

Boston Seniority

Comisión Age Strong

Ciudad de Boston

Alcaldesa Michelle Wu

**Edición en
Español**



**Diciembre
2023**

PUBLICACIÓN GRATUITA

► Voluntario

Si es Propietario de una Casa en Boston, ¿Por qué no Convertirse en Voluntario para la Reducción de Impuestos a la Propiedad?

La comisión Age Strong de Boston ofrece muchos recursos diferentes a los residentes mayores. ¿Has oído hablar del Programa de Compensación del Impuesto a la Propiedad para Personas Mayores? Los propietarios de vivienda calificados de Boston pueden reducir hasta \$1.500 (100 horas a \$15/h) de su factura de impuestos a la propiedad por voluntariado.

Los voluntarios de compensación de impuestos a la propiedad través de Age Strong, trabajan con departamentos de la ciudad en varios proyectos durante todo el año, como realizar investigaciones para la Biblioteca Pública de Boston y ayudar a los departamentos con el trabajo administrativo y de extensión.

“Recomiendo ampliamente este programa de voluntariado a cualquier persona mayor que desee una reducción en sus impuestos a la propiedad”, comparte la voluntaria Barbara Wojakowski. La gente en el Municipio es muy acogedora y hace un gran trabajo combinando las habilidades laborales de las personas mayores con los proyectos de la ciudad.

Requisitos:

- Debes tener 60 años o más antes del 1 de enero de 2024.

- Debe poseer y ocupar su propiedad como residencia principal. Si la propiedad está sujeta a un fideicomiso, debe tener título legal (ser uno de los fideicomisarios y beneficiario).

- Necesitas haber poseído y ocupado una propiedad residencial en Boston durante al menos tres años.

- Debe cumplir con ciertos requisitos de ingresos.

Las solicitudes para el programa de voluntariado para reducción de impuestos a la propiedad de 2024-2025 estarán disponibles en enero. Para obtener más información, comuníquese con la Comisión Age Strong al 617-635-4366 o visite boston.gov/departments/age-strong-commission/volunteer-opportunities-older-people.



► Noticias del Vecindario

Dorchester da la bienvenida a una nueva cooperativa de alimentos

By Dillon Tedesco, Age Strong Communications Team



Comer alimentos nutritivos, sabrosos y saludables es una parte importante del bienestar general. Pero, a veces, la comida saludable es difícil de acceder, o puede ser inasequible. La recién inaugurada Cooperativa de Alimentos de Dorchester (Dorchester Food Co-Op) (DFC) está trabajando para cambiar eso. Jenny Silverman, una cliente de Harvest Co-op en Jamaica Plain, pensó que Dorchester también necesitaba una Cooperativa. El mes pasado, el área de Bowdoin/Geneva dio la bienvenida a la apertura de la nueva comunidad y cooperativa de propiedad de los trabajadores en 195 Bowdoin Street.

“En un supermercado convencional”, dice el Gerente General John Santos, “hay un propietario único o una corporación propietaria. Los productos ofrecidos y sus prácticas comerciales están impulsados por los intereses de ese grupo de personas. En una cooperativa, la comunidad es dueña”.

Actualmente, la DFC cuenta con más de 1800 miembros de hogares, o alrededor de 4,000 a 5,000 miembros propietarios. “Como propietarios, establecen las expectativas y los estándares, se postulan para la junta directiva y me dirigen”.

La membresía cuesta \$100 y se puede pagar en cuotas y las personas pueden solicitar una tarifa con descuento. “Si es miembro que no paga con SNAP, pasar por el supermercado una vez por mes le otorga un 5% de descuento. Si un miembro

paga con SNAP/EBT, obtendrá un 10% de descuento cada vez”.

John también explica un beneficio particularmente único de ser miembro de DFC: los productos a granel. “Somos uno de los únicos lugares donde traes un recipiente vacío y lo llenaremos con jabón para lavar la ropa o jabón para platos, y solo pagas por el jabón. Estas cosas le ahorran a la gente mucho dinero”. Además de ser más asequibles, los programas a granel son buenos para el medio ambiente. Si traes tu propio contenedor, no se generan nuevos residuos plásticos. La Cooperativa promoverá sus objetivos ambientales mediante la instalación de paneles solares en el techo.

La cooperativa no es solo una tienda de alimentos, sino también una parte importante de la comunidad. “Participamos en actividades ajenas a la comida”, dijo John. “Estamos trabajando estrechamente con los Servicios Vocacionales Judíos y su programa de pasantías. Trabajamos con el Centro de Cuidado Familiar (Family Nurturing Center) y muchas organizaciones de servicios”.

Para obtener más información visite dorchesterfoodcoop.com o llame al 617-297-5913. Para obtener información sobre la elegibilidad para el acceso a alimentos, llame a la Comisión Age Strong al 617-635-4366.

► Consejos

Consejos de Seguridad en Invierno

Los días más cortos y el clima más frío son señales seguras de que el invierno se acerca. Para disfrutar del invierno, debemos mantenernos a salvo. Aquí hay algunos consejos importantes para un invierno seguro.

► En interiores:

Mantenga siempre sus dispositivos electrónicos completamente cargados. En caso de un corte de energía, es importante tener un teléfono, tableta o computadora cargados para comunicarse con el 911 en caso de una emergencia. Si es posible, mantenga al menos un cargador portátil completamente cargado durante el invierno. Esto ayudará a extender la batería de su teléfono u otro dispositivo.

Prepare un equipo de suministros para desastres. En una bolsa impermeable, guarde una linterna, baterías, suministros de primeros auxilios, copias de su identificación y lista de medicamentos, y alimentos no perecederos para unos días. Durante los meses de invierno, también debe incluir gorro, guantes, manta y otros elementos de abrigo. Mantenga esta bolsa cerca de una puerta o ventana que planea usar en caso de emergencia.

Si depende de la electricidad para cualquier equipo médico (ventiladores, elevadores de sillas, medicamentos refrigerados, etc.), comuníquese con su proveedor de electricidad con anticipación y hable con ellos sobre la preparación para las interrupciones.

Asegúrese de que su alarma de monóxido de carbono tenga baterías nuevas. Los dispositivos de invierno, como los calentadores portátiles, pueden causar un mayor riesgo de monóxido de carbono, por lo que es importante probar su alarma con regularidad.

► Al aire libre:

¡Abrigarse! Trate de permanecer en el interior durante una emergencia climática, pero si tiene que salir, asegúrese de usar gorro, guantes, bufanda y una chaqueta. Trate de usar varias capas sueltas en lugar de una capa voluminosa, de esa manera podrá adaptarse.

Quite la nieve de la acera de su propiedad. Si usted es el propietario de su casa, debe limpiar la nieve de los pasillos dentro de las 3 horas posteriores a la finalización de la nieve. Si no puedes palear, haga un plan con anticipación para que un amigo, familiar o vecino le ayude.

Esté atento a los síntomas de hipotermia y congelación. La congelación se siente como una sensación de picazón seguida de entumecimiento. La piel se volverá roja, blanca, ceniza, gris o azul dependiendo de tu tono de piel. La hipotermia puede manifestarse como escalofríos

incontrolables, pérdida inusual de memoria, desorientación y somnolencia. Si experimenta alguno de estos síntomas, aléjese del frío y comuníquese con un profesional médico de inmediato.

► **Recursos de la Ciudad de Boston:**
Regístrese para recibir alertas de emergencia y recibir

notificaciones en caso de una emergencia meteorológica. boston.gov/emergency-alerts

Si se corta la electricidad, la Ciudad de Boston tiene muchos centros de calentamiento en toda la ciudad en varios lugares de BCYF y BPL. Llame al 3-1-1 para encontrar el centro de calentamiento más cercano a usted.

El servicio de transporte Age Strong opera durante el invierno; puede comunicarse con el servicio de transporte al 617-635-3000 para programar un viaje gratuito a sus citas médicas.



¡Entra con Fuerza en el Año Nuevo, con la Comisión Age Strong de Boston!

Conozca cómo podemos ayudar a los adultos mayores a obtener los beneficios para los que califican.

La misión de la Comisión Age Strong de Boston es servir a los residentes mayores de 60 años con información, servicios, beneficios y programas para ayudarles a vivir una vida sólida y enriquecida en nuestra ciudad. Somos parte del gabinete de Servicios Humanos de la ciudad y actuamos como la Agencia para la Tercera Edad de Boston.

Estamos ubicados en el Municipio de Boston, 1 City Square, Sala 271. Hay acceso para sillas de ruedas desde la nueva entrada del segundo piso, así como acceso en ascensor a través de las entradas de Congress Street y City Hall Plaza. Gran parte de nuestro personal habla otros idiomas además del inglés, y puede acceder a cualquier idioma a través de nuestra línea de idiomas (traducción). No dude en visitarnos o llamarnos de lunes a viernes, de 9am a 5pm al 617-635-4366 o visite nuestro sitio web en boston.gov/agestrong.

Puede obtener más información sobre los servicios que ofrecemos a medida que siga leyendo, pero asegúrese de estar registrado para recibir la revista Boston Seniority, nuestro boletín de actualizaciones mensuales y el calendario

mensual de actividades gratuitas aquí: boston.gov/departments/age-strong-commission#sign-up-for-updates.

Promotores de Age Strong por Vecindario / Especialidad

Nuestros Promotores de Age Strong atienden directamente a los adultos mayores de Boston por vecindario. Algunos promotores se especializan en atender a las comunidades latinas, vietnamitas, caboverdianas, haitianas y LGBTQ+. Cada Promotor tiene horas presenciales en la comunidad, que puede ver aquí: boston.gov/departments/age-strong-commission/how-age-strong-can-help-you#meet-your-advocate. También puede llamar a Age Strong para comunicarse con su promotor al 617-635-4366.

Asesoría en Seguros de Salud

Los Promotores de Age Strong están capacitados para ayudar a los residentes mayores a evaluar los programas de seguro médico durante todo el año, así como específicamente durante el período anual de inscripción abierta de Medicare, del 15 de octubre al 7 de diciembre. Los promotores pueden ayudar a los



residentes con elegibilidad, solicitudes, planes de recetas, programas de ahorros de Medicare y más. Es importante volver a evaluar la cobertura cada año ya que la salud y los planes cambian a medida que envejecemos.

Transporte

Age Strong Shuttle ofrece transporte gratuito a los residentes de Boston mayores de 60 años para sus citas médicas dentro de Boston, de lunes a viernes, de 8am a 4pm. Programe con anticipación llamando al 617-635-3000. Age Strong también vende cupones de taxi con descuento a adultos mayores tanto en el Municipio como en muchos lugares de Boston.

Recursos Alimentarios

Los Promotores de Age Strong puede ayudar a los adultos mayores elegibles a

obtener acceso a solicitudes de inducción de alimentos para SNAP (programa de asistencia nutricional suplementaria), Meals on Wheels, sitios de comidas grupales y más. Age Strong también puede ayudar a los residentes a aprovechar al máximo su dinero para alimentos con el uso del Programa de Incentivos Saludables (HIP, por sus siglas en inglés).

Recursos de Combustible

Los Promotores de Age Strong pueden ayudar a las personas a solicitar LIHEAP, el Programa de Asistencia de Energía para Hogares de Bajos Ingresos, también conocido como asistencia de combustible, que puede ayudar a pagar la calefacción y ayudar a climatizar su hogar. A través del programa Seniors Save de Boston, los adultos mayores elegibles pueden recibir asistencia financiera al renovar los sistemas de calefacción.

Asistencia para la Vivienda

Age Strong ayuda a los adultos mayores a encontrar, solicitar y mantener una vivienda segura. Los especialistas en vivienda pueden ayudar con las solicitudes de vivienda, conectar a las personas mayores con los departamentos de la ciudad y organizaciones comunitarias que proporcionan asistencia para la reparación de viviendas y proporcionar mediación y defensa judicial.

Excepciones de Impuestos

Age Strong puede ayudar a los residentes a acceder a varias exenciones y créditos de desgravación fiscal, incluida la exención para personas mayores 41C, el Crédito Fiscal de la Escala Tributaria para personas mayores y otros.

Apoyo para Socios de Atención y Alzheimer

Muchos residentes mayores y/o sus cónyuges o familiares padecen la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. El equipo Age & Dementia-Friendly de Age Strong, puede ayudar a encontrar información y recursos para afrontar mejor la pérdida de memoria y otros síntomas. También ofrecemos Memory Cafés, eventos especializados para personas con pérdida de memoria y sus socios de atención y podemos conectar a las personas con la ayuda de Care Partner, como grupos de apoyo y servicios de relevo.

Salud Conductual

Age Strong ahora cuenta con personal en el lugar, dedicado a ayudar a los residentes mayores con problemas de salud mental, como depresión, ansiedad, acaparamiento y atención plena. Pueden conectar a las personas mayores con los servicios directos que necesitan, así como con grupos de apoyo en la comunidad.

Programas de Voluntariado

Age Strong se asocia con Americorps Seniors en una variedad de oportunidades de voluntariado para residentes mayores de 55 años. Nuestro Programa de Acompañantes para Personas Mayores capacita a personas para ayudar a otros adultos mayores con actividades como ir de compras de comestibles, hacer las tareas domésticas y llegar a las citas. Nuestro programa RSVP capacita a personas mayores para que ayuden en nuestros sitios asociados, incluidos hospitales, museos, centros comunitarios e incluso el Municipio, así como para dar talleres sobre salud financiera, protección contra el abuso de opioides y cómo usar de forma segura el transporte público. Nuestros voluntarios de compensación de Impuestos a la Propiedad pueden reducir hasta \$1500 de su factura de impuestos a la propiedad cada año al ayudar a varios departamentos de la ciudad con apoyo administrativo y de extensión. (Algunos puestos de voluntarios califican para un estipendio. Algunos también requieren verificaciones de antecedentes.)

Eventos, Programas y Actividades

Age Strong ofrece a los bostonianos mayores muchas oportunidades para socializar, divertirse y conectarse con otros durante todo el año. Estos incluyen eventos anuales más grandes que se llevan a cabo en los vecindarios, así como clases más pequeñas, talleres y actividades que se llevan a cabo directamente en los barrios, e incluso programas virtuales en línea. También financiamos docenas de agencias comunitarias para que organicen programas para personas mayores sin costo alguno. ¡Para encontrar actividades gratuitas en su vecindario, regístrese para recibir las Tareas Pendientes Mensuales en su buzón de correo electrónico!

Descuento en Agua y Alcantarillado de Boston

Los residentes elegibles de Boston de más de 65 años pueden calificar para recibir hasta un 30% de descuento en las facturas de agua/alcantarillado.

Publicaciones y Conexión

Age Strong publica la revista Boston Seniority diez veces al año, con un calendario impreso especial de Age Strong cada enero. Distribuimos a más de 350 sitios individuales en toda la ciudad, incluyendo sucursales de bibliotecas, centros comunitarios y tiendas de comestibles. La revista también está disponible en línea en boston.gov/agestrong e incluye artículos seleccionados traducidos al español. Age Strong también publica un boletín electrónico de actualizaciones mensuales cada mes, distribuido por correo electrónico, así como el calendario mensual de "Tareas Pendientes" de actividades gratuitas para adultos mayores organizadas por vecindario. Regístrese para recibir estas publicaciones por correo electrónico aquí: boston.gov/departments/age-strong-commission#sign-up-for-updates.

***Nota:** Algunos beneficios requieren elegibilidad. Comuníquese con su promotor de Age Strong para ver para qué califica llamando al 617-635-4366.



LA ALCALDESA MICHELLE WU, LA COMISIÓN
AGE STRONG Y AT&T PRESENTAN:

Conexiones Navideñas

Viernes, 8 de Diciembre de 2023

7:00am-2:00pm

Boston City Hall, 5to Piso

1 City Hall Square, Boston, 02201

CARACTERÍSTICAS DEL EVENTO:

- Llamadas gratis a cualquier parte del mundo
- Presentación sobre el uso de teléfonos inteligentes
- Juegos, premios y soporte técnico
- Desayuno/almuerzo de cortesía
- Fotos divertidas y un visitante sorpresa

SE RUEGA CONFIRMACIÓN:

Marybeth Kelly / 617-635-3959 / marybeth.kelly@boston.gov

AGE+



City of Boston
Age Strong Commission



AT&T