facultad de Medicina de la Universidad Johns Hopkins** – 410-955-8795; [www.hopkinsmedicine.org/neurology-neurosurgery/specialty-areas/movement-disorders](http://www.hopkinsmedicine.org/neurology-neurosurgery/specialty-areas/movement-disorders). Ofrece programas educativos y de alcance comunitario para personas con enfermedad de Parkinson u otros trastornos del movimiento, y para sus familias o cuidadores. Grupos de apoyo del área disponibles. Bibliografía gratuita. Servicios de manejo de casos personales.

**SPG ADV Support for Aging, LLC.** – [www.supportforaging.com](http://www.supportforaging.com). “Mejoramos la vida de los adultos mayores y de las personas que los aman”. Ofrecemos acompañamiento individual y grupal, y desarrollo de competencias tanto para adultos mayores como para cuidadores. Tenemos experiencia en la planificación del final de la vida y en el apoyo al duelo. También apoyamos a los profesionales mediante la formación en Alzheimer y trastornos neurocognitivos relacionados, y la atención al cliente. Use nuestro sitio web para programar una consulta sin riesgos. Esperamos poder servirle.

**Young Aphasia Communications Club (YACC)** – Judy Crane 301-520-9044 o [jbcrane77@gmail.com](mailto:jbcrane77@gmail.com); Debra Piccirillo (SLP) 443-425-2255 o [dpiccirillo@me.com](mailto:dpiccirillo@me.com). YACC es un grupo de apoyo para personas que tienen afasia por un ataque cerebral o una lesión cerebral. El grupo de apoyo se reúne el segundo lunes de cada mes de 4 p. m. – 5:30 p. m. en 2000 Medical Pkwy, 7th Floor, Annapolis, MD 21401. También se ofrece Zoom. Llame o envíe un correo electrónico a Judy sobre esta opción. Sin tarifas.

## INFORMACIÓN Y ASISTENCIA TRIBUTARIA

**Oficina de Finanzas del Condado de AA** – 410-222-1144; [www.aacounty.org/finance](http://www.aacounty.org/finance). Cobra impuestos y pagos de servicios públicos. Llame para conocer las ubicaciones y horarios en todo el condado o visite el sitio web para obtener más información.

**Programa de Crédito Fiscal a la Propiedad para Propietarios de Viviendas (HOPTC)** – 410-767-4433; 410-767-5900; línea gratuita 800-944-7403; [www.dat.state.md.us](http://www.dat.state.md.us). El estado de MD ha establecido un límite en la cantidad de impuestos sobre la propiedad que cualquier propietario debe pagar en función de sus ingresos. Este programa ayuda a los solicitantes con el pago de las facturas de impuestos sobre la propiedad. Las solicitudes también están disponibles en el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA.

**Programa de Crédito Fiscal para Inquilinos (RTC)** – 410-767-4433; 410-767-5915; línea gratuita 800-944-7403; [www.dat.state.md.us](http://www.dat.state.md.us). El Programa de Crédito Fiscal para Inquilinos ofrece créditos fiscales a la propiedad para inquilinos mayores de 60 años con una discapacidad permanente

que también cumplen ciertos requisitos de ingresos. Las solicitudes también están disponibles en el Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA.

**Programa de Exención de Impuestos Telefónicos** – 410-222-1739. Personas con discapacidad auditiva o del habla: marque 711. Ofrece una exención del impuesto telefónico local para los ciudadanos de 65 años o más o que reciben beneficios por una discapacidad permanente.

## REFUGIO TEMPORAL

**Arundel House of Hope/Programa de alivio en invierno** – 410-853-4888 ext. 1112; [www.arundelhoh.org](http://www.arundelhoh.org). Ofrece refugio de emergencia y servicios de apoyo, incluyendo la administración de casos, a través de una asociación con más de 70 iglesias, generalmente de octubre a marzo, para quienes no tienen hogar.

**Light House** – Safe Harbor Resource Center: 410-263-1835; Programa Residencial: 410-349-5056; [www.annapolislighthouse.org](http://www.annapolislighthouse.org). Un centro de apoyo para la prevención de la situación sin casa, que ofrece refugio de emergencia y también vivienda de transición para personas y familias sin casa. Los servicios incluyen administración de casos, comida y asistencia con la prevención de desalojos y la prevención de desvíos de BGE. Centro de recursos y apoyo que ofrece educación, capacitación laboral y servicios de habilidades para la vida. Debe estar libre de drogas/alcohol. Oportunidades de voluntariado disponibles.

**Sarah's House** – 667-600-3550; [www.catholiccharities-md.org/sarahs-house](http://www.catholiccharities-md.org/sarahs-house). Un programa de refugio las 24 horas que atiende a las personas sin casa en el condado de AA. Cuidado de niños en el lugar para los participantes del programa. Atiende a mujeres, niños y hombres sin casa. Debe estar libre de alcohol y drogas. Ofrece manejo de casos, cuidado de niños, transporte y servicios de empleo. Elegibilidad: evaluación inicial a través del Departamento de Servicios Sociales.

## TRANSPORTE

### Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ ETA Rides-On-Demand – 410-222-4257.

El Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de Anne Arundel, ETA Rides-on-Demand, ofrece un servicio de tránsito con descuento con un conductor profesional en un vehículo debidamente equipado que lo recogerá en el lugar que desee y lo llevará directamente a su destino con facilidad. Servicio puerta a puerta disponible. Para calificar, las personas deben ser residentes del condado de Anne Arundel, tener 55 años de edad o más, o 18 años de edad o más con una discapacidad.

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa de Vales de Taxi – 410-222-4257; [www.aacounty.org/services-and-programs/taxi-voucher-program](http://www.aacounty.org/services-and-programs/taxi-voucher-program).** Cupones con descuento para respaldar las tarifas de taxi con las compañías de taxis participantes. Para calificar, las personas deben ser residentes del condado de Anne Arundel, tener 55 años de edad o más, o 18 años de edad o más con una discapacidad. Cada libro cuesta \$5 y tiene un valor de \$10.

**Oficina de Transporte del condado de AA/ Transporte en Camioneta – 410-222-0022; [www.aacounty.org/departments/transportation](http://www.aacounty.org/departments/transportation).** Programa basado en donaciones que ofrece transporte a personas de 55 años o más y adultos mayores de 18 años con discapacidades. Se ofrece transporte a los sitios de nutrición, citas médicas, incluyendo la diálisis y centros para personas mayores. Servicio de acera a acera. Vehículos accesibles para sillas de ruedas disponibles. Es necesario avisar con antelación.

**Departamento de Salud del condado de AA/Transporte de Medical Assistance – 410-222-7152; [aahealth.org/medical-assistance-transportation](http://aahealth.org/medical-assistance-transportation).** Se ofrece transporte para aquellos con Medical Assistance (Medicaid) que no tienen otro medio de transporte.

**SPG A & A Senior Transportation – 8600 Edison Lane, Clinton, Md 20735; [AandASeniorTransportation.com](http://AandASeniorTransportation.com)**

**Departamento de Transporte de Annapolis – 410-263-7964; [www.annapolis.gov/159/Transportation](http://www.annapolis.gov/159/Transportation).** Transporte en autobús para la ciudad de Annapolis. Descuentos para personas mayores y autobuses con elevadores para sillas de ruedas disponibles. Servicio puerta a puerta. Llame para programar el servicio de necesidades especiales. La identificación con foto se obtiene lunes – viernes, de 8:30 a. m. – 4:30 p. m., en 308 Chinquapin Round Road, Annapolis, MD 21401.

**SPG Marley Transportation LLC – 8101 Sandy Springs Suite 250, Laurel, MD 20707; [www.marleytransportation.com](http://www.marleytransportation.com)**

**Oficina de Certificación de Tarifas Reducidas de la Administración de Tránsito de MD (MTA) – 410-767-3438; 6 St. Paul Street (nivel del vestíbulo), Baltimore, MD 21202; [www.mta.maryland.gov](http://www.mta.maryland.gov).** Las personas con discapacidades y las personas mayores de 65 años pueden usar el autobús, el tren ligero, el metro y el tren MARC a un costo reducido. Para obtener más información, llame o visite la Oficina de Certificación de la MTA.

**Administración de Tránsito de MD (MTA)/Movilidad/Paratransito – 410-764-8181; línea gratuita 866-743-3682; TTY 410-333-3624; [www.mta.maryland.gov/mobility](http://www.mta.maryland.gov/mobility); [www.mta.maryland.gov/content/brochures-publications](http://www.mta.maryland.gov/content/brochures-publications).** MTA/Movilidad/Paratransito es un servicio de transporte compartido puerta a puerta para personas con discapacidades que no pueden viajar en transporte público de ruta fija.

**Administración de Tránsito de MD (MTA)/Call A Ride – 410-664-2030; línea gratis (información general: 866-743-3682); [mtacallaride.org](http://mtacallaride.org); [www.mta.maryland.gov/content/brochures-publications](http://www.mta.maryland.gov/content/brochures-publications).** El servicio MTA Taxi Access II es un servicio de taxi/ sedán premium a pedido que ofrece mayor independencia a las personas con discapacidades. Está disponible para los clientes de movilidad certificados por la MTA que cumplan con los requisitos de elegibilidad.

**Partners In Care/Mobility Bus – 410-544-4800; línea gratuita 1-800-227-5500; 8151-C Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; [www.partnersincare.org](http://www.partnersincare.org);** Mobility Bus ofrece transporte asequible, accesible para sillas de ruedas y scooters, a pedido para los miembros de la comunidad. Los cuidadores pueden acompañarlos. Los servicios solo están disponibles en el condado de Anne Arundel en este momento. Para programar un viaje, las personas pueden hacer una reserva con anticipación por correo electrónico a [steveweakland@partnersincare.org](mailto:steveweakland@partnersincare.org) o llamar al 410-544-4800 entre 8:30 a. m. – 5:00 p. m., de lunes a viernes. El servicio de fin de semana y las tarifas para grupos también están disponibles según la disponibilidad del conductor.

**Partners In Care/Ride Partners – 410-544-4800; línea gratuita 1-800-227-5500; 8151-C Ritchie Highway, Pasadena, MD 21122; [www.partnersincare.org](http://www.partnersincare.org).** Los voluntarios de Partners In Care usan sus propios vehículos para ofrecer transporte ocasional del brazo y puerta a puerta para adultos mayores de 60 años, a citas médicas que no sean de emergencia, farmacias, supermercados, peluquerías y otros mandados. Los cuidadores aprobados pueden acompañarlo. Llame para obtener más información sobre la elegibilidad y las directrices.

## VETERANOS

**Agencia de Salud Mental del Condado de AA – 410-222-7858; [annearundel.md.networkofcare.org](http://annearundel.md.networkofcare.org); [www.aamentalhealth.org](http://www.aamentalhealth.org).** La Red de Atención para Miembros del Servicio, Veteranos y sus Familias es un esfuerzo para adoptar una mirada comunitaria a las necesidades de los veteranos que regresan. Ventanilla única para prácticamente todos los servicios, información, apoyo, defensa y más. Intentos de reunir información crítica para todos los componentes de la comunidad de veteranos, incluyendo los veteranos, los familiares, el personal en servicio activo, los reservistas, los miembros de la Guardia Nacional, los empleadores, los proveedores de servicios y la comunidad en general.

**AAWDC – Servicios de Empleo para Veteranos – Centro de Alcance de Fort Meade: Ft. Meade, MD 20755 - 410-674-5240; Centro de Carreras del Condado de Anne Arundel: 613 Global Way, Linthicum Heights, MD 21090; 410-424-3240; [www.aawdc.org/military](http://www.aawdc.org/military).** Orientación profesional, capacitación en habilidades y colocación laboral para veteranos y miembros del servicio en transición.

**American Legion – Puesto 7** – 410-573-0004; Guy Carleton Parlett; 1905 Crownsville Rd, Annapolis, MD 21041

**American Legion – Puesto 40** – 410-761-9869; 500 Fifth Ave, S.E, Glen Burnie, MD 21061

**American Legion – Puesto 141** – 410-269-1416; Cook-Pinkney; 1707 Forest Dr, Annapolis, MD 21041

**American Legion – Puesto 175** – 410-544-2066; 832 Manhattan Beach Road, Severna Park, MD 21146

**American Legion – Puesto 226** – 410-798-9894; Cummings-Behlke; 830 Mayo Road; Mayo, MD 21106-0066

**American Legion – Puesto 276** – 410-969-8028; Howard L. Turner; 8068 Quarterfield Road, Severn, MD 21144

**American Legion – Puesto 277** – 410-360-0880; 7376 Carbide Road, Baltimore, MD 21226

**Cruz Roja Americana/Región de Chesapeake** – 410-624-2000; 1-800-Redcross (para donación de sangre); línea gratuita 800-787-0091; [www.redcross.org/gcr](http://www.redcross.org/gcr). La misión es ayudar a las personas a prevenir, prepararse y hacer frente a las emergencias. Servicio voluntario de donación de sangre, asistencia económica a víctimas de desastres, comunicaciones de emergencia y asistencia económica al personal militar y sus familiares. Primeros auxilios, RCP, capacitación en seguridad acuática, capacitación de asistente de enfermería, capacitación de niñeras, rastreo internacional de familiares perdidos por guerras y desastres naturales.

**Annapolis Vet Center - Orientación** – 410-605-7826; 100 Annapolis Street, Annapolis, MD 21401. Ofrecemos ayuda confidencial para veteranos, miembros del servicio y sus familias sin costo en un entorno no médico. Nuestros servicios incluyen orientación para necesidades como la depresión, el trastorno de estrés postraumático (PTSD) y los efectos psicológicos del trauma sexual militar (MST). También podemos conectarlo con más apoyo en VA y su comunidad.

**Comisión de Asuntos de Veteranos del Condado de Anne Arundel** – 410-222-1550; [www.aacounty.org/veterans-affairs-commission](http://www.aacounty.org/veterans-affairs-commission). Sirve como un foro para todos los veteranos del servicio militar del condado de Anne Arundel. La comisión se reúne a las 6 p. m. el segundo miércoles de cada mes a través de Zoom. El enlace a las reuniones está disponible en el sitio web. La reunión está abierta al público.

**Centro de Coordinación de Servicios para Veteranos del Condado de Anne Arundel** – 410-222-3500; [veterans-assistance@aacounty.org](mailto:veterans-assistance@aacounty.org). [www.aacounty.org/aging-and-disabilities/veterans-services](http://www.aacounty.org/aging-and-disabilities/veterans-services); El Centro de Coordinación es un único punto de acceso para los servicios y recursos del gobierno local, estatal y federal disponibles para los veteranos y sus familias.

**Servicio Comunitario del Ejército/ Dirección, Familia y Moral, Bienestar y Recreación** – Oficina: (301) 677-5590; DSN: 622 – 5590; 830 Chisholm Ave, USAG Fort Meade, MD 20755

**Arundel House of Hope/Patriot House** – 410-863-4888; [www.arundelhoh.org](http://www.arundelhoh.org). Ofrece vivienda de transición para veteranos sin casa junto con apoyo con el empleo, el abuso de sustancias, la salud mental y la atención médica.

**Baltimore Vet Center** – 1777 Reisterstown Road, Suite 199, Baltimore, MD 21208; Baltimore Vet Center | Asuntos de Veteranos. Los servicios incluyen orientación individual y grupal, orientación por trauma sexual militar, apoyo para el duelo, referencias para el abuso de sustancias y asistencia laboral.

**Blue Star Families – Capítulo de Baltimore** – [bluestarfam.org/chapters/baltimore](http://bluestarfam.org/chapters/baltimore); [maryland@bluestarfam.org](mailto:maryland@bluestarfam.org). Apoya a las familias de militares y veteranos con el empleo, la asistencia económica y los recursos comunitarios.

**Asociación de Lesiones Cerebrales de Maryland (Brain Injury Association of Maryland)** – 800-221-6443; www.biamd.org. La Brain Injury Association of Maryland será la voz de las personas afectadas por lesiones cerebrales a través de la defensa, la educación y la investigación. Ofrece referencias a una amplia variedad de grupos de apoyo.

**Charlotte Hall Veterans Home** - 29449 Charlotte Hall Rd, Charlotte Hall, MD 20622; 301-884-8171; charhall.org. Ofrece servicios de vida asistida, enfermería especializada, cuidado de la memoria y rehabilitación para veteranos.

**Coast Guard Yard** – 410-789-1600; 2401 Hawkins Point Road, Baltimore, Maryland 21226

**Disabled American Veterans (DAV) - Puesto 3** – 410-841-9327; 121 Jennifer Road, Annapolis, MD 21401

**Disabled American Veterans (DAV) – Puesto 13** c/ American Legion Puesto 276; 410-969-8028

**Clínica ambulatoria comunitaria de Fort Meade** – 410-305-5300; 2749 5th Street, Fort George G Meade, MD 20755. Permite que los veteranos en el condado de AA reciban atención primaria y algunos servicios especializados cerca de donde viven y trabajan.

**Maryland American Job Centers – Prioridad de Servicio para Veteranos** – labor.maryland.gov/county/anne. Glen Burnie Job Center: 410-424-3240; Arnold Job Center: 410- 674-5240 o 410-674-6509

**Centro de Maryland para la Educación y Capacitación de Veteranos (MCVET)** – 301 North High St., Baltimore, MD 21202; 410-576-9626 ext. 216; www.mcvet.org. Ofrece servicios de vivienda, educación y empleo de emergencia y transición para veteranos.

**Departamento de Veteranos y Familias de Militares de Maryland / Departamento de Asuntos de Veteranos de Maryland** – 410-260-3838; 16 Francis Street, 4th Floor, Annapolis, MD 21401; veterans.maryland.gov. Ayuda a los veteranos, a los miembros del servicio activo, a sus familias y a sus dependientes a obtener los beneficios obtenidos a través del servicio militar. Bajo el Departamento de Asuntos de Veteranos y Familias Militares hay cinco programas principales: El Programa de Servicios y Beneficios, el centro de Veteranos de Charlotte Hall, el Programa de Cementerio y Conmemoración, el Programa de Comunicaciones, Divulgación y Defensa, y el Fideicomiso de Veteranos de Maryland. El Departamento tiene la asistencia de la Comisión de Veteranos de Maryland, la Comisión del Centro de Veteranos de Maryland y la Comisión Conmemorativa de Guerra.

**Departamento de Veteranos y Familias de Militares de MD/Beneficios para Veteranos (Condado de Anne Arundel)** – 410-424-3039; Administración de Automóviles, Burnie Service Center, Building A, Ground Floor, 6601 Ritchie Highway, Glen Burnie, MD 21062; james.wilkes@maryland.gov; veterans.maryland.gov. Ayuda a los veteranos y a los familiares de los veteranos a solicitar los beneficios federales del VA. Esto incluye la educación, el acceso a la pensión, la atención médica o de otro tipo. Sirve como enlace entre los veteranos y las agencias federales. Citas concertadas por teléfono o correo electrónico de 9 a.m. a 2 p.m., lunes, miércoles y viernes.

**MD Veterans Cemetery/Crownsville** – 410-987-6320; www.veterans.maryland.gov/cemetery-and-memorial-program; 1122 Sunrise Beach Rd, Crownsville, MD 21032

**Military OneSource** – www.militaryonesource.mil; 1-800-342-9647. recurso 24/7 para familias de militares y veteranos que cubre beneficios, salud mental, empleo y asistencia económica.

**My Next Move for Veterans** – www.mynextmove.org/vets. Recursos de exploración de carreras y transición laboral.

**Call center nacional para veteranos sin casa** – 1-877-4AID-VET (877-424-3838). Apoyo confidencial 24/7 para veteranos sin casa y sus familias.

**Naval Support Activity, Annapolis** – 410-293-9321 (comandante adjunto); 58 Bennion Road, Annapolis, MD 21402

**Certificado de Elegibilidad de VA para Préstamos Hipotecarios** – [www.benefits.va.gov/homeloans/purchaseco\\_certificate.asp](http://www.benefits.va.gov/homeloans/purchaseco_certificate.asp); Los veteranos deben obtener un Certificado de Elegibilidad para calificar para un préstamo hipotecario respaldado por el VA.

**Asistencia de reclamos de VA: (con cita previa)** – Departamento de Asuntos de Veteranos de Maryland; James R. Wilkes, Especialista en Beneficios para Veteranos II; Kiana Hinton, Especialista en Beneficios para Veteranos II; 410-424-3039; Glen Burnie MVA Service Center, 6601 Ritchie Highway NE, Ground Floor, Room 30, Glen Burnie, MD 21062

**Programa de Garantía de Préstamos Hipotecarios del VA** – [www.benefits.va.gov/homeloans](http://www.benefits.va.gov/homeloans) - General; Contacto Servicio de Garantía de Préstamos del VA (LGY) - Préstamos Hipotecarios del VA - contacto. Apoya a los veteranos en la obtención de préstamos hipotecarios sin pago inicial y con tasas de interés más bajas.

**Programa de Vivienda VA HUD-VASH** – [www.va.gov/homeless/hud-vash.asp](http://www.va.gov/homeless/hud-vash.asp); Washington, D.C.: 202-636-7660; Baltimore: 410-637-3246; Oeste de Maryland: 301-665-1462 ext. 2425 o 2426. Apoya a los veteranos en la obtención de vivienda permanente a través de vales de HUD y servicios de administración de casos de VA.

**Sistema de Atención Médica de Asuntos de Veteranos (VA) MD** – 410-605-7000; línea gratis: 800-463-6295; Citas: lunes – viernes, 7:30 a. m. – 5 p. m., 1-800-463-6295 ext. 7333; Elegibilidad e inscripción: lunes – viernes, 8 a. m. – 4:30 p. m., 1-800-463-6295 ext. 7324; Línea de atención telefónica 24/7: 1-800-865-2441; línea de crisis para veteranos 24/7: Marque 988, luego presione 1 o envíe un mensaje de texto al 838255; [www.maryland.va.gov](http://www.maryland.va.gov). Dedicado a ofrecer atención y servicio de calidad, compasivo y accesible a los veteranos de Maryland. Los Centros Médicos de VA de Baltimore y Perry Point, además del Centro de Rehabilitación y Vida Comunitaria de Loch Raven VA y seis clínicas ambulatorias comunitarias, trabajan juntos para ofrecer este sistema integral de prestación de atención médica.

**Veteranos de Guerras Extranjeras** – Oficial de Servicio 410-230-4480; Contacto estatal 410-752-6474; línea gratis 1-800-VFW-1899; [www.vfw.org](http://www.vfw.org). Aconseja a los veteranos, dependientes y sobrevivientes sobre los derechos de todas las agencias. Sin tarifas.

**Veteranos de Guerras Extranjeras – Puesto 304** – 410-919-3700; 1838 Generals Highway, Annapolis, MD, MD 21401

**Veteranos de Guerras Extranjeras – Puesto 2462** – 410-437-5629; 1720 Bayside Beach Road, Pasadena, MD 21122

**Tribunal de Tratamiento de Veteranos** – Valeree Tolios, Coordinadora; Teléfono: (410) 895-1495; [Valeree.Tolios@uwcm.org](mailto:Valeree.Tolios@uwcm.org); [www.mdcourts.gov/opsc/vtc](http://www.mdcourts.gov/opsc/vtc). Trabaja con veteranos involucrados en el sistema de justicia para encontrar opciones de tratamiento alternativas.

**Call Center para mujeres veteranas** – 1-855-829-6636; [www.womenshealth.va.gov/wvcc.asp](http://www.womenshealth.va.gov/wvcc.asp). Ofrece información sobre los servicios, beneficios y apoyo ante crisis del VA para mujeres veteranas.

**Departamento de Asuntos de Veteranos de los Estados Unidos, para la atención médica y la inscripción de VA: Glen Burnie Community Based Outpatient Clinic** – 410-590-4140; 808 Landmark Drive, Suite 128, Glen Burnie, MD 21061. Permite que los veteranos en el condado de AA reciban atención primaria y algunos servicios especializados cerca de donde viven y trabajan.

**USAG Fort George G. Meade/Programa de Asistencia de Transición (TAP)** – 301-677-9871; 4550 Parade Field Lane, Suite 303, Fort Meade, MD 20755; [usarmy.meade.imcom-atlantic.mbx.soldier-for-life-tap@army.mil](mailto:usarmy.meade.imcom-atlantic.mbx.soldier-for-life-tap@army.mil)

## ASISTENCIA A VÍCTIMAS Y TESTIGOS

**Centro de Abuso de Salud y Violencia Doméstica de Luminis** – 443-481-1209; 410-222-6800 (línea directa las 24 horas); [www.luminishealth.org/en/services/abuse-and-domestic-violence?language\\_content\\_entity=en](http://www.luminishealth.org/en/services/abuse-and-domestic-violence?language_content_entity=en). Orientación de crisis gratuita y anónima, defensa personal y legal, documentación de lesiones, referencias comunitarias y presentaciones comunitarias.

**MD Crime Victims' Resource Center, Inc. (MCVRC)** – 301-952-0063; 410-234-9885; línea gratuita 877-842-8461; [www.mdcrimevictims.org](http://www.mdcrimevictims.org). Ofrece información y apoyo gratuitos a través de procedimientos de justicia penal, representación legal, referencias y grupos de apoyo.

**Oficina del Fiscal del Estado/Servicios para víctimas y testigos** – 410-222-1740; [www.aacounty.org/sao/victim-witness-services](http://www.aacounty.org/sao/victim-witness-services). Ofrecen asistencia previa al juicio y acompañamiento judicial a las víctimas de delitos y testigos que serán llamados a testificar en el condado de AA.

## REGISTROS VITALES

**Departamento de Salud del Condado de AA** – 410-222-4462; TTY 800-735-2258; [www.aahealth.org/vital-records](http://www.aahealth.org/vital-records). Ofrece copias certificadas de certificados de nacimiento por una tarifa a las personas nacidas en Maryland después de 1942 y certificados de defunción. El horario es lunes – viernes, 8:30 a. m. – 12:00 p. m. y 12:45 p. m. – 3:15 p. m., excepto días festivos. Los certificados de nacimiento y defunción son solo con cita previa.

**Departamento de Salud de MD** – Principal: 410-767-6500; División de Registros Vitales: 410-764-3038; línea gratuita 877-463-3464; TTY 800-735-2258; [www.health.maryland.gov/vsa](http://www.health.maryland.gov/vsa). La Administración de Registros Vitales ofrece copias de los registros de nacimiento, defunción, divorcio, adopción, etc., por una tarifa.

## ASISTENCIA Y OPORTUNIDADES PARA VOLUNTARIOS

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Oficina local del Programa del Defensor de Cuidado a Largo Plazo** – 410-222-4257; línea gratuita 800-492-2499; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Programa Estatal de Asistencia de Seguro de Salud (SHIP)** – 410-222-4257; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Departamento de Adultos Mayores y Discapacidades del condado de AA/ Tranquilidad Telefónica** – 410-222-4375; [www.aacounty.org/aging](http://www.aacounty.org/aging)

**Banco de Alimentos del condado de AA (AA County Food Bank, AACFB) –** 410-923-4255; [www.aafoodbank.org](http://www.aafoodbank.org).

Distribuye alimentos y artículos de primera necesidad a los socios de la despensa en todo el condado de Anne Arundel. AACFB ofrece despensas de comida, despensas para personas mayores, despensas para bebés, comedores de beneficencia, programas Backpack Buddy y más. Las despensas para personas mayores de AACFB ofrecen bebidas nutritivas a las personas con limitaciones en su dieta y suministros para la incontinencia a quienes lo necesiten. Una lista actualizada de despensas y programas se puede encontrar en <https://aafoodbank.org/need-help>. Se agradecen las donaciones. Oportunidades de voluntariado disponibles. Horario de atención: de lunes a viernes. 9 a. m. – mediodía y 1 p. m. – 3 p. m.

**Sociedad Americana Contra el Cáncer –** Línea gratis 1-800-227-2345; [www.cancer.org](http://www.cancer.org). Programas de información y apoyo para personas con cáncer y cuidadores. Transporte de ida y vuelta para las sesiones de quimioterapia y radioterapia, alojamiento, navegación hospitalaria y ayuda nutricional disponible. Llame para conocer los horarios y los lugares. Estamos disponibles los 7 días de la semana, las 24 horas del día, los 365 días del año. Hay oportunidades de voluntariado disponibles.

**Cruz Roja Americana/Región Metropolitana de Chesapeake –** 410-624-2000; 1-800-Cruz Roja para donación de sangre; línea gratis 800-787-0091; [www.redcross.org/local/maryland-delaware.html](http://www.redcross.org/local/maryland-delaware.html). La misión es ayudar a las personas a prevenir, prepararse y hacer frente a las emergencias. Servicio voluntario de donación de sangre, asistencia económica a víctimas de desastres, comunicaciones de emergencia y asistencia económica al personal militar y sus familiares. Primeros auxilios, RCP, capacitación en seguridad en el agua. Formación de auxiliares de enfermería. Formación de niñeras. Búsqueda internacional de familiares perdidos a causa de la guerra y los desastres naturales.

**Bay Community Support Services, Inc. –** Annapolis: 410-224-4205; MD del sur: 240-309-4046; [www.baycss.org](http://www.baycss.org). Ofrece servicios residenciales y vocacionales a personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo dentro de la comunidad de DDA.

**Tareas y más/Iglesia Católica de San Andrés de la Bahía –** 43-808-3875; [choresandmore3@gmail.com](mailto:choresandmore3@gmail.com); [www.standrewbythebay.org](http://www.standrewbythebay.org). Este ministerio sirve a las personas en la península de Broadneck que pueden estar encerradas, adultos mayores, confinados en casa, que necesitan una mano amiga. Los servicios que se ofrecen con mayor frecuencia son traslados al médico, compras de comestibles o tareas menores. Patrocinado por Iglesias en la Península de Broadneck, este programa ofrece servicios voluntarios de lunes a viernes sin costo ni obligación para el destinatario. Los interesados en ser voluntarios deben llamar o enviar un correo electrónico.

**Empower Motivation Fitness –** 2024 West Street, Suite 101, Annapolis, MD 21401; 443-994-1251; [www.emfmaryland.org](http://www.emfmaryland.org). Empower Motivation Fitness es una organización 501(c)3 que ofrece programas para ayudar a las personas con enfermedad de Parkinson y otras discapacidades del movimiento con programas que involucran el cuerpo y la mente. Los programas incluyen Rock Steady Boxing, clases mensuales de arte, entrenamiento de voz alta y musicoterapia. También se ofrecen grupos de apoyo. Algunos programas se ofrecen por una tarifa mínima. También hay becas disponibles según la necesidad. Hay diversas oportunidades de voluntariado disponibles.

**Habitat for Humanity of the Chesapeake –** 410-366-1250; [www.habitatchesapeake.org](http://www.habitatchesapeake.org). Los voluntarios asisten con la construcción de casas para familias de bajos ingresos. Las casas se venden sin obtener ningún beneficio. Los propietarios de casas contribuyen con capital de esfuerzo, y los pagos de la casa se reciclan para construir casas adicionales. También administra las tiendas de retail "ReStore" de Columbia, Dundalk, Glen Burnie, Halethorpe, Sandtown y Timonium para artículos de mejoras para la casa. Habitat usa los ingresos en la comunidad local y ofrece refugios decentes en todo el mundo.

**Pets on Wheels –** 443-977-9726; coordinador del condado de AA: 443-569-0906; [www.petsonwheels.org](http://www.petsonwheels.org); Pets on Wheels comparte el amor por las amigables mascotas terapéuticas para ayudar a mejorar la vida, conectando a nuestras mascotas con las personas para marcar una profunda diferencia positiva todos los días.

**Rebuilding Together/AA County –** [Information@RebuildingTogetherAAC.org](mailto:Information@RebuildingTogetherAAC.org); [rebuildingtogether.org](http://rebuildingtogether.org). Reparaciones en casa para personas de bajos ingresos, adultos mayores o propietarios de casas con discapacidades. Las solicitudes se reciben durante todo el año. Los voluntarios son bienvenidos.

**SCORE –** 410-266-9553; [www.score.org/somd](http://www.score.org/somd). Voluntarios con experiencia en negocios ofrecen talleres de bajo costo y orientación gratis a aquellos que quieran iniciar un pequeño negocio nuevo o mejorar su pequeño negocio existente.

**Oficina del Fiscal del Estado/Programa de Voluntarios –** 410-222-1740; [www.aacounty.org/sao/employment/volunteer-internship-opportunities](http://www.aacounty.org/sao/employment/volunteer-internship-opportunities). La Oficina del Fiscal del Estado ofrece muchas tareas para los voluntarios, desde tareas generales de oficina hasta investigación de casos. Nuestra oficina también ofrece oportunidades para adultos que buscan cumplir los requisitos de pasantía. Si está interesado en una oportunidad de voluntariado o pasantía, complete el formulario en nuestro sitio web.

## VOTACIÓN

**Junta Electoral del condado de AA –** 410-222-6600; [www.aacounty.org/Elections](http://www.aacounty.org/Elections). Administra el proceso de votación en el condado de AA, incluyendo el registro de votantes, las boletas de voto en ausencia, el cambio de dirección, las listas de fallecidos y el cambio de afiliación. Los ciudadanos con discapacidades pueden solicitar asistencia o boletas de voto en ausencia. Se aceptan voluntarios para funcionarios electorales.