

¿Cómo puedo participar de el programa Alimentos sobre Ruedas?

Es Sencillo. Simplemente llame a:

Información y Referido
A Greater Lynn Senior Services(GLSS)

781-599-0110
Línea libre de cargos 1-800-594-5164
TDD 781-477-9632

Correo electrónico: info@glss.net
Dirección en la red: www.glss.net

Cierre en días festivos

No se harán entregas o servicio de comida (excepto en viviendas establecidas que necesitan este tipo de apoyo) durante los siguientes días festivos:

- Día de Año Nuevo (enero 1)
- Natalicio de Martin Luther King (3er Lunes del mes de enero)
- Día del Presidente (3er Lunes en el mes de febrero)
- Día del Patriota (3er Lunes en el mes de abril)
- Día de la Recordación (último Lunes del mes de mayo)
- Día de la Independencia (4 de julio)
- Día del Trabajo (1er Lunes en el mes de septiembre)
- Día del Descubrimiento de América (2ndo Lunes del mes de octubre)
- Día del Veterano
- Día de Acción de Gracias (4to Jueves en el mes de noviembre)
- Día de Navidad (25 de diciembre)

GLSS valora la diversidad y provee servicios o empleos a todos los miembros de la comunidad sin discriminación por raza, color, nacionalidad, edad, orientación sexual, discapacidad, religión o sexo.

Aunque muchos de nuestros programas son cubiertos en parte o en su totalidad por fondos de la oficina Ejecutiva de asuntos para el envejeciente del estado de Massachusetts y la Administración de Estados Unidos para la edad, nosotros dependemos y aceptamos el apoyo comunitario que contribuye a que podamos cubrir las necesidades de los envejecientes locales.

Servicios disponibles a través del programa GLSS:

- **Información y referidos.** Con tan sola una llamada, usted puede encontrar las respuestas a muchas de sus preguntas.
- **Ayuda en su hogar.** Ayuda con su cuidado personal, tareas diarias y también le ayudamos a mantener su independencia.
- **Alimentos.** Sabrosos, nutritivos y económicos. Servido a varias cafeterías de la comunidad o enviado a su casa por el servicio Alimentos sobre ruedas (Meals on Wheels).
- **Transportación.** Servicio de transportación de puerta a puerta para citas médicas a personas de 60 años o más o a cualquier lugar para personas con discapacidades.
- **Vivienda.** Cada año GLSS le consigue vivienda económica a envejecientes, incluyendo aquellos que han perdido sus hogares.
- **Protección para envejecientes.** Nosotros investigamos e intervenimos en casos de abusos y negligencia. GLSS también provee visitas regularmente a cada área ya sea a centros de cuidado y rehabilitación o a su propio hogar.

El número a llamar para todos los servicios:
GLSS 781-599-0110

Nosotros le escucharemos. Nosotros le ayudaremos.



Créditos

Alimentos Sobre Ruedas y las Cafeterías comunitarias reciben contribuciones de fondos federales y estatales, como también reciben el apoyo de la ciudad de Lynn, el Programa de servicios para envejecientes de la costa norte, conocido por sus siglas en inglés como PACE, Servicios para la familia judía y donaciones de clientes.

Sabroso y Nutritivo. Servido convenientemente en varias cafeterías de la comunidad. O entregado directamente a la puerta de su hogar por el programa: Alimentos sobre Ruedas.



Comidas para personas de 60 años o mas

Alimentos sobre Ruedas y Programas de Cafeterías de la comunidad

Sirviendo a las comunidades de Lynn, Lynnfield, Nahant, Saugus, y Swampscott



Comida Buena y Económica en un número de cafeterías comunitarias ubicadas en cuatro pueblos. Si usted no puede llegar a nosotros, nosotros llegamos a donde usted a través del programa Alimentos Sobre Ruedas.

¿Por qué comer en una cafetería de la comunidad?

Puede reunirse con sus amigos... conocer nuevas personas... tener una razón para levantarse y salir... disfrutar de una comida caliente y nutritiva a un precio razonable... estirar su presupuesto.

¿Cuánto cuesta una comida preparada?

Sugerimos una donación voluntaria de \$1.50 por comida. Sus donaciones, junto con fondos federales y estatales, cubren los gastos por los alimentos y su preparación. Su donación es confidencial. Nunca le negamos a nadie un servicio de comida por falta de fondos.

Dietas Especiales

Todos los alimentos son cocinados sin sal. Usted puede ordenar un postre para diabéticos si llama con anticipación.

¿Cómo llegar a una cafetería de la comunidad?

Se pueden hacer arreglos para que usted pueda recibir transportación hacia algunas de las facilidades. Favor de llamar a la facilidad más cercana, para más detalles.

Cierre por mal tiempo

Durante mal tiempo, favor de comunicarse a GLSS al 781-599-0110 para información sobre el cierre del lugar.

¿Cuál es la cafetería comunitaria más cercana a usted?

PARA ALMUERZO:

En Lynn:
En las facilidades de los Servicios para personas de la tercera edad en toda la región de Lynn (GLSS)
En el área del Concilio para envejecientes de Lynn.
Calle Silsbee #8
781-599-0110
Servicio: 10:45 AM-12:30 PM
Lunes a Viernes
No requiere reservaciones

Desarrollo de vivienda de la corte Meadow
Corte Meadow #58
781-241-8102
Servicio: 11:30 AM Lunes a Viernes
Reservaciones serán aceptadas con 24 horas de anticipación

Edificio Louis Baret
Calle Washington #147
781-599-1711
Sirviendo: 11:30 AM
Lunes a Viernes
Reservaciones serán aceptadas con 24 horas de anticipación

En Nahant:

Concilio para envejecientes de Nahant
Town Hall, en el cuarto Tiffany
Carretera Nahant #334
781-581-7557
Servicio: 12:00 PM
Lunes a Viernes
Reservaciones serán aceptadas con 24 horas de anticipación

En Saugus:

Concilio para envejecientes de Saugus
Calle Central #466
781-231-4178
Sirviendo: 11:30 AM
Lunes a Viernes
Reservaciones serán aceptadas con 24 horas de anticipación

En Swampscott:

Concilio para envejecientes de Swampscott
Calle Burrill #89
781-596-0446
Servicio: 12:00 PM
Lunes a Viernes
Reservaciones serán aceptadas con 24 horas de anticipación

PARA DESAYUNO:

Programa de desayuno para deambulantes
En el área del Concilio para envejecientes de Lynn.
Calle Silsbee #8
781-599-0110
Servicio: 8:00-9:30 AM
Lunes a Viernes

CLUBES DE CENA

En Lynn:
Leisure Towers
Calle Farrar #10
781-477-0967
Servicio: 4:30 PM
Reservaciones serán aceptadas con 24 horas de anticipación

En Saugus:

Laurel Towers
Calle Rice #2
781-233-2116
Mensualmente
Reservaciones serán aceptadas con 24 horas de anticipación
Alimentos Sobre Ruedas
¿Quiénes califican?

Alimentos Sobre Ruedas: ¿Quiénes califican?

Alimentos Sobre Ruedas ofrece comidas a personas de 60 años o más, quienes se encuentran estacionados en sus hogares y no se les facilita preparar sus propias comidas. Las comidas son nutritivas y bajas en sodio y grasa. La comida consiste de una comida caliente, postre, leche, pan y margarina.

Alimentos Sobre Ruedas: Entregas domiciliarias

Las entregas se realizan entre 9:00 AM y durante el mediodía de Lunes a Viernes, excepto los días feriados. Con la intención de proteger a nuestros clientes de los efectos adversos por el consumo de alimentos no frescos, el conductor no hará entregas a su hogar si usted no se encuentra presente.

Alimentos Sobre Ruedas: Comidas de Fín de Semana

Si usted se encuentra aislado o en su hogar usted puede hacer arreglos para ordenar comidas congeladas que usted pueda calentar y comer durante el fin de semana.

Alimentos Sobre Ruedas: Dietas Especiales

Para aquellos que lo necesitan, Alimentos Sobre Ruedas ofrece una variedad de alimentos terapéuticos, incluyendo alimentos molidos, en puree, o mecánicamente suave de digerir y bajos en lactosa. También puede adquirir recetas latinas o Kosher, libre de preservativos.

Alimentos Sobre Ruedas: Cancelación

Para cancelar una entrega, llame a Greater Lynn Senior Services (GLSS) al 781-599-0110 con un día de anticipación. O indíquelo al conductor con anticipación que usted no se va a encontrar presente en su casa para recibir el servicio.

Alimentos Sobre Ruedas: Costo

Nosotros pedimos una donación voluntaria de \$2.00 por comida (1.75 por comidas Kosher, libre de preservativos) Estas donaciones contribuyen a pagar por el programa. Sin embargo, nunca le negamos el servicio de comidas a aquellos que no pueden cumplir con dicho pago. El conductor recogerá las donaciones semanalmente, específicamente todos los Jueves. Usted encontrará un sobre adjunto a su servicio de comida. Usted puede pagar en efectivo o con un cheque pagadero a la orden de GLSS.

