

**USE UNA MASCARILLA.
PRACTIQUE EL DISTANCIAMIENTO
FÍSICO. LAVASE LAS MANOS.
MINIMIZE MEZCLARSE CON
PERSONAS FUERA DE SU HOGAR.
SALVE VIDAS.**



AARP[®]
California



Para obtener más recursos y traducciones en **Español**,
中文 (chino), **Hmoob** (Hmong), **Tiếng Việt** (Vietnamita),
한국어 (Coreano) visite EngageCA.org

TARJETA DE RECURSOS

¿TÚ O ALGUIEN QUE CONOCES NECESITA?

- ✓ **COMESTIBLES O COMIDAS**, llame al **2-1-1** o ingrese a www.211ca.org para contactar a la asistencia de comida local y otros.
- ✓ **MEDICINAS O ATENCIÓN MÉDICA**, llame a su plan de salud o al consultorio médico para obtener ayuda. **En caso de emergencia, llame al 911.**
- ✓ **UN CONTACTO EN LA COMUNIDAD**, comuníquese con 5 personas para reportarse regularmente, o llame a Friendship Line CA al **1-888-670-1360** para que alguien lo escuche las 24 horas del día, todos los días.
- ✓ **PROTECCIÓN CONTRA EL ABUSO Y EL ABANDONO:**
 - Si vive en un centro de cuidado, llame a la línea de CRISIS del Defensor para el Cuidado a Largo Plazo al **1-800-231-4024**.
 - Si vive en su casa, llame al **1-833-401-0832** para hablar con Servicios de Protección al Adulto.
- ✓ **PROTECCIÓN CONTRA EL FRAUDE**, llame a la Línea de Ayuda de la Red de Vigilancia contra el Fraude de AARP al **1-877-908-3360**.
- ✓ **APOYO CON ALZHEIMER U OTRAS DEMENCIAS**, llame a la Línea de Ayuda de la Asociación de Alzheimer[®] al **1-800-272-3900**, disponible las 24 horas del día, todos los días.
- ✓ **INFORMACIÓN GENERAL DE COVID-19**, llame a la Línea de Información de COVID al **1-833-422-4255** o ingrese a www.covid19.ca.gov.

GRACIAS POR USAR UNA MASCARILLA, PRACTICAR EL DISTANCIAMIENTO FÍSICO,
LAVARSE LAS MANOS, Y MINIMIZAR MEZCLARSE CON PERSONAS FUERA DE SU HOGAR.
SUS ACCIONES SALVAN VIDAS.

Para conocer más recursos, ingrese a EngageCA.org y
aarp.org/coronavirus o aarp.org/elcoronavirus.

Para obtener información de todos los servicios para adultos mayores,
llame a la Línea de Información para Adultos y Adultos mayores de
California al **1-800-510-2020** o ingrese a www.aging.ca.gov.