



Actividades
pg. 3



Grupos
pg. 3



Cumpleaños
pg. 4

Julio/Agosto 2010

Aquí Estamos

Eventos

North/Eastside
SENIOR
Coalition



Over **35** years
Enhancing
the lives of Seniors

North/Eastside Senior Coalition

1625 Northport Dr #125
Madison, WI 53704
phone (608)243-5252
fax (608)243-5259

info@nescoinc.org · www.nescoinc.org

Clínica del pie



Clínica para el cuidado de sus pies.

La North/Eastside Senior Coalition en colaboración con la Interim Health Care Proporcionan cuidado para los pies, para personas mayores que no puedan hacerlo.

Las personas con diabetes no podrán recibir este cuidado, ya

que el pie de los diabéticos requiere de mucho cuidado.

Se tiene que hacer una cita para hacer una reservación y con anterioridad llamando al 243-5252. El costo es de \$15.00 y tiene que traer sus toallas.

El Consejo Latino para la Salud lo invita a usted y a su familia a la "Conferencia anual sobre Diabetes y Enfermedades del Corazón" el día 31 de Julio en la Iglesia Luterana Bethel, localizada en el 312 de la Wisconsin Ave. En Madison. Este evento es totalmente gratuito. Se ofrece desayuno, lunch, transporación, estacionamiento y cuidado de niños limitado.

Este evento es abierto a toda la comunidad y todos los talleres son en español.

Tiene que hacer una reservación previa llamando al 608-441-9918 con Yolanda.

Este año tenemos los talleres sobre diabetes, ejercicio, nutrición, relajación, sistema de salud y enfermedades cardiacas (en este taller se dará una clase de resucitación con entrenadores de la Cruz Roja Americana).

Usted podrá escoger de estos talleres, uno por la mañana y otro por la tarde.



Companero de Viviendas Mayones: Sherman Glen Apartments

1110 N. Sherman Ave, Madison, WI 53704 (608) 241-1190

Información General

AA Alcohólicos Anónimos

En la actualidad existen más de un millón de personas de ambos sexos, de diferentes partes del mundo que comparten su sobriedad en las instituciones de Alcohólicos Anónimos. En este organismo tienen un programa de vida, vida que desean compartir. Ellos se reúnen y comparten sus experiencias y como han logrado cambiar su vida.

En Madison tienen un sitio de reunión para sus juntas de información al público.

La dirección de este lugar es el número 10 de Malibu Dr. La información es en Español y abierto para todas las personas que tengan problema con su forma de beber.

Para información de cuando son las juntas, usted puede comunicarse a los siguientes teléfonos:

608-347-1105

608-347-7174

608-395-5872

608-906-1632

Cuide su vida! Cuide su relación familiar! Busque ayuda! No está solo hay personas que han pasado por este proceso y quieren ayudarle, darle una mano. Usted puede hacer un cambio en su vida! Hágalo ahora!

Al-Anon

Grupo de Familiares que tienen algún miembro con problemas de alcoholismo.

¿Te afecta la manera de beber de algún familiar o amigo? En Al-Anon tienen una opción para usted.

Para información llame al los teléfonos:

608-354-5171

608-334-1190

608-438-9630

608-770-5141

Sesiones: Sábados de 1-3 P.M. en el Centro Hispano localizado en el 810 W. Badger Rd. En Madison, WI.

UW Health Clínicas del cuidado de los ojos.

Estas clínicas son de Oftalmología de University Station. Estas clínicas tienen servicios de rehabilitación de la visión.

¿Cuál es el objetivo del servicio de rehabilitación de la visión de la Universidad de Wisconsin?

Este objetivo es el de asistir a las personas con falta de visión, de forma que sean lo más independientes posible.

Ellos pueden proporcionarle aparatos para ayudarle si tiene falta de visión, también enseñarle técnicas que puedan ayudarle para usar la visión que le queda y recursos en la comunidad que le puedan ayudar en la rehabilitación de su visión.

Esta rehabilitación de la visión no es un tratamiento para restablecer perdida o dañada. Es una combinación de técnicas, prácticas y medios útiles para ayudarle a aprovechar su visión al máximo.

Usted puede programar una cita con el Servicio de Rehabilitación de la Visión de Universidad de Wisconsin en la recepción de la Clínica de Oftalmología (Eye Clinic en University Station). El domicilio de esta clínica es el 2880 de University Ave., o llamando al 263-7171.

Si tiene alguna pregunta relacionada con su visión, llame a Marshall Flax al 608-237-8107 o al 1-800-783-5213.

Wisconsin Council of the Blind and Visually Impaired.

Esta institución trabaja con fondos de donaciones privadas y una campaña anual de obtención de dinero para proporcionar servicios a las personas que carecen de la vista o que tienen problemas con su visión.

Su objetivo es promover la dignidad e independencia de las personas que no pueden ver o ven poco.

Algunos de los servicios que pueden proporcionar son

Dar perros entrenados para las personas que han sido declarada ciegas legalmente

Asistir con aparatos y tecnología.

Educación comunitaria.

Clases de rehabilitación.

Orientación y entrenamiento para poder tener movilidad sin ver.

Grupos de apoyo.

También cuentan con una tienda donde venden aparatos que pueden ayudar a las personas sin visión o visión corta, por ejemplo relojes que hablan, calendarios con letras y números muy grandes, además de otros productos que pueden hacer la vida más fácil a las personas con problemas visuales.

Estos servicios son proporcionados en su domicilio del 754 Williamson Street en Madison, WI, sus teléfonos son: 608-255-1166 y 1-800-783-5213.

Página Web. WWW.wcblind.org info@wcblind.org

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 28 de Julio y el 4 de Agosto de 6-8 p.m.

En este grupo buscaremos juntos soluciones a los problemas que requieran ayuda moral, social, física, de recursos 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.

Grupo latino de apoyo para las personas de la tercera edad que hablan español.

Las próximas reuniones del grupo serán el 14 de Julio y el 11 de Agosto de 6-8:30 p.m. en el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St.

Únete a nosotros en una experiencia única, conoce amigos de varios países de Latin-América y aprende sobre diferentes tópicos de interés general y

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. Se puede ofrecer transportación limitada para las personas mayores de 55 años. Para más información llame al 243-5252 con Yolanda o Liz.

Clases de Computación



Clases de Computación para Principiantes.

Los Servicios sociales de la Iglesia Luterana Bethel, está ofreciendo clases de computación para principiantes en español los jueves de cada semana a las 6:30 p.m.

Para más información comuníquese al 257-3577 con Aura Suárez

Actividades Del Program Latino De NESCO

Actividades en el mes Julio:

- 9 Bingo bilingüe y almuerzo en el Warner Park Community Recreation Center del 1625 Northport Dr. En Madison, Wi. De 10:00 a.m. a 12:00 p.m.
- 12 Concierto en el Warner Park (área de picnic) de 5:30-8pm "Grupo Candela"
- 14 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.
- 28 Grupo para las personas cuidando de un ser querido. En el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St. De 6:00 a 8:00 p.m.



Actividades en el mes Agosto:

- 4 Grupo de apoyo para las personas cuidando a un ser querido. En el Madison Senior Center. De 6-8:00 p.m.
- 6 Almuerzo y Bingo bilingüe En el Warner Park Community Recreation Center del 1625 Northport Dr. De 10:00 a.m. a 12:00 p.m.
- 11 Grupo de apoyo para las personas de la Tercera Edad en el Madison Senior Center en el 330 W. Mifflin St. De 6-8:30 p.m.



Si usted quiere participar en el programa latino de la Coalición del lado Norte, comuníquese al 243-5252 con Yolanda Salazar-Torres.

Oración de la Serenidad

Dios, concédeme
Serenidad para aceptar las cosas que
no puedo cambiar,
Valor para cambiar las cosas que si
puedo cambiar y
Sabiduría para reconocer la diferencia.

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 :

Julio: Aurora , Gladys, María, Pola y Ana María.

Agosto: Esther, Nilda y Delia.

Muchas felicidades!

Nuestros mejores deseos para ustedes

Feliz Día de Independencia a los países que la celebran en estos meses.

Aquí Estamos es una publicación bimestral de la North/Eastside Senior Coalición. Si necesita información de esta publicación o quiere publicar algo de interés para la comunidad, comuníquese al 243-5252 con Yolanda Salazar-Torres.