

CELEBRANDO LOS CENTROS PARA ADULTOS MAYORES

JOIN US

NYC has over 300 older adult centers. Come and experience the fun, enjoy delicious meals, meet new friends, and get connected to resources.

What are you waiting for?
Join us!



NYC Department for the Aging

En 1943, la ciudad de Nueva York abrió el Centro para adultos mayores William Hodson. Este fue el primer centro para adultos mayores del país localizado en el Bronx, y su función principal, era la reducir el aislamiento social de las personas mayores de sesenta años.

Ochenta y un años después, William Hodson sigue siendo un elemento básico de la comunidad, ofreciendo socialización, apoyo y servicios a los adultos mayores. Septiembre es el mes nacional de los centros para adultos mayores. Es un momento para que

reconozcamos a William Hodson y a los más de 300 centros para adultos mayores de la red de NYC Aging. Durante septiembre, el personal de NYC Aging visitará cada uno de nuestros centros para expresar nuestro agradecimiento por su compromiso continuo con los adultos mayores.

Los centros para adultos mayores (OACs) de hoy brindan una amplia gama de recursos y apoyos diseñados para ayudar a las personas mayores a vivir vidas saludables, activas e independientes en las comunidades que ayudaron a construir.

La conexión social sigue siendo uno de sus beneficios más esenciales. Todos los días de la semana, los neoyorquinos mayores pueden reunirse y jugar juegos como dominó, bingo y ajedrez en los centros locales. Algunos disfrutan de viajes en grupo a los Jardines Botánicos de Nueva York, Tea Around Town Tea Bus o alguna de las innumerables atracciones locales de la ciudad. Otros toman clases de Zumba y Tai-Chi o participan en las docenas de grupos de OAC de NYC Walk-a-thon para participar mientras se mantienen activos. A veces, los adultos mayores acuden simplemente por el placer de compartir una comida y tener una buena conversación con caras amigables.

Comer en el OAC local también puede compensar el alto costo de los alimentos

que agobia a muchos neoyorquinos mayores, en particular aquellos con ingresos fijos. En nuestros Centros para Adultos Mayores, pueden disfrutar de comidas nutricionalmente equilibradas y culturalmente alineadas cinco días a la semana sin costo alguno. Aquellos que aprovechan las opciones saludables y sabrosas como el sancocho o el curry de pescado ahorraron un promedio de \$898 al año. Eso es dinero real en sus bolsillos.

Más allá de las comidas y las actividades, los OAC brindan servicios que ayudan a los neoyorquinos mayores a envejecer en casa. El personal amistoso está disponible para guiar a los miembros a través de los programas de la ciudad y conectarlos con beneficios importantes como Medicare, Medicaid, SCRIE y SNAP. Algunos centros incluso ofrecen transporte para quienes necesitan ayuda adicional para acudir a citas médicas o de servicios sociales. La salud mental también es una prioridad, con más de 80 centros que brindan apoyo presencial y virtual a través de la Iniciativa de Salud Mental de NYC Aging. Estos servicios están diseñados para cuidar de la persona en su totalidad, haciendo que la vida sea un poco más fácil y mucho más satisfactoria.

Los centros para adultos mayores se han convertido en algo más que lugares para reunirse: son unos verdaderos “salvavidas” para muchos neoyorquinos mayores. Ya sea una comida caliente, un

juego amistoso, o el acceso a servicios críticos. Estos centros enriquecen la vida de quienes los visitan. A medida que evolucionan las necesidades de los adultos mayores, el compromiso de la ciudad de Nueva York con su bienestar sigue siendo fuerte, asegurando que cada persona mayor de 60 años pueda seguir viviendo una vida plena y activa. Los centros para adultos mayores seguirán siendo tan fundamentales para nuestra ciudad inclusiva con las personas mayores como lo han sido durante los últimos 80 años. Animo a todos los neoyorquinos mayores a visitar un centro para adultos mayores y experimentar lo que tienen para ofrecer. Para conectarse con su centro local, visite www.nyc.gov/aging o llame a Aging Connect al 212-244-6469.



NYC Department for the Aging
Commissioner
Lorraine Cortés-Vázquez