



Resource Guide for Caregivers

Guía de recursos para los cuidadores

CONTENTS

SUGGESTED NEXT STEPS	3
EMERGENCY CARE ALTERNATIVES	5
TRANSPORTATION	6
LOCAL HOME CARE SERVICES	7
ADULT DAY PROGRAMS	8
LOW-COST ACTIVITIES FOR PERSONS WITH DEMENTIA	9
AGENCIES FOR SENIOR PLACEMENT	10
DEMENTIA CAREGIVING EDUCATION AND SUPPORT RESOURCES	11
CAREGIVER SELF-CARE	12
CAREGIVING EDUCATION VIDEOS	13

CONTENIDO

SUGERIMOS SEGUIR LOS SIGUIENTES PASOS	3
ALTERNATIVA PARA LA ATENCIÓN MÉDICA DE EMERGENCIA	15
TRANSPORTACIÓN	16
SERVICIOS LOCALES DE ATENCIÓN DOMICILIARIA	17
PROGRAMAS PARA ADULTOS DURANTE EL DÍA	18
ACTIVIDADES DE BAJO COSTO PARA LAS PERSONAS CON DEMENCIA	19
AGENCIAS PARA LA COLOCACIÓN DE PERSONAS MAYORES	20
RECURSOS DE EDUCACIÓN Y APOYO PARA EL CUIDADO DE LA DEMENCIA	21
AUTOCUIDADO DEL CUIDADOR	22
VIDEOS EDUCATIVOS SOBRE EL CUIDADO	23

SUGGESTED NEXT STEPS

SUGERIMOS SEGUIR LOS SIGUIENTES PASOS

- _____

- _____

- _____

- _____

Resource Guide for Caregivers

EMERGENCY CARE ALTERNATIVES

Dispatch Health



This service sends a medical team equipped with all the tools necessary to provide advanced medical care in your home. They treat a wide range of common to complex injuries and illnesses that are urgent, but not life or limb threatening. Billing is typically through your insurance like an urgent care, but they come to your home.

Tel: 888-908-0553

dispatchhealth.com/



TRANSPORTATION

VIA

**Tel: 303-444-3043 (to set up account)
AND 303-447-9639 to set up trip
(8-4:30pm Monday-Friday)**

A free service (donations are welcome) for transportation to medical appointments as well as other errands. Call at least 7 days prior to appointment.

DRCOG Transportation Voucher Program



From/To: Adams, Arapahoe, Broomfield, Denver, Douglas, and Jefferson Counties Service

For: 60+

Cost: No Cost – Accepts voluntary contributions

Hours: Rides available 7 days a week depending on choice of provider.

Vouchers can be requested Monday-Friday 8:00am-5:00pm.

Pre-Schedule: Three business days in advance

Telephone: 303-480-6700

Website: drcog.org

Information: Vouchers for personal and medical trips, RTD fixed routed and Access-a-ride tickets.

RTD Access-a-Ride



From/To: Denver Metro

Service For: ADA Certified only

Cost: Fares start @ \$5 one-way

Hours: Corresponds to fixed-route hours and days

Pre-Schedule: 1-5 Business days. No same day trips.

Telephone: 303-299-2960

Website: rtd-denver.com/services/access-a-ride

Information: Requires ADA certification prior to riding. Contact RTD for ADA certification requirements.

RTD Flex Ride



From/To: 24 Metro service areas - some fixed routes

Service For: General Public

Cost: Fares start at \$3. Discount rates available based on income age or disability. Prequalification may be required.

Hours: Varies

Pre-Schedule: Minimum 10 min.

Telephone: 303-299-6000

Website: rtd-denver.com/services/flexride

Information: Trips are within service areas only. First come first serve space available

RTD Access-a-Cab (Upon space availability)



From/To:

Denver Metro Service

For: 6+, ADA Certified Only

Cost: \$2 upfront: RTD pays next \$12. Rider Pays remaining fare.

Hours: 24/7; Monday-Friday 6:00am-9:00pm scheduling

Pre-Schedule: Same day

Telephone: 303-244-1388

Website: rtd-denver.com/services/access-a-ride/customer-guide

Information: Requires ADA certification prior to riding. Contact RTD for ADA certification requirements at 303-299-2960.

LOCAL HOME CARE SERVICES

DECIDE ON THE TYPE OF SERVICE NEEDED

- **Companion Services:** help with supervision, errands, fun activities, and visiting
- **Personal Care Services:** help with dressing, toileting, bathing, eating, exercising, and other personal care
- **Homemaker Services:** help with cooking, housecleaning, laundry, and grocery shopping
- **Skilled Care or Health Management:** usually ordered by a physician and provided by a licensed health care professional: medications, injections, wound care, and speech, occupational, or physical therapy

HOME CARE AGENCIES

All State Home Health

945 W Kenyon Ave Ste 200
Englewood, CO 80110

Tel: 303-761-1314

Salus Homecare

3600 S Yosemite Ste 320
Denver, CO 80237

Tel: 303-770-2050

Home Instead Senior Care

6191 West 44th Ave
Wheat Ridge, CO 80033

Tel: 303-463-1900

Brightstar Healthcare

14334 East Evans Avenue
Aurora, CO 80014

Tel: 720-432-8918

ADULT DAY PROGRAMS

Senior Resource Center – SRC



Seniors' Resource Center offers broad based community education along with information; select senior services, legal referral, transportation, employment resources and adult day care.

3227 Chase St., Denver CO 80212

Tel: 303-238-8151

srcaging.org

Live Well Colorado Adult Day Services



Live Well Colorado Adult Day Services offers programming flexibility whether all day or just a few hours a day. This adult day program offers a wide variety of activities, has on-site nursing staff, and offers transportation pick-up and drop-off services. Live Well Colorado accepts Medicaid insurance and is contracted with Veterans Affairs for free or low-cost services for service veterans.

1200 S. Abilene St., Unit C, Aurora CO 80112

Tel: 303-200-5050

LiveWellColoradoADS.com



LOW-COST ACTIVITIES FOR PERSONS WITH DEMENTIA

Denver Botanic Gardens



Denver Botanic Gardens offers an opportunity for participants in early stages of dementia to enjoy hands-on garden related activities. Working in partnership with the Colorado chapter of the SPARK! Alzheimer's Association, the program integrates the participants' multiple senses to inspire creativity and engagement.

Events are free. Registration required.

1007 York St. Denver, CO 80206

Tel: 720-865-3500

botanicgardens.org/programs/spark

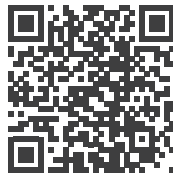
Memory Café at Denver Public Library

The Memory Café is offered by the Denver Public Library for people experiencing memory loss, along with their friends, family, and caregivers. Providing a fun, social, and safe place, The Memory Cafe starts with a program (like music, art and other enriching activities), followed by socializing over coffee and treats. Formal care or supervision not provided.

Denver Public Library

Tel: 720-865-1123 (Amy Delpo)

Opening Minds through Art (OMA)



Opening Minds through Art (OMA) is an art-making program for people with Alzheimer's disease and other forms of neurocognitive disorders. The program provides opportunities for creativity and social engagement for people with dementia.

Multiple Locations

Tel: 513-529-2914

scrippsoma.org/oma-sites/oma-site-listing/



AGENCIES FOR SENIOR PLACEMENT

These agencies help patients and caregivers to find a community that offers independent living, assisted living, memory care, or skilled nursing home.

CAUTION: Some of these services are free and can be helpful, but some patients have reported spam calls and feeling pressured to decide. Since these services are not obligated to act with your best interest in mind, always do your own research before deciding.

A Place for Mom



Tel: (877) 311-6099
aplaceformom.com

All About Seniors

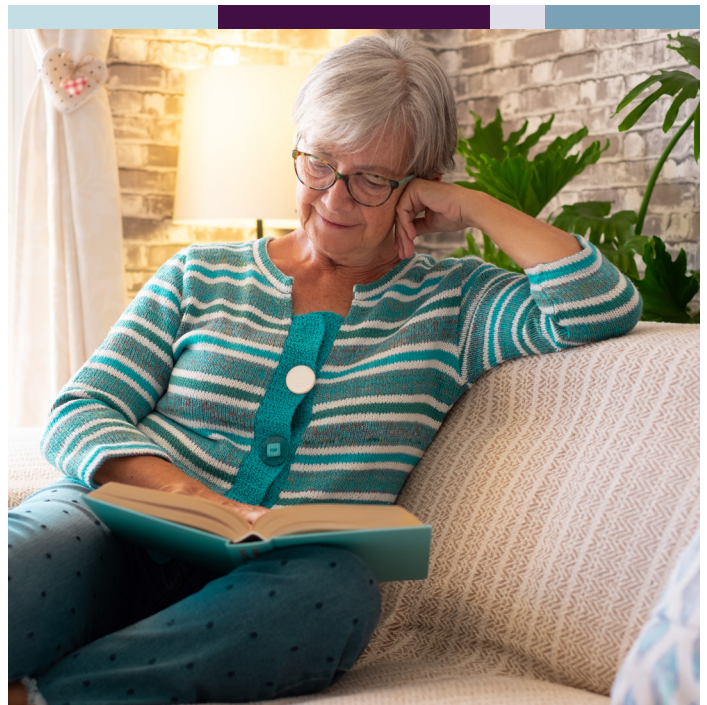


Tel: (720) 755-7308
allaboutsensorsinc.net

Care Patrol



Tel: (303) 679-4935
carepatrol.com



DEMENTIA CAREGIVING EDUCATION AND SUPPORT RESOURCES

DRCOG – Area Agency on Aging



Designated Area Agency on Aging (AAA) for the eight-county region, the Denver Regional Council of Government plans and provides comprehensive services

to address the needs of the region's population of older adults and people living with disabilities. We are responsible for the establishment of a comprehensive, coordinated system of community-based supportive and nutrition services, like care management, for the Denver region's older adults.

Tel: 303-455-1000

drcog.org/programs/area-agency-aging

Colorado Chapter of the Alzheimer's Association



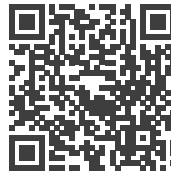
Local classes, trainings, consultation, and programming with trained professionals. The Alzheimer's Association leads the way to end Alzheimer's and all

other dementia – by accelerating global research, driving risk reduction and early detection, and maximizing quality care and support

Tel: 800-272-3900 (contact for services and 24/7 caregiver support hotline)

alz.org/co/helping_you

Colorado specific resources



Resources for the Colorado community (provide care, meals, housing, and dental care)

coloradocareplanning.org/colorado-community-resources/

The Alzheimer's Association



24-hour help line for people and family members that are experiencing the effects of dementia. Provides education, support, information, referrals and care inquiries.

Tel: 800-272-3900

alz.org

National Institute of Aging



Information about how to live with dementia, counseling for caregivers and family members, clinical trials and other resources.

alzheimers.gov

NIA Caring for patients with Alzheimer



Learn how to respond to changes in communication and behavior, provide everyday care, and get help when needed.

nia.nih.gov/health/alzheimers/caregiving

CAREGIVER SELF-CARE

Find Support Groups



[alz.org/apps/we_can_help/
support_groups.asp](https://alz.org/apps/we_can_help/support_groups.asp)

El Centro de las Familias



El Centro de las Familias is a multicultural clinic that provides bilingual (Spanish and English) mental health services to adults, youth, children, and families in the Latino/x and Hispanic community.

1405 N. Federal Blvd., Denver, CO 80204

Tel: 303-504-1900

wellpower.org/el-centro-de-las-familias-spanish/

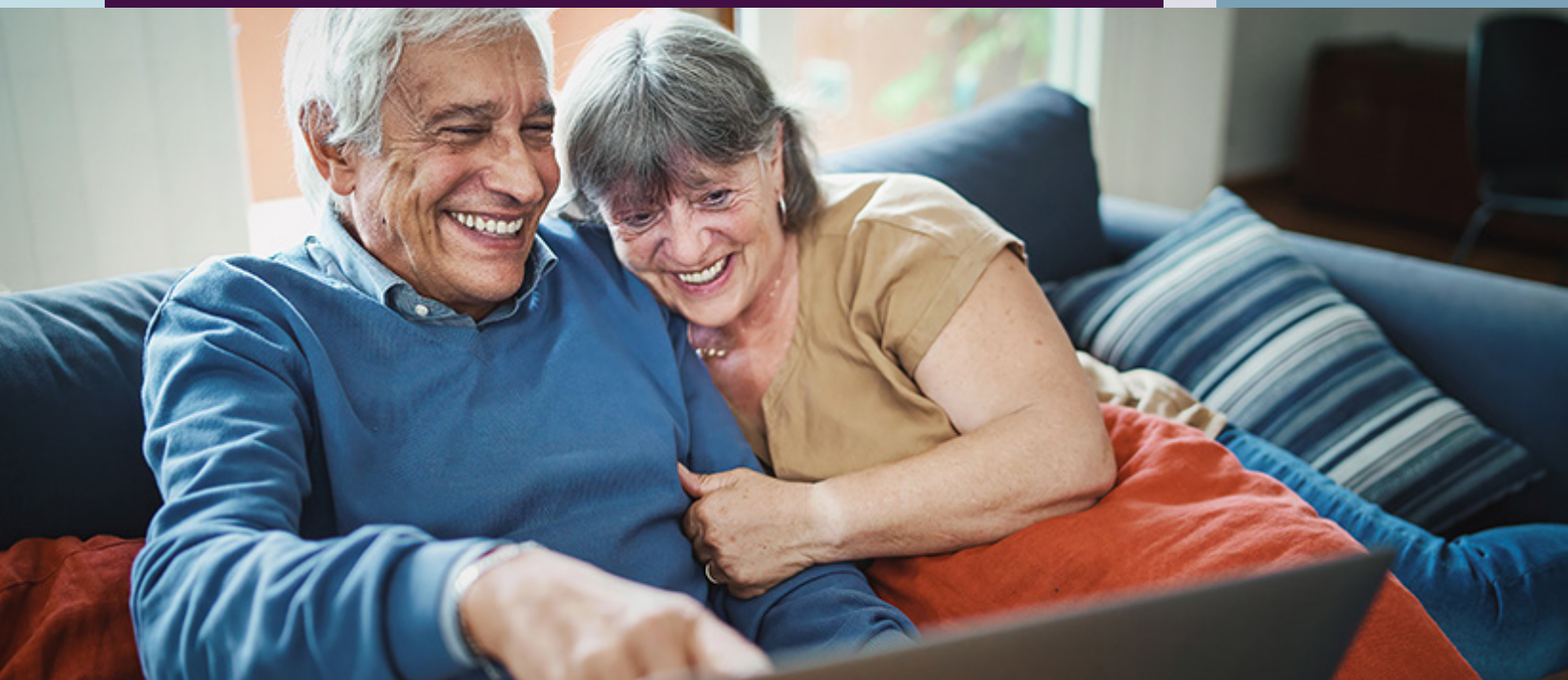
Servicios de la Raza



The mission of Servicios de La Raza is to build and cultivate a thriving Latino community in Colorado. They promote multiple events and provide mental health services.

Tel: (303) 458-5851

serviciosdelaraza.org/



CAREGIVING EDUCATION VIDEOS

Global Brain Health Institute "Conversando con los Cuidadores" a video series



youtube.com/watch?v=rexHdp5gIMw&list=PLgdobFpNy7LWQ2YWrc1RBx0KboivR76BB

Family Caregiver Alliance Canal de YouTube (Alianza de Cuidadores Familiares)



youtube.com/user/CAREGIVERdotORG

UCLA Caregiver Education



dementia.uclahealth.org/caregiver-education

Cuidando al cuidador (Caring for the caregiver) from Hospital Clínic de Barcelona



youtube.com/playlist?list=PL6JHr3EeRES4FJPytpLpkBgbGmqHxQjib

Patients and caregivers series (Una serie para los pacientes y cuidadores)



youtube.com/@Pacientesycuidadores



Guía de recursos para los cuidadores

ALTERNATIVA PARA LA ATENCIÓN MÉDICA DE EMERGENCIA

DispatchHealth: Envío de personal de salud al hogar



Este servicio envía un equipo médico equipado con todas las herramientas necesarias para prestar atención médica avanzada en su hogar.

Ellos asisten a una amplia gama de lesiones y enfermedades comunes a complejas que son urgentes, pero que no amenazan la vida o las extremidades. Por lo general, la facturación se realiza a través de su seguro, como una atención de urgencia, pero en su hogar.

Número telefónico: 888-908-0553

Sitio web: <https://www.dispatchhealth.com/>



TRANSPORTACIÓN

VIA Servicios de movilidad

Llame al tel. 303-444-3043 para establecer una cuenta y al 303-447-9639 para programar un viaje. El horario es de lunes a viernes de 8:00 am-4:30 pm. El servicio es gratuito para el transporte a citas médicas, así como para otras diligencias. Llame por lo menos 7 días antes de la cita. Propinas aceptadas.

Programa piloto de cupones para la transportación de las personas de la tercera edad

Servicios: Transportación gratuita a citas médicas para los residentes de 60+ de los condados de Denver, Jefferson, Arapahoe y Adams. Debe llamar para programar el viaje 3 días antes de su cita. Deje un mensaje y le regresaremos la llamada en 1-2 horas para hacer la reservación. La primera llamada tomará 30 minutos para llevar a cabo la registración inicial.

El número telefónico de transportación es el 720-278-2345.

RTD Acceder-un-Viaje



Viaje de/a: área metropolitana de Denver

Servicio para: Personas certificadas por la ADA

Costo: Tarifas empezando a \$5 viaje sencillo.

Horario: Corresponde a horarios y días de rutas fijas.

Programación previa: 1-5 días hábiles. No brindamos viajes el mismo día.

Teléfono: 303-299-2960

Sitio web: rtd-denver.com/services/access-a-ride

Información: Se requiere certificación de la ADA antes de viajar. Póngase en contacto con RTD para conocer los requisitos de la certificación de la ADA.

RTD Flex Ride (viaje flexible)



Viaje de/a: 24 regiones de servicio en el área metropolitana; algunas rutas fijas

Servicio para: el público en general

Costo: Tarifas empezando a partir \$3.

Hay tarifas de descuento en función de ingresos, edad o discapacidad. Puede requerirse precalificación.

El horario varía

Programación previa: mínimo 10 minutos antes del viaje

Número telefónico: 303-299-6000

Sitio web: rtd-denver.com/services/flexride

Información: Los viajes son sólo dentro de las áreas de servicio. Se atiende por riguroso orden de llegada, según el espacio disponible.

RTD Acceder-un-taxi (depende de la disponibilidad)



Viaje de/a: área metropolitana de Denver

Servicio para: más de 6 personas, sólo aquellas con certificación del ADA

Costo: \$2 por adelantado: RTD paga los siguientes \$12. El pasajero paga el resto de la tarifa.

Horario: 24/7; programación de lunes a viernes de 6:00 a.m.- 9:00 p.m.

Programación previa: el mismo día

Número telefónico: 303-244-1388

Sitio web: rtd-denver.com/services/access-a-ride/customer-guide

Información: Se requiere certificación de la ADA antes de viajar. Comuníquese con RTD al 303-299-2960 para informarse sobre los requisitos de certificación de la ADA.

SERVICIOS LOCALES DE ATENCIÓN DOMICILIARIA

ESCOJA EL TIPO DE SERVICIO QUE NECESITA (CONSIDERE DISCUTIR ESTAS OPCIONES CON EL EQUIPO DE ATENCIÓN MÉDICA EN SU CLÍNICA):

- **Servicios de acompañante:** ayuda con la supervisión, hace diligencias, brinda actividades divertidas y acompaña
- **Servicios de cuidado personal:** ayuda para vestirse, ir al baño, bañarse, comer, hacer ejercicio y otros cuidados personales
- **Servicios de trabajos domésticos:** ayuda a cocinar, hace limpieza de la casa, hace la lavandería y las compras de comestibles
- **Atención especializada o manejo de la salud:** generalmente lo solicita el médico y es proporcionado por un profesional de la salud titulado: ayuda con los medicamentos, inyecciones, cuidado de heridas y terapia del habla, ocupacional o física

HOME CARE AGENCIES

All State Home Health

945 W Kenyon Ave Ste 200
Englewood, CO 80110

Tel: 303-761-1314

Ofrece interpretación al español

Salus homecare

3600 S Yosemite Ste 320
Denver, CO 80237

Tel: 303-770-2050

Cuenta con personal que habla español

Home Instead Senior Care

6191 West 44th Ave
Wheat Ridge, CO 80033

Tel: 303-463-1900

Brightstar Healthcare

14334 East Evans Avenue
Aurora, CO 80014

Tel: 720-432-8918

Alpine Adult Day Care

1985 S. Havana St.
Aurora, CO 80014

Tel: (303) 755-8002

alpineadultdaycare@gmail.com

PROGRAMAS PARA ADULTOS DURANTE EL DÍA

Senior Resource Center – SRC (Centro de Recursos Para las Persona de la Tercera Edad)



El Senior Resource Center ofrece educación comunitaria junto con información que incluye ayuda legal, transportación y cuidado de adultos durante el día.

3227 Chase St., Denver CO 80212

Número telefónico: 303-238-8151,
303 235 6941 (Anna, supervisora de actividades)

Sitio web: www.srcaging.org

Live Well Colorado servicios para adultos durante el día



Live Well Colorado Adult Day Services ofrece servicios según se necesiten, (podría ser todo el día o solo por unas cuantas horas). Los servicios incluyen personal de enfermería donde se encuentre y servicios de transportación.

1200 S. Abilene St., Unit C, Aurora CO 80112

Número telefónico: 303-200-5050

Sitio web: LiveWellColoradoADS.com



ACTIVIDADES DE BAJO COSTO PARA LAS PERSONAS CON DEMENCIA

Denver Botanic Gardens



Denver Botanic Gardens y la Asociación de Alzheimer les ofrece a los participantes en las primeras etapas de la demencia, la oportunidad de disfrutar actividades prácticas de jardinería. El programa está diseñado para que los participantes se involucren en las actividades utilizando su creatividad y los sentidos. Los eventos son gratuitos. Es necesario registrarse.

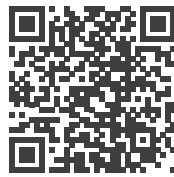
Puede reservar su lugar en línea en el sitio web: <https://www.botanicgardens.org/programs/spark> o llamando al telefónico 720-865-3500.

Memory Café en la Biblioteca Pública de Denver

El Memory Café lo ofrece la Biblioteca Pública de Denver a las personas que están experimentando pérdida de la memoria, al igual que a sus amigos, familiares y cuidadores. Brindando un espacio divertido, social y seguro, el Memory Cafe empieza su programa con actividades divertidas, como música y arte. Luego, continua con una actividad social con café y refrigerios. No se proporciona atención formal o supervisión.

Para más información, comuníquese con Amy Delpo al teléfono 720-865-1123.

Opening Minds through Art (OMA) (Abriendo la mente con el arte)



Opening Minds through Art (OMA) es un programa de creación artística para las personas con Alzheimer y otras formas de trastornos neurocognitivos.

El programa ofrece oportunidades para la creatividad y el compromiso social para las personas con demencia. El programa cuenta con múltiples ubicaciones.

Visite el sitio web: <https://scrippsoma.org/oma-sites/oma-site-listing/> o llame al 513-529-2914 para encontrar la ubicación más cercana a usted.



AGENCIAS PARA LA COLOCACIÓN DE PERSONAS MAYORES

Estas agencias ayudan a los pacientes y cuidadores a encontrar una comunidad que ofrezca guardería, vida independiente, vida asistida, cuidado de la memoria o centros de enfermería especializada.

Ojo: Algunos de estos servicios son gratuitos. Sin embargo, una vez que los contacta, siguen comunicándose con usted. Es mejor hacer usted mismo su propia investigación antes de tomar una decisión.

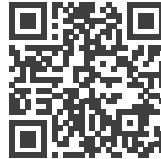
A Place for Mom



Tel: (877) 311-6099

<https://aplaceformom.com>

All about Seniors



Tel: (720) 755-7308

(Jaden es la persona encargada de la interpretación)

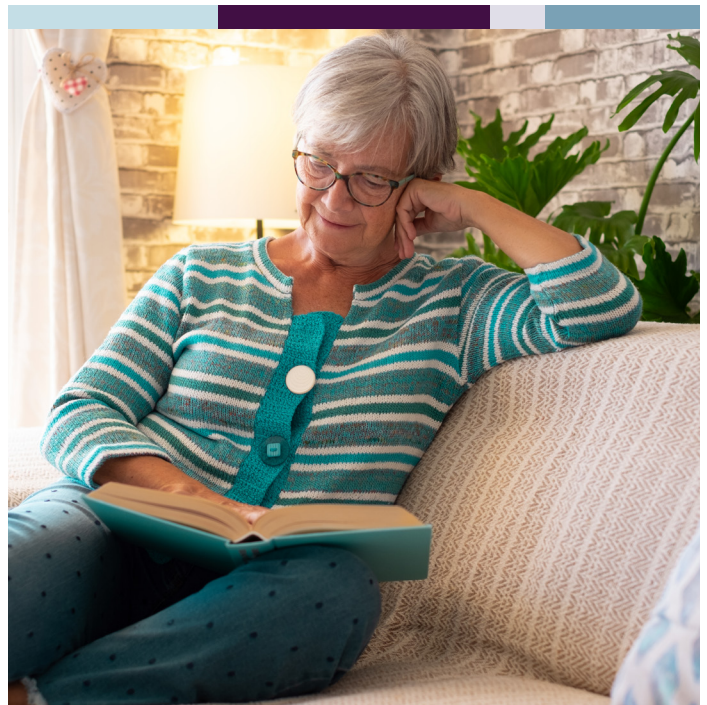
<https://www.allaboutsensorsinc.net/>

Care Patrol



Tel: (303) 679-4935

<https://www.carepatrol.com>



RECURSOS DE EDUCACIÓN Y APOYO PARA EL CUIDADO DE LA DEMENCIA

DRCOG (Denver Regional Council of Governments) - Una Agencia Sobre el Envejecimiento



Proporciona información y asesoramiento para las personas de la tercera edad. Ayuda a agilizar el acceso a los servicios y al apoyo que ofrece la

comunidad, a largo plazo. Son varios los servicios que se ofrecen, los cuales incluyen entre otros, cuidado para personas adultas durante el día, servicios de asesoramiento, audición / visión, personal de mantenimiento / tareas domésticas, educación sobre salud, servicios en el hogar, ayuda legal y transportación.

Los números telefónicos son: 303-480-6704 y 303-455-1000.

<https://drcog.org/programs/area-agency-aging>

Colorado Chapter of the Alzheimer's Association



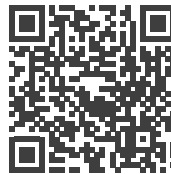
Ofrece clases locales sobre la enfermedad de Alzheimer, grupos de apoyo para los pacientes y sus cuidadores, consultas individuales

para resolver problemas, según su situación específica, además de otros servicios.

Número telefónico las 24 horas del día para solicitar los servicios y línea directa de apoyo para los cuidadores: 1-800-272-3900

https://www.alz.org/co/helping_you

Atención planificada de Colorado: recursos locales



Recursos para la comunidad de Colorado (provisión de cuidado, comidas, vivienda y atención dental)

<https://coloradocareplanning.org/colorado-community-resources/>

La Asociación de Alzheimer



Línea de ayuda las 24 horas del día para las personas y familiares que están experimentando los efectos de la demencia. Brinda educación, apoyo, información, referencias y consultas de atención.

Tel: 800-272-3900

www.alz.org

Instituto Nacional del Envejecimiento



Información sobre cómo vivir con demencia, consejos para los cuidadores y familiares, ensayos clínicos y otros recursos.

<https://www.alzheimers.gov>

NIA Cuidado de pacientes con Alzheimer Brindando cuidados a los pacientes con Alzheimer



Aprender acerca de la enfermedad de Alzheimer puede ayudarle a entender y enfrentar estas dificultades. A continuación, describimos las etapas del Alzheimer y le informamos cómo puede conocer más sobre la enfermedad.

<https://www.nia.nih.gov/espanol/cuidar-persona-alzheimer-entender-mejor-enfermedad>

AUTOCUIDADO DEL CUIDADOR

Localice grupos de apoyo



http://www.alz.org/apps/we_can_help/support_groups.asp

El Centro de las Familias



El Centro de las Familias es una clínica multicultural que brinda servicios de salud mental bilingüe (español e inglés) a adultos, jóvenes, niños y familias de la comunidad latina/x e hispana.

Tel: (303) 504-1900
1405 N. Federal Blvd., Denver, CO 80204

<https://www.wellpower.org/el-centro-de-las-familias-spanish/>

Servicios de la Raza



La misión de Servicios de La Raza es construir y cultivar una comunidad latina próspera en Colorado. Promueven múltiples eventos y brindan servicios de salud mental.

Tel: (303) 458-5851

<https://serviciosdelaraza.org/>



VIDEOS EDUCATIVOS SOBRE EL CUIDADO

Global Brain Health Institute “Conversando con los Cuidadores” una serie de videos



<https://www.youtube.com/watch?v=rexHdp5gIMw&list=PLgdobFpNy7LWQ2YWrc1RBx0KboivR76BB>

Family Caregiver Alliance Canal de YouTube (Alianza de Cuidadores Familiares)



<https://www.youtube.com/user/CAREGIVERdotORG>

UCLA Caregiver Education (Educación para el cuidador)



<http://dementia.uclahealth.org/caregiver-education>

Cuidando al cuidador (Hospital Clínic de Barcelona)



<https://www.youtube.com/playlist?list=PL6JHr3EeRES4FJPypLpkBgbGmqHxQjib>

Una serie para los pacientes y cuidadores



<https://www.youtube.com/@Pacientesycuidadores>

