

NHA Revision Residente



UN BOLETIN PARA LOS RESIDENTES DE NORTHWEST
HOUSING ALTERNATIVES

Volumen 11, Numero 4

Cuarto Trimestre, 2018

Línea directa de ancianos LGBT: 1-888-234-7243

No importa donde viva, tiene acceso a la línea directa de personas mayores LGBT donde puede llamar para consejería de pares, información y recursos locales. Operado por el Centro Nacional de Ayuda GLBT, la línea directa brinda a los adultos mayores, lesbianas, bisexuales y transexuales la capacidad de hablar con voluntarios entrenados de consejero-pares sobre temas que incluyen aislamiento, problemas de relación, intimidación, VIH / SIDA y mucho más. ¡La gente de la línea directa no da consejos, en lugar de eso escuchan y les importa!

La línea directa está disponible de lunes a viernes desde la 1:00p-9:00p PST y sábado de 9:00a-2:00p PST. La línea directa se define en términos generales como personas de 50 años o más, y siempre es gratis y confidencial. Si quieres más información antes de llamar, puedes enviar un correo electrónico a sage@GLBT hotline.org con preguntas.

Oregon Project Independence Proyecto Independencia de Oregon

¿Es usted mayor y necesita asistencia en el hogar o ayuda con el transporte? OPI presta servicios a los residentes de Oregon mayores de 60 años que no reciben la mayoría de los servicios de Medicaid. Puede calificar si el estado está pagando sus primas de Medicare o si recibe cupones de alimentos. Las personas menores de 60 años que tienen un diagnóstico de enfermedad de Alzheimer o otra demencia también pueden ser elegibles para los servicios OPI. Para calificar para OPI, una persona debe necesitar algún tipo de asistencia en el hogar basada en una evaluación realizada por un administrador de casos del Departamento de Servicios Humanos (DHS). Hable 1-866-535-8493

Clima frío - Proteja sus pipas y mascotas

Las tuberías congeladas pueden provocar un gran desorden y costarle un paquete. Aquí hay algunos consejos para evitar desastres relacionados con el clima en el hogar:

- Permita que una pequeña cantidad de agua corra durante la noche, preferiblemente a través de un grifo en una pared exterior.
- Abra los gabinetes de la cocina y el baño para que el aire más caliente pueda circular por debajo de los lavamanos.
- Conozca la ubicación de sus válvulas de cierre, en caso de que se rompa una tubería.

Los dueños de mascotas deben tomar precauciones especiales con sus animales durante las temperaturas de congelación. Es mejor mantener a todas las mascotas dentro de la casa. Los gatos se acurrucarán contra cualquier cosa para mantenerse calientes, incluidos los motores de los automóviles. Antes de encender el motor, revise debajo del automóvil o haga mucho ruido al tocar la bocina. Algunos animales pueden permanecer a salvo afuera más tiempo en el invierno que otros. Las razas de pelo largo, como los perros esquimales, se desempeñarán mejor en el clima frío que las razas de pelo corto como los perros salchichas. La salud de su mascota también afectará el tiempo que la mascota puede permanecer fuera. Las condiciones como la diabetes, la enfermedad cardíaca, la enfermedad renal y los desequilibrios hormonales pueden comprometer la capacidad de una mascota para regular el calor corporal. Considere la posibilidad de suéteres para perros durante los paseos. Cuando esté afuera con sus mascotas, obsérvelos para detectar signos de incomodidad. Si se quejan, tiemblan, parecen ansiosos, disminuyen la velocidad o dejan de moverse, o comienzan a buscar lugares cálidos para cavar, están diciendo que quieren regresar a un lugar cálido.

NHA Revision Residente

Asistencia Energética por Condado

¡Viene el invierno! Hay agencias que pueden proporcionar asistencia de utilidad. Como puedes imaginar, estos fondos son muy buscados. La mayoría de las agencias requieren que las personas llamen y dejen un mensaje y / o programen una cita. Recuerde cuando dejes un mensaje incluyes su nombre completo, el nombre de la empresa de servicios públicos, número de cuenta de servicios públicos y cualquier aviso de desconexión o apagado que esté pendiente en su cuenta. Para saber qué agencias ofrecen asistencia de energía actualmente, llame al 211 o vaya a 211info.org, hable con su coordinador de servicios para residentes o llame a uno de la lista de abajo:

Multnomah County:

Self Enhancement Inc (SEI) Línea directa de asistencia energética: (503) 240-0828

SnowCAP Community Charities Teléfono: (503) 674-8785

Impact Northwest: (503) 294-7444 (línea directa de asistencia energética)

Human Solutions, Inc.: Línea directa de asistencia energética: (503) 405-7877

St. Vincent De Paul Teléfono: (503) 235-7837

Clackamas County:

Energy Assistance of Clackamas County (503) 650-5640.

Asistencia Energética por Condado (cont.)

Washington County:

Care to Share: (503) 726-0407

Community Action Organization: Teléfono: (503) 615-0771 (Beaverton) y (503) 615-0771 (Hillsboro)

The Salvation Army: Teléfono: (503) 640-4311

Marion/Polk County:

The Salvation Army: Teléfono: (503) 585-6688

Community Action Energy Services: area de Salem (503) 588-9016

St. Vincent De Paul: Teléfono: (503) 364-5672

Your Next Step: Teléfono: (503) 330-7755

Congregations Helping People: Teléfono: (503) 391-4365

Deschutes County:

Neighbor Impact: Teléfono: (541) 504-2155

Jackson County:

Access: Teléfono: (541) 779-9020

The Salvation Army: Teléfono: (541) 772-8149

Lane County:

Catholic Community Services of Lane County: Teléfono: (541) 345-3642

Umatilla County:

Community Action Program: Teléfono: 1-800-214-4776

Harney County:

Harney County Senior & Community Services Center: Teléfono: (541) 573-6024

un agradecimiento a nuestro socio



¡NHA desea agradecer a PDX Diaper Bank por provisión de suministros de pañales e incontinencia para las familias y los adultos que viven en las unidades de Northwest Housing Alternatives!

¿Sabía que: PDX Diaper Bank ofrece pañales y fundas de tela para niños?

Si usted esta interesado en suministros proporcionado de forma gratuita, póngase en contacto con su coordinador de servicios para residentes y dales el peso de tu (s) hijo (s)!

