



BOSTON SENIORITY

Ciudad de Boston

Comisión Age Strong

Alcadesa Michelle Wu

Septiembre 2026

PUBLICACIÓN GRATUITA

CUIDADO CON LAS ESTAFAS DE "LAVADO DE CHEQUES"

Por Sophia Wang, integrante del personal de Age Strong



El Servicio de Inspección Postal de los Estados Unidos recupera cada año más de mil millones de dólares en cheques y giros postales fraudulentos. Si envía cheques, tenga cuidado con el fraude de "lavado de cheques", mediante el cual los estafadores roban cheques enviados por correo y los alteran para quedarse con el dinero.

Cómo funciona

- Los estafadores roban de los buzones la correspondencia que contiene cheques en papel y luego utilizan productos químicos de uso doméstico para borrar el nombre de los campos "beneficiario" e "importe", sin borrar la firma.
- Luego escriben el nombre de otro beneficiario y un importe mayor en el cheque "lavado", depositan el cheque y se quedan con el dinero.
- Algunos estafadores ahora utilizan fotografías de alta resolución de cheques robados y herramientas de edición digital para crear e imprimir cheques falsos que parecen auténticos.

Qué debe hacer

- Considere utilizar medios digitales: use métodos de pago electrónicos siempre que sea posible. De esta manera, no hay cheques que puedan robarse y sus transacciones

se pueden rastrear con mayor facilidad.

- **Utilice un bolígrafo de gel permanente:** la tinta de gel es más difícil de "lavar" con productos químicos que la tinta de un bolígrafo común.
- **Proteja su correspondencia:** deposite la correspondencia que vaya a enviar antes de la última hora de recogida y no la deje en el buzón durante la noche. Si va a estar fuera, solicite que la oficina de correos retenga su correspondencia o pídale a un amigo que la recoja por usted.
- **Supervise sus cuentas bancarias:** revise sus cuentas con frecuencia para detectar cualquier actividad sospechosa. También puede ver imágenes de sus cheques en su cuenta bancaria en línea para asegurarse de que no hayan sido alterados.

Si detecta algún fraude en una de sus cuentas financieras, póngase en contacto con su banco de inmediato. Debe presentar una denuncia policial y denunciar el fraude ante el Servicio de Inspección Postal de los Estados Unidos en usps.gov/report o llamar al +1 (877)-876-2455.

Fuente: Servicio de Inspección Postal de los Estados Unidos y BNC National Bank.

Los Programas de Vecindarios de AGE STRONG

BCYF Holland Community Center

Miércoles y viernes | 10am-1pm
85 Olney Street, Dorchester
(617) 635-5144

East Boston Senior Center

Lunes-viernes | 8:30am-4pm
7 Bayswater Street, East Boston
(617) 961-3131

Veronica B. Smith Senior Center

Lunes-viernes | 8:30am-4pm
20 Chestnut Hill Avenue, Brighton
(617) 635-6120

Codman Square Library

Martes/Jueves | 10am-1pm
690 Washington St, Dorchester
(617) 436-8214

The Elks Lodge #10

En colaboración con ETHOS
Martes, miércoles, y jueves
9am-3pm
1 Morrell Street, West Roxbury
(617) 323-1125

Dewitt Center

Lunes y Miércoles | 10:30am-3pm
122 Dewitt Drive, Roxbury
(617) 275-7080

Union Church

Martes y jueves | 9am-1pm
485 Columbus Avenue,
South End
(617) 536-0872

Spontaneous Celebration

Martes/Jueves | 10am-1pm
45 Danforth St, Jamaica Plain
(617) 635-4250



SPANISH

Acérquese a uno de los

CAFÉS DE LA MEMORIA DE LA COMISIÓN AGE STRONG

Para las personas con pérdida de memoria y sus cuidadores, Age Strong ofrece una variedad de cafés de la memoria gratuitos en distintos barrios de Boston. Podrá recibir apoyo, acceder a recursos y pasar un momento agradable. Ingrese a boston.gov/memory-café para obtener más detalles.

Un viernes diferente cada mes | de 11:30AM a 1PM

11 de septiembre: sucursal de Shaw-Roxbury, 149 Dudley Street, Roxbury

9 de octubre: sucursal de East Boston, 365 Bremen Street, East Boston

6 de noviembre: sucursal de North End, 25 Parmenter Street, North End

11 de diciembre: sucursal de South Boston, 646 E Broadway, South Boston

El segundo miércoles de cada mes | de 10AM a 12PM

Biblioteca Pública de Boston - Sucursal de Codman Square

690 Washington Street, Dorchester

El último lunes de cada mes | de 10:30AM a 12PM

Biblioteca Pública de Boston - Sucursal de Jamaica Plain

Bilingüe en inglés y español

30 South Street, Jamaica Plain



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN O PARA CONFIRMAR ASISTENCIA, COMUNÍQUESE CON CORINNE BRINDLEY AL 617-635-3745 O EN CORINNE.BRINDLEY@BOSTON.GOV



CITY of **BOSTON**

AGE+

Age Strong
Commission



BOSTON
PUBLIC
LIBRARY



SPANISH



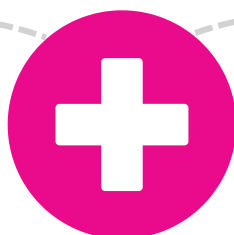
HEALTHY RIDES

Programa de transporte centrado en la salud de las personas mayores

VIAJES GRATIS PARA ADULTOS MAYORES DE BOSTON A...



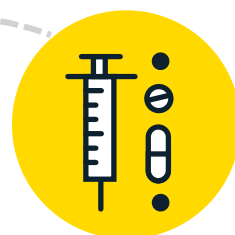
Clases de ejercicio



Citas médicas



Centros comunitarios



Farmacias

... ¡y más!

ELEGIBILIDAD:

- 1 Debe ser mayor de 60.
- 2 Debe ser residente de la Ciudad de Boston.
- 3 El viaje debe realizarse dentro de la Ciudad de Boston.

RESERVE SU VIAJE:

- 1 Llame al servicio de transporte de Age Strong: (617) 635-3000.
- 2 Consiga su código para usar su propia app.
- 3 Haga que el servicio de transporte reserve su viaje directamente.

[BOSTON.GOV/HEALTHY-RIDES](https://boston.gov/healthy-rides)



CITY of **BOSTON**



COLABORADOR DESTACADO DE AGE STRONG: VERONICA ROBLES CULTURAL CENTER (VROCC)

Por Jordan Rich, personal de Age Strong

El Veronica Robles Cultural Center, beneficiario de una subvención de Age Strong, es un centro cultural y comunitario en East Boston. Fundado en 2013 por Veronica Robles y Willy Lopez en memoria de su hija, Kithzia, Veronica Robles Cultural Center (VROCC) es un espacio dinámico que celebra el patrimonio latinoamericano y promueve el sentido de comunidad mediante la danza folclórica, la música y las artes. Age Strong conversó con Veronica y el equipo de VROCC para conocer más sobre su trabajo.

East Boston tiene una población culturalmente diversa, entonces ¿por qué es fundamental que VROCC destaque la cultura a través de las artes?

Destacar la cultura a través de las artes es esencial para construir una comunidad sólida y unida. Para VROCC, esta labor es fundamental porque fomenta el sentido de pertenencia y la fortaleza comunitaria, empodera a la comunidad latina y promueve la colaboración intercultural. Para VROCC, las artes son más que una forma de expresión: Son una poderosa herramienta para unir a poblaciones diversas, impulsar el progreso económico y crear una comunidad dinámica e inclusiva.

¿Cómo utiliza VROCC los fondos de la subvención de Age Strong para apoyar su trabajo con los adultos mayores?

Con el apoyo de la subvención de Age Strong, VROCC financia su programa Artes, Ritmo y Raíces, que aborda directamente las necesidades integrales de salud, seguridad y sociales de los residentes mayores de Boston. La subvención permite a VROCC crear un entorno bilingüe y protector donde las personas mayores se sientan valoradas y bienvenidas mediante clases de baile adaptadas, artes tradicionales, clases de defensa personal y talleres de sanación ancestral. Los fondos también contribuyen a la organización de círculos de narración, presentaciones intergeneracionales, encuentros sociales de bingo y excursiones culturales, lo que permite a las personas mayores transmitir su sabiduría, combatir el aislamiento y mantenerse profundamente conectadas con su patrimonio cultural.

¿Dónde se ofrecen los programas y cómo pueden inscribirse las personas mayores?

Los programas de VROCC se llevan a cabo en 282 Meridian Street, en East Boston. Para inscribirse, los residentes pueden presentarse en persona durante el horario de atención; completar los

formularios de inscripción en línea en veronicaroblesculturalcenter.org; llamar al **(781) 941-9540**; o enviar un correo electrónico a **info@vrocc.org**.

¿Los programas son gratuitos y están abiertos al público?

La mayoría de nuestras actividades culturales son gratuitas y están abiertas al público, aunque solicitamos que se inscriban previamente en línea.

¿Por qué es importante para VROCC conectarse con los adultos mayores?

Porque los adultos mayores son quienes realmente conservan el patrimonio cultural y constituyen un pilar fundamental de la identidad comunitaria. Al ofrecer espacios alegres e integrales, VROCC combate activamente el aislamiento, fomenta la sanación intergeneracional y empodera a los adultos mayores para que se mantengan saludables, activos y profundamente conectados tanto con sus raíces como con su comunidad.

¿Cómo celebrará VROCC el Mes de la Herencia Hispana?

Aunque el Mes de la Herencia Hispana se celebra oficialmente del 15 de septiembre al 15 de octubre, nuestro compromiso es celebrar el patrimonio latinoamericano todos los días del año. Durante el Mes de la Herencia Hispana, VROCC organiza una variada programación de eventos especiales, entre ellos Viva México, Viva El Salvador, talleres de preparación para el próximo Festival del Día de Muertos y encuentros comunitarios colaborativos

con socios clave. Junto con nuestras clases y programas para todas las edades durante todo el año, VROCC garantiza que nuestra comunidad se mantenga conectada, orgullosa y comprometida tanto durante el Mes de la Herencia Hispana como después de este.

¿Hay algo más que le gustaría que los lectores de Boston Seniority Magazine supieran sobre el trabajo de VROCC?

VROCC es más que un centro artístico; es un espacio comunitario acogedor donde convergen la cultura, la conexión y el sentido de pertenencia. Nuestro trabajo se centra en preservar las tradiciones latinas y, al mismo tiempo, crear oportunidades para que niños, jóvenes, adultos y adultos mayores aprendan, participen y se sientan reconocidos. Para los adultos mayores en especial, ofrecemos un entorno culturalmente receptivo donde pueden participar a través de la música, la danza y experiencias compartidas que honran su patrimonio. Queremos que las personas sepan que VROCC ayuda a tender puentes entre generaciones y fortalece la identidad comunitaria, al tiempo que hace que el apoyo resulte alegre, familiar y accesible.



▶ EN BOSTON, ENVEJECEMOS CON FORTALEZA.

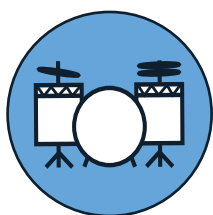
Como parte del gabinete de Servicios Humanos de Boston, Age Strong tiene como objetivo mejorar la vida de los residentes mayores mediante programas, recursos y conexiones significativas, para que podamos vivir y envejecer con fortaleza juntos en Boston. Llámenos al (617) 635-4366 o ingrese a boston.gov/age-strong.

Podemos ayudar con lo siguiente:



DEFENSORES DE AGE STRONG

Nuestros especialistas en defensa de derechos y beneficios conectan a los adultos mayores con recursos, beneficios e información, incluidos asesoramiento sobre seguros de salud, acceso a alimentos, derivaciones a programas de asistencia para calefacción, exenciones fiscales y servicios de protección, entre otros.



EVENTOS Y PROGRAMAS

Age Strong organiza decenas de eventos y programas para residentes mayores, incluidas celebraciones de la herencia de la comunidad negra y de la comunidad hispana, el orgullo LGBTQIA+ y más. Ofrecemos programas en espacios comunitarios de toda la ciudad de Boston, centrados en el bienestar, la prevención de caídas, la actividad física, artes y muchos más.



TRANSPORTE

Ayudamos a los adultos mayores a acceder a todas las opciones de transporte disponibles, como el servicio de transporte de Age Strong, cupones de taxi y más.



VOLUNTEER OPPORTUNITIES

La comisión Age Strong ofrece cuatro programas de voluntariado diferentes para ayudar a los residentes mayores a vivir sus mejores vidas, mientras envejecen en su lugares.



BOSTON, UNA CIUDAD ADAPTADA A LAS PERSONAS MAYORES Y A LAS PERSONAS CON DEMENCIA

Nuestro trabajo conforme a esta perspectiva contribuye a crear una ciudad donde los residentes puedan vivir y envejecer bien en comunidad. Organizamos reuniones de “café para la memoria” para personas con pérdida de memoria y grupos de apoyo para cuidadores, con el fin de que puedan compartir recursos y experiencias.



APOYO EN VIVIENDA

Nuestros asesores en vivienda pueden ayudar a los residentes mayores a informarse sobre los derechos de los inquilinos, la prevención de desalojos, comprender la elegibilidad para programas de vivienda y completar solicitudes de vivienda.

CELEBRACIÓN DEL DÍA NACIONAL DE LOS ABUELOS

Por Edzani Kelapile, personal de Age Strong



En Estados Unidos, el primer domingo después del Día del Trabajo se celebra el Día Nacional de los Abuelos, una forma de reconocer las contribuciones que los abuelos hacen a sus familias cada día y de celebrar los vínculos intergeneracionales dentro de nuestras comunidades.

En Boston, nos enorgullecemos de celebrar la sabiduría, el cuidado y el amor que comparten nuestros adultos mayores. En esta edición de Seniority, nos da mucho gusto presentar a dos abuelas de la localidad y a integrantes de nuestro propio equipo de Age Strong, quienes comparten lo que significa para ellas ser abuelas.

Li Chen (Brighton) es abuela de tres. Ayudó a criar a sus nietos desde

que eran pequeños, llevándolos y trayéndolos de la escuela, cocinándolos y velando por su bienestar. Ahora que sus nietos han crecido, ellos, a su vez, ayudan a cuidar a la señora Chen. "Mis nietos hacen las compras y lavan la ropa por mí cada semana, y celebran las fiestas conmigo", dice. "Es gratificante verlos crecer, y me hace feliz que sean tan cariñosos conmigo".

Para **Donna Rich** (East Boston), "lo más gratificante de ser abuela de mis dos nietas es sentir, desde el primer día, que soy especial para ellas". "Cada minuto que pasamos juntas no es perfecto, pero juntas siempre somos perfectas. Terminamos el día con energía y nos encanta despedirnos con un '¡Te quiero, Nona!' y un '¡Yo también te quiero!'".

Personal de Age Strong

Ser abuelos también es algo que nuestro equipo vive muy de cerca. Varios integrantes del personal de la Comisión Age Strong participan activamente en la vida de sus nietos. Esto es lo que algunos de ellos compartieron sobre cómo encontrar plenitud y alegría en esta nueva etapa de la vida:

Michelle Pierre, especialista en defensa de derechos y beneficios, Hyde Park

Michelle tiene dos nietos que viven en Boston y dice que cuidar de ellos es algo que le da mucha alegría. "Es como criar a mis tres hijos", dice. "Siento que puedo marcar una verdadera diferencia en sus vidas con solo estar ahí". Algunas de las cosas que más le gustan de ser abuela son comprarles ropa, prepararles comida y rezar con ellos antes de acostarse. "También me encanta llevarlos al parque y jugar con ellos. Es tan lindo mimarlos", dice con una sonrisa.

Jean Desgrottes, coordinador de cupones de taxi

Una de las mayores alegrías y uno de los mayores logros en la vida de Jean es ser el orgulloso abuelo de ocho nietos que viven en Hyde Park. "Ellos le dan sentido, felicidad y una perspectiva única a mi vida todos los días", dice. "Ser abuelo me ha enseñado la importancia de la paciencia, la compasión y de dar el ejemplo". Jean se esfuerza por ser alguien a quien sus nietos puedan admirar; alguien que demuestre amabilidad, integridad y una sólida ética de trabajo. "Verlos aprender, crecer y convertirse en personas únicas es muy gratificante, y estoy agradecido por el amor, las risas y los recuerdos inolvidables que traen a mi vida".

Tyisha Jones-Horner, directora de eventos y programas, Dorchester

"Tengo ocho nietos maravillosos", dice Tyisha. "Lo que más disfruto es verlos crecer y ver cómo se les iluminan los ojos cuando ven a su abuela y su abuelo. Hay algo muy especial en el amor incondicional que dan los nietos. También me encanta notar los pequeños rasgos y características de personalidad que se han transmitido a través de nuestra familia. Cada uno de ellos tiene cualidades que me recuerdan a mí misma o a su abuelo. Además, disfruto enseñarles, compartir lo que sé y luego ver el orgullo en sus rostros cuando me muestran algo que han aprendido. Ser abuela es, sin duda, una de las mayores alegrías de mi vida".

¡Feliz día a todos los abuelos de Boston!



ACTIVIDADES DEL MES DE LA HERENCIA HISPANA EN BOSTON



Boston alberga la comunidad latina más grande de Massachusetts; con más de 135,000 residentes, que representan el 20% de la población de Boston. Estas son algunas de las formas en que Boston celebrará el Mes de la Herencia Hispana, del 15 de septiembre al 15 de octubre.

Celebración de la Herencia Hispana

Cada otoño, Age Strong organiza la celebración anual de la herencia hispana para celebrar y reconocer las contribuciones de los adultos mayores latinos a Boston, con un

almuerzo especial, música en vivo, baile, rifas de premios y mucho más. Próximamente se publicará un folleto con todos los detalles.

¡Con Salsa! Ritmo y Sabor Fiesta de barrio:

Disfrute de una celebración al aire libre inspirada en las fiestas de barrio puertorriqueñas en Summer Street Plaza, en Downtown Crossing, el 12 de septiembre, de 3:00 p.m. a 7:00 p.m., con salsa en vivo y actividades para toda la familia. embraceboston.org/collective-action/masso-con-salsa-ritmo-y-sonido-block-party/

Festival de música y danza latina de East Boston:

Acérquese a East Boston Memorial Park el 13 de septiembre, de 1:00 p.m. a 8:00 p.m., para disfrutar de la quinta edición de este festival, que contará con música latina en vivo, espectáculos de danza, artesanías locales y comida. eastboston.com/events/5th-annual-east-boston-latin-music-and-dance-festival/

Izamiento de la bandera de México:

El ayuntamiento organizará una ceremonia de izamiento de la bandera y un acto cultural para homenajear la herencia mexicana y las contribuciones de la comunidad local, el 18 de septiembre a las 12:00 del mediodía, en City Hall Plaza. boston.gov/calendar/mexican-flag-rising-and-cultural-event

Fiesta en la Plaza:

El domingo 28 de septiembre, City Hall Plaza acogerá una programación cultural, espectáculos de danza y música en vivo que destacarán la diversidad de las comunidades latinoamericanas de Boston; el evento es gratuito y abierto a todos.

boston.gov/departments/arts-and-culture/city-hall-plaza-events-and-programs



LOS CENTROS PARA PERSONAS MAYORES CONECTAN A LOS ADULTOS MAYORES

Por Edzani Kelapile, personal de Age Strong



Cada septiembre celebramos el Mes Nacional de los Centros para Personas Mayores, una oportunidad para reconocer y valorar el papel fundamental que estos centros desempeñan para ayudar a los residentes mayores a llevar una vida activa, conectada y saludable. El primer centro para personas mayores de los Estados Unidos abrió en el Bronx, Nueva York, en 1943 y se conocía como William Hodson Senior Center. En la actualidad, hay más de 11,000 centros para personas mayores en todo Estados Unidos, y Boston alberga algunos de ellos.

Los centros para personas mayores son espacios comunitarios que ofrecen a los adultos mayores un lugar donde entablar amistades y mantenerse activos. Los miembros pueden disfrutar de todo tipo de actividades, desde clases de acondicionamiento físico y talleres de bienestar hasta programas de arte, excursiones y juegos, además de acceder fácilmente a recursos importantes y servicios de apoyo.

Si es un adulto mayor que vive en Boston, considere visitar este mes un centro para personas mayores de su vecindario. Es posible que se sorprenda de todo lo que tienen para ofrecerle.

Allston/Brighton

Veronica B. Smith Senior Center

Ubicación temporal:

77 Warren Street

Lunes a viernes

(617) 635-4366

Almuerzo diario gratuito

Charlestown

Beverly Gibbons Community Center for Older Adults

382 Main St, Charlestown

Lunes a viernes

(617) 635-2095

Chinatown

Greater Boston Chinese Golden Age Center's Hong Lok House

15 Essex Street

Lunes a viernes

(617) 357-0226

Free daily lunch



Dorchester

BCYF Grove Hall Senior Center

51 Geneva Avenue

Lunes a viernes

(617) 635-1484

Almuerzo diario gratuito

Operation Peace

15 Norfolk Street

Martes a jueves

617-533-7940

BCYF Holland Community Center

Punto de atención sin cita previa de

Age Strong

85 Olney Street

Miércoles y viernes

(617) 961-6837

Boston Public Library:

sucursal de Codman Square

Punto de atención sin cita previa de

Age Strong

690 Washington Street

Martes y jueves

(617) 436-8214

Irish Pastoral Center

540 Gallivan Blvd.

(617) 265-5300

La Alianza Hispana

1000 Massachusetts Avenue

(617) 427-7175

Almuerzo diario gratuito

Salvation Army Boston

Kroc Center

650 Dudley Street

(617) 318-6000

Vietaid

42 Charles Street

Lunes a viernes

(617) 822-3717

Almuerzo diario gratuito

East Boston

East Boston Senior Center

7 Bayswater Street

Lunes a viernes

(617) 961-3131

Almuerzo diario gratuito

East Boston Social Centers

68 Central Square

Lunes a viernes

(617) 874-7360

Anna Defronzo Senior Center

395 Maverick Street

(617) 569-4299

Fenway

Peterborough Senior Center

42 Peterborough Street

Martes a viernes

(617) 536-7154

Hyde Park

BCYF Hyde Park

1179 River Street

(617) 635-5178

Jamaica Plain

Spontaneous Celebrations

Punto de atención sin cita previa de

Age Strong

45 Danforth Street

Martes y jueves

(617) 635-4168

Mattapan

ABCD Mattapan

535 River Street
(617) 298-2045

BCYF Mildred Avenue

*Punto de atención sin cita previa
para personas mayores*
42 Mildred Avenue
Martes y jueves
(617) 635-1328

North End

ABCD North End

Neighborhood Service Center

1 Michelangelo Street
Lunes a viernes
(617) 523-8125

Nazzaro Community Center

30 N Bennet St
(617) 635-5166

Roslindale

BCYF Roslindale

6 Cummins Highway
Lunes a viernes
(617) 635-5186

Roxbury

Dewitt Center

*Punto de atención sin cita previa de
Age Strong*
122 Dewitt Drive
Lunes y miércoles
(617) 635-4335

South Boston

South Boston Neighborhood House

136 H. Street
Lunes a viernes
(617) 268-1619
Almuerzo diario gratuito

South End

Union Church

*Punto de atención sin cita previa de
Age Strong*
485 Columbus Avenue
Martes y jueves
(617) 635-6935
Almuerzo diario gratuito

West Roxbury

Pilot Senior Center

The Elks Lodge #10
1 Morrell Street
Martes a jueves
(617) 323-1125



¡Obtenga la mejor cobertura al menor costo!
Evalúe anualmente su seguro médico y su plan de medicamentos
recetados

PERÍODO ANUAL DE INSCRIPCIÓN DE MEDICARE DE 2026



15 DE OCTUBRE - 7 DE DICIEMBRE

El período anual de inscripción de Medicare se extiende del 15 de octubre al 7 de diciembre. Se recomienda a los adultos mayores con Medicare (65 años o más) hablar con un asesor certificado de SHINE (Serving Health Insurance Needs for Everyone) cada año para evaluar los planes de seguro médico y medicamentos recetados y obtener la mejor cobertura al menor costo.

**LLAME A AGE STRONG AL 617-635-4366 PARA SOLICITAR UNA
CITA EN PERSONA PARA LOS PRÓXIMOS EVENTOS DEL
PERÍODO ANUAL DE INSCRIPCIÓN EN TU VECINDARIO O PARA
HABLAR POR TELÉFONO CON UN ASESOR DE SHINE
CERTIFICADO POR AGE STRONG.**