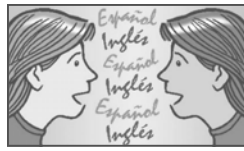


Actividades
pg. 2



Grupos
pg. 3

Cumpleaños
pg. 4



Marzo/Abril 2010

Aquí Estamos

North/Eastside
SENIOR
Coalition



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

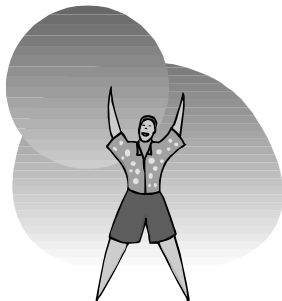
North/Eastside Senior Coalition

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

info@nescoinc.org · www.nescoinc.org

Caridades Católicas

Esta agencia está ofreciendo un grupo de apoyo para hombres y mujeres que se sienten aislados, que quieren aprender de recursos en la comunidad y necesitan apoyo manejando situaciones estresantes en sus vidas. Se practicarán técnicas para manejar el estrés y celebrarán ocasiones especiales.



El grupo se reúne los Martes de 10-11:30 A.M. en el Centro Guadalupe. Si desea participar en este grupo favor de comunicarse con Celia Huerta al 256-2358.

Programa de instalación de alarmas que detectan el fuego

FEMA, la Ciudad de Madison y el Departamento de Bomberos, han recibido un dinero para asistir a propietarios de casa que necesitan alarmas de fuego nuevas.

Su personal podrá instalarlas para los residentes de Madison que califiquen, sin ningún costo.

Las personas que pueden calificar son:

- A. Personas que vivan en la Ciudad de Madison.
- B. Personas que sean dueños de una casa o una casa móvil.
- C. Las personas que vivan en esa casa deben ser: Adultos mayores de 65 años; Niños menores; Una persona con discapacidades o una familia de bajos recursos.



Es mandatorio que todos tengamos alarmas de fuego en nuestros hogares. Si usted califica para este beneficio y necesita contactarse con el programa, llame a la oficina de

Educación Comunitaria al 608-266-4709.

Companero de Viviendas Mayones: **Sherman Glen Apartments**

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

Información General

Clínicas para personas que no tienen seguro médico.

Algunas personas no tienen un doctor familiar porque no tienen seguro médico y acuden a las salas de emergencia cuando se enferman. La atención en esa sala es muy costosa y tenemos que aprender a distinguir cuando es una urgencia de verdad. Muchas de las enfermedades pueden ser tratadas en una clínica por un médico primario y no tenemos que acudir a una sala de emergencia. Si el niño/a tiene fiebre, su doctor le dará indicaciones telefónicas o le hará una cita en la clínica, igualmente si tenemos dolor de estómago o de cabeza. Es mejor adscribirse a una clínica y tener un doctor de cabecera.

Algunas clínicas reciben pacientes que no tienen seguro médico como el Madison Access Community Health Center localizado en el 2202 de la calle Park en Madison y su teléfono 261-9270.

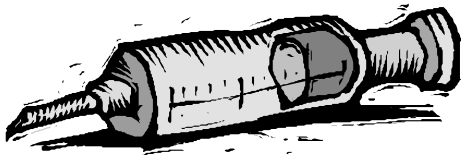
Otra puede ser la clínica Wingra del 701 de la calle Dane con teléfono 263-3111.

También el Dean Medical Center en el 1912 de la avenida Atwood y teléfono 241-6550.

Con todas estas clínicas usted podrá hacer un arreglo financiero para pagar su consulta, que será mucho más económico que acudir a una sala de emergencia.

Pero use su sentido común y acuda a una sala de emergencia si cree que su enfermedad lo amerita, así como los servicios del 911.

Clínicas de Vacunación para los residentes de Madison y el Condado de Dane.



Madison- Norte: 1202 de Northport Dr.

Madison-Este: 2705 E. Washington Ave.

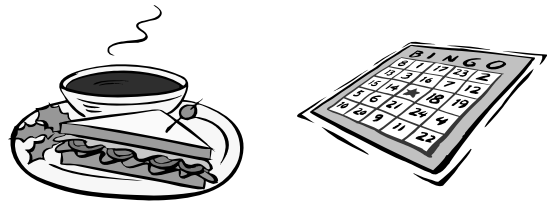
Madison-Sur: Centro Harambee, 2202 S. Park St.

Para encontrar una clínica de vacunación comuníquese al 242-6279. Para información sobre los lugares de vacunación de la Influenza, usted puede marcar el 211 y pedir los lugares y horario de inmunizaciones.

Actividades Del Program Latino De NESCO

Actividades en el mes Marzo:

- 10 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.
- 12 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.



- 24 Grupo para los Abuelitos cuidando de sus nietos En el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St. De 6:00 a 8:00 p.m.

Actividades en el mes de Abril:

- 2 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.
- 7 Taller sobre Prevención de cancer de seno. En el Madison Senior Center, de 6-8 P.M.
- 14 Grupo de apoyo para las personas de la Tercera Edad en el Madison Senior Center en el 330 W. Mifflin St. De 6-8 p.m.
- 21 Taller sobre Comunicación Familiar De 6-8 P.M. Madison Senior Center.



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

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 24 de Marzo y el 21 de Abril 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.

Para mas 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 próximas reuniones del grupo serán el 10 de Marzo y el 14 de Abril de 6-8:30 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 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.

Clases de Computación para adultos en el Centro Comunitario Vera Court.

Respondiendo a la necesidad tecnológica, el centro comunitario sigue ofreciendo sus clases de computación a la comunidad hispana.

Los cursos que se imparten son los siguientes:

Básico, Intermedio, Microsoft I y Microsoft II.

Las clases comienzan el 30 de Abril del 2010.

Llame para registrarse al 608 246-8372 y pregunte por Baltazar De Anda-Santana.

No espere más ya que hay pocos lugares disponibles. Prepárese para la era moderna.

Mejor preparación, dará como resultado, mejores empleos.



Voces De La Edad De Oro

En este espacio daremos paso a lo que las personas de la tercera edad o “Edad de Oro” quieran expresar.

Este espacio será para que esas voces puedan llegar a quien las quiera disfrutar.

Este fragmento literario fue escrito por una persona mayor, miembro del programa latino de NESCO. Julio titula a estos pensamientos.

“Amores Viejos”

Cuando la vejez nos llega así de esa manera

Uno no se da ni cuenta.

Empieza el dolor de huesos,

Comienza a fallar la vista,

Y la presión se nos vuela.

Al marido le dan más soga

Cuando lo ven viejo y cansao

pero su mujer no sabe

que un corazón averiao

se olvida de sus baiapses

y se pone alborotao

y si es que por nuestra cara

todos nos creen ya viejos

nosotros demostraremos

que un corazón tan usao

aún mantiene latente

sus bríos de juventud,

por eso recomendamos

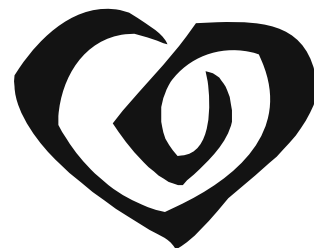
sentirnos siempre felices

disimular nuestras penas

con una eterna sonrisa

y dar gracias al cielo

por nuestra felicidad.



North/Eastside
SENIOR
Coalition



Non-Profit Organization
U.S. Postage Paid
Permit #417
Madison, WI

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, Gladys, Victoria E. y Fidelia
Abril: Toñita.

Muchas felicidades!
Nuestros mejores deseos para ustedes
Feliz Día de la Primavera! 21 de Marzo.
Feliz Día del Niño! 30 de Abril.

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