



**Actividades**  
pg. 2



**Grupos**  
pg. 2



**Events**  
pg. 3

**Marzo-Abril 2014**

# Aquí Estamos

El Programa de Diversidad Cultural para Latinos es un programa del Condado de Dane amplia conducido por:



**Yolanda Salazar,**  
NESCO Cultural Diversity Program Specialist

**North/Eastside Senior Coalition**  
1625 Northport Dr # 125, Madison, WI 53704  
Teléfono (608) 243-5252 ·  
Fax (608) 243-5259

## Preparación de impuestos gratuita

Los voluntarios de asistencia con los impuestos (VITA) ofrecen sus servicios para las personas que no pueden pagar por los servicios de preparación de los impuestos.

Estos son los lugares y horarios:

**Lakeview Branch Library** del 2845 N. Sherman Ave., todos los Lunes hasta el 7 de Abril de 1:00 a 4:30 p.m. o los Jueves hasta el 10 de Abril en el mismo horario. Se necesita hacer una cita llamando al 246-4547.

Otro lugar que ofrece este servicio es en el **Villager Mall- Financial Education Center** en el 2300 S. Park St. y puede llamarles al 261-5077. Los días que están disponibles son los Lunes y Miercoles de 12:00 a 6:00 p.m. y los Sábados de 9:00 a 3:00. No se requiere cita anticipada.

## Información General

**Centro de ayuda para pacientes.**

**The Center for Patient Partnership**

Si usted o un familiar tiene una enfermedad seria, puede encontrar ayuda en este centro que ayuda a los pacientes a encontrar recursos en la comunidad.

Este lugar le puede ayudar a encontrar el cuidado y apoyo que necesita usted o su familiar. Que es lo que hace este centro?

Ayuda a los pacientes a que se informen para tomar decisiones médicas, que reciban la atención necesaria y a que entiendan sus derechos en cuanto al empleo y al seguro médico.

Los servicios son gratuitos para los pacientes. Los enfermos que ellos ayudan son pacientes con enfermedades graves y serias y para sus familias sin tomar en cuenta sus ingresos, su nacionalidad o situación legal en este país. Le pueden ayudar si tiene preguntas con su seguro médico, como pagar su cuidado, como entender su enfermedad, las facturas médicas o de empleo.

Si necesita ayuda póngase en contacto con este centro llamando al 608-890-0321 o a su línea de ayuda:

[advocacy@patientpartnerships.org](mailto:advocacy@patientpartnerships.org)

Si no habla inglés ellos tienen una línea de Traductores.



**Senior Housing Partner: Sherman Glen Apartments**  
1110 N. Sherman Ave, Madison, WI 53704 (608) 241-1190

## Actividades Del Program

### Actividades en el mes de Marzo:

- 12 Grupo de apoyo para las personas de la Tercera Edad. En el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin. De 6-8:30 p.m.
- 14 Almuerzo y Bingo en Español en el Centro Warner Park localizado en el 1625 Northport de 10:00 a.m. a 12:00 p.m.
- 14 Clase de computación en el Centro Vera Court de 12:15 a 2:00 p.m.
- 26 Fiesta de Comunidades en el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St. De 5:30 a 8:00 p.m.

### Actividades en el mes de Abril:

- 9 Grupo Latino de Apoyo para las personas cuidando a un ser querido En el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St. De 6-8 p.m.
- 11 Almuerzo y Bingo en Español En el Warner Park. De 10:00 a.m. a 12:00 p.m.
- 11 Clase de computación en el centro Vera Court de 12:15 a 2:15 p.m.
- 23 Grupo de los Abuelitos cuidando de sus nietos en el Madison Senior Center de 6:00 a 8:00 p.m.

Si tiene más de 55 años y está interesado en participar en este programa, llame al 243-5252 con Yolanda.

## Sabía Usted Que?

El 30 de Abril se celebra el día del niño en México y queremos felicitar a nuestros niños, que son el futuro del mundo.

Cuidarlos es una gran responsabilidad porque deben crecer sanos mental y físicamente. No pueden crecer como una plantita salvaje, porque necesitan educación y buenas bases para su crecimiento Un hijo nos da satisfacciones pero también muchas preocupaciones. Démosles lo mejor de nosotros y enseñémosles a ser responsables por su vida y sus actos.  
**Feliz día del niño para nuestros pequeñitos!!!**

## Grupos

### Grupo de los Abuelitos

La Coalición del lado Norte y la Area Agency on Aging of Dane County está auspiciando el Grupo Latino de Apoyo para personas que están cuidando a un ser querido, sea niño o adulto. Este grupo se reúne en el Madison Senior Center situado en el 330 W. Mifflin. Las próximas reuniones del grupo serán el 12 de Marzo y el 23 de Abril. En este grupo buscaremos juntos soluciones a los problemas que requieran ayuda moral, social, física y en otros campos. Si usted está cuidando a alguien de su familia, venga a tener un tiempo especial para usted, la edad no importa para participar en este grupo. Todo lo tratado en este grupo será dentro de la más alta discreción y confidencialidad. Se puede proporcionar transportación en forma limitada.

Para más información favor de llamar al 243-5252 de Lunes a Viernes de 9:00 a.m. a 4:00 p.m. Hablamos Español para servirle mejor.



### Grupo latino de apoyo para las personas de la tercera edad que hablan Español

Las próxima reunión del grupo será el 9 de Abril de 5:30 a 8:30 p.m. en el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St. ( 2º piso).

Únete a nosotros en una experiencia única, conoce amigos de varios países de Latin-América y aprende sobre diferentes tópicos de interés general. Recibe información sobre diferentes agencias donde puedes encontrar ayuda.

Libérate de tus tensiones cotidianas y ven a convivir con nosotros en un espacio diseñado especialmente para ti.

La reunión es abierta al público en general. Ven y comparte tu cultura y tradiciones. Para más información llame al 243-5252 con Yolanda.

## Eventos

### El Consejo Latino para la Salud de Dane County

Tendrá su Conferencia anual sobre Salud Mental el 5 de Abril en la iglesia luterana Bethel, localizada en el 312 de la Avenida Wisconsin en Madison, de 8:30 a.m. a 3:30 p.m.

Con el sistema de vida en este país tenemos mucho estrés y esto nos lleva a sufrir enfermedades mentales y al hablar de enfermedades mentales, las personas nos espantamos porque pensamos en que tenemos una enfermedad grave, pero muchas de éstas pueden ser controladas con medicamentos o simplemente con terapia o con cambios en nuestra rutina.

Hay soluciones, pero hay que buscarlas y decidirnos a cuidarnos y cuidar de nuestra familia.

Venga a esta conferencia y aprenda más sobre este tema.

Se ofrecerá cuidado de niños, transportación, desayuno y almuerzo gratuitamente.

Los niños de 7 a 13 años tendrán talleres educativos y de salud.

Como: Ejercicio, Nutrición y relajación.

Los niños de 2 a 6 años tendrán un tiempo de ejercicio también y juego libre.

Los talleres para los adultos son: Meditación, Relajación, Comunicación familiar y Ejercicio.

Se requiere registro previo llamando al 608-441-9918 de 9 a.m. a 6 p.m.

Invite a su familia y amigos y reciba un incentivo de \$ 5.00 por cada persona que venga con usted.

Apresúrese a registrarse antes del día 26 de Marzo.

### Fiesta de Comunidades

La North/Eastside Senior Coalition tendrá su fiesta anual de comunidades el 26 de Marzo de 5:30 a 8:00 p.m. en el Madison Senior Center, localizado en el 330 W. Mifflin St. de Madison.

Se puede proporcionar transportación en forma limitada para las personas mayores de 60 años.

Venga y disfrute de una cena calentita y comparta con personas de otras comunidades.

Para más información o participación, comuníquese al 608-243-5252. Hablamos español

## Alzheimer y Demencia

### La Alzheimer's Dementia Alliance

Localizada en el 517 N. Segoe Rd. Suite 301 en Madison.

Trabaja intensamente por las personas que están sufriendo una enfermedad mental.

Si usted tiene un familiar que tiene síntomas como: Pérdida de la memoria en la que la persona tiene problemas frecuentes recordando información. Está siempre repitiendo preguntas o historias.

Tiene problemas siguiendo la rutina diaria como: Vestirse, cocinar o pagando sus cuentas.

Otro síntoma es que la persona olvida las palabras comunes, tiene problema para leer, escribir o tener una conversación.

También puede presentar confusión o sentirse desorientado acerca de qué día es o como ir a lugares que comúnmente conoce.

Presenta problemas para manejar su dinero o tomando decisiones financieras.

Algo que es muy importante es el rápido cambio en sus estados de ánimo como: Llorar sin motivo,

pasar de estar en calma a ponerse agresivo

Otra forma de cambio es el que se aleja de sus amigos con los que usualmente tiene actividades y se vuelve desinteresado, callado, pasivo y permanece largas horas frente al televisor o durmiendo.

Si esto está pasando con alguien de su familia o amigos, no está solo, esta alianza puede ayudarlo a encontrar un diagnóstico pronto y un tratamiento en su caso.

Si requiere de información llame a este centro de ayuda al 608-232-3400.



No te olvides de convertir  
sus relojes una hora  
adelante, el domingo  
9 de marzo.

1625 Northport Dr., #125 Madison, WI 53704  
In the Warner Park Community Recreation Center

## EXTRA! EXTRA! EXTRA!

Felicidades a las personas que cumplen años o celebran algo especial en:

**Marzo:**

Lidia Z., Victoria E. y Fidelia J.

**Abril:**

Antonia Z.

Un abrazo muy fuerte



**Aquí Estamos** es una publicación bimestral de la North/Eastside Sénior Coalición. Si usted está interesado en publicar un artículo pequeño de interés para la comunidad o quiere participar en nuestro programa latino, comuníquese al 243-5252. Con Yolanda o Alyssa o Sarah.