

Ventura County Area Agency on Aging's

LIVE Well

NOT JUST ABOUT AGING,
BUT AGING WELL.

NO SOLAMENTE
ENVEJECIENDO,
PERO ENVEJECIENDO
CON DIGNIDAD

Volume 6 • 2023



Ventura County's Premier
Resource Guide FOR
Seniors, Caregivers & People with Disabilities

La Principal **Guía de Recursos**

PARA Personas de la Tercera Edad, Sus Cuidadores, e
Individuos con Discapacidades del Condado de Ventura

To Serve, To Guide, To Envision,



WE ARE YOUR SOURCE FOR

Assistance, Information & Referrals

Serving Ventura County's older adults, people with disabilities, and their caregivers. We are not just about aging, but aging well.

SOMOS SU FUENTE PARA

Asistencia, Información & Referencias

Sirviendo a los adultos mayores, personas con discapacidades y sus cuidadores del Condado de Ventura. No solo nos importa envejecer, sino envejecer con dignidad.



COUNTY of VENTURA

Area Agency on Aging

(805) 477-7300

(800) 510-2020 vcaaa.org

CONNECT
WITH US
CONÉCTATE CON
NOSOTROS:



Ventura County Area
Agency on Aging



@VC_AAA



@VCAAAging

LIVE Well CONTENTS



About this Guide	2
Acerca de esta Guía	3
Ventura County's LGBT+ Aging Coalition.....	4
Coalición para Adultos Mayores LGBT+ del Condado de Ventura.....	5
What the LGBT+ Aging Coalition Does for Ventura County	6
Que hace LGBT+ y La Coalición Sobre el Envejecimiento por el Condado de Ventura.....	7
The Ventura County Elderly Fall Prevention Coalition and Program.....	8
La Coalición y Programa de Prevención de Caídas.....	9
LISTINGS / LISTADOS	
Active Living / Vida Activa.....	12
<i>Senior Centers / Centros para Personas Mayores</i>	<i>13</i>
<i>Volunteer Opportunities / Oportunidades para Voluntarios.....</i>	<i>15</i>
Adult Day Health Care Centers	16
Centros de Salud de Día para Adultos.....	17
The Alzheimer's Association	18
La Asociación de Alzheimer	19
LISTINGS / LISTADOS	
Caregiving / Dando Cuidado.....	20

Ventura County Animal Services	26
Servicios para Animales del Condado de Ventura	27
LISTINGS / LISTADOS	
Community Resources / Recursos Comunitarios	28
<i>Community Service Centers / Centros de Servicio Comunitario.....</i>	<i>29</i>
LISTINGS / LISTADOS	
Transportation / Transporte	31
Elder Abuse.....	32
Abuso de Los Adultos Mayores.....	33
LISTINGS / LISTADOS	
Financial & Legal Services / Servicios Financieros y Legales	34
LISTINGS / LISTADOS	
Food Resources / Recursos De Alimentos	36
<i>VCAAA Senior Nutrition Program / Programa de Nutricion para Personal Mayores.....</i>	<i>36</i>
LISTINGS / LISTADOS	
Housing / Vivienda.....	38
LISTINGS / LISTADOS	
Medical Services / Servicios Médicos.....	40
2022 VCAAA Legacy Awards.....	50
Premios Legacy de la VCAAA 2022.....	51
LISTINGS / LISTADOS	
End Of Life / Fin De La Vida.....	52





PHOTO BY JANNETTE JAUREGUI



2022 Bronze Award
2021 Bronze Award
2020 Silver Award

California Association of
Public Information Officers (CAPIO)
2020 Award of Distinction

EDITOR/REDACCIÓN:
Jannette Jauregui
Roger Horne

GRAPHIC DESIGNER/DISEÑADOR GRAFICO
GSA Business Support - Creative Services

PUBLISHED BY/PUBLICADO POR:



COUNTY of VENTURA
Area Agency on Aging

La Agencia sobre el Envejecimiento
del Área del Condado de Ventura

646 County Square Drive #100
Ventura, CA 93003

vcaa.org - (805) 477-7300

Please note that the listings provided in this guide are not exhaustive, however the Ventura County Area Agency on Aging (VCAAA) can be contacted for specific questions or connections to services in the County of Ventura. For distribution, advertising or listing information, contact Roger Horne at Roger.Horne@ventura.org or at (805) 477-7306.

Por favor, recuerden que los anuncios proporcionados en esta guía no son exhaustivos; sin embargo, se puede contactar a la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura (VCAAA) si tienen preguntas específicas o conexiones a servicios en el Condado de Ventura. Para información sobre distribución, publicidad o anuncios, contacten a Roger Horne en Roger.Horne@ventura.org o llamando al (805) 477-7306.

CONNECT WITH US/
CONECTATE CON NOSOTROS:



Ventura County
Area Agency
on Aging



@VC_AAA



@VCAAaging

Ventura County Area Agency on Aging's **LIVEWell**

Not just about aging, but aging well.

Vol. 6 • 2023

No solamente envejeciendo, pero envejeciendo con dignidad.

About this Guide

WELCOME to the 2023 issue of **LIVEWell**, a resource guide designed specifically with older adults, people with disabilities, and caregivers in mind. As the landscape of issues for these populations continually evolves, the Ventura County Area Agency on Aging (VCAAA) is here to develop innovative methods and programs to enhance quality of life and provide options to safely, securely, and optimally age in place. You will learn about some of them in this publication.

2022 was a milestone year for our efforts, as Ventura County finalized its first-ever Master Plan for Aging. The process dates back to October 2019 when the county convened multiple panels of stakeholders to talk about the reality and the challenges of growing older in Ventura County, and what is needed to make the county more livable. The county is committed to navigating the unique needs of older adults and people with disabilities in our community, and the Master Plan for Aging provides the blueprint to be followed in the coming years.

The VCAAA has been at the forefront of serving Ventura County on these matters since the agency was established in 1980. Our commitment to older adults, individuals with disabilities, and their caregivers extends to this publication. In **LIVEWell**, we are proud to offer a fully integrated publication that brings vital resources to the individuals that we serve, with stories and listings in both English and Spanish. The content is designed to help you and your loved ones through some of the challenges we all face in our quest to maintain independence, and to provide you with tools to advocate for the services that you need to live well and age optimally.

This guide can be a valuable tool, but remember, it is just that: a guide to help you find resources. If you have specific questions or need further assistance, don't hesitate to contact one of our Aging & Disability Resource Center specialists to assist you further. They can be reached at (805) 477-7300, 8 a.m. to 5 p.m., Monday through Friday. They are trained to connect you to the multitude of resources available in Ventura County and can arm you with the information you need to make important life decisions.

LIVEWell is available at a variety of locations throughout Ventura County as well as directly through the VCAAA office in Ventura. An online version of the guide is also available at vcaa.org.

Respectfully,

Victoria Jump, Director, Ventura County Area Agency on Aging

LIVEWell is the result of a project partially funded by a contract with the California Department of Aging. The conclusions and opinions expressed may not be those of the California Department of Aging and may not be based upon or inclusive of all raw and available data.

This issue of LIVEWell is current as of January 1, 2023. The Ventura County Area Agency on Aging is responsible for the content included in this guide. For additional information visit vcaa.org or email LOIS.VCAA@Ventura.org.

Acerca de esta Guía

BIENVENIDOS a la edición de 2023 de **LIVEWell**, una guía de recursos diseñada específicamente pensando en personas mayores, personas con discapacidades y cuidadores. Conforme evoluciona continuamente el paisaje de problemas para la población a la que atendemos, la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura (VCAAA, por sus siglas en inglés) está disponible para crear métodos y programas innovadores para mejorar la calidad de vida y proporcionar opciones para que las personas puedan envejecer en su lugar de residencia de forma segura, protegida y óptima. Esta publicación les hablará sobre algunos de ellos.

2022 fue un año histórico para nuestros esfuerzos, ya que el Condado de Ventura finalizó su primer Plan Maestro para el Envejecimiento. El proceso se remonta a octubre de 2019, cuando el condado reunió a múltiples paneles de partes interesadas para hablar de la realidad y los desafíos de envejecer en el Condado de Ventura, y lo que es necesario para hacer que el condado sea más habitable. El condado tiene el compromiso de navegar las necesidades únicas de los adultos mayores y personas con discapacidades de nuestra comunidad, y el Plan Maestro para el Envejecimiento aporta la guía que se seguirá en los próximos años.

VCAAA está en la vanguardia sirviendo al Condado de Ventura en estas cuestiones desde que se creó la agencia en 1980. Nuestro compromiso con los adultos mayores, las personas con discapacidades y sus cuidadores incluye esta publicación. En **LIVEWell** tenemos el orgullo de ofrecer una publicación plenamente integrada que aporta recursos vitales a las personas a las que servimos, con artículos y anuncios tanto en inglés con español. El contenido está diseñado para ayudarles a ustedes y a sus personas amadas a superar algunos de los desafíos a los que todos nos encontramos en nuestra lucha por mantener la independencia, así como para proporcionarles herramientas para defender los servicios que necesitan para vivir bien y envejecer de forma óptima.

Esta guía puede ser una herramienta valiosa, pero recuerden, solo es eso, una guía para ayudarles a encontrar recursos. Si tienen preguntas específicas o necesitan más ayuda, no duden en contactar a uno de nuestros especialistas del Centro de Recursos para el Envejecimiento y la Discapacidad para recibir más ayuda. Se puede contactar con ellos llamando al (805) 477-7300, de 8:00 a.m. a 5:00 p.m., de lunes a viernes. Ellos han recibido capacitación para conectarles con la multitud de recursos disponibles en el Condado de Ventura, y pueden equiparles con la información que ustedes necesitan para tomar esas grandes decisiones de la vida.

LIVEWell está disponible en diversas ubicaciones por todo el Condado de Ventura, así como directamente a través de la oficina de la VCAAA en Ventura. Hay también una versión online de la guía en la página vcaaa.org.

Respetuosamente,

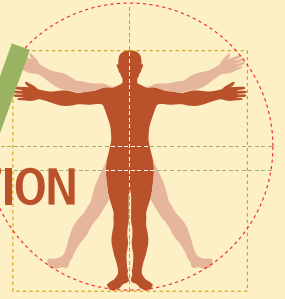
Victoria Jump, Directora
Agencia del Área del Condado de Ventura sobre el Envejecimiento

LiveWell es el resultado de un proyecto parcialmente financiado por un contrato con el Departamento De Envejecimiento de California. Las conclusiones y expresiones pueden no ser las del Departamento De Envejecimiento de California y puede no basarse en todos los datos sin procesar y disponibles ni incluirlos en ellos.

La edición de LiveWell esta actualizada al 1 de Enero del 2023. La Agencia en el Área De Envejecimiento del Condado de Ventura es responsable del contenido en esta guía. Para obtener información adicional visite vcaaa.org o envíe un correo electrónico a LOIS.VCAAA@Ventura.org.

Ventura County

Fall
PREVENTION
Program



STAY SAFE IN YOUR HOME!

**FREE classes to
strengthen mobility
and balance**

*Classes offered in
English and Spanish*

¡MANTENGASE SEGURO EN SU HOGAR!

**Clases GRATUITAS para
fortalecer la movilidad
y el equilibrio**

*Se ofrecen clases en
inglés y en español*



COUNTY of VENTURA
Area Agency on Aging



For more information / para más información:

CALL / LLAME AL: **(805) 477-7300**
OR VISIT / O VISITE: **vcaaa.org**

Ventura County's LGBT+ Aging Coalition:

The Fight for Equality and Inclusion

Four members of the coalition share their experiences and what led them to become advocates for LGBT+ aging issues.

BY JANNETTE JAUREGUI



The mission of the Ventura County LGBT+ Aging Coalition may seem simple enough. Organized under the auspices of the Ventura County Area Agency on Aging (VCAAA), the Coalition serves to provide increased representation of the LGBT+ community in Ventura County with a particular focus on advocating for equality and inclusion through educational programs designed by its members.

But the reasons the Coalition exists are far more complex. They are a lifetime worth of experiences that include incredibly challenging obstacles faced by generations who have been shut out by family members, friends, healthcare providers, and employers. Those obstacles led many to the social battlegrounds to fight for change and to serve as a voice for their peers who remained silent out of fear.

Here, four members of the Ventura County LGBT+ Aging Coalition share the experiences that led them to serve as

advocates for their peers. Their stories echo the experiences of countless others. They don't seek a spotlight for themselves. Theirs is a fight for equality for all.

Sal Fuentes

Sal Fuentes stood inside a Ventura County-based urgent care facility in 1992 seeking treatment for a bleeding injury to his hand.

"I called the clinic prior to my arrival to advise them that I had cut my hand and that I was also HIV-positive," he said. "I asked if that would be a problem and was told by staff that it was not a problem. When I arrived, I was informed that the doctor told the clinic staff that she does not work with patients who have AIDS.

"I was in disbelief," Fuentes said, noting that the doctor also refused to help him secure a ride to another facility. "Here I was trying to look out for her well-being, and she couldn't even get a ride for me."

Before he left, Fuentes intuitively asked the doctor to put her refusal to care for him in writing. She did.

"I wasn't thinking of doing anything with that piece of paper," Fuentes said. "I just needed to see it in writing."

Fuentes eventually received treatment at a nearby hospital and was informed that the doctor's refusal to care for him was illegal. After communicating with a variety of advocates, Fuentes sought legal representation and a court ruling in Fuentes' favor followed.

The experience thrust Fuentes into his journey as an advocate with one purpose: to work toward ensuring that no one else experienced the alienation and isolation that he felt that day in the clinic.

Fuentes had been diagnosed with AIDS in 1985 after a series of illnesses, having likely contracted it from a relationship he was in in 1977.

"The diagnosis felt like a death sentence," he said. "Medication was a struggle. But I made a promise to my friends that I would do everything I could to fight this."

Fuentes spent most of his childhood in Los Angeles and moved to Simi Valley as a high school senior.

"It was a culture shock," he said. "Los Angeles was very diverse. This was different."

He spent his childhood labeled as the "class clown" to distract others from noticing anything different.

"I was always attracted to men," he said. "And I never understood why. My sisters would bring home dates for approval, so I brought a 'friend' home my junior year. But I played it off as just that ... a friend."

Fuentes recalled the moment his mother confirmed that her son is gay.

"I think my parents always knew," he said. "But my mom cornered me after I was diagnosed with hepatitis when I was 20. It wasn't the way I wanted to come out."

Fuentes said his mother struggled but that his parents never turned their backs on him.

Socially, Fuentes said, the topic never came up in conversations with friends.

"You just didn't talk about it then," he said. "We weren't 'out' with each other, but we were all drawn to one another, and we just knew."

Fuentes continues to live with the stigmas attached to an HIV diagnosis.

"I consciously sought a doctor who was gay," he said. "I have felt more comfortable and more confident in the care I am receiving."

Despite his experience with the urgent care facility in 1992, Fuentes remains firm in his stance on honesty and transparency about his diagnosis.

"It's the most important thing we can do," he said. "But we have to make it so people feel like they can be honest, and we are failing at that."

Pat Hendrickson and Kate Lewis

Pat Hendrickson spent some of her childhood in Beverly Hills through the 1940s and 1950s surrounded by men and women who openly identified as gay and lesbian.

continued on page 6

Coalición para Adultos Mayores LGBT+ del Condado de Ventura:

La Lucha por la Igualdad e Inclusión

*Cuatro miembros de la coalición
comparten sus experiencias y lo que
los llevo a convertirse en defensores
de los problemas de las personas
LGBT+ y los problemas sobre el
envejecimiento.*

POR JANNETTE JAUREGUI

La misión de la Coalición sobre el Envejecimiento LGBT+ del Condado de Ventura puede que parezca bastante sencilla. Organizada bajo los auspicios de la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura (VCAAA), la Coalición sirve para proporcionar una mayor representación de la comunidad LGBT+ en el Condado de Ventura, con un enfoque especial en la defensa de la igualdad y la inclusión a través de programas educativos diseñados por sus miembros.

Pero las razones por las que existe la Coalición son mucho más complejas. Son toda una vida de experiencias que incluyen obstáculos de una dificultad increíble a los que se enfrentan generaciones que han sido excluidas por familiares, amigos, proveedores de salud y empleadores. Esos obstáculos han conducido a muchos a la batalla social, para pelear por el cambio y actuar como voz de sus pares a los que el miedo mantuvo en silencio.

Aquí, cuatro miembros de la Coalición sobre el Envejecimiento LGBT+ del Condado de Ventura comparten las experiencias que los han llevado a servir como defensores de sus pares. Sus historias reflejan las experiencias de muchísimos otros. No buscan ocupar el primer plano; la suya es una lucha por la igualdad de todos.

Sal Fuentes

Sal Fuentes estaba parado en un centro de atención urgente basado en el Condado de Ventura en 1992, buscando tratamiento para una herida sangrante en la mano.

"Llamé a la clínica antes de llegar para avisarles que me había cortado la mano y que era positivo por VIH", dijo. "Pregunté si eso sería un problema y el personal me dijo que eso no era problema. Cuando llegué, me informaron que



continúa en la página 7

"My parents had both gay and lesbian friends, and we grew up not thinking it was wrong," she said. "But my mother had visions of a ballerina. I did like to play dress-up with makeup, but I had visions of baseball and basketball."

Hendrickson knew from an early age that she wanted a family. At the time, that meant marriage to a man. She and her husband adopted two children and were married for more than 20 years before the relationship ended in divorce.

Several years later, in 1997, Hendrickson met Kate Lewis on a retreat for the Episcopalian Church. Both were heavily involved in the church and Lewis was working toward priesthood. Hendrickson was a special education aide and therapeutic recreation specialist.

"It was crush at first sight," Lewis said. "And soon after that, love."

Lewis, who was raised on Oahu, had also been married to a man and had a son from that marriage.

"Neither of us had ever been with a woman, and yet it was so natural and perfect," she said.

Hendrickson agreed that the two had hit it off, but she was focused on her work. However, when she returned from the retreat, there was a fax waiting for her at the office. It was from Lewis. The couple agreed to pursue a relationship.

"We had more than a few rough spots," Lewis said. "Each of us endured serious estrangements with some family members that were very painful, and we were both challenged at our workplaces."

Lewis said that her church mentor responded to her new relationship by saying, "Obviously, you know I can't let you work with the children." Hendrickson said she lost her job in school chaplaincy a few years later due to the prejudices of some of the parents.

The couple's own children, Lewis said, have been supportive and understanding, including when the couple wed in 2008.

"You can see how the generations are changing and how progress is being made," she said.

Lewis attributes the couple's participation in 2007's "The Amazing Race" to that progress.

continued on page 44

What the LGBT+ Aging Coalition Does for Ventura County

BY MARTHA SHAPIRO

As a community, older LGBT+ people face significant social and health inequalities. Due to a lifetime of discrimination and harassment, they may be disproportionately affected by physical and mental health concerns. They are also more prone to discrimination, social stigma and insecure living situations in long-term care facilities.

Due to generational disparities and unfair laws, older LGBT+ people may be less open about their sexuality, especially with service providers.

Nearly 40% of LGBT+ adults over the age of 60 state that their healthcare professionals are unaware of their sexual orientation. When they are concerned about their safety, older adults may go back "in the closet" and hide their LGBT+ identities and authentic selves.

In an effort to ensure that this population finds a welcoming environment when meeting with service providers, the LGBT+ Aging Coalition was formed in 2015. It was formed by a group of local organizations and community members to advocate for older LGBT+ adults in Ventura County.

The LGBT+ Aging Coalition of Ventura County is a program of the Ventura County Area Agency on Aging. Its mission

is to provide education and advocacy in order to create an LGBT+ friendly Ventura County.

The LGBT+ Aging Coalition of Ventura County believes that all people deserve an opportunity to age with dignity, free from discrimination and surrounded by not only the people they love, but also with service providers that support their needs.

They have created business trainings to help organizations heighten their awareness of LGBT+ Aging issues, and ensures they are providing a welcoming, safe, and inclusive space for LGBT+ older adults and their families.

A series of videos are posted to the VCAAA website sharing a sample of what is included in each training objective (vcaaa.org/about-us/advocacy/lgbt-aging).

The LGBT+ Aging Coalition believes that this education and awareness fosters dignity and respect that yield more welcoming and accessible services so that LGBT+ people can thrive as they age in the community. ■



el médico dijo al personal de la clínica que no trabajaba con pacientes que tenían SIDA.

“No me lo podía creer,” dijo Fuentes, que añade que la doctora también se negó a ayudarlo a obtener transporte a otro centro. “Aquí estaba yo, intentando preocuparme por el bienestar de ella, y ella ni siquiera me podía conseguir transporte”.

Antes de marcharse, Fuentes tuvo la intuición de pedir a la doctora que pusiera por escrito su negativa a atenderlo. Ella lo hizo.

“No pensaba en hacer nada con ese papel,” dijo Fuente. “Solo necesitaba verlo por escrito.”

Fuentes finalmente recibió tratamiento en un hospital cercano y se le informó que era ilegal que la doctora se negara a atenderlo. Tras comunicarse con diversos defensores, Fuentes buscó representación legal y hubo una sentencia de un tribunal a favor de Fuentes.

La experiencia impulsó a Fuentes a su recorrido como defensor con un único propósito: trabajar para asegurarse

que nadie más sufría la alienación y el aislamiento que él sintió aquel día en la clínica.

A Fuentes se le había diagnosticado SIDA en 1985 tras una serie de enfermedades, habiéndolo contraído probablemente por una relación que tuvo en 1977.

“El diagnóstico lo sentí como una sentencia de muerte,” dijo. “Los medicamentos eran una lucha. Pero hice la promesa a mis amigos que haría todo lo que pudiese para luchar contra esto.”

Fuentes pasó la mayor parte de su infancia en Los Angeles y se trasladó a Simi Valley en el último año de preparatoria.

“Fue un choque cultural,” dijo. “Los Angeles era muy diverso. Esto era diferente.”

Él pasó su infancia etiquetado como “el payaso de la clase”, para distraer a los demás y que no notasen nada diferente.

“Siempre me atrajeron los hombres,” dijo. “Y nunca entendía por qué. Mis hermanas traían a sus parejas de sus citas a casa para recibir aprobación, así que yo traje a un ‘amigo’ a casa en mi penúltimo año de la escuela. Pero únicamente lo llegué a presentar como solo eso... un amigo.”

continúa en la página 46

Que hace LGBTQ+ y La Coalición Sobre el Envejecimiento por el Condado de Ventura

POR MARTHA SHAPIRO

Como comunidad, las personas mayores LGBTQ+ se enfrentan a desigualdades significativas sociales y de salud. Debido a toda una vida de discriminación y acoso, puede que estén afectados de una forma desproporcionada por problemas de salud física y mental. También son más susceptibles de ser víctimas de discriminación, estigma social y situaciones de vida inseguras en centros de cuidados a largo plazo.

Debido a disparidades generacionales y leyes injustas, las personas mayores LGBTQ+ puede que sean menos abiertas sobre su sexualidad, especialmente con los proveedores de servicios.

Casi el 40% de los adultos LGBTQ+ mayores de 60 años afirman que sus profesionales de salud no son conscientes de su orientación sexual. Cuando están preocupados por su seguridad, es posible que los adultos mayores “vuelvan al closet” y escondan sus identidades LGBTQ+ y su auténtico yo.

En un esfuerzo para asegurar que esta población encuentra un entorno acogedor cuando acude a proveedores de servicio, la Coalición sobre el Envejecimiento LGBTQ+ se formó en 2015. Fue creada por un grupo de organizaciones locales y miembros de la comunidad para defender a los adultos mayores LGBTQ+ en el Condado de Ventura.

La Coalición sobre el Envejecimiento LGBTQ+ del Condado de Ventura es un programa de la Agencia sobre

el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura, y su misión es proporcionar educación y defensa para crear un Condado de Ventura acogedor para las personas LGBTQ+.

La Coalición sobre el Envejecimiento LGBTQ+ del Condado de Ventura considera que todas las personas merecen una oportunidad para envejecer con dignidad, libres de discriminación y rodeadas no solo por las personas que aman, sino también por proveedores de servicio que apoyan sus necesidades.

Han desarrollado capacitaciones para empresas para ayudar a las organizaciones a incrementar su consciencia sobre problemas del Envejecimiento LGBTQ+, y se asegura que proporcionan un espacio acogedor, seguro e inclusivo para adultos mayores LGBTQ+ y sus familias.

Hay una serie de vídeos en el sitio de Internet de VCAA que comparten una muestra de lo que se incluye en cada objetivo de capacitación (vcaa.org/about-us/advocacy/lgbt-aging).

La Coalición sobre el Envejecimiento LGBTQ+ considera que esta educación y concienciación promueven la dignidad y respeto que conducen a servicios más acogedores y accesibles, para que las personas LGBTQ+ puedan prosperar mientras envejecen en la comunidad. ■

THE VENTURA COUNTY ELDERLY Fall Prevention Coalition and Program: *Keeping the Elderly Healthy*

Ventura County's Elderly Fall Prevention Coalition has a program to reduce the number of accidents that be traumatic, costly, and even fatal.

BY DR. THOMAS DUNCAN, DO, FACS, FICS

Falls are still the leading cause of injury deaths among people over the age of 60, and the most common reason for hospital admissions, doctor visits, and emergency room visits. Despite our best efforts, up to 33 percent of adults over the age of 60, and 50 percent of adults over the age of 80, will fall each year. Hip fractures remain the most common injury associated with falls. More than 40 percent of seniors recovering from hip fractures are unable to return to their homes due to complications.

The cause of falls can vary greatly, including inappropriate footwear, clutter, taking multiple and duplicate medications, weak strength in the legs, declining vision, chronic health problems, and occasionally small pets. The COVID-19 pandemic caused another layer of complexity to our seniors' lives by their needing to negotiate safety guidelines while trying to avoid a life-altering fall.

We live in a county that has many seniors. By 2030, approximately 30 percent of Ventura County's citizens are expected to be 60 years of age or older. Ventura County's Elderly Fall Prevention Coalition (EFPC) was originally founded in 2013 after recognizing the life-changing

effects of falls suffered by our elders. The coalition was established by a multidisciplinary group overseen by the Ventura County Medical Center (VCMC) trauma department. The goal of the coalition is to reduce primary falls that have been recognized as being largely preventable.

The coalition consists of more than 30 Ventura community-based organizations, including, but not limited to: both east and west county trauma centers, Emergency Medical Services, Ventura County Area Agency on Aging, Ventura County Board of Supervisors, Public Health, all non-trauma hospitals, and numerous local organizations highly vested in enhancing care of the elderly.

The cost of caring for each fall ranges from \$37,000 to \$60,000. This figure is calculated based on the severity of injury and level of care provided. In 2013, the total cost of fall-related injuries in the U.S. was more than \$36 billion. That figure rose to \$60 billion in 2020. The average cost of annual healthcare dollars in California for non-fatal falls is \$2.4 billion. It is remarkable that an elder dies from a fall every 29 minutes, while similar-aged elders are treated in an emergency room for a fall-related reason every 14 seconds. Local

data demonstrates that most falls – 68 percent – occur in elders' primary residences. As such, our efforts are directed toward their homes.

It is our goal to raise awareness of the dangers of falls by holding multiple presentations at the local and national level. The total number of forums held year-to-date is 16, with the last three conducted virtually.

To raise awareness in the field, the coalition created the Elderly Fall Prevention Program (EFPP) in 2014, which involved EMS championing fall prevention awareness efforts at the point of contact. This pilot program was started in west Ventura County. At the scene of injury, EMS providers determine whether the individual's call is truly due to a fall when responding to a 911 call. A quick home assessment and mitigation is conducted, including recommendations for improving hallway and room lighting, clearing hallway clutter, affixing rugs, and/or advocating for a medication check by their primary care provider. Literature about safety measures is given to the individual or caregiver. Evidence-based tests are performed when the patient arrives in the hospital.

With the patient's consent, data gathered from the fall prevention



Coalición y Programa para la Prevención de Caídas: *Mantener a los Adultos Mayores Saludables*

La Coalición de Prevención de Caídas para los Adultos Mayores del Condado de Ventura tiene un programa para reducir el número de accidentes que pueden ser traumáticos, costosos e incluso fatales.

POR EL DR. THOMAS DUNCAN, DO, FACS, FICS

Las caídas siguen siendo la causa principal de muertes por lesiones entre personas mayores de 60 años, y el motivo más habitual para ingresos en hospitales, visitas al médico y visitas a la sala de emergencias. A pesar de nuestros mejores esfuerzos, cada año se caerán hasta el 33 por ciento de los adultos mayores de 60 años, y el 50 por ciento de los adultos mayores de 80 años. Las fracturas de cadera siguen siendo la lesión más habitual asociada a las caídas. Más del 40 por ciento de las personas mayores que se recuperan de fracturas de cadera no pueden volver a casa debido a complicaciones.

La causa de las caídas puede variar mucho, incluyendo calzado inapropiado, obstáculos, tomar medicamentos múltiples y duplicados, falta de fuerza en las piernas, disminución de visión, problemas de salud crónicos y ocasionalmente mascotas pequeñas. La pandemia del COVID-19 añadió otra capa de complejidad a la vida de nuestras personas mayores, al tener que negociar directrices de seguridad al tiempo que intentaban evitar una caída que les cambiaría la vida.

continúa en la página 10



registry is used to recommend that most important next steps, such as home assessment versus further medical needs from public health. If home modification is required, such service is provided by CBOs involved in the coalition. The fall prevention coordinator encourages participation in popular balance and strengthening evidence-based classes, which include Tai Chi: Moving for Better Balance, Moving for Better Balance, Stepping On, and Walk with Ease. Participation in the classes has been robust despite the pandemic, and video-based classes have been available for seniors to partake in. It is striking that data of elders that fall and refuse involvement in such evidence-based classes have greater than a four-fold chance of falling again versus those that participate.

We truly appreciate the Ventura County Board of Supervisors' commitment to preventing elderly falls. Such devotion is shown by a yearly proclamation awarded to the EFPC since 2013. The coalition received an award from the National Association of Area Agencies on Aging in 2015 for 'a successful program that improves lives of older adults and caregivers.' It received the health care champion award in 2017 by the Partnership for Healthy Ventura County. In 2019, it was commended for its fall prevention efforts by the California Commission on Aging and recognized by the Los Angeles County falls prevention coalition for ongoing contribution in promoting and supporting falls prevention. Two white papers were published in the June 2021 issue of The Journal of Preventive Medicine and Healthcare pertaining to the EFPC and EFPP.

The coalition continues to gain ground in the county but appreciates any funding sources that will enable it to maintain sustainability. It is very thankful for the cohesive voluntary efforts of all organizations involved and will not be successful without the multidisciplinary collaboration. ■

For further information on the Fall Prevention Program, please visit vcaa.org or call 805-477-7300.

References

1. CDC.org. Centers for Disease Control and Prevention. WISQARS accessed August 23, 2022.
2. ncoa.org. National Council on Aging
3. A comparative Study on the Effects of Matter of Balance and TaiChi on Measures of Balance in Community-Dwelling Older Adults. Diaz, G; Lamb, A; Cahatol I; Frugoli A; Romero J; Duncan T; J Prev Med Healthc 3(1):1021 (June 4, 2021).
4. An Evaluation of a Community Fall Prevention Program to Prevent Recurrent Falls Among Older Adults. Duncan T.K; Waxman K; Faul M; Bilal M; Diaz G. J Prev Med Healthc 3(1):1023 (June 17, 2021).

Prevención de Caídas

continúa de la página 9

Vivimos en un condado que tiene muchas personas mayores. Para 2030, está previsto que aproximadamente el 30 por ciento de los ciudadanos del Condado de Ventura tendrá 60 años de edad o más. La Coalición para la Prevención de Caídas de Personas Mayores del Condado de Ventura (EFPC, por sus siglas en inglés) se fundó originariamente en 2013 tras reconocer la forma en que los efectos de las caídas que sufrían nuestras personas mayores les cambiaban la vida. La coalición se creó por parte de un grupo multidisciplinar, supervisado por el departamento de traumatología de Ventura County Medical Center (VCMC). El objetivo de la coalición es reducir las caídas primarias que se han reconocido como evitables en gran parte.

La coalición está formada por más de 30 organizaciones basadas en la comunidad de Ventura, que incluyen sin limitarse a ellos, los centros de traumatología tanto del este como del oeste del condado, Servicios Médicos de Emergencia, la Agencia sobre Envejecimiento del Área del Condado de Ventura, la Junta de Supervisores del Condado de Ventura, Salud Pública, todos los hospitales no de traumatología, y numerosas organizaciones basadas en la comunidad altamente dedicadas a mejorar los cuidados de las personas mayores.

El costo de cuidados de cada caída



es aproximadamente de \$37,000 - \$60,000. Esta cifra se calcula basándose en la gravedad de la lesión y el nivel de cuidados proporcionados. En 2013, el costo total de las lesiones relacionadas con caídas en los EE.UU. fue superior a \$36 mil millones, y ascendió a \$60 mil millones en 2020. El costo promedio de gasto anual en atención de salud en California para caídas no fatales es de \$2.4 miles de millones. Es sorprendente saber que un adulto mayor muere por una caída cada 29 minutos, y una persona mayor de edad similar recibe tratamiento en una sala de emergencias por un motivo relacionado por caídas cada 14 segundos. Con datos locales que muestran que la mayoría de las caídas (68%) se producen en la residencia principal de las personas mayores, nuestros esfuerzos se centran en sus hogares.

Nuestro objetivo es incrementar la consciencia de los peligros de las caídas organizando múltiples presentaciones a nivel tanto local como nacional. El número total de foros celebrados este año hasta la fecha es de 16, de los cuales los últimos tres han tenido lugar virtualmente.

Para incrementar la consciencia sobre el terreno, la Coalición creó el Programa de Prevención de Caídas de Personas Mayores (EFPP, por sus siglas en inglés) en 2014, que implicaba que los Servicios Médicos de Emergencia (EMS) lideraran los esfuerzos para concienciación sobre prevención de caídas en el punto de contacto. Este programa piloto se inició en el oeste del Condado de Ventura. En el lugar de la lesión, los proveedores de EMS determinan si la llamada de la persona realmente está relacionada con una caída cuando responden a una llamada al 911. Se realizan una evaluación y mitigación rápidas del hogar, incluyendo recomendaciones para mejorar la iluminación de los pasillos y habitaciones, eliminar los obstáculos en los pasillos, fijar las alfombras y/o defender una comprobación de medicamentos por parte del proveedor de atención primaria. Se entregan a la persona o al cuidador materiales acerca de medidas de seguridad. Se realizan pruebas basadas en evidencia cuando el paciente llega al hospital.

Con el consentimiento del paciente, se utilizan datos obtenidos del registro de prevención de caídas

Make a Difference Today WITH THE VCAAAA

Seeking volunteers to improve the lives of Ventura County residents

Buscar voluntarios para mejorar las vidas de los residentes en el Condado de Ventura



COUNTY of VENTURA
Area Agency on Aging



(805) 477-7300
vcaaaa.org

para recomendar cuáles son los pasos más importantes que seguir a continuación, esto es, evaluación de la vivienda frente a más necesidades médicas por parte de salud pública. Si es necesaria una modificación de la vivienda, los servicios los prestan las CBO que participan en la coalición. El coordinador de prevención de caídas fomenta la participación en clases basadas en la evidencia populares sobre cómo mantener el equilibrio y fortalecerse, como Tai Chi: Moving for Better Balance, A Matter of Balance, Stepping On y Walk with Ease. La participación en estas clases ha sido intensa a pesar de la pandemia, y ha habido disponibles clases basadas en video para que participen las personas mayores. Es digno de mención que los datos de personas mayores que caen y rechazan participar en estas clases basadas en evidencia tienen más de cuatro veces más posibilidades de volver a caer, comparadas con los que participan.

Agradecemos profundamente el compromiso de la Junta de Supervisores del Condado de Ventura

con la prevención de caídas de personas mayores. Dicha devoción la muestra el reconocimiento anual concedido a la EFPC desde 2013. La Coalición recibió un galardón de la Asociación Nacional de Agencias de Área sobre Envejecimiento en 2015 por 'un programa exitoso que mejora las vidas de adultos mayores y cuidadores'. Recibió el premio a Líderes de Atención de Salud (Healthcare Champion) en 2017 por parte de la Asociación por un Condado de Ventura Saludable, fue felicitada por sus esfuerzos para la prevención de caídas por la Comisión de California sobre el Envejecimiento en 2019, y reconocida por la coalición para la prevención de caídas del Condado de Los Angeles por su contribución constante a la promoción y el apoyo a la prevención de caídas, también en 2019. Se han publicado dos informes en el número de junio de 2021 de la Revista de Medicina Preventiva y Atención Sanitaria (Journal of Preventive Medicine and Healthcare) sobre la EFPC y el EFPP.

La coalición continúa ganando terreno en el condado, pero agradece

cualquier fuente de financiación que le permita mantener su sostenibilidad. Está muy agradecida por los esfuerzos voluntarios cohesionados de todas las organizaciones implicadas, y no tendrá éxito sin colaboración multidisciplinar.

Para información adicional sobre el programa de prevención de caídas, por favor, visite la página vcaaa.org o llame al (805) 477-7300.

References

1. CDC.org. Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. WISQARS (acceso el 23 de agosto de 2023).
2. ncoa.org. Consejo Nacional sobre el Envejecimiento
3. A comparative Study on the Effects of Matter of Balance and TaiChi on Measures of Balance in Community-Dwelling Older Adults. Diaz, G; Lamb, A; Cahatol I; Frugoli A; Romero J; Duncan T; J Prev Med Healthc 3(1):1021 (4 de junio de 2021).
4. An Evaluation of a Community Fall Prevention Program to Prevent Recurrent Falls Among Older Adults. Duncan T.K; Waxman K; Faul M; Bilal M; Diaz G. J Prev Med Healthc 3(1):1023 (17 de junio de 2021).



FIRE SAFETY TIPS FOR SENIORS

CONSEJOS DE SEGURIDAD CONTRA INCENDIOS PARA PERSONAS MAYORES

Email your safety tips to community.education@ventura.org for a free gift.

Envíe por correo electrónico sus consejos de seguridad a community.education@ventura.org para un regalo gratis.



CONSIDER YOUR LIVING ARRANGEMENTS - CONSIDERE SUS ARREGLOS DE VIVIENDA

Live/sleep on the first floor near an exit. Keep a charged phone nearby. Viva/duerma en el primer piso cerca de una salida. Mantenga un teléfono cargado cerca.



PLAN YOUR ESCAPE - PLANEE SU ESCAPE

Be ready to leave safely at a moment's notice. Keep any eyeglasses, hearing aids or mobility aids close to the bed when sleeping. Prepárese para salir de manera segura en cualquier momento. Mantenga los anteojos, audífonos o dispositivos de movilidad cerca de la cama cuando duerma.



SMOKE ALARMS - ALARMAS DE HUMO

Make sure working smoke alarms are installed inside every bedroom, outside each sleeping area and on every level of the home. Add specialized alarms for people who are deaf or hard of hearing.

Asegúrese de que las alarmas de humo estén instaladas dentro de cada habitación, fuera de cada área para dormir y en todos los niveles de la casa. Agregue alarmas especializadas para personas sordas o con problemas de audición.



WORK TOGETHER - TRABAJEN JUNTOS

Speak to your family members, building manager or neighbors about your fire safety plan and practice it with them. Hable con sus familiares, administradores de edificios o vecinos sobre su plan de seguridad contra incendios y practique con ellos.



DON'T ISOLATE YOURSELF - NO TE AISLES

Conduct or participate in home fire drills. If you or someone you live with can't escape alone, plan ahead for assistance or contact your local fire department's non-emergency line and explain your needs. They can suggest escape plan ideas and may perform a home fire safety inspection if you ask.

Realice o participe en simulacros de incendio en casa. Si usted o alguien con quien vive no puede escapar solo, planee con anticipación para obtener ayuda o comuníquese con la línea local de emergencia del departamento de bomberos y explique sus necesidades. Ellos pueden sugerir ideas de plan de escape y pueden realizar una inspección de seguridad contra incendios en casa si usted lo pide.



FOR MORE INFORMATION, VISIT: www.vcfd.org/senior-citizen-safety - PARA MAS INFORMACION, VISITE: www.vcfd.org/senior-citizen-safety

Active Living/Vida Activa



EDUCATION AND EMPLOYMENT TRAINING/ EDUCACIÓN Y CAPACITACIÓN LABORAL

America's Job Center of California

1-800-758-0398

venturacountyajcc.org

WEST OXNARD

2901 North Ventura Road, Third Floor
Oxnard, CA 93036
(805) 204-5186

SIMI VALLEY

2900 N Madera Road, Suite 100
Simi Valley, CA, CA 93065
(805) 955-2283

Conejo Valley Adult School

1025 Old Farm Road
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 497-2761
conejoadulted.org

Department of Rehabilitation

Voice: 1-916-324-1313
Voice: 1-800-952-5544
TTY: 1-844-729-2800
dor.ca.gov

OXNARD & VENTURA

1701 Pacific Avenue, Suite 120
Oxnard, CA 93033
(805) 385-2400

THOUSAND OAKS

101 Hodencamp Road, Suite 212
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 371-6279

Goodwill Industries

1401 N. Rice Avenue
Oxnard, CA 93030
(805) 981-0130
goodwill.org

Literacy Program

251 South A Street, Second Floor
Oxnard, CA 93030
(805) 385-7536
oxnard.org/library/literacy-outreach-program

Osher Lifelong Learning Institute (OLLI)

One University Drive
Sage Hall 2109
Camarillo, CA 93012
(805) 437-1694
ext.csuci.edu/programs/osher-lifelong-learning-institute/index.htm

Oxnard Adult School

1800 Solar Drive
Oxnard, CA 93030
(805) 385-2578
oxnardadulted.us

Project Ayuda

315 South C Street
Oxnard, CA 93030
(805) 240-7771

Senior Community Service Employment Program

(805) 477-7300

Simi Institute for Careers and Education

1880 Blackstock Avenue
Simi Valley, CA 93065
(805) 579-6200
simiinstitute.org

Ventura Adult and Continuing Education

5200 Valentine Road
Ventura, CA 93003
(805) 289-1744
adultedventura.edu

Ventura County Community College District

761 East Daily Drive
Camarillo, CA 93010
(805) 652-5500
vcccd.edu

MOORPARK COLLEGE

7075 Campus Road
Moorpark, CA 93021
(805) 378-1400
moorparkcollege.edu

OXNARD COLLEGE

4000 South Rose Avenue
Oxnard, CA 93033
(805) 678-5800
oxnardcollege.edu

VENTURA COLLEGE

4667 Telegraph Road
Ventura, CA 93003
(805) 289-6000
venturacollege.edu

The Ventura County Library Adult Literacy - READ Program

5600 Everglades Street, Suite A
Ventura, CA 93003
(805) 677-7160
vencolibrary.org/read

FITNESS, EXERCISE AND RECREATION/ ESTADO FÍSICO, EJERCICIO Y RECREACIÓN

Conejo Recreation & Park District

403 West Hillcrest Drive
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 495-6471
crpd.org

Fillmore Parks and Recreation Department

250 Central Avenue
Fillmore, CA 93015
(805) 524-3701 ext. 713
www.fillmoreca.com/176/Parks-Recreation

Moorpark Recreation Division

799 Moorpark Avenue
Moorpark CA 93021
(805) 517-6300
moorparkca.gov/199/Recreation

Oxnard Recreation & Community Services

305 West Third Street
First Floor of the West Wing
Oxnard, CA 93030
(805) 385-7995
oxnard.org/recreation

Ojai Recreation Department

510 Park Road
Ojai, CA 93023
(805) 646-5581 Ext 390
ojairec.com

Pleasant Valley Recreation & Park District

1605 East Burnley Street
Camarillo, CA 93010
(805) 482-1996
pvrpd.org

Port Hueneme Recreation & Park District

Orvene S. Carpenter Community Center
550 Park Avenue
Port Hueneme, CA 93041
(805) 986-6542

Rancho Simi Recreation & Park District

4201 Guardian Street
Simi Valley, CA 93063
(805) 584-4400
rsrpd.org

Santa Paula Community Services & Recreation

530 W. Main Street
Santa Paula, CA 93060
(805) 933-4226 x352
Email: CS@ci.santa-paula.ca.us

Ventura Parks, Recreation & Community Partnerships

501 Poli Street, Room 226
Ventura, CA 93001
(805) 658-4726
cityofventura.ca.gov/219/Parks-Recreation

Ventura County Area Agency on Aging Fall Prevention Program

Classes in Tai Chi: Moving For Better Balance, Walk With Ease, Stepping On and more across the county
(805) 477-7300
vcaaa.org/our-services/fall-prevention

YMCAs

ymca.org

CAMARILLO FAMILY YMCA
3111 Village at the Park Drive
Camarillo, CA 93012
(805) 484-0423

CONEJO VALLEY YMCA
4031 North Moorpark Road
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 523-7613

SENIOR CENTERS

Senior Centers are located in every city in Ventura County, offering a variety of services ranging from exercise classes to meal and volunteer programs. Please call your local Senior Center to learn about specific programs offered in your area.

CENTROS PARA PERSONAS MAYORES

Los Centros para Personas Mayores estan localizados en cada una de las ciudades del Condado de Ventura, ofreciendo una variedad de servicios, desde clases de ejercicios a programas de comidas y voluntariado. Por favor, llame a su Centro para Personas Mayores local para informarse sobre programas específicos que se ofrecen en su área.

Fillmore Active Adult Center

533 Santa Clara Street
Fillmore, CA 93015
(805) 524-3030
www.fillmoreca.com/177/Active-Adult-Center

Goebel Adult Community Center

1385 East Janss Road
Thousand Oaks, CA 91362
(805) 381-2744
crpd.org/programs-sports/adults-seniors/

HELP of Ojai helpofojai.org

LITTLE HOUSE
108 S. Montgomery Street
Ojai, CA 93023
(805) 646-5122

WEST CAMPUS
370 Baldwin Road
Ojai, CA 93023
(805) 649-9218

Moorpark Active Adult Center

799 Moorpark Avenue
Moorpark, CA 93021
(805) 517-6261
moorparkca.gov/200/Active-Adult-Center

Oxnard Wilson Senior Center

350 North C Street
Oxnard, CA 93030
(805) 385-8028
oxnard.org/recreation/senior-services/senior-centers

Oxnard Palm Vista Senior Center

801 South C Street
Oxnard, CA 93030
(805) 385-8163
oxnard.org/recreation/senior-services/senior-centers

Pleasant Valley Senior Center

1605 East Burnley Street
Camarillo, CA 93010
(805) 482-4881
pvrpd.org

Port Hueneme - Orvene S. Carpenter Community Center

550 Park Avenue
Port Hueneme, CA 93041
(805) 986-6542
ci.port-hueneme.ca.us/index.aspx?NID=410

Santa Paula Senior Center

530 West Main Street
Santa Paula, CA 93060
(805) 933-4226
spcity.org/403/Senior-Center

Simi Valley Senior Center

3900 Avenida Simi
Simi Valley, CA 93063
(805) 583-6363
simivalley.org/departments/city-manager-s-office/community-programs-and-facilities/senior-center

South Oxnard Senior Center

200 East Bard Road
Oxnard, CA 93033
(805) 385-8042
oxnard.org/recreation/senior-services/senior-centers

Ventura Avenue Adult Center

550 North Ventura Avenue
Ventura, CA 93001
(805) 648-3035
cityofventura.ca.gov/669/Adult-Senior-Services

Active Living/Vida Activa

SIMI VALLEY FAMILY YMCA

3200 Cochran Street
Simi Valley, CA 93065
(805) 583-5338

VENTURA FAMILY YMCA

3760 Telegraph Road
Ventura, CA 93003
(805) 642-2131

YARROW FAMILY YMCA

31105 Thousand Oaks Boulevard
Westlake Village, CA 91362
(818) 707-9622

LIBRARIES / BIBLIOTECAS

Albert H. Soliz Library (El Rio)

2820 Jourdan Street
Oxnard, CA 93036
(805) 485-4515
vencolibrary.org/locations/albert-h-soliz-library

Alda & George Kroll Library

*Wellness & Caregiver Center of
Ventura County*
3687 East Las Posas Road, Suite 188
Camarillo, CA 93010
(800) 900-8582

Avenue Library

606 North Ventura Avenue
Ventura, CA 93001
(805) 643-6393
vencolibrary.org/locations/avenue-library

Blanchard Community Library

119 North 8th Street
Santa Paula, CA 93060
(805) 525-3615
blanchardlibrary.org

Camarillo Public Library

4101 Las Posas Road
Camarillo, CA 93010
(805) 388-5222
camarillolibrary.org

Colonia Branch Library

1500 Camino Del Sol #26
Oxnard, CA 93030
(805) 385-8108
oxnard.org/library/colonia-branch-library

E.P. Foster Library

651 East Main Street
Ventura, CA 93001
(805) 648-2716
vencolibrary.org/locations/ep-foster-library

Fillmore Library

502 2nd Street
Fillmore, CA 93015
(805) 524-3355
vencolibrary.org/locations/fillmore-library

Grant R. Brimhall Thousand Oaks Library

1404 East Janss Road
Thousand Oaks, CA 91362
(805) 449-2660
tolibrary.org

Hill Road Library

1070 South Hill Road
Ventura, CA 93003
(805) 677-7180
vencolibrary.org/locations/hill-road-library

Meiners Oaks Library

400 South Lomita Avenue
Meiners Oaks Elementary
Ojai, CA 93023
(805) 640-4378
vencolibrary.org/locations/meiners-oaks-library

Moorpark City Library

699 Moorpark Avenue
Moorpark, CA 93021
(805) 517-6370
moorparkca.gov/355/Library

Newbury Park Branch Library

2331 Borchard Road
Newbury Park, CA 91320
(805) 498-2139
tolibrary.org

Oak Park Library

899 North Kanan Road
Oak Park, CA 91377
(818) 889-2239
vencolibrary.org/locations/oak-park-library

Oak View Library

555 Mahoney Avenue
Oak View, CA 93022
(805) 649-1523
vencolibrary.org/locations/oak-view-library

Ojai Library

111 East Ojai Avenue
Ojai, CA 93023
(805) 646-1639
vencolibrary.org/locations/ojai-library

Oxnard Public Library

251 South A Street
Oxnard, CA 93030
(805) 385-7500
oxnard.org/library

Piru Library

3811 Center Street
Piru, CA 93040
(805) 521-1753
vencolibrary.org/locations/piru-library

Ray D. Prueter Library

510 Park Avenue
Port Hueneme, CA 93041
(805) 486-5460
vencolibrary.org/locations/ray-d-prueter-library

Research Library and Archives at the Museum

100 East Main Street
Ventura, CA 93001
venturamuseum.org/library

Ronald Reagan Presidential Library and Museum

40 Presidential Drive
Simi Valley, CA 93065
(805) 522-2977
reaganfoundation.org/library-museum

Saticoy Library

1292 Los Angeles Avenue
Ventura, CA 93004
(805) 671-5148
vencolibrary.org/locations/saticoy-library

Simi Valley Public Library

2969 Tapo Canyon Road
Simi Valley, CA 93063
(805) 526-1735
simivalleylibrary.org

South Oxnard Branch Library

4300 Saviers Road
Oxnard, CA 93033
(805) 385-8129
oxnard.org/library/south-oxnard-branch-library

Ventura County Law Library

800 South Victoria Avenue
Ventura, CA 93009
(805) 642-8982
vencolawlib.org

TRAVEL PROGRAMS AND TRIPS / PROGRAMAS DE VIAJES Y EXCURSIONES

Amtrak

amtrak.com

VENTURA STATION

39 East Harbor Boulevard
Ventura, CA 93001

OXNARD STATION

201 East 4th Street
Oxnard, CA 93030

SANTA PAULA STATION

327 South Palm Avenue
Santa Paula, CA 93060

CAMARILLO STATION

30 Lewis Road
Camarillo, CA 93010

FILLMORE STATION

718 West Ventura Street
Fillmore, CA 93015

SIMI VALLEY STATION

5050 E Los Angeles Avenue
Simi Valley, CA 93063

MOORPARK STATION

300 High Street
Moorpark, CA 93021

**Automobile Club of
Southern California**
calif.aaa.com

CAMARILLO BRANCH

2570 Las Posas Road, Suite B
Camarillo, CA 93010
(805) 389-3523

SIMI VALLEY BRANCH

2853 East Cochran Street
Simi Valley, CA 93065
(805) 522-7330

THOUSAND OAKS BRANCH

100 E Wilbur Road
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 497-0911

VENTURA COUNTY BRANCH

1501 S Victoria Avenue
Ventura, CA 93003
(805) 644-7171

City of Ventura Travel Program

Register at Ventura City Hall
501 Poli Street, Room 226
Ventura CA 93001
(805) 658-4726
Bus & Walking Tours
[cityofventura.ca.gov/
travelprograms](http://cityofventura.ca.gov/travelprograms)

Conejo Recreation and Park District

Travel Program
1385 East Janss Road
Thousand Oaks, CA 91362
(805) 381-2744
crpd.org/gacc

VOLUNTEER OPPORTUNITIES

Volunteering is a rewarding way to stay active, connect with others, and give back to the community. In addition to these listings, many organizations throughout this guide welcome and rely on the help of volunteers. Please reach out to any cause or group that matches your interests to see if you may volunteer.

OPORTUNIDADES PARA VOLUNTARIOS

El voluntariado es una forma enriquecedora de mantenerse activo, conectar con otras personas, y devolver a la comunidad lo que hace por nosotros. Además de esta lista, muchas organizaciones a lo largo de esta guía dan la bienvenida y dependen de la ayuda de voluntarios. Por favor, contacte a cualquier causa o grupo que se ajuste a sus intereses, para ver si puede ofrecerse como voluntario.

Action Foundation

4001 Mission Oaks Blvd., Suite S
Camarillo, CA 93012
(805) 987-0300
actionvc.org

**Caregivers: Volunteers
Assisting the Elderly**

1765 Goodyear Avenue, Suite 205
Ventura, CA 93003
(805) 658-8530
vccaregivers.org

Catholic Charities

303 North Ventura Avenue
Ventura, CA 93001
(805) 643-4694
[catholiccharitiesvc.org/
volunteer.html](http://catholiccharitiesvc.org/volunteer.html)

**Conejo Senior Volunteer Program
(CSVP)**

in Goebel Adult Community Center
1385 East Janss Road
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 381-2742
crpd.org/csvp

Conejo Valley Village

(805) 372-1826
conejovalleyvillage.org

FOOD Share, Inc.

(805) 983-7100
foodshare.com/volunteer

Habitat for Humanity of VC

1850 Eastman Avenue
Oxnard, CA 93030
(805) 485-6065
habitatventura.org/volunteer

**Long Term Care Services of Ventura
County Ombudsman Program**

2021 Sperry Avenue, Suite 35
Ventura, CA 93003
(805) 656-1986
ombudsmanventura.org

**Oxnard Retired Senior
Volunteer Program (RSVP)**

(805) 385-8019
rsvp@oxnard.org
[oxnard.org/recreation/senior-
services/rsvp-volunteer](http://oxnard.org/recreation/senior-services/rsvp-volunteer)

Senior Concerns

401 Hodencamp Road
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 497-0189
seniorconcerns.org

Shop Ahoy

(805) 236-1267

United Way of VC

702 County Square Drive, Suite 100
Ventura, CA 93003
(805) 485-6288
vcunitedway.org

**Ventura County
Area Agency on Aging**

*Advisory Council, Fall Prevention,
Health Insurance Counseling
and Advocacy Program (HICAP),
HomeShare, Information &
Assistance, and Senior Nutrition
programs*
646 County Square Drive, Suite 100
Ventura, CA 93003
(805) 477-7300
vcaaa.org

Pleasant Valley Recreation and Park District - Excursions Program

1605 East Burnley Street, Camarillo, CA 93010 (805) 482-4881
Denise Cleric, Recreation Specialist ●

Adult Day Health Care Centers:

A Critical Provider of Long-Term Care Services

Adult Day Health Care centers, which are licensed by the California Department of Health, offer daily activities in a safe and supportive environment.

BY KATY KRUL

Adult Day Health Care centers in Ventura County are critical providers of long-term care services in a congregated community-based setting for individuals with cognitive or physical impairments that are cost-effective and great alternatives to institutional care. The centers are licensed by the California Department of Public Health. There are five centers in Ventura County that serve residents over 18 years old with no age limit.

The centers provide activities, health monitoring, socialization, and assistance with daily activities, which allow participants to live in their homes, enhance their quality of life, and receive needed care in a supportive, professionally staffed, safe, and secured environment. This setting allows respite for family caregivers who often neglect their health and social needs by prioritizing the needs of their loved ones. The caregivers' self-neglect harms their health and affects their loved ones' well-being. The caregivers are offered resources, education, and support groups that help to navigate "aging in place" for their family members.

The regular day for a participant at an Adult Day Health Care center starts in the morning when the center's transportation arrives at the individual's residence for a pickup. Upon arriving at a center, participants are greeted by the staff, and the services begin. The center's staff is there to make sure that the needs of every participant are met and are helping with all the activities of daily living, including eating, personal hygiene, and toileting. Those who require the administration of medicines, or other treatments before breakfast, are guided to the nursing room. After a hot breakfast, there are many exciting events, such as exercise groups, arts and crafts tables, games, music, and various other stimulating activities. During the same time, physical, occupational, and speech therapies, nursing treatments, social work groups, and counseling are offered per individual care plans. A hot, nutritious lunch follows. The meals are delicious, culturally appropriate, and served according to individual diets ordered by the staff dietitian. After lunch, transportation is ready to take participants home.



Every Adult Day Health Care center has a medical director on staff; however, nurses, social workers, and therapists communicate with participants' doctors, take orders, follow up with effectiveness, and report provided treatments.

Traditionally, services at Adult Day Health Care centers are offered in the congregated setting. However, the industry keeps evolving. As a result of current public health developments, regulations allow providing remote/telehealth services and services at the doorstep in case of an emergency, including the deliveries of meals. This change in regulations would allow continuity of care when an individual cannot receive care in person in case of a crisis.

Adult Day Health Care is covered for qualified individuals by Medi-Cal/GCHP, Tri-Counties Regional Center, Veterans Affairs, long-term care insurances, and private funds. Some individuals, who do not have any of these coverages and cannot afford to pay privately, often wrongfully assume that they do not qualify for Medi-Cal. However, changes in the income



Centros de Salud de Día para Adultos:

Proveedor Fundamental de Servicios de Atención a Largo Plazo

Los Centros de Salud de Día para Adultos, autorizados por el Departamento de Salud de California, ofrecen actividades diarias en un entorno seguro y de apoyo.

POR KATY KRUL

threshold, asset limit, and immigration status went into effect in 2022, and the eligibility for Medi-Cal changed for the better. It is worth reaching out to the Health Insurance Counseling Advocacy Program at the Ventura County Area Agency on Aging or contacting social workers at an Adult Day Health Care center near you if you have questions about your eligibility.

To find out if you or your loved one may benefit from Adult Day Health Care, please schedule a visit to two or three of your closest centers and see if the environment and atmosphere are right for you. The centers provide care that does not vary in quality because of gender, ethnicity, race, nationality, or socioeconomic status. ■

Los centros de Salud de Día para Adultos del Condado de Ventura son proveedores fundamentales de servicios de cuidados a largo plazo en un entorno grupal basado en la comunidad para personas con limitaciones cognitivas o físicas que son eficaces en cuanto a costos y grandes alternativas a los cuidados institucionales. Los centros cuentan con licencia del Departamento de Salud Pública de California. Hay cinco centros en el Condado de Ventura que sirven a residentes mayores de 18 años, sin límite de edad.

Los centros ofrecen actividades, seguimiento de la salud, socialización y ayuda con actividades de la vida diaria, lo cual permite a los participantes vivir en sus hogares, mejorar su calidad de vida y recibir los cuidados que necesitan en un entorno de apoyo, protegido, seguro y con personal profesional. Este entorno permite un relevo a los familiares cuidadores que a menudo descuidan sus propias necesidades de salud y sociales al dar prioridad a las necesidades de sus personas amadas. Al descuidarse los cuidadores a sí mismos, ello perjudica su salud y afecta al bienestar de sus personas amadas. Se ofrece a los cuidadores recursos, educación y grupos de apoyo que ayudan a navegar el “envejecimiento en el hogar” para sus familiares.

El día normal para un participante en un centro de Salud de Día para Adultos comienza por la mañana, cuando el transporte del centro llega al domicilio de la persona para recogerla. Al llegar al centro, los participantes son recibidos por el personal y comienzan los servicios. El personal del centro está disponible para asegurarse que se cubren las necesidades de todos los participantes y ayuda con todas las actividades de la vida diaria, incluyendo comer, higiene personal y uso del baño. Los que necesitan administración de medicinas u otros tratamientos antes de desayunar son guiados a la sala de enfermería. Después de un desayuno caliente, hay muchos eventos interesantes, como grupos

continúa en la página 48



THE Alzheimer's Association: *There's a Group for You*

The Alzheimer's Association is situated to help caregivers and those affected by the disease, and has support groups no matter where you are in the journey.

BY JORDANA LAWRENCE



Living in Ventura County comes with many advantages, as we all know. But there's more than just mild weather and beautiful views that makes living here great, especially for caregivers and those living with dementia. Ventura County boasts more than 31 support groups to help those affected by this disease.

As someone who cared for a mother who had dementia, I know how important it is to have access to support groups and other resources. Dementia is an isolating disease. Many people are nervous that they or their loved one will be judged, humiliated, or otherwise put down by others who might not understand the disease. At the Alzheimer's Association, we believe that no one should face this disease alone and our support groups provide caregivers and those living with the disease an opportunity to build a network of support amongst those who understand.

Whether you are caring for a parent, spouse, or friend, or are a person living with the disease, we have a group for you. If you are a member of the LGBTQ+ community, we have a group for you. If you are more comfortable speaking

Spanish, we have a group for you. If you are not sure where you belong and are just starting on this journey, we have a group for you. When your loved one passes away, we offer a bereavement group to address the unique grief of losing someone to dementia. For those who are eager to get out of their house, we have in-person groups throughout the county. For those who are unable to leave their home due to their caregiving responsibilities, we have virtual groups you can access from anywhere. We have groups that meet in the morning, afternoons, evenings, and even on weekends, to accommodate any schedule.

Each of our groups is facilitated by a trained, dedicated volunteer, many of whom cared for a loved one with dementia themselves. Our facilitators are wonderful, empathetic people who know through their own experiences what caregivers face as they watch their loved one decline through this disease.

I cannot stress enough how important support groups are. When I attended my first group, I was hesitant and wasn't sure what to expect. What I found was a group of people who made me realize that I was not alone. I learned a lot about the disease, how to communicate with my mother to maintain my connection with her and how to transition into a new life without her after she passed. Going to a support group gave me the tools I needed to care for my mother and myself.

At the Alzheimer's Association, we always hope that people will come to us before they find themselves in a crisis. Caring for a person with dementia is an overwhelming experience that, unfortunately, many people try to face alone until they burn out. We want all caregivers to start building their network of support before the weight of this disease becomes too much. Our support groups are a great place to start building that network.

You can find more information and a full schedule of all our programs online at alz.org/CACentralCoast. I hope that you'll give one of our groups a try so that you too can realize that no one has to face this disease alone. ■

La Asociación de Alzheimer:

Hay un Grupo Para Usted

La Asociación de Alzheimer esta situada para ayudar a los cuidadores y a las personas afectadas por la enfermedad, además de contar con grupos de apoyo sin importar en que etapa del camino están.

POR JORDANA LAWRENCE

Vivir en el Condado de Ventura tiene muchas ventajas, como sabemos todos. Pero no solo por el clima agradable y las buenas vistas lo que hace que vivir aquí sea maravilloso, especialmente para los cuidadores y las personas que viven con demencia. El Condado de Ventura cuenta con más de 31 grupos de apoyo para ayudar a los afectados por esta enfermedad.

Como alguien que ha cuidado de una madre que tenía demencia, sé lo importante que es tener acceso a grupos de apoyo y otros recursos. La demencia es una enfermedad aislante. Muchas personas están nerviosas pensando que ellas o sus personas amadas serán juzgadas, humilladas o despreciadas de otro modo por otras que puede que no entiendan la enfermedad. En la Asociación de Alzheimer creemos que nadie debería enfrentarse a esta enfermedad solo y nuestros grupos de apoyo proporcionan a los cuidadores y a los que viven con la enfermedad una oportunidad de crear una red de apoyo entre personas que entienden.

Tanto si está cuidando de un padre o madre, cónyuge o amigo, o si es una persona que vive con la enfermedad, tenemos un grupo para usted. Si usted es miembro de la comunidad LGBTQ+, tenemos un grupo para usted. Si

se siente más cómodo hablando en español, tenemos un grupo para usted. Si no está seguro de a dónde pertenece y está justo comenzando este viaje, tenemos un grupo para usted. Cuando fallezca la persona a la que ama, ofrecemos un grupo de duelo para abordar el dolor único de perder a alguien por demencia. Para los que están deseosos de salir de su casa, tenemos grupos presenciales por todo el condado. Para los que no pueden salir de su casa debido a sus responsabilidades de cuidados, tenemos grupos virtuales a los que pueden acceder desde cualquier sitio. Tenemos grupos que se reúnen por las mañanas, por las tardes y por las noches, e incluso los fines de semana, para adaptarse a cualquier horario.

Cada uno de nuestros grupos tiene como facilitador a un voluntario capacitado y comprometido, muchos de los cuales han cuidado ellos mismos de una persona con demencia. Nuestros facilitadores son personas maravillosas y empáticas que gracias a sus propias experiencias saben a lo que se enfrentan los cuidadores mientras ven el declive de la persona a la que aman por causa de esta enfermedad.

No puedo subrayar bastante qué tan importantes son los grupos de apoyo. Cuando asistí a mi primer grupo, yo dudaba y no sabía con seguridad qué

esperar. Lo que encontré fue un grupo de personas que me hicieron darme cuenta de que no estaba sola. Aprendí mucho sobre la enfermedad, cómo comunicarme con mi madre para mantener mi conexión con ella y cómo hacer la transición a una vida nueva sin ella después de que ella faltara. Ir a un grupo de apoyo me proporcionó las herramientas que necesitaba para cuidar de mi madre y de mí misma.

En la Asociación de Alzheimer siempre esperamos que las personas vendrán a nosotros antes de encontrarse en una crisis. Cuidar de una persona con demencia es una experiencia abrumadora a la que, desgraciadamente, muchas personas intentan enfrentarse solas hasta que no pueden más. Queremos que todos los cuidadores comiencen a crear su red de apoyo antes de que el peso de esta enfermedad sea demasiado. Nuestros grupos de apoyo son un lugar ideal para comenzar a crear esa red.

Pueden encontrar más información y un programa completo de todos nuestros programas en línea, en la página alz.org/CACentralCoast. Espero que participen en alguno de nuestros grupos para que ustedes también puedan darse cuenta de que no es necesario que nadie se enfrente solo a esta enfermedad. ■



Caregiving/Dando Cuidado

ADULT DAY CARE / CENTRO DE CUIDADO DE DÍA PARA ADULTOS

Advanced Adult Day Health Care

2315 Kuehner Drive, Suite 121
Simi Valley, CA 93063
(805) 526-7629

advancedadhc.com

Among Friends

851 South A Street
Oxnard, CA 93030
(805) 385-7244

amongfriends.org

Camarillo Health Care District Adult Day Center

3639 East Las Posas Road, Suite 117
Camarillo, CA 93010
(805) 388-1952 ext. 111

camhealth.com/adult-day-center

Millennium Care Adult Day Care

2150 Winifred Street
Simi Valley, CA 93063
(805) 583-0859

Oxnard Family Circle

2100 Outlet Center Drive
Oxnard, CA 93036
(805) 385-4180

oxnardfamilycircle.com/adult-day-care

Senior Concerns

Adult Day Center
401 Hodencamp Road
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 497-0189

seniorconcerns.org/programs/adult-day-center

Ventura County Adult Day Health Care

1700 North Lombard Street, Suite 150
Oxnard, CA 93030
(805) 278-4321

vcadhc.com

CARE MANAGEMENT / MANEJO DE CUIDADOS

Aging Life Care Association

(520) 881-8008

aginglifecare.org

Catholic Charities Oasis

Senior Services
25 S Las Posas Road
Camarillo, CA 93010
(805) 987-2083



Integrity Care Managing & Senior Living Solutions, Inc.

2674 East Main Street, Suite E 277
Ventura, CA 93003
(805) 276-2776

integritycare4seniors.com

Paraclete Elder Care Planning

250 Camino Cortina
Camarillo, CA 93010
(805) 388-2691

Personal Parent Care, Inc.

371 Mobil Avenue, Suite 1
Camarillo, CA 93010
(805) 389-0997

Ventura County Area Agency on Aging

Case Management Programs
646 County Square Drive, Suite 100
Ventura, CA 93003
(805) 477-7300
vcaaa.org

CAREGIVER SUPPORT / APOYO A CUIDADORES

Caregiving Support Groups for Native Elders

(301) 861-0632
iasquared.org/hfc-ia2-online-support-group-information-and-interest-form/

Alzheimer's Association

24/7 Helpline: (800) 272-3900
alz.org

Alzheimer's Association - California Central Coast Chapter

Ventura County Regional Office
2580 East Main Street, Suite 201
Ventura, CA 93003
(805) 494-5200
alz.org/cacentral

Alzheimer's Foundation of America

(866) 232-8484
alzfdn.org

Brain Injury Center of Ventura County

*Assisting caregivers and survivors of
traumatic brain injury and stroke*
3687 East Las Posas #188, Building H
Camarillo, CA 93010
(805) 482-1312 (call before going to office)
braininjurycenter.org

Camarillo Health Care District

*Wellness & Caregiver
Center of West Ventura County*
3639 East Las Posas Road, Suite 117
Camarillo, CA 93010
(800) 900-8582
camhealth.com

Coast Caregiver Resource Center

(888) 488-6555 ext. 1
(805) 569-8950 ext. 1
cottagehealth.org/services/rehabilitation/caregiver-services

Family Caregiver Alliance

National Center on Caregiving
(800) 445-8106
caregiver.org

La Buena Vida

*Centro de Recursos para
Cuidadores Familiares*
(805) 477-7300, Option 2
vcaaa.org

Senior Concerns

Family Caregiver Resource Center
401 Hodencamp Road
Thousand Oaks, CA 91360
(855) 318-5921
seniorconcerns.org/caregiver-support-center-and-care-management-services

IN-HOME HEALTHCARE AND CAREGIVING SERVICES / SERVICIOS DE ATENCIÓN Y CUIDADO EN EL DOMICILIO

Access TLC Home Health Care & Caregivers

5401 Tech Circle
Moorpark, CA 93021
(805) 517-1620

AccessTLC.com

Advantage Plus Caregivers

400 Mobil Avenue, Suite B12
Camarillo, CA 93010
(805) 322-8822

advantagepluscaregivers.com

Assisted Home Health and Caregivers

(800) 949-6555

assistedcares.com

THOUSAND OAKS

72 Moody Court, Suites 200-203
Thousand Oaks, CA 91360

CAREGIVER SERVICES: (805) 379-3031

HOME HEALTH CARE: (805) 371-9988

assistedcares.com/areas-we-serve/california/thousand-oaks

VENTURA

4450 Westinghouse Street, Suites 101-103
Ventura, CA 93003

CAREGIVER SERVICES: (805) 677-2100

HOME HEALTH CARE: (805) 677-2100

assistedcares.com/areas-we-serve/california/ventura/

Bright Star Home Care

374 Poli Street, Suite 106
Ventura, CA 93001

(805) 585-2273

brightstarcare.com/ventura

Comfort Keepers- In-Home Care

3249 Old Conejo Road
Thousand Oaks, CA 91320

(805) 494-9900

comfortkeepers.com/offices/california/thousand-oaks

Covered Caregiver

1000 Business Center Circle, Suite 204
Newbury Park, CA 91320

(805) 375-4725

coveredcaregiver.com

Darancare Health Corporation

4820 Adohr Lane, Suite C
Camarillo, CA 93012

(805) 482-0728

darancarehealth.com

Help Unlimited

1765 Goodyear Avenue, Suite 203
Ventura, CA 93001

(805) 654-6990

HelpUnlimited.com

Home Instead Senior Care

homeinstead.com

MOORPARK OFFICE

6593 Collins Drive, Suite D-10
Moorpark, CA 93021

(805) 577-0926

THOUSAND OAKS OFFICE

171 East Thousand Oaks Boulevard,
Suite 203

Thousand Oaks, CA 91360

(805) 370-0303

YOU'RE NOT ALONE

NO ESTÁ SOLO

Camarillo Health Care District is here for you when life gets tough.

If you're feeling lonely, anxious, isolated or confused — or if you just want someone to talk to — please call the toll-free Senior Support Line.

Si se siente solo, ansioso, aislado o confundido, o si simplemente desea hablar con alguien, comuníquese con la Línea gratuita de asistencia técnica para personas mayores.

1-800-235-9980

Monday - Friday, 8am - 5pm

Available for Ventura County residents, age 60 and over

Disponible para residentes del Condado de Ventura, de 60 años a más, de lunes a viernes, de 8am a 5pm



camhealth.com



THIS AD IS THE RESULT OF A PROJECT PARTIALLY FUNDED BY A CONTRACT WITH THE CALIFORNIA DEPARTMENT OF AGING.

Caregiving/Dando Cuidado

If you are considering private pay services through a care agency, here are some questions to ask:

1. What is the hourly fee and minimum amount of hours for hire?
2. Does this fee include taxes, workers compensation, Social Security?
3. Are your employees bonded?
4. Are there additional charges for weekends, nights, and/or holidays?
5. Who pays the employee: patient or agency? How often are services billed?
6. What type of duties will the employee be able to perform?

Si está considerando servicios de pago privado a través de una agencia de cuidados, estas son algunas preguntas que debe hacer:

1. ¿Cuál es el precio por hora, y el mínimo de horas que se puede contratar?
2. ¿Este precio incluye impuestos, compensación de los trabajadores, Seguro Social?
3. ¿Sus empleados están garantizados?
4. ¿Hay cargos adicionales por fines de semana, noches y/o días festivos?
5. ¿Quién paga al empleado: el paciente o la agencia? ¿Con qué frecuencia se facturan los servicios?
6. ¿Qué tipo de tareas podrá realizar el empleado?

Home Caregivers Management, Inc.

1880 Goodyear Avenue
Ventura, CA 93003
(805) 204-1222
hcmicare.com

Home Helpers

355 Thousand Oaks Blvd.
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 301-5930
homehelpershomecare.com

Homewatch CareGivers of Thousand Oaks

3717 East Thousand Oaks Boulevard,
Suite 110
Thousand Oaks, CA 91362
(805) 716-6656
[homewatchcaregivers.com/
thousand-oaks](http://homewatchcaregivers.com/thousand-oaks)

In-Home Assistance

Ventura, CA
(805) 658-2785
inhomeassistance.com/caregivers

La Buena Vida

Centro de Recursos para
Cuidados Familiares
(805) 477-7300, opt. 2
vcaaa.org

Livingston Memorial Visiting Nurse Association

(800) 223-4862
lmvna.org

CAMARILLO OFFICE

400 Rosewood Ave, Suite 102
Camarillo, CA 93010
(805) 389-6870 (*Bereavement
Counseling*)
(805) 642-1608 (*Hospice*)

LIVINGSTON CAREGIVERS

1996 Eastman Avenue, Suite 105
Ventura, CA 93003
Monday–Friday 8 a.m. to 5 p.m.
(805) 642-9570
(800) 901-4622 (*after hours*)

OJAI OFFICE

202 La Canada Street
Ojai, CA 93023
(805) 642-0239 (*Home Health*)
(805) 642-1608 (*Hospice*)

THOUSAND OAKS OFFICE

325 East Hillcrest Drive, Suite 120
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 642-0239 (*Staff support only*)

VENTURA OFFICE

1996 Eastman Avenue, Suite 101
Ventura, CA 93003
(805) 642-0239

Los Robles Homecare Services, Inc.

68 Long Court, Suite 2C
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 777-7234

[impacthc.org/agencias-los-robles-
healthcare-at-home/](http://impacthc.org/agencias-los-robles-healthcare-at-home/)



We are dementia friendly
Somos amigables a la demencia

Dementia FRIENDLY
VENTURA COUNTY
Condado de Ventura Amigable a la Demencia

[vcaaa.org/
dfvc](http://vcaaa.org/dfvc)

Creating a county where persons with dementia and Alzheimer's disease are valued and respected, feel safe, and their caregivers are supported.

Creando un condado en el que las personas con demencia y enfermedad de Alzheimer sean valoradas y respetadas, se sientan seguras, y sus cuidadores sean apoyados.

We are here for you. / Estamos a su disposición.

¡La Buena Vida!

Centro de Recursos para Cuidados Familiares



Serving residents throughout Ventura County, including the monolingual Spanish speaking community.

Sirviendo a los residentes en todo el condado de Ventura, incluida la comunidad monolingüe hispanohablante.



COUNTY of VENTURA

Area Agency on Aging

*For more information/
para más información:*

CALL /LLAME AL:
(805) 477-7300

OR VISIT/O VISITE:
vcaaa.org



SERVICES INCLUDE:

- Free medical equipment
- Home modifications
- Assistive devices
- In-home respite care
- Caregiver support

LOS SERVICIOS INCLUYEN:

- Equipo médico gratuito
- Modificaciones en la vivienda
- Dispositivos de asistencia
- Atención de respiro en el hogar
- Apoyo del cuidador

When you or a loved one needs a caring, team approach to services in the home,

we can help.

Quando usted o un ser querido necesita el cuidado de un equipo atento a sus necesidades de servicios en el hogar,

podemos ayudar.



lmvna.org

(805) 642-0239

 **Livingston Memorial**
Visiting Nurse Association & Hospice



CareGivers | Home Health | Palliative Care | Hospice
Cuidadoras | Salud en el Hogar | Cuidados Paliativos | Cuidados Terminal

Call for more information or a complimentary assessment

Llame para obtener más información o una evaluación complementaria

Caregiving/Dando Cuidado

Mission Healthcare - Home Health & Hospice

1957 Eastman Avenue, Suite #A-4
Ventura, CA 93003
(805) 805-507-8414
homewithmission.com/home-health/services/

NurseCore of Ventura

1500 Palma Drive, Suite 243
Ventura, CA 93003
(805) 535-1099
nursecore.com

Right at Home Ventura County

4476 Market Street, Suite 604
Ventura, CA 93003
(805) 389-5320
rightathome.net/ventura-county

Senior Helpers

468 Pennsfield Place, Suite 204
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 322-3357
seniorhelpers.com/ca/thousand-oaks/

Visiting Angels, Ventura County

484 Mobil Avenue, Suite 7
Camarillo, CA 93010
(805) 383-6483
visitingangels.com/camarillo/homecare-services

LOWER-COST CARE SUPPORT / APOYO DE CUIDADOS A MENOR COSTO

CareGivers: Volunteers Assisting the Elderly

1765 Goodyear Avenue, Suite 205
Ventura, CA 93003
(805) 658-8530
vccaregivers.org

Ventura County Human Services Agency

In-Home Supportive Services (IHSS)
Questions or apply by phone:
(805) 654-3236
East County Information:
(805) 906-7910
West County Information:
(805) 654-3206
ventura.org/human-services-agency/in-home-supportive-services-recipients

Public Authority - Caregiver Registry

In-Home Supportive Services (IHSS)
ventura.org/human-services-agency/ihss-providers

IHSS CARE PROVIDER- EAST COUNTY

2900 North Madera Road #110
Simi Valley, CA 93065
(805) 306-7935

IHSS CARE PROVIDER- WEST COUNTY

4245 Market Street, Suite 213
Ventura, CA 93003
(805) 654-3416

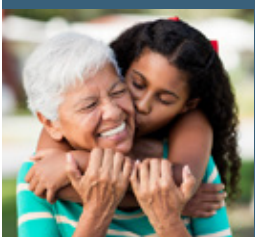
Santa Clara Valley Hospice Home Support Group, Inc.

217 North 10th Street
Santa Paula, CA 93060
(805) 525-1333
santaclaravalleyhospice.org/services/community-support-groups/ ●

Living well means...

a Healthy Body and a Healthy Mind

Vivir bien significa...un Cuerpo Sano y una Mente Sana



For more information visit www.vchca.org or call 805-677-5110

Para obtener más información, visite www.vchca.org o llame al 805-677-5110

Ventura County Health Care Agency can help you achieve a healthy body and a healthy mind through preventative care!

Reduce your risk - Maintain your independence by minimizing your **fall risk** through education and movement - take one of our balance classes or request a home safety assessment.

Don't struggle alone - We offer **mental health support** to help cope with the feelings of loneliness, loss, or grief that can come up in our lives. Watch a free webinar to learn new tools or ask to be connected to our network of local resources for one on one support.

Know the signs - A **stroke** can happen at any age, at any time, and is the leading cause of death and serious disability. Learn to identify the signs and should you need the best in research-based, high-quality stroke care, Ventura County Medical Center is home to an American Heart Association Award-Winning Stroke Program.

¡La Agencia de Atención Médica del Condado de Ventura puede ayudarle a lograr un cuerpo sano y una mente sana a través de la atención preventiva!

Reduzca su riesgo: Mantenga su independencia minimizando el riesgo de caídas a través de la educación y el movimiento. Tome una de nuestras clases de equilibrio o solicite una evaluación de seguridad en el hogar.

No luche solo: Ofrecemos apoyo de salud mental para ayudar a sobrellevar los sentimientos de soledad, pérdida, o dolor que pueden surgir en nuestras vidas. Mire un seminario web gratuito para conocer de nuevas herramientas o solicite conectarse a nuestra red de recursos locales para recibir asistencia personalizada.

Conozca las señales: Un derrame cerebral puede ocurrir a cualquier edad, en cualquier momento, y es la principal causa de muerte y discapacidad grave. Aprenda a identificar los signos y, si necesita lo mejor en atención de derrame cerebral de alta calidad y basada en investigaciones, el Centro Médico del Condado de Ventura tiene un Programa de derrame cerebral ganador de un premio de la Asociación Americana del Corazón.

Donate Today

DONE HOY

Together... we face many challenges in providing services for the rapidly growing number of seniors in our community. The mission of the Ventura County Area Agency on Aging Foundation is to raise funds and generate support for VCAAA programs that endeavor to improve the lives of seniors, adults with disabilities, and caregivers in the communities which it serves.

Juntos... *Enfrentamos muchos desafíos en la prestación de servicios para el rápido aumento del número de personas de la tercera edad en nuestra comunidad. La misión de la Fundación de la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura es recaudar fondos y generar apoyo para los programas de VCAAA. Se esfuerzan para mejorar la vida de las personas de la tercera edad, adultos con discapacidades, y cuidadores en las comunidades a las que presta servicio.*

The Ventura County Area Agency on Aging Foundation is a 501(c)(3) Nonprofit Public Benefit Corporation organized exclusively to support the Ventura County Area Agency on Aging programs and services.

La Fundación de la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura es una Corporación de Beneficios Públicos Sin Fines de Lucro 501(c)(3) organizada exclusivamente para apoyar los programas y servicios de la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura.



WAYS TO Donate

MANERAS DE DONAR

VISIT / VISITE

vcaaaf.org/donate

OR MAIL A CHECK TO

O ENVÍE UN CHEQUE
POR CORREO A

646 County Square Drive, #100
Ventura, CA 93003



FOUNDATION

vcaaaf.org

vcaaafoundation@gmail.com

Ventura County Animal Services:

Providing Companionship with Furry Friends

Pets can help keep people active and engaged, and Ventura County Animal Services offers opportunities through adopting, fostering or volunteering.

BY RANDY FRIEDMAN

Ventura County Animal Services is a lifesaving, open admission municipal organization that provides a wide array of resources and services available to senior residents of Ventura County. Animals who are not reclaimed by their families are often made available for adoption. Adoption fees range from \$10-115, and we are proud to offer a 50 percent discount on the adoption fee of shelter animals for adopters who are 55 years or older. A special senior discount is also available for those purchasing a pet license.

Many seniors live on a fixed income, sometimes making it difficult to feed themselves and/or their pets. VCAS is fully committed to ending animal hunger in our community, which is why we have partnered with the Ventura County Area Agency on Aging. This partnership helps provide critical pet food assistance to seniors, those with disabilities, and low-income households in Ventura County. Those interested in this service are encouraged to contact the Ventura County Area Agency on Aging.

Keeping active and being engaged is key to maintaining good physical and mental health as we get older. We are happy to report that seniors play an active and critical role in the operation of many shelter programs as volunteers and foster parents. There are numerous opportunities to help, no matter your skill level or ability. On-site volunteers help in a variety of ways at both the Camarillo and Simi Valley animal shelters. These volunteers walk dogs, socialize cats, work with our bunny population, engage animals in enrichment activities, assist in our veterinary hospital, and provide shelter support by doing things such as sorting donations, doing laundry, and assisting the public. Volunteers with advanced dog handling training can take animals out of the shelter for the day in our Hound on the Town program. They take them for walks or hikes, or even to Starbucks to enjoy a pup-cup (whipped cream in a cup!). Volunteering creates an environment where friendships are forged, and the spirit is lifted.



Loneliness and isolation can also affect seniors and those with disabilities. Some individuals choose to volunteer as foster parents, taking shelter animals home on a temporary basis, giving them a break from shelter life in a kennel. Fostering benefits both the animal and the human alike. Animals get a quiet, safe, and loving space, while you get love, snuggles, and someone to spend your time with. Those interested in joining the volunteer team are encouraged to learn more and sign up at vcas.us/volunteer or vcas.us/foster.

Ventura County Animal Services is our county's largest animal adoption agency. Our phones are staffed daily by subject matter experts who can help answer questions on a variety of topics. If you have questions or need additional information about our programs and services, visit our website at www.vcas.us or call (805) 388-4341 during normal business hours. ■

Servicios para Animales del Condado de Ventura:

Brindando Compañía con Amigos Peludos

Las mascotas pueden ayudar a mantener a las personas activas y comprometidas, y la Agencia de Servicios para Animales del Condado de Ventura ofrece oportunidades a través de la adopción, crianza, o voluntariado.

POR RANDY FRIEDMAN

Servicios de Animales del Condado de Ventura es una organización municipal de ingreso libre, que salva vidas, y que proporciona una amplia variedad de recursos disponibles para los residentes mayores del Condado de Ventura. A menudo los animales que no son reclamados por sus familias están disponibles para adopción. Las tasas de adopción van de los \$10 a los \$115 dólares, y tenemos el orgullo de ofrecer un descuento del 50 por ciento sobre la tasa de adopción de animales del refugio para adoptantes que tengan 55 años o más. También está disponible un descuento especial para personas mayores que compren una licencia para mascotas.

Muchas personas mayores viven con ingresos fijos, lo cual a veces les hace difícil alimentarse a sí mismas y/o a sus mascotas. VCAS está plenamente comprometido con acabar con el hambre de animales en nuestra comunidad, y por eso nos hemos asociado con la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura. Esta colaboración ayuda a proporcionar ayuda crítica con alimento para mascotas a personas mayores, personas con discapacidades, y hogares con ingresos bajos en el Condado de Ventura. Se recomienda a los interesados en este servicio a contactar a la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura.

Mantenerse activo y participar es clave para mantener buena salud física y mental a medida que envejecemos. Nos hace felices informar que las personas mayores tienen un papel activo y fundamental en el funcionamiento de muchos programas de refugios como voluntarios y padres y madres de acogida. Hay numerosas oportunidades de ayudar, sin importar su capacidad ni su nivel de destrezas. Los voluntarios en las instalaciones ayudan de formas variadas en los refugios de animales tanto de Camarillo como de Simi Valley. Estos voluntarios pasean perros, socializan gatos, trabajan con nuestra población de conejos, hacen participar a los animales en actividades de enriquecimiento, ayudan en nuestro hospital veterinario, y ofrecen apoyo al refugio



haciendo cosas como clasificar donaciones, lavandería y ayudar al público. Los voluntarios con capacitación avanzada en manejo de perros pueden sacar animales del refugio a pasar el día en nuestro programa "Sabueso en la Ciudad" (Hound on the Town). Los llevan a andar o hacer caminatas, o incluso a Starbucks a disfrutar de una taza para perritos (¡crema batida en una taza!). El voluntariado crea un ambiente en el que se forjan amistades y se eleva el espíritu.

La soledad y el aislamiento también pueden afectar a las personas mayores y a las que tienen discapacidades. Algunas personas eligen ofrecerse voluntarias como padres y madres de acogida, llevándose a casa de forma temporal animales del refugio, permitiéndoles un descanso de la vida del refugio en una perrera. Fomentando beneficios tanto para el animal como para el humano, los animales obtienen un espacio tranquilo, seguro y afectuoso, mientras que usted recibe amor, acurrucarse juntos y alguien con quien pasar el tiempo. Recomendamos a los interesados en unirse al equipo de voluntarios informarse más e inscribirse en vcas.us/volunteer o vcas.us/foster.

Servicios de Animales del Condado de Ventura es la agencia de adopción de animales más grande de nuestro condado. Nuestros teléfonos son atendidos diariamente por expertos en la materia que pueden ayudar a contestar preguntas sobre distintos temas. Si tiene preguntas o necesita más información sobre nuestros programas y servicios, visite nuestra página web, vcas.us, o llame al (805) 388-4341 en horario normal de oficina. ■

Community Resources/Recursos Comunitarios

ACCESSIBILITY RESOURCES / RECURSOS DISPONIBLES

Ability Tools

Connecting people with disabilities to assistive technology devices, tools, and services

Phone: (800) 390-2699, opt. 1

TTY: (800) 900-0706

abilitytools.org

Braille Institute

Eliminating barriers caused by blindness and severe sight loss
(805) 682-6222

brailleinstitute.org/santabarbara

California Connect

Specialized phones for people with hearing, vision and/or mobility impairments

English: (800) 806-1191

TTY English: (800) 806-4474

Español: (800) 949-5650

TTY Español: (844) 867-1135

cconnect.org

Clear Captions

Free call captioning products for people who are hard of hearing
(866) 868-8695

clearcaptions.com

Independent Living Resource Center

Promoting independent living and full access for people with disabilities

702 County Square Drive, Suite 105

Ventura, CA 93003

(805) 650-5993

ilrc-trico.org

Pacific ADA Center

Enhancing understanding of the Americans with Disabilities Act (ADA) through education and technical assistance

Voice/TTY: (800) 949-4232

adapacific.org

The Arc of Ventura County

Improving the quality of life for people with intellectual and developmental disabilities

5103 Walker Street

Ventura, CA 93003

(805) 650-8611

arvc.org

Tri-Counties Regional Center

Lifelong services and supports for people with developmental disabilities

2401 East Gonzales Road, Suite 100

Oxnard, CA 93036

(800) 664-3177

tri-counties.org

Tri-County GLAD

Serving people who are deaf or hard of hearing

702 County Square Drive, Suite 101

Ventura, CA 93003

Voice: (805) 644-6322

TTY: (805) 644-6323

tcglad.org

Ventura County Area Agency on Aging

Aging and Disability Resource Center (ADRC)

646 County Square Drive, Suite 100

Ventura, Ca. 93003

(805) 477-7300, Opt. 3 then Opt. 2

vcaaa.org

ADVOCACY GROUPS/ GRUPOS DEFENSORES

Better Business Bureau of the Tri-Counties

4001 Mission Oaks Boulevard, Suite G
Camarillo, CA 93012

(805) 963-8657

bbb.org/local-bbb/bbb-of-the-tri-counties

Central Coast Alliance United for A Sustainable Economy (CAUSE)

(805) 658-0810

causenow.org

OXNARD

4225 Saviers Road, Suite 1 & 2

Oxnard, CA 93033

(805) 330-1481

SANTA PAULA

115 Dean Drive, Suite C

Santa Paula, CA 93060

(805) 263-7219

VENTURA

2021 Sperry Avenue, Suite 9

Ventura, CA 93003

(805) 419-3249

Diversity Collective Ventura County

Promoting advocacy, education, and mental and physical health for the LGBTQ community

2471 Portola Road, Suite 100

Ventura, CA 93003

(805) 644-5428

diversitycollectivevc.org/

El Concilio Family Services

301 South C Street

Oxnard, CA 93030

(805) 486-9777

elconciliofs.org

Federal Trade Commission

(877) 382-4357

ftc.gov

Grey Law

3585 Maple Street, Suite 126

Ventura, CA 93003

(805) 658-2266

greylaw.us/home.html

Health Insurance Counseling and Advocacy Program (HICAP)

646 County Square Drive, Suite 100

Ventura, CA 93003

(800) 434-0222 or

(805) 477-7310

vcaaa.org/our-services/medicare-help



Housing Rights Center

(800) 477-5977

housingrightscenter.org

La Hermandad

534 South A Street

Oxnard, CA 93030

(805) 483-4620

lahermandadfamilyservices.org

Long Term Care Services of Ventura County Ombudsman Program

2021 Sperry Avenue, Suite 35

Ventura, CA 93003

(805) 656-1986

ombudsmanventura.org

Mixteco Indigena Community Organizing Project (MICOP)

135 Magnolia Avenue

Oxnard, CA 93030

(805) 483-1166

mixteco.org

Office of Inspector General

(800) 447-8477

oig.hhs.gov

Promotoras Y Promotores Foundation

Maria Ryan: (818) 427-5444

Sandra Reynoso: (805) 873-4194

facebook.com/pyppf01

SAGE

Advocacy for LGBT elders

(877) 360-5428

sageusa.org

DISASTER SERVICES/SERVICIOS EN CASO DE DESASTRES

American Red Cross

(800) 733-2767

redcross.org

American Red Cross of Central California

836 Calle Plano

Camarillo, CA 93012

(805) 987-1514

redcross.org/local/california/central-california.html

Federal Emergency Management Agency (FEMA)

(202) 646-2500

fema.gov

Ready America Disaster Preparedness

(800) 959-4053

readyamerica.com

Ready Ventura County

readyventuracounty.org

Ventura County Sheriff's Dept. Office of Emergency Services

(805) 654-2551

venturasheriff.org/divisions/patrol-services/office-of-emergency-services

INFORMATION & ASSISTANCE/ INFORMACIÓN Y ASISTENCIA

2-1-1 Ventura County 24 Hour Helpline

Dial 2-1-1 from a local landline or

(800) 339-9597

211ventura.org

Eldercare Locator

(800) 677-1116

eldercare.acl.gov/Public/Index.aspx

Independent Living Resource Center, Inc.

702 County Square Drive, Suite 105

Ventura, CA 93003

(805) 650-5993

ilrc-trico.org

Ventura County Area Agency on Aging

646 County Square Drive, Suite 100

Ventura, CA 93003

(805) 477-7300

vcaaa.org

SUPPORT GROUPS/GRUPOS DE APOYO

Al-Anon Ventura County

Hope and help for families and friends of alcoholics

PO BOX 728

Camarillo, CA, 93011-0728

24/7 Helpline: (805) 495-0270 or

(805) 656-7110

alanonventura.org

Alcoholics Anonymous Ventura County

24/7 Hotline (805) 389-1444

aaventuracounty.org

Alzheimer's Association

24/7 Helpline: (800) 272-3900

alz.org

Alzheimer's Association - California Central Coast Chapter

2580 E. Main Street, Suite 201

Ventura, CA 93003

(805) 494-5200

alz.org/cacentralcoast

American Cancer Society

2186 Knoll Drive, Suite A

Ventura, CA 93003

Helpline: (800) 227-2345

(805) 644-4237

cancer.org

American Diabetes Association

(800) 342-2383

diabetes.org

COMMUNITY SERVICE CENTERS

Access Adult Services, CalFresh (formerly Food Stamps), Medi-Cal and more at Ventura County Human Services Agency Community Service Centers.

CENTROS DE SERVICIO COMUNITARIO

Acceda a Servicios para Adultos, CalFresh (antes Estampillas de Comida), Medi-Cal y más en los Centros de Servicio Comunitario de la Agencia de Servicios Humanos del Condado de Ventura.

ventura.org/human-services-agency

East County Community Service Center

2900 North Madera Road

Simi Valley, CA 93065

(805) 584-4842

Fillmore Community Service Center

828 Ventura Street, Second Floor

Fillmore, CA 93015

(805) 524-8666

Moorpark Community Service Center

Ruben Castro Human Services Center

612B (Building B) Spring Road, Suite 301

Moorpark, CA 93021

(805) 523-5444

Oxnard Community Service Center

1400 Vanguard Drive

Oxnard, CA 93033

(805) 385-9363

Santa Clara Valley Community Service Center

725 East Main Street

Santa Paula, CA 93060

(805) 933-8300

Thousand Oaks Community Service Center

80 East Hillcrest Drive, Suite 200

Thousand Oaks, CA 91360

(805) 449-7320

Ventura Community Service Center

4651 Telephone Road

Ventura, CA 93003

(805) 658-4100

Community Resources/Recursos Comunitarios

American Heart Association

(800) 242-8721

heart.org

American Lung Association

(800) 586-4872

lung.org

American Parkinson's Disease Association

(800) 223-2732

apdaparkinson.org

Arthritis Foundation

Helpline: (844) 571-4357

Customer Service: (800) 283-7800

arthritis.org/california

BrainLine

Brain injury and PTSD

(703) 998-2020

brainline.org/people-brain-injury-community-support

Brain Injury Association of America

(833) 636-3824

biausa.org

Brain Injury Association of CA

Outreach to improve the quality of life for all Californians affected by brain injury

(800) 574-1933

biacal.org

Brain Injury Center of VC

Assisting caregivers and survivors of traumatic brain injury and stroke

(805) 482-1312 (call before visiting office)

braininjurycenter.org

Coalition for Family Harmony

24/7 Hotline: (800) 300-2181

thecoalition.org

Gamblers Anonymous

California Hotline: (855) 222-5542

gamblersanonymous.org/ga

Kids and Families Together

Services and support for individuals and families experiencing foster care, kinship care, and adoption

(805) 643-1446

kidsandfamilies.org

Leukemia & Lymphoma Society

(800) 955-4572

lls.org

Narcotics Anonymous

(818) 773-9999

na.org

National Alliance on Mental Illness (NAMI)

Helpline: (800) 950-6264

For Crisis text NAMI to 741741

nami.org

NAMI Ventura County

Helpline: (805) 500-6264

nami.org

Senior Support Line

(800) 235-9980

camhealth.com/senior-support-line

VETERANS PROGRAMS/ PROGRAMAS PARA VETERANOS

California Department of Veterans Affairs (CalVet)

(800) 952-5626

calvet.ca.gov

Gold Coast Veterans Foundation

4001 Mission Oaks Boulevard, Suite D
Camarillo, CA 93012

(805) 482-6550

gcvf.org

Oxnard Family Circle

Veterans Care

2100 Outlet Center Drive

Oxnard, CA 93036

(805) 385-4180

oxnardfamilycircle.com/veterans-care

U.S. Department of Veterans Affairs (VA)

(800) 827-1000

va.gov

VA OXNARD OUTPATIENT CLINIC

1690 Universe Circle

Oxnard, CA 93033

(805) 204-9135

VA VENTURA VET CENTER

790 East Santa Clara Street, Suite 100

Ventura, CA 93001

(805) 585-1860

VA West Los Angeles Medical Center

11301 Wilshire Boulevard

Los Angeles, CA 90073

(310) 478-3711

losangeles.va.gov

Ventura County Human Services Agency - Veteran Services

(805) 477-5155

ventura.org/human-services-agency/veteran-services

Veterans Crisis Line

(800) 273-8255, Press 1

Text: 838255

1-800-273-8255 for deaf and hard of hearing

veteranscrisisline.net ●



Transportation/Transporte



Ventura County Transportation Commission (VCTC)

751 East Daily Drive, Suite 420
Camarillo, CA 93010
(805) 642-1591
goventura.org

RIDE PROGRAMS/ PROGRAMAS DE TRANSPORTE

Camarillo Health Care District

Care-A-Van
(805) 388-2529
camhealth.com/transportation-services

Caregivers Volunteers Assisting the Elderly

Transportation assistance
1765 Goodyear Avenue, Suite 205
Ventura, CA 93003
(805) 658-8530
vccaregivers.org

Conejo Valley Village

Transportation assistance
(805) 372-1826
conejovalleyvillage.org

GoGoGrandparent

Access Uber or Lyft without a smartphone
(855) 464-6872
gogograndparent.com

HELP of Ojai

Senior ride program
(805) 646-5122
helpofojai.org/transportation

Lyft

App-based ride hailing service
lyft.com

Medi-Cal Gold Coast Health Plan

Non-Emergency Medical Transportation
(888) 301-1228
goldcoasthealthplan.org/media/53705/gchp_nonemergency_medical_transport_form5-fillable.pdf

Uber

App-based ride hailing service
get.uber.com

VC Area Agency on Aging

ElderHelp transit ticket and medi-ride programs
646 County Center Dr., #100
Ventura, CA 93009
(805) 477-7300
vcaaa.org/our-services/transportation/ ●

CHARTERED TRANSPORTATION/ TRANSPORTE FLETADO

All Transport Care

5401 Tech Circle
Moorpark, CA 93021
(805) 517-1620
AccessTLC.com/transport

A to B Transport, LLC

(805) 389-1600
atobtransport.com

Ventura Transit System (VTS)

(805) 482-0202
venturatransit.com

DRIVER SAFETY/ SEGURIDAD PARA CONDUCTORES

AARP Driver Safety Classes

EN: (888) 687-2277 • SP: 877-342-2277
TTY: Dial 711
EN: (877) 434-7598 • SP: (866) 238-9488
aarp.org/auto/driver-safety

Department of Motor Vehicles (DMV)

(800) 777-0133
dmv.ca.gov

SENIOR DRIVER OMBUDSMAN PROGRAM:

(310) 615-3552
dmv.ca.gov/portal/dmv/?1dmy&urile=wcm:path:/dmv/content_en/dmv/about/senior/senior_ombudsman

PUBLIC TRANSPORTATION/ TRANSPORTE PÚBLICO

Agoura Hills Dial-A-Ride

(818) 707-2005
ci.agoura-hills.ca.us/our-city/visitors/alternative-transportation

Camarillo Area Transit (CAT)

Dial-A-Ride: (805) 988-4228
camarillotransit.com

Camarillo Trolley

(805) 383-5614

Gold Coast Transit

Customer Service: (805) 487-4222
ACCESS Dial-A-Ride: (805) 485-2319
goldcoasttransit.org

Metrolink

Regional train service
(800) 371-5465
metrolinktrains.com

Mobility Management Partners (MMP)

Public transit travel training, ADA (Americans with Disabilities Act) certification

330 Wood Road, Suite A
Camarillo, CA 93010
General: (888) 667-7003
ADA: (888) 667-7001
mobilitymp.net/mmp

Moorpark City Transit

(805) 517-6200
moorparkca.gov/223/Transportation

Ojai Trolley

(805) 646-5581
ojaitrolley.com

Simi Valley Transit

Customer Service: (805) 583-6456
Dial-A-Ride: (805) 583-6464
CONNECT InterCity Dial-A-Ride: (805) 375-5467
simivalley.org/departments/public-works/simi-valley-transit

Thousand Oaks Transit

Bus: (805) 375-5473
Dial-A-Ride: (805) 375-5467
toaks.org/departments/public-works/transit

Valley Express

(805) 933-2267
valleyexpressbus.org

Elder Abuse:

An Underreported Problem

Billions of dollars are stolen from older adults each year, while self-abuse also plagues this age group. Know the signs to help stop elder abuse.

BY CAREY ALDAVA

According to a 2021 report by the National Council on Aging, one in 10 Americans aged 60 and older have experienced some form of elder abuse. However, it is estimated that only one in 24 cases is ever reported. Ventura County Adult Protective Services received over 5,200 reports of abuse and neglect in 2022. Financial abuse, as indicated over the past seven years, is consistently one of the most reported types of abuse against elders in our county.

Some of the risk factors include living alone, no regular physician, lack of social support/isolation, lack of resources, family conflict, substance abuse, confusion or cognitive impairment, and refusing help from others.

According to the National Center on Aging, elders throughout the United States lose an estimated \$2.6 billion to \$36 billion annually due to financial abuse and exploitation. These critical funds are needed to pay for basic necessities such as housing, food, and medical care.

Unfortunately, no one is immune to abuse, neglect, and exploitation. It occurs in every demographic, and can happen to anyone – a family member, a neighbor, even you. Yet it is rare to discover these crimes, typically because clients are reluctant to disclose the abuse and/or neglect.

Elders neglecting their own needs, which is commonly known as self-neglect, is the second-most consistently reported type of abuse

against elders in our county. According to the National Center on Elder Abuse, self-neglect is a form of self-harm that may co-occur with, provoke, or be triggered by elder mistreatment. It is characterized as the behavior of an older person that threatens their own health or safety, including but not limited to, the refusal or failure to provide themselves with life's necessities.

Self-neglect is an under-reported type of abuse in Ventura County. In 2020, self-neglect was reported 49.2 percent of the time nationally. However, in 2021, only 38 percent of referrals received in Ventura County had self-neglect allegations.

Risk factors for self-neglect include recent widowhood or the loss of a loved one, worsening medical problems or a disability, lack of outside contact, isolation from friends and family, lack of a caregiver, and cognitive impairment or dementia. Studies have indicated that the COVID-19 pandemic has exacerbated the incidence of self-neglect in aged populations and increased the need for the use of intervention tools for aging adults and geriatric patients living alone, many of which may include in-home artificial intelligence systems. ■

Here are eight things that anyone can do to prevent elder abuse:

- ▶ Learn the signs of elder abuse, neglect, and self-neglect
- ▶ Stay physically and mentally active
- ▶ Avoid isolation, keep involved in the community and with family
- ▶ Stay healthy and seek medical care when necessary
- ▶ Monitor your financial affairs and watch for unusual banking activity
- ▶ Be aware of scams – if it sounds too good to be true, it probably is
- ▶ Use licensed and bonded caregivers who have had background checks
- ▶ Be careful before adding family or caregivers onto your bank accounts

If you suspect elder or dependent adult abuse, please contact the **Child and Elder Abuse Reporting Hotline** at (805) 654-3200 to make a report. Or, you may submit a report online at reporttoaps.org.

Abuso de Los Adultos Mayores:



Un Problema Poco Denunciado

Cada año miles de millones de dólares son robados de los Adultos Mayores, mientras que el abuso también afecta a este grupo de edad. Conozca las señales para ayudar a detener el abuso a los Adultos Mayores.

POR CAREY ALDAVA

Según un informe de 2021 del Consejo Nacional sobre el Envejecimiento, uno de cada 10 estadounidenses de 60 años o más han sufrido alguna forma de abuso de personas mayores. Sin embargo, se estima que solo se denuncia uno de cada 24 casos. Los Servicios de Protección de Adultos del Condado de Ventura recibieron más de 5,200 denuncias de abuso y negligencia en 2022. El abuso financiero, como se ha indicado durante los últimos siete años, aparece constantemente como uno de los tipos de abuso más denunciados contra personas mayores en nuestro condado.

Algunos de los factores de riesgo incluyen vivir solo, falta de médico regular, falta de apoyo social/ aislamiento, falta de recursos, conflicto familiar, consumo de sustancias, confusión o afectación cognitiva, y rechazar ayuda de los demás.

Según el Centro Nacional sobre el Envejecimiento, se estima que las personas mayores en todos los Estados Unidos pierden entre \$2,600 millones y \$3,600 millones anualmente debido a abuso financiero y explotación. Estos fondos críticos son necesarios para pagar necesidades básicas, como vivienda, alimentación y atención

médica.

Desgraciadamente, nadie es inmune a los abusos, la negligencia y la explotación. Sucede en todos los perfiles demográficos, y puede pasarle a cualquiera: a un familiar, a un vecino, incluso a usted. Sin embargo es raro que se descubran estos delitos, normalmente porque los clientes son reacios a revelar los abusos y/o la negligencia.

El que las personas mayores descuiden sus propias necesidades, lo cual se conoce comúnmente como autonegligencia, es el segundo tipo de abuso denunciado con más frecuencia contra personas mayores en nuestro condado. Según el Centro Nacional sobre el Abuso de Personas Mayores, la autonegligencia es un tipo de daño a uno mismo que puede darse al mismo tiempo que el maltrato de personas mayores, puede provocarlo o puede ser desencadenado por él. Se caracteriza como el comportamiento de una persona mayor que pone en peligro su propia salud o seguridad, incluyendo, aunque sin limitarse a ello, negarse a cubrir las necesidades vitales propias, o dejar de hacerlo.

La autonegligencia es un tipo de abuso poco denunciado en el Condado de Ventura. En 2020, la autonegligencia

continúa en la página 43

A continuación se enumeran ocho cosas que puede hacer cualquiera para evitar el abuso de personas mayores:

- ▶ Aprender los signos de abuso, negligencia y autonegligencia de personas mayores
- ▶ Mantenerse activos física y mentalmente
- ▶ Evitar el aislamiento, seguir participando en la comunidad y la familia
- ▶ Mantenerse sano y buscar atención médica cuando sea necesario
- ▶ Hacer seguimiento de sus asuntos financieros y vigilar actividad bancaria no habitual
- ▶ Mantenerse alerta ante fraudes; si suena demasiado bueno para ser verdad, es que probablemente lo es
- ▶ Utilizar cuidadores con licencia y asegurados que hayan tenido comprobaciones de historial
- ▶ Tener cuidado antes de añadir a familiares o cuidadores a sus cuentas bancarias

Si sospecha de abuso de personas mayores o de adultos dependientes, por favor, contacte a la **Línea de Atención Telefónica de Abuso Infantil y de Personas Mayores**, llamando al (805) 654-3200 para denunciar. Alternativamente, puede usted hacer una denuncia en línea en la página reporttoaps.org.

Financial & Legal Services/Servicios Financieros y Legales

ELDER ABUSE PREVENTION AND REPORTING/CÓMO PREVENIR Y REPORTAR EL ABUSO DE PERSONAS MAYORES

Adult Protective Services

To report suspected abuse or neglect including self-neglect of older adults and dependent adults

24/7 reporting line: (805) 654-3200

Information: (805) 658-4450

ventura.org/human-services-agency/adult-protective-services

Child Protective Services

To report suspected abuse or neglect of endangered children

24/7 reporting line: (805) 654-3200

ventura.org/human-services-agency/child-protective-services

Federal Bureau of Investigation (FBI)

Internet Crime Complaint Center (IC3)

[IC3.gov](https://ic3.gov)

Federal Trade Commissions

ftc.gov

Long Term Care Services of Ventura County Ombudsman Program

To report suspected abuse or neglect in care facilities

2021 Sperry Avenue, Suite 35

Ventura, CA 93003 • (805) 656-1986

ombudsmanventura.org

National Center on Elder Abuse (NCEA)

ncea.acl.gov

Office for Victims of Crime

(833) 372-8311

stopelderfraud.ovc.ojp.gov

If you are experiencing - or are aware of - an emergency involving a senior or dependent adult, please call 911.

Si está experimentando, o está consciente de una emergencia que implique a una persona mayor o a un adulto dependiente, por favor, llame al 911.

Ventura County District Attorney

Crime Victims' Assistance Program

(805) 654-3622

vcdistrictattorney.com/victim

Ventura County Family Justice Center

Services for victims of domestic violence, elder abuse, human trafficking, and sexual assault.

3170 Loma Vista Road • Ventura, 93003

(805) 652-7655 • Text: (805) 947-7981

vcfjc.coop@ventura.org

vcfjc.org

FINANCIAL SERVICES / SERVICIOS FINANCIEROS

AARP Foundation Tax-Aide Program

(888) 687-2277

TTY: (877) 434-7598

aarp.org/money/taxes/aarp_taxaide

Annual Credit Report

Official site authorized by federal law to provide annual, free credit reports

annualcreditreport.com

Benefits Checkup

Find and learn about benefits for which you may be eligible

benefitscheckup.org

The Bill Payers, Incorporated

Representative payee and financial management assistance

257 E. Channel Islands Boulevard

Port Hueneme, CA 93041

(805) 985-3903

California Franchise Tax Board

(800) 852-5711

ftb.ca.gov

California LifeLine

Discounted landline and cell phone services to eligible households

English: (866) 272-0349

Español: (866) 272-0350

californialifeline.com

Community Action of Ventura County

Apply for energy bill assistance

621 Richmond Avenue

Oxnard, CA 93030

(805) 436-4000

ca-vc.org

Help of Ojai

Community Assistance Program

108 S. Montgomery St.

Ojai, CA 93023

(805) 646-5122

helpofojai.org/cap

HOPE Organizers, Inc.

Assistance with filing and bill paying

President: Janet Fishman

(818) 349-6330

hopeorganizers.com

Internal Revenue Service

irs.gov

Money Management International

(866) 889-9347

moneymanagement.org

MyMoney.gov

Increasing financial capabilities and access for all

mymoney.gov

National Foundation for Credit Counseling

(800) 388-2227

nfcc.org

Senior Concerns

Financial & Legal Concerns Program

401 Hodencamp Road

Thousand Oaks, CA 91360

(805) 497-0189

seniorconcerns.org/programs/financial-and-legal-concerns

Social Security Administration

(800) 772-1213

TTY: (800) 325-0778

Report Social Security scam call:

(800) 269-0271

ssa.gov

OXNARD

2000 Outlet Center Drive, Suite 250
Oxnard, CA 93036

THOUSAND OAKS

322 E. Thousand Oaks Boulevard,
Suite 110

Thousand Oaks, CA 91360

VENTURA

6477 Telephone Road, Suite 1

Ventura, CA 93003

Ventura County Credit Union

BALANCE program

805-477-4000

800-339-0497

vccuonline.net/membership/benefits-of-membership/balance-financial-fitness

Ventura County Animal Services

Pet Pantry and low-cost veterinary clinics

(805) 388-4341

vcas.us

CAMARILLO SHELTER & ADMINISTRATION

600 Aviation Drive

Camarillo, CA 93010

SIMI VALLEY SHELTER

670 West Los Angeles Ave.

Simi Valley, CA 93065

Ventura County Area Agency on Aging

Benefits Enrollment Center (BEC)

646 County Square Drive, Suite 100

Ventura, CA 93003

(805) 477-7300

vcaaa.org

Ventura County Human Services Agency

Public Administrator &
Public Guardian's Office
(805) 654-5000

ventura.org/human-services-agency/public-administrator-public-guardian

Volunteer Income Tax Assistance (VITA)

Call for locations, hours, and
appointments January through April
(800) 906-9887

irs.gov/individuals/free-tax-return-preparation-for-you-by-volunteers

WISER: Women's Institute for a Secure Retirement

(202) 393-5452

wiserwomen.org

LOW-COST AND FREE LEGAL ASSISTANCE / ASISTENCIA LEGAL A BAJO COSTO Y GRATUITA

California Department of Fair Housing and Employment

(800) 884-1684

TTY: (800) 700-2320

dfeh.ca.gov

California Rural Legal Assistance

338 South A Street

Oxnard, CA 93030

(805) 486-1068

crla.org

Conejo Free Clinic

80 East Hillcrest Drive, Suite 102
Thousand, Oaks, CA 91360

(805) 497-3575

conejofreeclinic.org/services/legal-services

Conflict Resolution Institute by VCDS

555 Airport Way, Suite D
Camarillo, CA 93010

(805) 384-1313

conflictresolutionvc.org

Free Clinic of Simi Valley

2003 Royal Avenue

Simi Valley, CA 93065

(805) 522-3733

freeclinicsv.com/legal-services

Grey Law

266 Mobil Avenue, Suite 108A
Camarillo, CA 93010

(805) 658-2266

greylaw.us

Housing Rights Center

(800) 477-5977

TTY: 213-201-0867

housingrightscenter.org

La Hermandad

Hank Lacayo Youth & Family Center

534 South A Street, Oxnard, CA 93030

(805) 483-4620

lahermandadfamilyservices.org

National Center on Law & Elder Rights (NCLER)

ncler.acl.gov

Ventura County Bar Association

(805) 650-7599

vcba.org

Ventura County Self-Help Legal Access Center

800 South Victoria Avenue, Room 106
Ventura, CA 93009

(805) 289-8724

lawhelpca.org/org/ventura-self-help-legal-access-center

JUVENILE AND PROBATE COURTHOUSE

4353 East Vineyard Avenue, Suite 122
Oxnard, CA 93036

HALL OF JUSTICE

800 South Victoria Avenue, Suite 207
Ventura, CA 93009

Ventura County Jewish Family Services

Justice Clinic

740 East Main Street

Ventura, CA 93001

(805) 641-6565

jewishventuracounty.org/legal-clinic

CONEJO FREE CLINIC

(805) 497-3575

conejofreeclinic.org

SIMI VALLEY CLINIC

(805) 522-3733 ●

Health Insurance Counseling & Advocacy Program (HICAP)

Programa de Asesoría y Apoyo en el Seguro Médico (por sus siglas en Inglés HICAP)

FREE Unbiased Counseling for:

- Medicare
- Beneficiaries
- Public Benefits like Medi-Cal
- People with Disabilities
- Veterans

Consejería GRATUITA e imparcial para:

- Medicare
- Beneficiarios
- Beneficios Públicos como Medi-Cal
- Personas con Discapacidades
- Veteranos



COUNTY of VENTURA

Area Agency on Aging

CALL/ LLAME AL:

(805) 477-7300 • (800) 434-0222

OR VISIT/ O VISITE:

vcaaa.org



This project was supported, in part by grant number 90SAPG0052-03-00, from the U.S. Administration for Community Living (ACL), Department of Health and Human Services, Washington, D.C. 20201. Grantees undertaking projects under government sponsorship are encouraged to express freely their findings and conclusions. Points of view or opinions do not, therefore, necessarily represent official ACL policy.

Food Resources/Recursos De Alimentos



FOOD PANTRIES/BANCOS DE ALIMENTOS

FOOD Share

Senior Kits, free pantry and produce programs, referrals to hot meal sites county-wide

4156 Southbank Road
Oxnard, CA 93036
(805) 983-7100
foodshare.com

Manna Conejo Valley Food Bank

95 N Oakview Drive
Thousand Oaks, CA 91362
(805) 497-4959
mannaconejo.org

GROCERY DELIVERY / ENTREGA DE ABARROTES

Ralphs Grocery Delivery
ralphs.com

Schwans Grocery Delivery
schwans.com

Vons Grocery Delivery
vons.com

SHOPPING ASSISTANCE / AYUDA PARA LA COMPRA

Caregivers Volunteers Assisting the Elderly

1765 Goodyear Avenue, Suite 205
Ventura, CA 93003
(805) 658-8530
vccaregivers.org

Conejo Valley Village

(805) 372-1826
conejovalleyvillage.org

Shop Ahoy

(805) 236-1267

PRIVATE-PAY MEAL DELIVERY / REPARTO DE COMIDAS DE PAGO PRIVADO

Home Bistro

homebistro.com

LifeSpring Home Nutrition

(800) 798-5767
lifespringhomenutrition.com

Magic Kitchen.com

(877) 516-2442
magickitchen.com

Mom's Meals

(877) 508-6667
momsmeals.com

SendaMeal.com

(800) 549-2120
sendameal.com

Senior Concerns- Meals on Wheels Program

Serves Thousand Oaks and Newbury Park
(805) 496-2009
seniorconcerns.org/programs/meals-on-wheels

Zen Foods Meal Delivery

(310) 205-9368
zenfoods.com ●

Ventura County Area Agency on Aging Senior Nutrition Program

Changes to the program have been implemented to adhere to COVID-19 restrictions. Please contact the VCAAA or your local meal site to learn more.

CONGREGATE MEALS

Nutritious meals provided in a social setting. Transportation provided to and from each meal site through local transit companies. The suggested donation per congregate meal for older adults and their guest is \$3.00.

COMIDAS COMUNITARIAS

Comidas nutritivas ofrecidas en un ambiente social. Se proporciona transporte de ida y vuelta a cada ubicación de las comidas mediante empresas locales de transporte. Se sugiere una donación por cada comida comunitaria por persona mayor y su invitado de \$3.00.

HOME-DELIVERED MEALS

Nutritious meals delivered to older adults age 60+ and their spouses who are physically unable to travel to a congregate meal site. Suggested donation is \$3.00 per meal. Waitlists are common and other eligibility requirements apply.

REPARTO DE COMIDAS A DOMICILIO

Comidas nutritivas son entregadas a adultos mayores de 60 años de edad o más y sus cónyuges que físicamente no pueden viajar al lugar de una comida comunitaria. Se sugiere una donación de \$3.00 por comida. Listas de espera, y son hoy comunes otros requisitos de elegibilidad.

continued on page 39

FREE FOOD for seniors 60+ years

COMIDA GRATIS para personas mayores 60+ años

Family Size <i>Tamaño de la familia</i>	Annual Income <i>Anual</i>	Monthly Income <i>Mensual</i>	Weekly Income <i>Semanal</i>
1	\$18,954	\$1,580	\$365
2	\$25,636	\$2,137	\$493
3	\$32,318	\$2,694	\$622
For each additional family member add: <i>Para cada miembro adicional de la familia añada:</i>	\$6,682	\$557	\$129

How to apply:

Applicants must be at least 60 years old, a resident of Ventura County, and meet the income guidelines listed below. Applicants must apply in person.

For a list of distribution sites, call **Food Share (805) 983-7100** or www.foodshare.com/senior
This institution is an equal opportunity provider

Para obtener una lista de sitios de distribución, llame a **Food Share al (805) 983-7100** o visite la página web www.foodshare.com/senior
Esta institución es un proveedor que Ofrece Igualdad de oportunidades.

Cómo aplicar:

Para ser elegibles, los solicitantes deben presentar la solicitud en persona y ser mayores de 60 años de edad. Deben vivir en el Condado de Ventura, ganar o recibir menos de los ingresos federales detallados a continuación.

What you'll need when applying:

- ID with birth date (driver's license, passport, etc.)
- Proof of address (If different from your photo ID: utility bill, rent receipt or rental agreement)

Lo que necesitan para aplicar:

- Identificación con fecha de nacimiento
- Comprobante de dirección (factura de servicios, agua o teléfono, recibo de alquiler o contrato de alquiler)



Housing/Vivienda

FACILITY PLACEMENT REFERRAL SERVICES / SERVICIOS DE REFERENCIA PARA INGRESO EN INSTALACIONES

Assisted Living Connections

(888) 880-1811

assistedlivingconnections.com

California Senior Living

(805) 405-2411

californiaseniorliving.com

Long Term Care Services of Ventura County

Preplacement and Counseling

2021 Sperry Avenue, Suite 35

Ventura, CA 93003

(805) 656-1986

ombudsmanventura.org

HOME REHABILITATION AND MODIFICATION / REHABILITACIÓN Y MODIFICACIÓN DE VIVIENDA

Action Foundation

4001 Mission Oaks Boulevard, Suite S

Camarillo, CA 93012

(805) 987-0300

actionvc.org

Camarillo Community Development Department

Community Development

Block Grants (CDBG)

601 Carmen Drive

Camarillo, CA 93010

(805) 388-5360

cityofcamarillo.org/departments/community_development/housing_cdbg/index.php

Grab Bar Installation by LeRoy

(805) 687-1158

Habitat for Humanity of Ventura County

Home Repair Program

1850 Eastman Avenue

Oxnard, CA 93030

(805) 485-6065

habitatventura.org

Helping Hands Senior Foundation

(818) 279-6580

helpinghandsla.org

City of Oxnard

Affordable Housing & Rehabilitation Division

435 South D Street

Oxnard, CA 93030

(805) 385-8041

oxnard.org/city-department/housing

Thousand Oaks

Community Development

Community Development

Block Grants (CDBG)

2100 Thousand Oaks Boulevard

Thousand Oaks, CA 91362

(805) 449-2100

toaks.org/departments/community-development/block-grants

Ventura County Area Agency on Aging

ElderHelp minor home repair and

modification program

646 County Square Drive, Suite 100

Ventura, CA 93003 • (805) 477-7300

vcaaa.org

HOUSING RESOURCES / RECURSOS DE VIVIENDA

Area Housing Authority of Ventura County

1400 West Hillcrest Drive

Newbury Park, CA 91320

(805) 480-9991

ahacv.org

Cabrillo Economic Development Corporation (CEDC)

702 County Square Drive, Suite 200

Ventura, CA 93003

(805) 659-3791

cabrilloedc.org

City of Oxnard Housing Department

435 South D Street, Oxnard, CA 93030

(805) 385-8041

oxnard.org/city-department/housing

City of Port Hueneme Housing Authority

250 North Ventura Road

Port Hueneme, CA 93041

(805) 986-6527

ci.port-hueneme.ca.us/index.aspx?NID=871

City of San Buenaventura Housing Authority

995 Riverside Street

Ventura, CA 93001

(805) 648-5008

hacityventura.org

City of Santa Paula Housing Authority

15500 West Telegraph Road Suite B-11

Santa Paula, CA 93060

(805) 525-3339

cityofspaha.org

Gentle Transitions

Senior relocation services

(800) 894-0338

gentletransitions.com

Many Mansions

manymansions.org



MAIN OFFICE

1259 East Thousand Oaks Boulevard
Thousand Oaks, CA 91362
(805) 496-4948

HOUSING CENTRAL OFFICE

1425 East Thousand Oaks Boulevard
Thousand Oaks, CA 91362
(805) 497-0344

Ventura County Animal Services

Pet-friendly rental listings and suggestions

(805) 388-4341

vcas.us/pet-retention/petfriendlyrentals

Ventura County Area Agency on Aging

HomeShare Program

646 County Square Drive, Suite 100
Ventura, CA 93003

(805) 477-7300

vcaaa.org

Ventura County Community Development Corporation (VCCDC)

2231 Sturgis Road, Suite A
Oxnard, CA 93003

(805) 273-7800

vccdc.org

RESOURCES FOR PEOPLE WHO ARE HOMELESS / RECURSOS PARA PERSONAS INDIGENTES

Community Action of Ventura County

621 Richmond Avenue
Oxnard, CA 93030
(805) 436-4000

ca-vc.org

Ventura County Human Services Agency Homeless Services Program

Homeless Prevention and Rapid Re-Housing (HPRP)

(805) 385-1800

ventura.org/human-services-agency/services-for-homeless-people

Lutheran Social Services

80 East Hillcrest Drive, Suite 101
Thousand Oaks, CA 91360

(805) 497-6207

lsssc.org/location/ventura-county

Project Understanding

2734 Johnson Drive, Suite E
Ventura, CA 93003

(805) 652-1326

projectunderstanding.org

Samaritan Center of Simi Valley

280 Royal Avenue
Simi Valley, CA 93065

(805) 579-9166

samaritancentersimivalley.org

SPIRIT of Santa Paula

1498 E. Harvard Boulevard
Santa Paula, CA 93060

English: (805) 340-5025

Español: (805) 427-4750

spiritofsantapaula.org

Turning Point Foundation

(805) 652-0000

turningpointfoundation.org

Ventura County Health Care Agency Health Care for the Homeless/One Stop

Locations throughout Ventura County

Monday to Friday, 8:00 am to 5:00 pm

3147 Loma Vista Road

Ventura, CA 93003

(805) 652-6694

vchca.org/health-care-for-the-homeless ●

Senior Nutrition Program

continued from page 36

MEAL PROVIDERS / PROVEEDORES DE COMIDAS

Brenda's Casamia

Restaurant and Catering

3944 East Center Street

Piru, CA 93040

(805) 521-0694

Camarillo Health Care District

3639 East Las Posas Road
Suite 117

Camarillo, CA 93010

(805) 388-1952 x168

camhealth.com

Fillmore Active Adult Center

250 Central Avenue

Fillmore, CA 93015

(805) 524-3701

Goebel Adult Community Center

1385 East Janss Road

Thousand Oaks, CA 91362

(805) 381-2744

HELP of Ojai

370 Baldwin Road

Ojai, CA 93023

(805) 649-8018

helpofojai.org

Moorpark Active Adult Center

799 Moorpark Avenue

Moorpark, CA 93021

(805) 517-6261

moorparkca.gov/200/Active-Adult-Center

Oxnard Senior Nutrition

(805) 385-8029

oxnard.org/recreation/senior-services/senior-nutrition-program

PALM VISTA SENIOR CENTER

801 South C Street, Oxnard, CA 93030

OXNARD WILSON SENIOR CENTER

350 North C Street, Oxnard, CA 93030

Port Hueneme

250 N Ventura Road, Port Hueneme,
CA 93041 • (805) 986-6500

ci.port-hueneme.ca.us/index.aspx?NID=410

Santa Paula Senior Center

530 West Main Street

Santa Paula, CA 93060

(805) 933-4226 x2

Simi Valley Senior Center

3900 Avenida Simi

Simi Valley, CA 93063

(805) 583-6363

simivalley.org/departments/city-manager-s-office/community-programs-and-facilities/senior-center

Ventura Senior Nutrition

(805) 648-3035

cityofventura.ca.gov/669/Adult-Senior-Services

WESTSIDE CAFÉ

Ventura Avenue Adult Center

550 North Ventura Avenue

Ventura, CA 93001 ●

Medical Services/Servicios Médicos

CLINICS / CLÍNICAS

Clinicas del Camino Real

Locations throughout Ventura County:
Medical, dental, vision, and mental
health care services

(866) 885-7900

clinicas.org

Conejo Free Clinic

Medical, mammography, dental, and
patient advocacy services

80 East Hillcrest Drive, Suite 102
Thousand Oaks, CA 91360

(805) 497-3575

conejofreeclinic.org

Ventura County Healthcare Agency Public Health

Locations throughout Ventura County

Main Number: (805) 981-5281

Clinics Appointment Desk:

(805) 981-5221

NORTH OXNARD

VENTURA COUNTY FIELD NURSING

NORTH OXNARD

PUBLIC HEALTH CLINIC

2240 East Gonzales Road, Suite 140

SOUTH OXNARD

PUBLIC HEALTH CLINIC

2500 South C Street, Suite B1

TB Specialty Clinic, Suite B

Free Clinic of Simi Valley

Medical, dental, and
mental health services

2003 Royal Avenue
Simi Valley, CA 93065

(805) 522-3733

freeclinicsv.com

Westminster Free Clinic

Medical, dental, vision, and mental
health services

1000 East Janss Road
Thousand Oaks, CA 91360

(805) 241-8366

westminsterclinic.org

Denti-Cal

Medi-Cal's dental benefit program
(800) 322-6384

TTY: (800) 735-2922

dental.dhcs.ca.gov

American Dental Association (ADA)

Find a Dentist

(312) 440-2500

findadentist.ada.org



Free Clinic of Simi Valley

Free medical, dental, and
legal aid services

Main Office: (805) 522-3733

For in-home services: (323) 381-1390

freeclinicsv.com

Salvation Army Free Dental Clinic

622 West Wooley Road
Oxnard, CA 93030

(805) 483-9235

oxnard.salvationarmy.org

HEALTH INSURANCE / SEGURO DE SALUD

Gold Coast Health Care Plan

Ventura County's Managed
Medi-Cal Plan

Member Services: (888) 301-1228

TTY: (888) 310-7347

goldcoasthealthplan.org

Medicare

(800) 633-4227 or (877) 486-2048

medicare.gov

Senior Medicare Patrol (SMP)

Protection from Medicare fraud

CA: (877) 808-2468

smpresource.org

VC Area Agency on Aging

Health Insurance Counseling and
Advocacy Program (HICAP)

646 County Square Drive, Suite 100
Ventura, CA 93003

(805) 477-7310 or (800) 434-0222

vcaaa.org

HEARING CARE RESOURCES / RECURSOS DE CUIDADOS DEL OÍDO

American Speech-Language-Hearing Association (ASHA)

Find a Certified Audiologist and
Speech-Language Pathologist

Members: (800) 498-2071

Non-Member: (800) 638-8255

asha.org/profind

The Hearing Foundation - Ear of the Lion

Hearing aid assistance for people with
low income

(800) 327-8077

earofthelion.org

Starkey Hearing Foundation

Hear Now Program

(866) 354-3254

starkeyhearingfoundation.org

HOSPITALS / HOSPITALES

Community Memorial Hospital

147 North Brent Street

Ventura, CA 93003

(805) 652-5011

cmhshealth.org

Los Robles Regional Medical Center

215 West Janss Road

Thousand Oaks, CA 91360

(805) 497-2727

losrobleshospital.com

Ventura County Healthcare Agency / Clínicas de Atención Ambulatoria

vchca.org/agency-divisions/ambulatory-care

ACADEMIC FAMILY MEDICINE CENTER

300 Hillmont Ave, Bldg. 340, #201
Ventura, CA 93003
(805) 652-6100

CONEJO VALLEY FAMILY MEDICAL GROUP

125 West Thousand Oaks Boulevard, Suite 300
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 418-9100

FILLMORE FAMILY MEDICAL GROUP

828 West Ventura Street, Suite 100
Fillmore, CA 93015
(805) 524-2000

JOHN K. FLYNN COMMUNITY CLINIC

3100 North Rose Ave.
Oxnard, CA 93036
(805) 983-6644

LAS ISLAS FAMILY MEDICAL GROUP

325 West Channel Islands Boulevard
Oxnard, CA 93033
(805) 204-9500

LAS POSAS FAMILY MEDICAL GROUP

3801 Las Posas Road, Suite 214
Camarillo, CA 93010
(805) 437-0900

MAGNOLIA FAMILY MEDICAL CENTER EAST

2240 East Gonzales Road, Suite 100
Oxnard, CA 93036
(805) 981-5161

MAGNOLIA FAMILY MEDICAL CENTER WEST

2220 East Gonzales Road, Suite 120A-B
Oxnard, CA 93036
(805) 981-5151

MOORPARK FAMILY MEDICAL CLINIC

612 Spring Road, Suite A
Moorpark, CA 93021
(805) 523-5400

PIRU FAMILY MEDICAL CLINIC

4061 Center Street
Piru, CA 93040
(805) 521-0960

SANTA PAULA HOSPITAL CLINIC

845 North 10th Street, Suite 3
Santa Paula, CA 93060
(805) 525-0215

SANTA PAULA MEDICAL CLINIC

1334 East Main St.
Santa Paula, CA 93060
(805) 933-1122

SANTA PAULA WEST

254 West Harvard Boulevard
Suite B
Santa Paula, CA 93060
(805) 229-0200

SIERRA VISTA FAMILY MEDICAL CENTER

1227 East Los Angeles Avenue
Simi Valley, CA 93065
(805) 582-4000

WEST VENTURA MEDICAL CENTER

133 West Santa Clara Street
Ventura, CA 93001
(805) 641-5600



LEADERS IN ADVANCED

"I appreciate all of you, I was anxious about having radiation, but from day one you made me feel so comfortable."
- Cancer Survivor

CANCER CARE SINCE 1979.

Let Our family Care for Your family

Our cancer care team knows that each person's needs matter. We will custom design a treatment plan for you that includes the most innovative and least invasive technologies available. From Image-Guided Radiation Therapy (IGRT) to Stereotactic Body Radiotherapy (SBRT), together we will select the optimal therapy for your cancer diagnosis.

We offer 6D Robotic System for Stereotactic Body Radiotherapy, here in Ventura County.

Call today to schedule a consultation to discuss options for you or your loved one.



Timothy A. O'Connor, M.D.



Henry Z. Montes, M.D.

OXNARD CENTER 805-988-2657 ■ CAMARILLO CENTER 805-484-1919 ■ WWW.ROCVC.COM ■ *Se habla Español.*

Medical Services/Servicios Médicos

Ojai Valley Community Hospital

1306 Maricopa Highway
Ojai, CA 93023
(805) 646-1401
cmhshealth.org

Adventist Health Simi Valley Hospital

2975 N. Sycamore Drive
Simi Valley, CA 93065
(805) 955-6000
adventisthealth.org/simi-valley

Dignity Health Saint John's Pleasant Valley Hospital

2309 Antonio Avenue
Camarillo, CA 93010
(855) 841-3273
dignityhealth.org/central-coast/locations/pleasantvalley

Dignity Health Saint John's Regional Medical Center

1600 North Rose Avenue
Oxnard, CA 93030
(866) 804-2568
dignityhealth.org/central-coast/locations/stjohnsregional

Ventura County Medical Center (VCMC)

300 Hillmont Avenue
Ventura, CA 93003
(805) 652-6000
hospitals.vchca.org/ventura-county-medical-center

Ventura County Medical Center (VCMC) / Santa Paula Hospital

825 N. Tenth Street
Santa Paula, CA 93061
(805) 933-8632
hospitals.vchca.org/santa-paula-hospital

MEDICAL CARE RESOURCES / RECURSOS DE ATENCIÓN MÉDICA

Gold Coast Health Plan

Find A Medi-Cal Provider
(888) 301-1228
goldcoasthealthplan.org

Find A Medicare Provider

medicare.gov/care-compare

MediAlert Foundation

Medical IDs
(800) 432-5378
medicalert.org

Ventura County Medical Association

Physician Locator
(805) 484-6822
venturamedical.org

MENTAL HEALTH RESOURCES / RECURSOS DE SALUD MENTAL

Aurora Vista Del Mar

801 Seneca Street
Ventura, CA 93001
(805) 653-6434
vistadelmarhospital.com

LGBT+ Aging Coalition of Ventura County

Improving the mental health and well-being of the LGBTQ community in Ventura County
Martha Shapiro: (805) 497-0189
Email: mshapiro@seniorconcerns.org

NAMI Ventura County

555 Airport Way, Suite F
Camarillo, CA 93010
NAMI Office: (805) 641-2426
Fax: (805) 275-2188
namiventura.org/classes

988 Lifeline

(800) 273-8255
Deaf or Hard of Hearing: (800) 799-4889
Español: (888) 628-9454
988lifeline.org

Turning Point Foundation

(805) 652-0000
turningpointfoundation.org

Ventura County Behavioral Health

24/7 access to crisis and all adult mental health services
(866) 998-2243
www.vcbh.org/en

RAPID INTEGRATED SUPPORT & ENGAGEMENT (RISE)/ ASSIST (LAURA'S LAW)

Field-based outreach for assessment and treatment
(805) 981-4233

LOGRANDO BIENESTAR/ ACHIEVING WELLBEING

Mental health outreach services to the Latino communities in Oxnard and Santa Paula
(805) 973-5220

OLDER ADULTS

(805) 289-3203



TRANSFORMATIONAL LIAISON PROGRAM

Support for families and patients in accessing mental health services and resources

YOUTH & FAMILY

(866) 998-2243

WHOLE PERSON CARE

Coordinated medical and behavioral health services for adults on Medi-Cal who have been frequently hospitalized (805) 339-1122

Ventura County Medical Center (VCMC)

Inpatient Psychiatric Treatment
300 Hillmont Avenue
Ventura, CA 93003
(805) 652-6000

Ventura County Jewish Family Services

Sliding-scale counseling services
740 East Main Street
Ventura, CA 93001
(805) 641-6565

PERSONAL EMERGENCY ALARM AND LIFELINE SYSTEMS / SISTEMAS DE ALARMA DE EMERGENCIA PERSONAL Y LÍNEA DE VIDA

Camarillo Health Care District

Lifeline Program
3639 East Las Posas Road, Suite 117
Camarillo, CA 93010
(805) 388-1952 ext. 120
camhealth.com

CareRinger

Telephone reassurance program
(805) 210-3168 ext. 3000
careringer.com

Home Helpers

Monitoring Services - Direct Link Program
355 East Thousand Oaks Blvd.
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 301-5930

homehelpershomecare.com/thousand-oaks/communities-we-serve/

Life Alert

(800) 360-0329
lifealert.com

Medical Alert

(800) 800-2537
medicalalert.com

Medical Guardian

(800) 668-9200

medicalguardian.com

Philips Lifeline

(855) 681-5351
lifeline.philips.com

PHYSICAL THERAPY RESOURCES / RECURSOS DE FISIOTERAPIA

American Physical Therapy Association (APTA)

Find a local physical therapist
(800) 999-2782

aptaapps.apta.org/

APTAPTDirectory/

FindAPTDirectory.aspx

Equilibrium Physical Therapy

1673 Donlon Street, Suite 201
Ventura, CA 93003
(805) 339-9718
equilibrium-bpc.com

Two Trees Physical Therapy & Wellness

Ortho, Physical, Neuro, Sports & Orthopedic Therapy
Call for service location: (805) 765-4773
twotreespt.com

Ventura County Medical Center (VCMC) Rehabilitation Services

hospitals.vchca.org/32-hospitals/ventura-county-medical-center/245-rehabilitation-therapy-services

EASTMAN THERAPY SERVICES

2189 Eastman Avenue
Ventura, CA 93003
(805) 639-2600

SANTA PAULA HOSPITAL THERAPY SERVICES

570 West Main Street, Suite 9
Santa Paula, CA 93060
(805) 229-0105

RADIATION ONCOLOGY / ONCOLOGÍA RADIOTERÁPICA

Radiation Oncology Centers of Ventura County

rocvc.com

Dr. Timothy A. O'Connor
Dr. Henry Z. Montes

OXNARD CENTER

1700 N. Rose Avenue, Suite 120
Oxnard, CA 93030
(805) 988-2657

CAMARILLO CENTER

5301 Mission Oaks Boulevard, Suite A
Camarillo, CA 93012
(805) 484-1919

VISION CARE RESOURCES / RECURSOS DE CUIDADOS DE LA VISTA

EyeCare America

No-cost eye exams
(877) 887-6327
aao.org/eyecare-america

Lions Clubs International Foundation

Improving access to eye care and prescription glasses
(630) 571-5466
lionsclubs.org/en

New Eyes For Those In Need

Vouchers for prescription eyeglasses
(973) 376-4903
new-eyes.org ●

Abuso de Los Adultos Mayores

continúa de la página 33

se comunicó el 49.2 por ciento de las veces a nivel nacional. Sin embargo, en 2021 solo el 38 por ciento de las remisiones recibidas en el Condado de Ventura tenía alegaciones de autonegligencia.

Los factores de riesgo de la autonegligencia incluyen haber envejecido recientemente o la pérdida de una persona amada, empeoramiento de problemas médicos o una discapacidad, falta de contacto externo, aislamiento de amistades y familia, falta de cuidador, y afectación cognitiva o demencia. Hay estudios que indican que la pandemia del COVID-19 ha agravado la incidencia de la autonegligencia entre poblaciones mayores y ha incrementado la necesidad del uso de herramientas de intervención para adultos que envejecen y pacientes geriátricos que viven solos, muchos de los cuales pueden incluir sistemas de inteligencia artificial en el domicilio. ■

LGBT+ Aging Coalition

continued from page 6

"We were the first out lesbian couple on the show," she said. "We were labeled 'The Married Ministers,' and it was certainly that unique combo that got us cast. While the lesbian side of the story was what was new for CBS, we were just as committed to the Christian side of the story."

But their journey with their faith has had its own share of obstacles.

"Where they can be exclusionary, we are radically inclusive," Lewis, now a priest, said. "Where they are judgmental, we are curious. To this day, our focus is in both the normalization of the lesbian experience and on explaining that there isn't only one kind of Christian."

Pedro Chavez

Pedro Chavez immigrated to the United States in 1978 and grew up in the Fairfax District of Los Angeles.

"My mom was a single mother with two boys," he said. "My uncle was gay, but no one talked about it. It was the height of the AIDS epidemic, and the narrative meant that if you were gay you were going to die of AIDS, so we avoided the subject."

The topic became more complicated after Chavez's uncle lost his battle to the virus.

"It thrust me to suppress my true identity as I knew I was gay from a very young age," he said. "So I joined military-style programs like the California Cadet Corps and Junior ROTC to avoid being bullied in school. It taught me to adapt, and I attribute who I am today to those experiences growing up and facing adversity."

Chavez was not willing to hide who he was forever.

"I took my mom to dinner when I was 20 or 21," he said. "I wanted to come out of the closet. She said, 'I always knew but wanted to wait until you learned how to accept yourself and let you decide how you wanted to express yourself to me.'"

Chavez's journey to self-discovery led him to join the gay and lesbian civil rights movement and the fight for

equality. The path led him to the L.A. Gay and Lesbian Center.

"The fight was real," he said. "People were dying and being discriminated against for who they were in society and in the workplace. Our stories and our fight for freedom and equality led me to move to Washington, D.C., to fight for these issues on a national stage."

Chavez's dedication to marginalized communities led him to Ventura County where his then-boyfriend (now husband) Francisco lived.

"I came to a point where I realized that I deserved love, too," he said. "I wanted to live my life being honest and open about my identity."

The couple became domestic partners in 2005 until their marriage could be legally recognized in 2008.

"We were both raised Catholic, but the church wouldn't marry us," he said. "It was important to my husband to have the traditions recognized, so we found a Baptist priest that married us and respected the Catholic traditions."

The couple's relationship wasn't always supported.

"There were some family members who felt that gay people weren't positive role models for family values," Chavez said. "We witnessed this when several family members supported California's ban on same-sex marriage through their advocacy of Proposition 8. That made me mad, that our own family members didn't realize that their support for Proposition 8 would hurt same-sex couples like us."

The experience only fueled

Chavez's dedication to advocacy and reignited his desire to mobilize within the community. Through his work with various nonprofits, Chavez began attending rallies and hosting informational tables at his workplace and in the community to educate families and empower others to feel welcome and seen.

"I want people to know that this is what gay looks like," he said. "It looks like us, and we aren't bad people. We are just like you ... human beings with the same aspirations of love and family."

Coming Together for a Purpose

While their lives have taken very different paths, the members of the LGBT+ Aging Coalition were brought together by a common goal to use their experiences to help educate the community about the importance of access to programs and resources for all Ventura County residents, but particularly older adults.

Lewis' path led her to a position as Manager of Spiritual Care at St. John's Regional Medical Center in Oxnard. The focus, Lewis said, is on educating families on the importance of advanced care planning.

"We have older women saying their partner is their sister," she said. "The trust in the system isn't there and they are afraid and are so vulnerable in the face of authority."

For Hendrickson, now 80, the social challenges and treatment from



members of her Ventura County community have isolated her.

"I think in some ways I've gone back into the closet," she said. "I feel less safe now than I ever have before."

Lewis continued, "Pat and I are most concerned about our peers who are being forced back into the closet as they age and need healthcare. To be frail in body is to be in the most vulnerable of situations. And, to have that compounded by judgment and hatred is terrible."

Fuentes and Chavez's work has been focused on educating younger generations to help break down the barriers of inequality.

Chavez's focus has been on educating young people through cause-related partnerships with local nonprofits, schools, and government organizations, including his most recent role as Santa Paula's first gay City Council member.

"How are we going to reduce risky behaviors and empower people to thrive if we don't start educating our youth early on?" Chavez asked.

Fuentes noted that while his generation helped start the fight for equality, it's been challenging to partner with younger generations.

"There's often divisiveness instead of us coming together for a common goal," he said.

Fuentes, now 61, is not married and is concerned about what aging will look like for him and for people like him.

"Aging is scary," he said. "We don't want to be forced back into the closet. We just want equal access. We've made some great strides, but there is more work to be done."

All agree that a cross-generational connection is the missing element.

"We actually lack a center of gravity," Chavez said. "We have to be more progressive by creating stronger ties to each city through regional partnerships. As for aging, culturally as a Latino, we care for our loved ones, but there are barriers that exist in our community between those of us that don't have children and those that do. Sometimes I wonder...who is going to take care of me if something happens to my husband?" ■



The LGBT+ Aging Coalition of Ventura County

Provides Education and Advocacy to Create an LGBT+ Friendly Ventura County.

Equality • Inclusion • Accessibility
Igualdad • Inclusión • Accesibilidad

Join Us Today to Learn How to Become an LGBT+ Friendly Business or Organization.

Únase a nosotros hoy para aprender cómo Convertirse en una Empresa u Organización Amigable con LGBT+.

vcaaa.org/lgbt
(805) 477-7300



Coalición para Adultos Mayores LGBT+

continúa de la página 7

Fuentes recordaba el momento en que su madre confirmó que su hijo es gay.

"Creo que mi padre y mi madre siempre lo supieron," dijo. "Pero mi mamá me acorraló después que me diagnosticaron hepatitis cuando tenía 20 años. No era esa la forma en que yo quería salir del closet."

Fuentes dijo que a su madre le resultó difícil, pero que su padre y su madre nunca le dieron la espalda.

Socialmente, dijo Fuentes, el tema nunca salía en conversaciones con amigos.

"En ese momento sencillamente no se hablaba de eso," dijo. "No habíamos 'salido' del closet unos ante los otros, pero todos estábamos atraídos unos hacia los otros, y sencillamente lo sabíamos."

Fuentes sigue viviendo con los estigmas asociados a un diagnóstico de VIH.

"Busqué intencionadamente un médico que fuera gay," dijo. "Me vengo sintiendo más cómodo y con más confianza en la atención que estoy recibiendo."

A pesar de su experiencia en el centro de atención urgente en 1992, Fuentes se mantiene firme en su posición respecto de la honestidad y transparencia acerca de su diagnóstico.

"Es lo más importante que podemos hacer," dijo. "Pero tenemos que hacer que las personas sientan que pueden ser honestas, y en eso estamos fracasando."

Pat Hendrickson y Kate Lewis

Pat Hendrickson pasó parte de su infancia en Beverly Hills en la década de 1940 y 1950, rodeada de hombres y mujeres que se identificaban abiertamente como gays y lesbianas.

"Mi madre y mi padre tenían amigos tanto gays como lesbianas, y crecimos sin pensar que estuviera mal", dijo. "Pero mi madre tenía aspiraciones de mí como bailarina. A mí sí que me gustaba jugar a vestirme con maquillaje, pero mis aspiraciones eran de béisbol y baloncesto".

Hendrickson supo desde edad temprana que ella quería una familia. En aquella época, eso significaba casarse con un hombre. Ella y su esposo adoptaron dos niños y estuvieron casados más de 20 años antes de que la relación acabara en divorcio.

Varios años después, en 1997, Hendrickson conoció a Kate Lewis en un retiro de la Iglesia Episcopaliana. Ambas estaban muy implicadas en la iglesia y Lewis estaba en camino hacia el sacerdocio. Hendrickson era ayudante de educación especial y especialista en recreación terapéutica.

"Fue un flechazo a primera vista", dijo Lewis. "Y al poco tiempo, amor."

Lewis, que fue criada en Oahu, también había estado casada con un hombre y tenía un hijo de ese matrimonio.

"Ninguna de nosotras había estado nunca con una mujer, y sin embargo fue tan natural y tan perfecto", dijo.

Hendrickson estaba de acuerdo en que las dos habían congeniado, pero ella estaba centrada en su trabajo. Sin embargo, cuando regresó del retiro, había un fax esperándola

en la oficina; era de Lewis. La pareja acordó tener una relación.

"Tuvimos más de un momento complicado," dijo Lewis. "Cada una de nosotras atravesó distanciamientos serios con algunos familiares que resultaron muy dolorosos, y las dos tuvimos problemas en nuestros lugares de trabajo."

Lewis dijo que su mentor en la iglesia reaccionó ante su nueva relación diciendo: "Obviamente, sabes que no te puedo dejar trabajar con los niños". Hendrickson dijo que ella perdió su trabajo en la capellanía de la escuela pocos años después debido a los prejuicios de algunos de los padres.

Los propios hijos de la pareja, dijo Lewis, han mostrado apoyo y comprensión, incluyendo cuando la pareja se casó en 2008.

"Puedes ver cómo están cambiando las generaciones y cómo se están haciendo progresos," dijo.

Lewis atribuye la participación de la pareja en el programa de televisión de 2007 "The Amazing Race" a esos progresos.

"Fuimos la primera pareja abiertamente lesbiana en el programa," dijo. "Nos pusieron por nombre 'Las Pastoras Casadas,' y ciertamente fue esa combinación única la que hizo que nos seleccionaran. A pesar de que lo que era nuevo para CBS era el lado lesbiano de la historia, nuestro compromiso era igual de fuerte con el lado cristiano de la historia."

Pero su recorrido con su fe ha tenido en sí mismo sus propios obstáculos.

"Allá donde ellos pueden ser excluyentes, nosotros somos radicalmente inclusivas," dijo Lewis, que ahora ya es sacerdote. "Allá donde ellos juzgan, nosotras somos curiosas. Hasta el día de hoy, nuestro enfoque es en la normalización de la experiencia lesbiana y en explicar que no solamente hay un tipo único de cristiano."

Pedro Chavez

Pedro Chavez inmigró a los Estados Unidos en 1978 y creció en el Distrito de Fairfax en Los Angeles.

"Mi mamá era madre soltera con dos niños", dijo. "Mi tío era gay, pero nadie hablaba de eso. Era el momento más intenso de la epidemia de SIDA, y el relato significaba que, si eras gay, ibas a morir de SIDA, así que evitábamos el tema."

El tema se complicó más después que el tío de Chavez perdiera su batalla con el virus.

"Me empujó a suprimir mi verdadera identidad, ya que yo sabía que era gay desde muy temprana edad", dijo. "Así que me uní a programas de tipo militar, como el Cuerpo de Cadetes de California y el programa junior del Cuerpo de Formación de Oficiales de Reserva para evitar que me hicieran bullying en la escuela. Me enseñó a adaptarme, y lo que soy actualmente lo atribuyo a esas experiencias de crecimiento y de enfrentarme a la adversidad."

Chavez no estaba dispuesto a esconder quién era para siempre.

"Llevé a mi mamá a cenar cuando yo tenía 20 o 21 años", dijo. "Quería salir del closet". Ella dijo: "Lo supe siempre, pero quería esperar hasta que aprendieras a aceptarte a ti mismo y dejarte decidir cómo querías expresarte hacia mí."

El trabajo de Chavez hacia el autodescubrimiento le llevó a unirse al movimiento a favor de los derechos civiles de gays y lesbianas y la lucha por la igualdad. El camino le llevó al Centro de Gays y Lesbianas en Los Angeles.

“La lucha era real,” dijo. “Había gente muriendo y sufriendo discriminación por quiénes eran en la sociedad y en el lugar de trabajo. Nuestras historias y nuestra lucha por la libertad y la igualdad me llevaron a Washington, D.C., para luchar por estas cuestiones a nivel nacional.”

La dedicación de Chavez a las comunidades marginadas lo llevó al Condado de Ventura, en el que vivía Francisco, que entonces era su novio (ahora su esposo).

“Llegué a un punto en el que me di cuenta de que yo también merecía el amor”, dijo. “Quería vivir mi vida siendo honesto y abierto acerca de mi identidad.”

La pareja se registró como pareja doméstica en 2005, hasta que su matrimonio pudo ser reconocido legalmente en 2008.

“Los dos fuimos educados como católicos, pero la iglesia no quería casarnos,” dijo. “Para mi esposo era importante que se reconocieran las tradiciones, así que encontramos un sacerdote bautista que nos casó y respetó las tradiciones católicas.”

La relación de la pareja no siempre recibió apoyo.

“Había algunos familiares que sentían que las personas gays no eran ejemplos positivos que imitar en cuanto a valores familiares”, dijo Chavez. “Fuimos testigos de esto cuando varios familiares apoyaron la prohibición en California de los matrimonios del mismo sexo, defendiendo la Propuesta 8. Eso me enfureció, que nuestros propios familiares no se dieran cuenta de que su apoyo a la Propuesta 8 haría daño a parejas del mismo sexo como nosotros.”

La experiencia no hizo más que alimentar la dedicación de Chavez a la defensa y volvió a estimular su deseo de movilizarse en la comunidad. Mediante su trabajo con diversas entidades sin fines de lucro, Chavez comenzó a asistir a manifestaciones y a organizar sesiones informativas en su lugar de trabajo y en la comunidad para educar a las familias para sentirse bienvenidos y visibles.

“Quiero que las personas sepan que así es como se ve un gay,” dijo. “Se ve igual que nosotros, y no somos personas malas. Somos igual que ustedes ... seres humanos con las mismas aspiraciones de amar y tener una familia.”

Unirse por un Propósito

A pesar de sus vidas han recorrido caminos muy diferentes, los miembros de la Coalición sobre el Envejecimiento LGBT+ se unieron bajo un objetivo común: utilizar sus experiencias para ayudar a educar a la comunidad sobre la importancia del acceso a programas y recursos para todos los residentes del Condado de Ventura, pero especialmente adultos mayores.

El recorrido de Lewis la llevó a un puesto como Directora de Atención Espiritual en el St. John's Regional Medical Center en Oxnard. El enfoque, en palabras de Lewis, se centra en educar a las familias sobre la importancia de la planificación por anticipado de la atención médica.

“Tenemos mujeres mayores que dicen que su pareja es su hermana”, dijo. “No hay confianza en el sistema, y tienen



miedo y son muy vulnerables ante la autoridad.”

Para Hendrickson, que ahora tiene 80 años, los problemas sociales y el tratamiento por parte de miembros de su comunidad del Condado de Ventura la han aislado.

“Creo que, de alguna manera, he vuelto al closet”, dice. “Me siento menos segura ahora de lo que jamás me había sentido antes.”

Lewis continúa: “Pat y yo estamos muy preocupadas por nuestros pares, que se están viendo empujadas al closet conforme envejecen y necesitan atención médica. La debilidad corporal supone la situación más vulnerable. Y es terrible que eso se agrave por ser juzgado y odiado.”

El trabajo de Fuentes y Chavez se ha centrado en educar a las generaciones más jóvenes para ayudar a derribar las barreras de la desigualdad.

Chavez se ha centrado en educar a jóvenes mediante colaboraciones relacionadas con causas con organizaciones locales sin fines de lucro, escuelas y organizaciones gubernamentales, incluyendo su papel más reciente como primer miembro gay del Concejo Municipal de Santa Paula.

“¿Cómo vamos a reducir los comportamientos de riesgo y empoderar a las personas para que prosperen si no comenzamos a educar a nuestra juventud desde un principio?”, pregunta Chavez.

Fuentes comentó que, mientras que su generación ayudó a comenzar la lucha por la igualdad, ha sido difícil colaborar con generaciones más jóvenes.

“A menudo hay división, en lugar de que nos unamos por un objetivo común”, dijo.

Fuentes, que ahora tiene 61 años, no está casado y está preocupado por cómo será envejecer para él y para personas como él.

“Envejecer da miedo,” dijo. “No queremos vernos obligados a volver al closet”. Solo queremos acceso igualitario. Hemos hecho algunos grandes avances, pero queda trabajo por hacer”.

Todos están de acuerdo en que el elemento que falta es la conexión intergeneracional.

“Realmente nos falta un centro de gravedad,” dijo Chavez. “Tenemos que ser más progresistas creando lazos más fuertes con cada ciudad mediante colaboraciones regionales. Respecto al envejecimiento, culturalmente como latino, cuidamos de las personas que amamos, pero hay barreras que existen en nuestra comunidad entre los que no tenemos hijos y los que sí los tienen. A veces me pregunto... ¿quién cuidará de mí si le sucede algo a mi esposo?” ■

Centros de Salud de Día para Adultos

continúa de la página 17

de ejercicio, mesas de actividades artísticas y artesanía, juegos, música y otras actividades estimulantes variadas. Al mismo tiempo se ofrecen terapias físicas, ocupacionales y del habla, tratamientos de enfermería, grupos de trabajo social y consejería, según los planes de atención de cada persona. A continuación se ofrece un almuerzo caliente y nutritivo. Las comidas son deliciosas, culturalmente apropiadas, y se sirven según dietas individuales prescritas por el dietista del personal. Después del almuerzo, está listo el transporte para llevar a casa a los participantes.

Cada centro de Salud de Día para Adultos tiene en el personal un director médico; sin embargo, enfermeras, trabajadores sociales y terapeutas se comunican con los médicos de los

participantes, toman órdenes, hacen seguimiento de eficacia, e informan sobre los tratamientos proporcionados.

Tradicionalmente, los servicios de centro de Salud de Día para Adultos se ofrecen en el entorno grupal. Sin embargo, el sector no deja de evolucionar. Como resultado de los acontecimientos actuales de salud pública, los reglamentos permiten proporcionar servicios a distancia/ de telesalud y servicios puerta a puerta en caso de emergencia, incluso reparto de comidas. Este cambio de los reglamentos permitiría la continuidad de atención cuando una persona no puede recibir atención en persona en caso de crisis.

Los cuidados de Salud de Día para Adultos están cubiertos para personas que reúnen los requisitos por Medi-Cal/GCHP, Tri-Counties Regional Center, Asuntos de Veteranos de Guerra, seguros de cuidados a largo plazo y fondos privados. Algunas personas que no tienen ninguna de estas coberturas y no pueden pagar

de forma privada, asumen a menudo de forma equivocada, que no califican para Medi-Cal. No obstante, en 2022 entraron en vigor cambios en el umbral de ingresos, límite de bienes y situación de inmigración, y la elegibilidad para Medi-Cal cambió para mejor. Es buena idea contactar al Programa de Defensa de Consejería de Centros de Salud de la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura o contactar a trabajadores sociales en un centro de Salud de Día para Adultos cerca de usted si tiene preguntas sobre su elegibilidad.

Para saber si usted o su persona amada podría beneficiarse de cuidados de Salud de Día para Adultos, por favor, programe una visita a dos o tres de sus centros más cercanos y vea si el entorno y el ambiente son adecuados para usted. Los centros ofrecen cuidados cuya calidad no cambia por motivos de género, etnia, raza, nacionalidad o situación socioeconómica. ■

HOMESHARE

Bridging the Gap to Affordable Housing

HomeShare is a free program that provides assistance in matching home providers — primarily seniors — with home seekers who are willing to help with household tasks, transportation, companionship, financial support, or a combination of these in exchange for affordable housing.

HomeShare es un programa gratuito que ofrece asistencia para emparejar a los proveedores de casa con personas compatibles que buscan vivienda y que están dispuestos a ayudar con las tareas del hogar, transporte, compañía, apoyo financiero, o una combinación de estos a cambio de una vivienda accesible.



Call (805) 477-7300 or visit vcaa.org



ElderHelp

TRANSPORTATION PROGRAM

PROVIDING TRANSIT OPTIONS

FREE OF COST to

**Adults 60+ and
People with Disabilities**

- DIAL-A-RIDE (DAR)/PARATRANSIT
- MOBILITY MANAGEMENT PARTNERS
- FIXED ROUTE BUSES
- MEDI-RIDES

PROGRAMA DE TRANSPORTE

ElderHelp

Proporcionar Opciones de Transporte sin costo alguno para Adultos de 60 años ó mayores y para Personas con Discapacidades

- SERVICIO TELEFÓNICO DE TRANSPORTE PÚBLICO (DIAL-A-RIDE, DAR)/PARATRÁNSITO
- SOCIOS DE GESTIÓN DE MOVILIDAD
- AUTOBUSES CON RUTA FIJA
- MEDI-RIDE



COUNTY of VENTURA

Area Agency on Aging



(805) 477-7300

vcaaa.org



**EXTENDED
FAMILY**

FAMILIA EXTENSA



SENIOR MEALS

COMIDAS PARA ADULTOS MAYORES

Delivering Fresh Meals
Throughout Ventura County

ENTREGA DE COMIDAS FRESCAS EN TODO
EL CONDADO DE VENTURA

4 to 21 meals a week

text or call 805.218.1746
for information

S L A T E



*The **Ventura County Area Agency on Aging's LEGACY Awards** were developed to recognize businesses, organizations, and community volunteers who have excelled in their roles to help improve the lives of older adults, individuals with disabilities, and caregivers. A product of the VCAAA's Optimal Aging Committee, a sub-committee of the Agency's Advisory Council, the 2022 LEGACY Awards garnered many nominations and ended with three exceptional recipients whose work epitomizes commitment to service.*

GABLES OF OJAI

Award for Business/Organization

Gables of Ojai has been a staple of the Ojai community for nearly 70 years. The family-owned senior living community sits on six beautiful, mature acres sitting between rose gardens and citrus orchards. They offer a welcoming place where seniors of all needs and abilities can live richly and comfortably. The community provides a broad spectrum of care and lifestyle options, including independent living, assisted living and respite care, as well as special needs care for seniors.

An extensive range of offered activities include daily exercise, walking clubs, musical, cultural and arts programming, as well as shopping trips, socials, and festive dinner celebrations all year long. A swimming pool is heated 83 degrees all year round. Three delicious meals a day are provided in a beautifully appointed living room.

Their skilled senior care professionals are on-site 24 hours a day to provide assistance, encouragement, and companionship. The facility has 65 staff members, and the department heads at the Gables have a combined tenure of more than 150 years.

The Gables has been recognized as Ojai's top retirement community for 11 consecutive years in the Ojai Valley News' "Best of Ojai" awards.

CAMARILLO HEALTH CARE DISTRICT

Award for Dementia Friendly Business/Organization

Camarillo Health Care District is a special district working in partnership with medical and social care providers, hospitals, government agencies, service organizations, and other community leaders to enhance and maximize community health and wellness.

A dementia specialty program was strategically developed to address a variety of needs, including early-stage, early onset, and family caregiving. All employees of the Camarillo Health Care District receive training in dementia when onboarding as a new hire, including becoming a Dementia Friend. Health coaches and social services staff receive further training in dementia, including common issues, strategies, and resources available to families who encounter these challenges.

To assist the community, the District offers many valuable classes and tools, many of which are in both English and

Spanish as needed. These include: Dealing with Dementia, Dementia Live, Powerful Tools for Caregivers, REACH, Depression and Caregiver Wellbeing screening, Care Consultations, Caregiver Support Groups, Adult Day Center, and SHARE (Support-Health-Activities-Resources-Education).

With Alzheimer's Disease being the fourth-leading cause of death in Ventura County, Camarillo Health Care District has put a need into action and become equipped to support those with dementia and their caregivers, as well as encourage and educate, in order to provide a respectful and safe community for those living with dementia.

BILL CUNNEEN

Award for Community Member/Volunteer

Bill Cunneen is a long-time resident of the City of Camarillo and during that time, he worked as an engineer at Naval Base Ventura County. Upon retiring, Bill took care of his wife of 53 years as she gradually lost her mobility.

As a caregiver, Bill decided he wanted to devote more of his work to helping seniors and, as a result, sought an appointment to the Ventura County Area Agency on Aging. In his application, Bill cited his experience with his wife's journey to show his appreciation for the mission of the VCAAA. During his tenure on the Advisory Council, he was able to influence elements of the County's senior care infrastructure to assist those in need and achieve many desirable objectives. Bill participated in several VCAAA programs, which included committees on introducing and educating members of community on the recognition and impacts of Alzheimer's Disease, along with many other community partnerships. He also encouraged and advocated for the need of recognizing senior participants in many programs.

Kelly Long, a member of the Ventura County Board of Supervisors, said: "Bill Cunneen is truly someone who cares about his community and specifically those who are aging and infirmed. In light of his many years of volunteer service, he is a well-deserved recipient of this award."

Nominations for the VCAAA LEGACY Awards open annually in June. For more information, visit vcaa.org or call (805) 477-7300

Los Premios LEGACY de la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura se crearon para reconocer a las empresas, organizaciones y voluntarios de la comunidad que han destacado en su función de ayudar a mejorar la vida de adultos mayores, personas con discapacidades y cuidadores. Obra del Comité para un Envejecimiento Óptimo de la VCAAA, un subcomité del Consejo Asesor de la Agencia, los Premios LEGACY de 2022 han tenido muchas nominaciones y finalmente se han otorgado a tres destinatarios excepcionales cuyo trabajo es el ejemplo ideal de compromiso con el servicio.



GABLES OF OJAI

Premio a Empresa/Organización

Gables of Ojai es uno de los pilares de la comunidad de Ojai desde hace casi 70 años. La comunidad de vida de personas mayores de propiedad familiar se encuentra en seis bellos acres maduros, entre jardines de rosas y huertos de cítricos. Ofrecen un lugar acogedor en el que personas mayores de todas las necesidades y capacidades pueden vivir con plenitud y comodidad. La comunidad ofrece un amplio espectro de opciones de cuidados y estilos de vida, incluyendo vida independiente, vida asistida y cuidados de relevo, así como atención de necesidades especiales para personas mayores.

Se ofrece una amplia de actividades, incluyendo ejercicio diario, clubes para caminar, programación musical, cultural y artística, así como salidas de compras, actos sociales y celebraciones de cenas festivas durante todo el año. Hay una piscina climatizada a 83 grados durante todo el año. Se proporcionan tres comidas deliciosas al día en una sala de estar bellamente decorada.

Sus profesionales capacitados para el cuidado de personas mayores están en las instalaciones 24 horas al día para proporcionar ayuda, ánimo y compañía. Las instalaciones tienen 65 empleados, y los jefes de departamento en The Gables tienen conjuntamente una experiencia de más de 150 años.

The Gables lleva siendo reconocido como la comunidad de jubilación líder de Ojai durante 11 años consecutivos en los premios "Lo Mejor de Ojai" del Ojai Valley News.

DISTRITO DE SALUD DE CAMARILLO

Premio a Empresa/Organización Amigable con la Demencia

El Distrito de Salud de Camarillo es un distrito especial que trabaja en colaboración con proveedores de cuidados médicos y sociales, hospitales, agencias gubernamentales, organizaciones de servicios y otros líderes comunitarios para mejorar y maximizar la salud y el bienestar de la comunidad.

Se desarrolló estratégicamente un programa especializado en demencia para abordar una variedad de necesidades, incluyendo primeras fases, inicio temprano y cuidados familiares. Todos los empleados del Distrito de Salud de Camarillo reciben capacitación sobre demencia cuando se incorporan tras nueva contratación, incluyendo convertirse en Amigo de la Demencia. Los entrenadores de salud y el personal de servicios sociales reciben capacitación adicional sobre demencia, incluyendo problemas comunes, estrategias y recursos disponibles para familias que se encuentran con estos desafíos.

Para ayudar a la comunidad, el Distrito ofrece muchas herramientas y clases valiosas, muchas de las cuales están tanto en inglés y en español, según sea necesario. Estas incluyen: Cómo Manejar la Demencia, Demencia en Vivo, Herramientas Poderosas para Cuidadores, REACH, evaluación de Depresión y Bienestar del Cuidador, Consultas de Cuidados, Grupos de

Apoyo a Cuidadores, Centro de Día para Adultos, y SHARE (siglas en inglés de Apoyo, Salud, Actividades, Recursos y Educación)

Con la Enfermedad de Alzheimer como cuarta causa de muerte más frecuente en el Condado de Ventura, el Distrito de Salud de Camarillo ha convertido la necesidad en acción y se ha equipado para apoyar a los que tienen demencia y sus cuidadores, así como para animar y educar, para proporcionar una comunidad respetuosa y segura para los que viven con la demencia.

BILL CUNNEEN

Premio al Miembro/Voluntario de la Comunidad

Bill Cunneen es residente desde hace mucho tiempo en la Ciudad de Camarillo, y durante ese tiempo, trabajó como ingeniero en la Base Naval del Condado de Ventura. Cuando se jubiló, Bill cuidó de su esposa de 53 años mientras ella iba perdiendo gradualmente su movilidad.

Como cuidador, Bill decidió que quería desarrollar más de su trabajo a ayudar a personas mayores, y como resultado, pidió un nombramiento con la Agencia sobre el Envejecimiento del Área del Condado de Ventura. En su solicitud, Bill citó su experiencia con el viaje de su esposa para mostrar su aprecio por la misión de la VCAAA. Durante su tiempo en que ejerció en el Consejo Asesor, pudo influir sobre elementos de la infraestructura de cuidado de adultos del Condado para ayudar a las personas que lo necesitaban y alcanzar muchos objetivos deseables. Bill participó en varios programas de VCAAA, que incluyeron comités sobre la introducción y educación de miembros de la comunidad sobre el reconocimiento y los impactos de la Enfermedad de Alzheimer, junto con muchas otras colaboraciones comunitarias. También animó y defendió la necesidad de reconocer a las personas mayores participantes en muchos programas.

Kelly Long, miembro de la Junta de Supervisores del Condado de Ventura, dijo "Bill Cunneen es verdaderamente alguien a quien le importa su comunidad, y especialmente los que están envejeciendo y enfermos. A la luz de sus muchos años de servicio como voluntario, es plenamente merecedor de este premio."

Las nominaciones para los Premios LEGACY de la VCAAA se abren todos los años en junio. Para más información, visite la página vcaaa.org o llame al (805) 477-7300

End of Life/Fin De La Vida



END-OF-LIFE RESOURCES / RECURSOS PARA EL FIN DE LA VIDA

Five Wishes

Advance care planning tools
(850) 681-2010
fivewishes.org

Grey Law

Advance Healthcare Directives
3585 Maple Street, Suite 126
Ventura, CA 93003
(805) 658-2266
greylaw.us/home.html

POLST California

(Physician Orders for Life-Sustaining Treatment)
(916) 489-2222
capolst.org

The State Bar of California

Estate Planning
calbar.ca.gov/Public/Free-Legal-Information/Legal-Guides/Estate-Planning

GRIEF SUPPORT / APOYO POR EL DUELO

Hospice of the Conejo

Bereavement support in English and Spanish at various locations around Eastern Ventura County
80 East Hillcrest Drive, Suite 204
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 495-2145
hospiceoftheconejo.org

Livingston Memorial Visiting Nurse Association

Bereavement support in English and Spanish at various locations around Ventura County
(805) 642-0239
lmvna.org/grief

VENTURA

1996 Eastman Avenue, Suite 101
Ventura, CA 93003
(805) 642-0239

CAMARILLO

400 Rosewood Avenue, Suite 102
Camarillo, CA 93010
(805) 389-6870

Survivors After Suicide

(800) 273-8255
didihirsch.org

HOSPICE & PALLIATIVE CARE / CUIDADOS PALIATIVOS Y DE HOSPICIO

Access TLC Home Hospice

5400 Atlantis Court,
Moorpark, CA 93021
(805) 517-1620
AccessTLC.com

Assisted Home Health Palliative Care & Hospice

(800) 949-6555
assistedcares.com/types-of-care/hospice-care

VENTURA

Hospice Care
4450 Westinghouse Street, Suite 103
Ventura, CA 93003
(805) 677-7405

THOUSAND OAKS

Hospice Care
72 Moody Court, Suite 201
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 379-1616

Buena Vista Home Health, Palliative Care & Hospice

2545 West Hillcrest Drive, Suite 130
Thousand Oaks, CA 91320
(805) 777-1133
buenavistahhh.com

Companion Hospice, Home Health & Palliative Care

3605 Alamo Street, Suite 340
Simi Valley, CA 93063
(888) 468-1366
companionhealthgroup.com

Hospice of the Conejo

80 East Hillcrest Drive, Suite 204
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 495-2145
hospiceoftheconejo.org

Livingston Memorial Visiting Nurse Association and Hospice

(800) 223-4862
lmvna.org

VENTURA OFFICE

1996 Eastman Avenue, Suite 101
Ventura, CA 93003
(805) 642-0239

THOUSAND OAKS OFFICE

325 E. Hillcrest Drive, Suite 120
Thousand Oaks, CA 91360
(805) 642-0239

OJAI OFFICE

202 La Cañada Street
Ojai, CA 93023
Hospice: (805) 642-1608

CAMARILLO OFFICE

400 Rosewood Avenue, Suite 102
Camarillo, CA 93010
Bereavement Counseling:
(805) 389-6870
Hospice: (805) 642-1608

Roze Room Hospice of Ventura

5675 Ralston Street, Suite C
Ventura, CA 93003
(805) 654-0191
rozeroomhospiceofventura.org

Santa Clara Valley Hospice, Home Support Group

5675 Ralston Street, Suite C
Ventura, CA 93003
Toll Free: (866) 972-4677
Office: (805) 654-0191

VITAS Healthcare

400 West Ventura Boulevard, Suite 145
Camarillo, CA 93010
(833) 777-0169
vitas.com/locations-search/los-angeles-and-ventura-counties/camarillo-hospice-office ●

VCAAA'S

Aging & RESOURCE

Disability CENTER

How Can We Help?

- Advocacy
- Caregiver Support
- Case Management
- Cellphone Assistance
- Disability Benefits
- Employment Programs
- Home Modifications
- Housing Resources
- Meals
- Medi-Cal
- Peer Support
- Veterans Service

And More!



Centro de
Recursos sobre
Envejecimiento
y Discapacidad
de la VCAAA

adrc

Aging & Disability
RESOURCE CENTER

VCAAA: (805) 477-7300 OR (800) 510-2020

VOICE/TEXT (TTY):

VIDEO PHONE:

ILRC: (805) 650-5993 (805) 256-1036

¿Cómo podemos ayudar?

- Defensa
- Apoyo a Cuidadores
- Manejo de Casos
- Asistencia con Celular
- Beneficios de Discapacidad
- Programas de Empleo
- Modificaciones en la Vivienda
- Recursos de Vivienda
- Comidas
- Medi-Cal
- Apoyo entre Pares
- Apoyo entre Compañeros

¡Y más!



COUNTY of VENTURA
Area Agency on Aging

