La búsqueda de respuestas comienza con la Monmouth County Office on Aging [Oficina de Envejecimiento del Condado de Monmouth] al 732-431-7450

Monmouth ACTS es una innovadora asociación público-privada entre el gobierno del condado de Monmouth y su comunidad de interesados en servicios humanos.

La Junta de Comisionados del Condado de Monmouth lanzó Monmouth ACTS (Asistencia a la comunidad a través de los servicios) como una nueva y audaz forma de reunir a las agencias del condado de Monmouth, líderes comunitarios de organizaciones sin fines de lucro y organizaciones privadas para trabajar en nombre de nuestros residentes. Juntos estamos encontrando formas innovadoras de satisfacer las necesidades públicas más importantes, incluidos los servicios para personas mayores, la ayuda financiera, la atención médica y mucho más.

Monmouth ACTS le está sirviendo mejor juntos.

Monmouth ACTS
ASSISTING COMMUNITY THROUGH SERVICES

Desarrollado en colaboración con Monmouth ACTS, Successful Aging HUB [Centro para un envejecimiento exitoso], Office on Aging [Oficina de Envejecimiento] y el Senior Advisory Council [Consejo Asesor para Personas Mayores]

Sponsored by the
Monmouth County
Board of County Commissioners
www.visitmonmouth.com

Rev. 11/2022

¿Puede envejecer en su hogar actual?

El momento de planificar es ahora.

MARQUE CUALQUIER DECLARACIÓN QUE SE APLICA A USTED

El recorrido comienza ahora

Alguna vez se ha preguntado, ¿seré capaz de envejecer con dignidad en mi hogar?

Las siguientes preguntas están destinadas a brindarle posibles problemas e inquietudes que debe tener en cuenta al hacer planes para vivir sus años de vejez de manera segura y cómoda.

tema y anote las áreas en las que puede necesitar más información o asistencia para planificar su futuro.

Accesibilidad

- ☐ Vivo en una casa de varios niveles que puede presentar desafíos en el proceso de envejecer con dignidad.
- ☐ Necesito adaptaciones como una rampa o un ascensor de escaleras para que mi casa sea más accesible.
- ☐ Tengo dificultad para deambular que puede aliviarse con el uso de un bastón, andador, silla de ruedas o scooter.
- ☐ Recientemente me resbalé, me caí o me lastimé en casa debido a problemas de movilidad.
- ☐ Puedo prever la necesidad de instalar una bañera o una ducha de fácil acceso, o barras de seguridad para evitar el riesgo de resbalones o caídas.

Actividades de la vida diaria

- ☐ Me cuesta deambular en mi rutina diaria, incluido el traslado hacia o desde una cama o una silla.
- ☐ Necesito ayuda para bañarme o ducharme.
- ☐ Necesito ayuda para vestirme o arreglarme, lo que incluye vestirme yo mismo o elegir la vestimenta adecuada o con el cabello, el cuidado de la piel o la higiene bucal.
- ☐ No puedo alimentarme.
- ☐ Necesito ayuda para subir o bajar del inodoro o para limpiarme, o soy propenso a la incontinencia intestinal o urinaria.

Cuidado

- ☐ No tengo un cuidador, pero he considerado cómo me puedo beneficiar de tener uno.
- ☐ Necesito hablar con familiares o amigos si me gustaría utilizar alguno de ellos para los servicios de cuidador.
- ☐ No estoy seguro si algún pariente vive en un hogar que sea accesible para una persona mayor o discapacitada.
- ☐ Podría usar información sobre asistentes de salud en el hogar, cuánto cuestan y cómo se les paga.

Socialización

- ☐ No vivo cerca de familiares o amigos, pero he considerado mudarme para estar más cerca de ellos.
- ☐ Podría participar en más actividades de ocio para ayudar a aliviar el aislamiento.
- ☐ Podría beneficiarme de los programas o servicios de cuidado diurno para adultos, centros comunitarios para personas mayores u oportunidades de voluntariado local.
- ☐ Carezco de acceso a la tecnología como una computadora o un teléfono móvil para conectarme con otras personas.

Bienestar

- ☐ Vivo solo y aún no he planificado para la disminución de las capacidades funcionales o la fragilidad.
- ☐ Puede ser difícil planificar y realizar una mudanza para la jubilación a mi edad.
- ☐ Necesito asistencia en mi hogar para controlar una enfermedad crónica como la diabetes.
- ☐ No he proporcionado a alguien una llave de repuesto para mi casa en caso de emergencia.

Finanzas y asuntos legales

- ☐ No tengo un testamento o un poder notarial en vigencia.
- ☐ No estoy seguro de cuánto ingreso necesitaré para permanecer en mi hogar actual.
- ☐ No estoy seguro si podré administrar mis facturas recurrentes, como alimentos, ropa, calefacción, agua, electricidad, gas y medicamentos.
- ☐ Todavía no he planificado para los costos futuros de mantenimiento o reparación de la casa, como un techo nuevo.

Transporte

- ☐ No tengo licencia ni puedo conducir, o no tengo acceso a un vehículo.
- ☐ No he planificado cuándo podría necesitar una persona o un servicio para el transporte, incluso hacia y desde las citas médicas.
- ☐ No sé si tendré acceso al transporte público local cuando conducir no sea una opción.
- ☐ No estoy seguro si podré pagar los servicios de transporte privado durante la jubilación.