



RECURSOS PARA NUESTROS VECINOS DE LA TERCERA EDAD

Nuestros vecinos de la tercera edad son especialmente vulnerables a la propagación de COVID-19. Su salud y seguridad son nuestra prioridad – el quedarse en casa es la mejor medida preventiva. La Ciudad y el Condado de Los Ángeles tienen recursos disponibles para ayudarle durante este tiempo.

COMIDAS: Hay dos opciones disponibles en este momento para nuestros adultos mayores que necesitan asistencia:

OPCION 1: Entrega a domicilio: La ciudad de Los Ángeles está proporcionando comidas gratuitas a los residentes de 60 años o más que tengan necesidad. Para inscribirse, llame al Departamento de Envejecimiento al 213-482-7252 (Lunes a Domingo, 8 am – 5 pm). Puede que haya una lista de espera, por favor regístrese lo antes posible.

OPCION 2: Para recoger: El Condado está distribuyendo bolsas de productos secos y comida enlatada en diferentes lugares. La ubicación más cercana Eagle Rock es el Centro de Servicio del Valle de San Gabriel – Sólo se atiende con cita previa, por favor llame al **626-575-5431** (lunes a viernes). Este servicio sólo está disponible los miércoles. Como prioridad y cuando sea posible, envíe a alguien en su lugar. Para un mapa con todos los lugares donde este servicio está disponible, visite <http://bit.ly/mealsites> (puede que alguno de estos lugares esté cerrado, por esa razón llame antes para una cita).

OPCION 3: *Servicio de Entrega a Domicilio en el Condado de Los Ángeles – panfleto en la página de ERNC (dirección electrónica abajo)*

Recordatorio: Muchos restaurantes en Eagle Rock están abiertos para recoger su orden o la entregan a domicilio.

ABARROTES: El Vons local tiene servicio a domicilio y servicios como “Instacart” y “Amazon Prime”, también hacen entregas a domicilio. Sería mejor que usted ordene “entrega a domicilio” o que alguien haga las compras por usted, pero si usted necesita hacer compras, la mayoría de supermercados tiene una hora reservada para que los adultos mayores puedan comprar temprano en el día. La hora de Vons es de 7 a 9 a.m. Llame al supermercado para confirmar el horario designado para que usted haga sus compras o vaya a nuestra página electrónica: <http://www.wordpress.eaglerockcouncil.org/ernc-committees/committee-on-aging-neighbors/>

PRUEBA: La ciudad de Los Ángeles tiene pruebas disponibles para el COVID-19 para residentes de 65 años o mayores. Si usted califica y muestra síntomas, haga una cita al [Coronavirus.LaCity.org/Testing](https://www.lacounty.gov/coronavirus/testing) (las citas se hacen en línea o llamando al **2-1-1**).

CUIDADO MEDICO: El Departamento de Salud del Condado de Los Ángeles prepare guías para los adultos mayores: Si tiene condiciones médicas anteriores debería contactar a su proveedor lo antes posible cuando esté enfermo. Además, si se siente solo, triste o abrumado, hay apoyo

gratis disponible las veinticuatro horas al día, los siete días a la semana. Llame al Departamento de Salud Mental al **1-800-854-7771**.

ESTAFAS: Nunca de su número de Medicare u otra información personal a cualquiera por el teléfono o vendedores de puerta en puerta ofreciendo pruebas para el COVID-19. No se venden pruebas o vacunas a través del teléfono o de puerta en puerta. El Departamento de Hacienda Publica (IRS) no le llamará con respecto a los cheques de Estímulo Monetario.

SERVICIOS/NOTICIAS AL DIA DE LA CIUDAD DE LOS ANGELES: Contacte al Departamento de la Vejez para servicios a los de la tercera edad visitando: <https://aging.LAcity.org/> o llamando al **213-482-7252**. **Hay un documento importante de 2 páginas con todo los recursos para los de la tercera edad en la ciudad de Los Ángeles puesto en la página de internet ERNC (use el link bajo Abarrotes).**

Margaret Irwin, Elder Director, ERNC Margaret.irwin@ernc.la