

Guía de Recursos para el Cuidador

2024- 2025 Valle de Lompoc



Servicios de Emergencia

Policía, Bomberos, Ambulancia	911
Servicios de Protección para Adultos	844-751-6729
www.countyofsb.org	After Hours 692-5744
Línea Directa del Sistema de Control de Envenenamiento de California (24/7)	800-222-1222
www.aapcc.org	
CARES Equipo de Crisis para la Salud Mental	888-868-1649
Soluciones de Violencia Doméstica (24/7)	805-736-0965
www.dvsolutions.org	
Defensor del Pueblo a Largo Plazo	805-922-1236
www.FSAcares.org	
Línea Nacional Directa de Prevención del Suicidio	988
www.SuicidePreventionLifeline.org	
Centro de Crisis de Violaciones del Norte del Condado	805-736-7273
www.sbcountyrapecrisis.org	

Cuidado Diurno para Adultos

Wisdom Center 805-354-5320 **en Santa Maria**

www.LifeStepsFoundation.org

Es un programa comunitario diurno de servicios para adultos que brinda una variedad de servicios sociales y de salud, así como actividades terapéuticas y de rehabilitación planificadas para beneficio de adultos con desafíos físicos y/o mentales que corren el riesgo de ser colocados en residencias de cuidado a largo plazo. El programa incluye cuidado diurno para personas con Alzheimer y trastornos relacionados a la demencia y proporciona un entorno seguro, estructurado y estimulante que satisface las necesidades de salud física y mental de las personas.

Friendship House 805-688-8748 **Solvang**

www.solvangfriendshiphouse.com

El Programa Diurno de Enriquecimiento de la Vida ofrece un lugar donde la persona con Alzheimer o demencia puede estar con otras personas en un entorno seguro. El personal dirige actividades planificadas para sus huéspedes. Se ofrece transporte, comidas, baño y otros servicios por una tarifa adicional. Pregunte por las tarifas especiales para Medi-Cal.

Lompoc Valley Haven 805-733-9459

www.lompocvalleyhaven.org

Lompoc Valley Haven es un programa de cuidado diurno para adultos mayores de 55 años. Está diseñado específicamente para personas que prefieren quedarse en su propia casa o con familiares. Este programa ofrece una opción asequible en un entorno social para aquellos que disfrutan convivir con otras personas mayores. Los clientes pueden quedarse en Valley Heaven medio día o hasta cinco días a la semana.

Administración de Cuidado

CenCal Health 800-421-2560 ext. 1641

www.CenCalHeath.org

Ofrece servicios de trabajo social para miembros de CenCal que tienen condiciones médicas o de comportamiento complejas, factores de alto riesgo psicosocial o que necesitan ayuda para navegar a través del sistema de atención médica. Los servicios son gratuitos.

Alzheimer's Navigator

www.alzheimersnavigator.org

Alzheimer's Navigator® (Navegador Alzheimer) de la Asociación de Alzheimer, es una herramienta innovadora en línea que ayuda a los cuidadores y a personas con demencia a evaluar sus necesidades, crear un plan de acción personalizado y conectarse a información, apoyo y recursos locales.

Partners in Care Foundation 805-280-4490
Programa de Multiservicios de Cuidado para Personas Mayores www.picf.org

Esta fundación ofrece servicios de trabajo social a un número limitado de personas elegibles para el Medicare/Medi-Cal. Mediante estos servicios gratuitos, estas personas pueden quedarse en casa sin ser institucionalizados. Los servicios son gratuitos.

Programa de Apoyo para los Cuidadores Familiares805-332-8590

Un trabajador social médico licenciado proporciona apoyo en profundidad a los cuidadores que atienden a adultos médicamente frágiles. El apoyo incluye una evaluación inicial y la gestión continua del caso. El trabajador social pone en contacto a los cuidadores con recursos comunitarios, como asesoramiento, servicios de relevo, grupos de apoyo a cuidadores, educación, transporte, comidas y seguridad en el hogar.

Coast Caregiver Resource Center

888-488-6555 or 805-569-8950

www.coastcrc.org

Proporciona servicios de consulta familiar, incluida la planificación de cuidados a largo plazo y opciones de colocación a familiares no remunerados (cuidadores) mayores de 18 años que cuidan de adultos con deficiencias cerebrales y adultos mayores con enfermedades discapacitantes.

Consejería

Family Service Agency 805-735-4376
..... ext. 801 English
..... ext. 802 Spanish

www.fsacares.org/caregiver-support

El programa está diseñado para ayudar a los cuidadores a reconocer, aceptar y gestionar su papel como proveedores de cuidado. Los servicios que proporciona incluyen consejería individual y familiar, y grupos de apoyo para cuidadores familiares. Los servicios son GRATIS y CONFIDENCIALES. Aquí puedes aprender a reducir el estrés, a ajustarte a los cambios de roles y a desarrollar mejores maneras de cuidar de tí mismo.

Coast Caregiver Resource Center

.....888-488-6555 or 805-569-8950

CottageHealth.org/services/rehabilitation/caregiver-services

Proporciona servicios de consejería a cuidadores familiares a través de reuniones personales o telefónicas.

Transitions Mental Health Association

.....805-865-1940

www.t-mha.org

Asociación de Transiciones de Salud Mental

Ofrece una combinación de servicios orientados al bienestar y a la recuperación. Abierto toda la semana.

Friendship Line 800-971-0016

www.ioaging.org

Línea Telefónica de Amistad

Un servicio gratuito las 24 horas del día, los 7 días de la semana donde escuchan y refieren a las personas a recursos según corresponda. El programa incluye una "Línea de Contacto Amable" que llama a los adultos mayores solitarios o deprimidos y una "Línea de Revisión" para adultos mayores que viven solos o preocupados por su seguridad.

Educación/Capacitación

Alzheimer's Association805-342-0956

Línea de ayuda 24/7 800-272-3900

www.alz.org/cacentral

Proporciona información y referencias a agencias y recursos relevantes, clases educativas para cuidadores de personas con demencia y grupos de apoyo para cuidadores. Recursos adicionales disponibles para conectar a las familias con estrategias de cuidado, navegación del proceso de la enfermedad, identificación de redes de apoyo y financiamiento y asesoramiento profesional inmediato a través de las consultas de atención de la línea de ayuda las 24 horas, los 7 días de la semana, disponibles en más de 20 idiomas.

Lompoc Health 805-737-8700

www.LompocHealth.com

Ofrece clases y seminarios educativos sobre la salud. Los programas están diseñados y realizados por médicos certificados por el comité directivo de Lompoc Health, nutricionistas dietistas registrados, enfermeras, educadores certificados en diabetes, fisioterapeutas y otros profesionales especializados.

Servicios de Protección para Mayores Departamento de Servicios Sociales del Condado

www.countyofsb.org844-751-6729

Investigan las denuncias de sospecha de abuso a ancianos y adultos dependientes que residen en la comunidad. Proporcionan información y refieren a recursos disponibles en la comunidad.

Cuidado a Largo Plazo Ombudsman
Service Servicios del Defensor del Pueblo
www.fsacares.org805-965-1001 ext. 244

Investigan las denuncias de sospecha de abuso de residentes en centros de atención y cuidado a largo plazo, de asistencia de vida y enfermería especializada.

Medicare Fraud 1-800-MEDICARE
.....1-800-633-4227
HICAP 1-800-434-0222

www.Medicare.gov

Protege tu número de Medicare. No lo compartas, excepto a tu médico u otros proveedores de atención médica. Nunca des tu número de Medicare a cambio de una oferta específica ni permitas que alguien use tu tarjeta de Medicare.

Oficina del Fiscal del Distrito 805-568-2442
www.countyofsb.org/da

Servicios de trabajo social para miembros de CenCal que tienen afecciones médicas o de salud conductual complejas, factores de alto riesgo psicosocial o que necesitan asistencia.

Fin de Vida

Medicare cubre los servicios de cuidados paliativos en el hogar cuando tu médico los incluye en un plan de cuidados paliativos (cuidados de confort) para una enfermedad terminal. Si tienes Medicare Parte A y cumples con todas las siguientes condiciones, puedes obtener cuidados paliativos financiados por Medicare:

1. Tu médico certifica que tienes una enfermedad terminal
2. Aceptas cuidados paliativos en lugar de cuidados para curar tu enfermedad
3. Tu firmas una declaración y eliges la atención de hospicio en lugar de otros beneficios cubiertos por Medicare para tratar tu enfermedad terminal y afecciones relacionadas.

Assisted Hospice Care..... 805-722-1181
Central Coast Hospice..... 805-543-2244
Dignity Health Hospice 805-739-3830
VNA Health..... 805-693-5555
Wilshire Hospice..... 805-782-8608
Superior Hospice..... 805-742-4514

Funeraria: Starbuck - Lind Mortuary
805-735-3773

www.starbucklind.com

Además de la planificación del funeral, brindan asesoramiento sobre el duelo y te describen las opciones que tienes antes de tomar una decisión.

VNA Health-Serenity House
(cuidado de hospicio hospitalario)

..... 805-617-7777
www.vna.health/serenityhouse

Cuando el cuidado de hospicio en el hogar se vuelve demasiado difícil o estresante, VNA Health puede proporcionar una alternativa en su Serenity House con atención médica las 24 horas. Serenity House ofrece habitaciones privadas en un entorno hogareño, con mucho espacio para recibir visitas de familiares y amistades.

Equipo & Herramientas

Instituto Braille..... 805-682-6222
www.brailleinstitute.org/santabarbara

Proporcionan consultas gratuitas para revisar la visión y si existe la necesidad de ampliación o iluminación especial en el hogar, así como aparatos para asistir una mejor visión a bajo costo.

Programa de Acceso Telefónico de CA

..... 800-806-1191
www.ddtp.cpuc.ca.gov

Hay teléfonos especiales y dispositivos telefónicos disponibles para personas sordas, con problemas de visión, del habla o cognitivos y con movilidad limitada.

Superior Home Health805-742-4514

Superior Home Health and Hospice: Operación M.E.D.I.C - Donación de Equipo Médico en la Comunidad. Recogen artículos ligeramente usados como sillas de ruedas, cómodas de cabecera, andadores, bastones y sillas de ducha, y luego los redistribuyen a quienes los necesitan en la comunidad. Su lista no es exhaustiva, así que envíales tu solicitud y verán si pueden complacerte.

VNA Health-Loan Closet805-690-6235
www.vna.health/loancloset

"The Loan Closet" es un recurso comunitario gratuito donde se pueden tomar prestados equipos médicos básicos, como sillas de ruedas, andadores, muletas, bastones y artículos de seguridad para el baño. Disponible de lunes a viernes, 8 am - 4:30

Programa Vial of Life805-925-9554
www.CentralCoastSeniors.org

Proporcionan una tarjeta de información médica en un frasco que se coloca en la parte frontal del refrigerador de la casa para que el personal de

Comida & Nutrición

CalFresh/Estampillas de Comida, DSS

805-346-7315

www.countyofsb.org/dss

Programa que ayuda a las personas y familias con bajos ingresos a comprar los alimentos que necesitan.

Central Coast Rescue Mission

805-614-0220

www.centralcoastrescuemission.org

Ofrecen diversos programas para los necesitados. Esto incluye una comida caliente y una despensa de alimentos.

Programa "Brown Bag" 805-937-3422

Banco de Comida del

Condado de Santa Bárbara

www.foodbanksbc.org

Proporcionan alimentos gratuitos a personas mayores con bajos ingresos dos veces al mes en varios locales.

Comisión de la Costa Central para Personas Mayores

805-925-9554 -Opción 1

www.centralcoastseniors.org

Servicios de Salud

Departamento del 805-934-6380

Condado de Bienestar Conductual

www.countyofsb.org/behavioral-wellness/adult-home.sbc

Atienden a adultos que son beneficiarios de Medi-Cal con enfermedades mentales graves y/o trastornos por abuso de sustancias. La clínica está ubicada en Santa María. La línea de acceso 24/7 es 1-888-868-1649.

Community Health Centers 805-737-1169

www.communityhealthcenters.org

Brinda atención de salud básica a residentes de bajos ingresos. También cuenta con clínicas especializadas y atención inmediata de martes a viernes, de 3-8 pm.

Savie Health 805-743-4776

www.saviehealth.org

Proporcionan atención médica gratuita a adultos sin seguro médico. La clínica está diseñada para satisfacer las necesidades esenciales de nuestra comunidad.

Lompoc Health 805-737-8700

www.lompochealth.org

Ofrece a los pacientes un excelente equipo de atención primaria y médicos especializados para brindar atención médica excepcional al Valle de Lompoc..

County Health Clinic..... 805-346-8410

www.countyofsb.org/PHD

VA Outpatient Clinic 805-354-6000

www.losangeles.va.gov

Esta clínica ofrece servicios de salud médica/mental para veteranos.

Philips LifeLine 800-451-0525

Lifeline proporciona acceso rápido a servicios de asistencia, las 24 horas del día.

Servicios de Cuidado a Domicilio

Assisted Home Care.....805-569-2008 (Pago privado)

Superior Home Care.....805-742-4514 (Pago privado)

Community Partners in Caring 805-737-1976

www.partnersincaring.org

Proporcionan ayuda doméstica y atención personal para que las personas mayores o discapacitadas de bajos ingresos puedan permanecer en sus hogares de forma segura. Elegible solo con SSI/ Medi-Cal.

Life Steps Foundation 805-762-4500

www.lifestepsfoundation.org

Brinda servicios de cuidado del hogar y cuidado personal en el Valle de Lompoc para personas de 60 años o más que no son elegibles para los Servicios de Apoyo en el Hogar. Se solicitan donaciones.

VA Aid & Attendance 805-737-7900

www.benefits.va.gov

Proporcionan beneficios que reducen el costo de cuidado para veteranos militares y cónyuges sobrevivientes que requieren asistencia. Se puede utilizar para cuidados domiciliarios, comidas, vivienda asistida, asilos comunitarios o privados. Debes cumplir con los requisitos

Servicios de Salud en el Hogar

La asistencia médica domiciliaria incluye una amplia gama de servicios de cuidado médico que puedes recibir en tu hogar si tienes una enfermedad o lesión. La atención médica domiciliaria suele ser menos costosa, más conveniente y tan efectiva como la atención que brindan en un hospital o centro de enfermería especializada (SNF por sus siglas en inglés). Los ejemplos de servicios de salud domiciliaria especializados incluyen: cuidado de heridas como llagas causadas por la alta presión o una herida quirúrgica; educación del paciente y cuidador; terapia intravenosa o nutricional; inyecciones y revisiones de enfermedades graves y estado de salud inestable. El objetivo de la asistencia médica domiciliaria es tratar una enfermedad o lesión. Las agencias que brindan servicios médicos domiciliarios de Medicare en Lompoc incluyen:

Assisted Healthcare Services	805-569-2000
Central Coast Home Health	805-543-2244
Dignity Health Home Health	805-739-3830
Superior Home Health	805-742-4515
VNA Health	805-965-5555
Wilshire Home Health	805-782-8600

Servicios Humanos

Cruz Roja Americana 805-687-1331
www.redcross.org

Se encargan de ayudar a las personas a prevenir, prepararse y responder a desastres naturales o causados por el ser humano través de la movilización inmediata de personas y recursos y la provisión de capacitación en la comunidad, el lugar de trabajo y la escuela. También proporcionan capacitación de primeros auxilios.

Catholic Charities 805-736-6226
www.catholiccharitiesla.org

Proporcionan ayuda a las personas necesitadas y a sus familias. Reparten comida, ofrecen asistencia financiera para emergencias, referencias a tratamientos médicos, manejo de casos, descuentos para comprar en tiendas de segunda mano y servicios para las mascotas.

Bridge House 805-735-4390
www.goodsamshelter.org/bridge-house

La Casa Puente (Bridge House), administrada por el albergue Good Samaritan Shelter en asociación con el Condado de Santa Bárbara, es un lugar donde personas y familias indigentes pueden encontrar refugio de emergencia. En Bridge House ofrecen manejar el caso de cada individuo necesitado y ayudarlos en el inicio de su búsqueda de servicios médicos y de asistencia en base a

Salvation Army 805-349-2421
www.salvationarmyusa.org

Proporcionan asistencia a corto y largo plazo para abordar las necesidades de la comunidad. Eso incluye asistencia de comida, asistencia financiera y manejo de casos.

Centro de Recursos Familiares: Dorothy Jackson.....805-743-4146 ext. 262
646 N. H. St. Lompoc, CA 93436

Ofrecen servicios de apoyo familiar, como clases para padres, educación para las relaciones sanas y manejo de casos.

United Way.....805-450-3558

Norte del Condado de Santa Bárbara
Home for Good SBC, apoya un Sistema de Entrada Coordinada, donde todas las puertas del condado están abiertas, que involucra y conecta a las personas y familias que experimentan la falta de vivienda con los recursos necesarios. Creemos que todo el mundo merece un lugar al cual llamar un hogar estable para siempre.

Housing Authority del Condado de Santa

Bárbara www.hasbarco.org805-736-3423

Oficina Residencial de Lompoc.....805-735-8351
817 W. Ocean Ave. Lompoc, CA 93436

Servicios Legales

Servicio Servicios de Referencia

Legal.....805-569-9400

www.sblaw.org/lawyer-referral-service

Refiere a las personas con abogad@s registrados para ser parte de su panel de servicios legales.

Legal Aid Foundation.....805-736-6582

www.LAFSBC.org

Ofrece servicios legales en casos civiles, con énfasis en casos de Seguro Social, de arrendador/ arrendatario y de ley familiar.

Centro y Biblioteca de Recursos Legales

www.CountyLawLibrary.org/SantaMaria

Centro de autoayuda local que ofrece recursos legales y cuenta con un personal compuesto por abogad@s certificados en California. La asistencia se ofrece después de completar una serie de documentos legales relacionados a una variedad de infracciones civiles y de presentar apropiadamente un caso ante los tribunales.

Cuidado a Largo Plazo Colocación en un Centro de Cuidado

Defensor de Cuidado a Largo Plazo

www.FSAcares.org.....805-922-1236

Proporcionan información sobre centros de cuidado a largo plazo.

Certificación de Cuidado Comunitario de CA

www.cclcd.ca.gov.....805-562-0400

Certifica e inspecciona centros de cuidado residencial para personas mayores e investiga quejas y discrepancias.

Departamento de Salud Pública de CA

www.cdph.ca.gov.....805-604-2926

Certifican e inspeccionan instalaciones de enfermería especializadas, agencias de cuidado domiciliario, hospitales, hospicios y la mayoría de centros de cuidado.

Elder Placement Professionals

.....805-546-8777

Comprehensive Care Center

.....805-736-3466

www.lompocvmc.com/cc

Ofrecemos planes de atención personalizados para programas complejos de enfermería especializada y rehabilitación dinámica

Cuidado de Revelo

Lompoc Valley Medical Center –Centro de Atención Integral

7916 www.Lompocvmc.com

Ofrecen tranquilidad a las familias que tienen la necesidad de que alguien cuide de su ser querido mientras esa se somete a una intervención quirúrgica o se toma unas vacaciones.

Coast Caregiver Resource Center

888-488-6555 or 805-569-8950

www.coastcrc.org

Proporcionan ayuda financiera a corto plazo para apoyo en el hogar, servicios de cuidado diurno de adultos y/o cuidado fuera del hogar a familiares no remunerados (cuidadores) de 18 años o más que cuidan de adultos con deficiencias y adultos mayores con afecciones discapacitantes.

Santa Maria Wisdom Center 805-354-5320

<https://smwisdomcenter.org/>

info@smwisdomcenter.org

Ofrecen servicios de atención de salud durante el día para adultos lo cual puede proporcionar un descanso al cuidador.

Friendship House.....805-688-8748

www.solvangfriendshiphouse.com

La atención durante la noche permite a los cuidadores tomar un descanso prolongado o vacaciones mientras la persona con demencia permanece en un ambiente supervisado y seguro. Todos los servicios y comodidades que se ofrecen a los residentes permanentes también se ofrecen a los residentes temporales.

Grupos de Apoyo

Alzheimer's Association800-272-3900

www.alz.org/cacentral805-342-0956

Se ofrecen grupos de apoyo para cuidadores de personas con demencia en toda la costa central de California y en línea a través de Zoom o por teléfono.

Agencia de Servicios para Familias

805-735-4376 ext. 801 Eng, 802 Esp.

www.fsacares.org

El programa está diseñado para ayudar a los cuidadores a reconocer, aceptar y manejar su rol de cuidador. Los servicios son gratis y confidenciales.

Transportación

Sociedad Americana del Cáncer 800-227-2345

www.cancer.org

El Programa Camino a la Recuperación ofrece transportación hacia y desde el centro donde las personas reciben tratamiento para combatir el cáncer y que no tienen un método de transporte viable o no están en condiciones de conducir ellos mismos.

Community Partners in Caring ..805-737-1976

www.PartnersInCaring.org

Los voluntarios llevan a los clientes a citas médicas, sociales o para adquirir servicios, después de recogerlos del lugar donde viven, los acompañan al lugar de la cita y de regreso a sus hogares.

COLT Tránsito de la Ciudad de Lompoc

805-736-7666

www.cityoflompoc.com/transit

Envía un formulario de solicitud de servicios de tránsito/certificación ADA, que se encuentra en línea, para comenzar los servicios. Horarios de transporte disponibles en línea y en persona en la oficina de tránsito.

SMOOTH805-922-8476

www.smoothinc.org

Servicio directo para citas médicas en la ciudad de Santa Bárbara disponible los lunes, martes y jueves. El costo del viaje redondo es de \$4.00.

Servicios para Veteranos

Oficina de Servicios para Veteranos Condado de Santa Bárbara

www.countyofsb.org.....805-737-7900

Proporcionan información sobre los beneficios y servicios disponibles y su personal asiste en el proceso de solicitud de los servicios.

Línea de Apoyo para Cuidadores

www.caregiver.va.gov.....855-260-3274

Brindan asesoría y educación sobre temas relacionados con el cuidado y conecta a los cuidadores con los servicios y apoyos locales.

VNA Health805-690-6247

www.vna.health/wehonorveterans

Programa de voluntarios capacitados en cuidados paliativos, que también son veteranos militares, trabajan con otros pacientes veteranos.

Información

2-1-1 para encontrar servicios humanos y de salud adicionales.....211

www.211sbco.org

Asociación de Alzheimer805-342-0956

.....1-800-272-3900

www.alz.org/cacentral

La línea de ayuda está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana para brindar información, referencias y consultas de atención sobre la enfermedad de Alzheimer y otras demencias.

Caring Together Santa Barbara County

www.caringtogetherSBC.com

Caring Together Condado de Santa Bárbara es una campaña de concientización pública destinada a aumentar la capacidad de los cuidadores para identificarse a sí mismos como "cuidadores".

Community Resource Finder - Buscador de Recursos Comunitarios

www.communityresourcefinder.org

Alzheimer's Association Community Resource Finder®, impulsado por CareLike, es un motor de búsqueda en línea que ofrece a una persona que vive con demencia y a sus cuidadores una forma de buscar en una amplia base de datos para localizar fácilmente programas, servicios y recursos comunitarios específicos para la demencia.

Coast Caregiver Resource Center / Navegador de Cuidado888-488-6555

www.coastcrc.org

Comienza tu viaje de cuidado asistido uniéndose a CareNav, un portal en línea seguro para acceder a educación, orientación y recursos. Un asesor se pondrá en contacto contigo una vez que te hayas registrado.

Programa de Asesoramiento y Defensa del Seguro Médico (HICAP)

.....805-928-5663 & 1-800-434-0222

www.CentralCoastSeniors.org/hicap

Ofrecen información gratuita e imparcial y asesoramiento personalizado sobre Medicare y los servicios y productos relacionados. Citas disponibles en Lompoc.

Marian Regional Medical Center: Programa de Apoyo a los Cuidadores Familiares

.....805-332-8590

Senior Connection805-928-2552

www.CentralCoastSeniors.org

Servicio especializado de información y de referencias para personas mayores y cuidadores familiares. Ofrecen enlaces con otros servicios para personas mayores de todo el condado.

Senior Resource Directory - Directorio de Recursos para Personas Mayores

.....805-925-9554

