

BOSTON SENIORITY

Ciudad de Boston Comisión Age Strong Alcadesa Michelle Wu

Octubre 2026



PUBLICACIÓN GRATUITA



CARTA DE LA ALCALDESA - OCTUBRE 2026

¡Hola, Boston!

¡Ya llegó el otoño! Mientras cambian las hojas, esperamos que aproveche nuestras oportunidades para conectarse y celebrar con su comunidad.

Aquí en Boston, nos enorgullece celebrar la diversidad de nuestras comunidades todos los días, y este mes de octubre, hay muchas maneras de hacerlo. A medida que continúa el Mes de la Herencia Hispana, seguimos resaltando las tradiciones y contribuciones de nuestros vecinos hispanos. Y a medida que se acerca el Día de los Pueblos Indígenas el 12 de octubre, puede consultar la lista de libros recomendados por la Biblioteca Pública de Boston (Boston Public Library) para obtener más información sobre las historias de nuestras comunidades nativas.

Si quiere disfrutar del clima más fresco, Open Streets cerrará este mes con nuestros eventos finales en Allston/Brighton el 4 de octubre y en Roslindale el 18 de octubre. Venga a redescubrir sus calles favoritas, apoye a los negocios locales y disfrute de música en vivo con sus amigos y vecinos.

Por último, recuerde que el periodo anual de inscripción abierta de Medicare de este año comienza el 15 de octubre. Asegúrese de programar una cita presencial con un asesor certificado para revisar su plan de seguro médico actual y decidir cuál es la mejor cobertura para sus necesidades. Puede programar su cita en una de nuestras veinte clínicas vecinales hasta el 7 de diciembre llamando a Age Strong al 617-635-4366.

¡Abríguese bien, y nos vemos en la comunidad!

Michelle Wu
Alcaldesa de Boston



Michelle Wu

TENGA CUIDADO CON LAS ESTAFAS DE EQUIPOS MÉDICOS DURADEROS DE MEDICARE

Por Sophia Wang, integrante del personal de Age Strong

Los estafadores se aprovechan de Medicare y facturan equipos médicos duraderos (DME), como sillas de ruedas, muletas, monitores de glucosa en sangre o catéteres urinarios, que los afiliados no necesitan o que nunca reciben. Las autoridades federales acusaron a 11 estafadores por este tipo de fraude en 2025, un total de \$10.600 millones por facturar fraudulentamente a Medicare por equipos médicos.

Cómo funciona

- Los estafadores pueden llamar, enviar correos electrónicos o mensajes de texto a los afiliados de Medicare, fingiendo que son de una empresa de equipos médicos duraderos. Ofrecen equipos o servicios "gratuitos" o "sin costo" para engañar a los beneficiarios para que compartan sus números de afiliado de Medicare.
- Una vez que obtienen su información, facturan a Medicare equipos médicos que los afiliados nunca solicitaron. Los catéteres urinarios se utilizan con frecuencia en este esquema.
- Es posible que los afiliados no sepan que su cuenta de Medicare se está utilizando para hacer estafas hasta que lean su estado de cuenta, donde

pueden descubrir que se están facturando miles de dólares a su cuenta.

- Incluso si los afiliados no pagan el equipo, los costos de estas estafas pueden aumentar las primas de Medicare y afectar a los afiliados en el futuro.

Qué debe hacer

- No dé su información personal o de Medicare por llamadas, correos electrónicos o mensajes de texto no solicitados. Desconfíe de las personas o empresas que ofrecen equipos médicos gratuitos.
- Revise su aviso resumido de Medicare (MSN) o su explicación de beneficios (EOB). Busque cualquier equipo o servicio que no haya pedido o que no conozca.
- Si sospecha de un fraude de Medicare, comuníquese con el Programa de Patrullaje de Medicare para Personas Mayores de Massachusetts (Massachusetts Senior Medicare Patrol Program) al (800) 892-0890 o ingrese en masmp.org.

Fuente: Inspector General del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos y New York Times



CONSEJOS PARA ENTENDER LA INSCRIPCIÓN ABIERTA DE MEDICARE

Por el personal de Age Strong

La inscripción abierta de Medicare se realiza del 15 de octubre al 7 de diciembre de cada año.

Este es el momento para que los adultos mayores revisen su cobertura de seguro médico actual, comparen los planes médicos y de medicamentos recetados y hagan cambios en los planes para garantizar que su cobertura satisfaga sus necesidades de atención médica para el próximo año.

No tiene que atravesar este complejo proceso solo. Hay voluntarios capacitados, incluido el equipo de Servicios para Residentes de Age Strong, que pueden ayudarle a evaluar sus opciones y guiarle durante el proceso.

Por qué son importantes las revisiones anuales
Según Deolinda Baptista DaVeiga, directora del equipo de Servicios para Residentes de Age Strong, "reunirse con un asesor de SHINE (Serving the Health Insurance Needs of Everyone) cada año es fundamental para gestionar los cambios en los planes anuales de Medicare y evitar gastos de bolsillo no planificados. Recomendamos encarecidamente a los adultos mayores que revisen los planes todos los años, ya que las necesidades de salud, los planes de seguro médico y de medicamentos recetados, las redes de proveedores y las farmacias de preferencia pueden cambiar. Revisar cada situación

individual puede ayudar a las personas a garantizar una cobertura médica adecuada e incluso a ahorrar dinero".

El programa SHINE ofrece asesoramiento gratuito, imparcial y confidencial sobre Medicare. Los asesores ayudan a los residentes a evaluar las opciones de cobertura, comparar los planes médicos y de medicamentos recetados, reducir los costos de los medicamentos e identificar los programas que ayudan a ahorrar dinero.

Qué esperar cuando se reúne con un asesor

"Es probable que su reunión confidencial de inscripción abierta dure una hora", dice Deolinda.

"Los casos más complejos pueden llevar más tiempo. Evaluamos sus necesidades actuales de atención médica y medicamentos, le explicamos las diversas opciones de seguro médico y le explicamos los programas que pueden ayudarle a pagar algunos gastos médicos".

El impacto de esta asistencia personalizada puede cambiarle la vida:

El año pasado, Timothy Berrocal, subdirector del equipo de Servicios para Residentes de Age Strong, ayudó a una pareja que tenía dificultades para pagar los altos costos de los medicamentos. "Cada uno pagaba

\$200 mensuales por planes de medicamentos recetados", comenta Timothy. "Después de comparar las opciones, ¡encontré un plan que cubría todos sus medicamentos por solo \$21 al mes! El cambio les ahorró \$3200 al año juntos. Estos casos me recuerdan la diferencia que podemos hacer simplemente dedicando tiempo a ayudar a las personas a entender sus opciones".

Yves Mary Jean, defensora de Age Strong, trabajó con una pareja que intentaba reducir sus costos y, al mismo tiempo, conservar a su proveedor de atención primaria y acudir a especialistas que podían pagar. "Tras revisar sus necesidades y los diferentes planes, encontramos uno que cumplía con todos sus objetivos médicos y presupuestarios", explica Yves.

Para el equipo de Age Strong, la inscripción abierta es una oportunidad para marcar la diferencia. "Para los asesores de SHINE", dice Deolinda, "la inscripción abierta puede marcar una diferencia duradera en las vidas de los adultos mayores a los que brindamos servicios. Es gratificante brindar a cada persona una comprensión clara de sus opciones de seguro médico e identificar un plan que se ajuste a sus necesidades particulares".

Documentos que debe traer:

- Prueba de identidad
- Tarjetas actuales de Medicare y otros seguros médicos
- Su información de inicio de sesión en Medicare.gov (si tiene una cuenta)
- Su lista actual de medicamentos (nombres exactos, dosis, frecuencia con la que los toma)
- Información sobre ingresos, para que podamos evaluar los beneficios adicionales para los que podría ser elegible

Cómo programar su cita

Los adultos mayores de Boston pueden programar una cita gratuita, confidencial y presencial:

- Llame a Age Strong al (617) 635-4366 para programar una cita en una de las clínicas vecinales de inscripción abierta. Para ver la lista de clínicas, ingrese en boston.gov/medicare.
- Si no puede asistir a las clínicas, puede llamar a Age Strong al (617) 635-4366 o ETHOS al (617) 522-6700 para ponerse en contacto con un asesor de SHINE.



PARTICIPAR EN ACTIVIDADES ARTÍSTICAS AYUDA A LOS ADULTOS MAYORES A ESTABLECER CONEXIONES

Por Edward Galan, personal de Age Strong



Más de la mitad de los adultos mayores encuestados a nivel nacional dicen que el arte les ayuda a mantenerse activos y comprometidos. Ya sea pintando, bailando, haciendo música, contando historias o explorando una pasión creativa de larga data, el arte puede brindarnos oportunidades para seguir aprendiendo, expresarnos, conocer personas nuevas y mantenernos conectados con nuestras comunidades.

Esa es la misión principal del programa Creative Aging Connections (Conexiones para un Envejecimiento Creativo) en la Comisión Age Strong de Boston. El programa, patrocinado por Goddard House, brinda oportunidades

creativas directamente a los adultos mayores de Boston en los vecindarios de toda la ciudad. Al conectar a los residentes con artistas profesionales, diversas formas de arte y acceso a instituciones artísticas y culturales locales, el programa ofrece oportunidades vibrantes para aprender, crear y construir una comunidad juntos.

Este trabajo es parte de un movimiento creciente para hacer que las experiencias artísticas y culturales sean más accesibles a medida que envejecemos. En un momento en el que muchos adultos mayores experimentan soledad y aislamiento social, además de barreras financieras o físicas, los programas como Creative Aging Connections ofrecen una forma para que las comunidades respondan reduciendo los obstáculos para que la creciente población de adultos mayores de Boston pueda mantenerse creativa, comprometida y conectada.

La mayoría de nuestras clases son experiencias de varias semanas para principiantes que permiten a los participantes explorar una forma de arte y desarrollar lo que

aprenden semana tras semana. Más allá de la alegría de crear, cada sesión refuerza el papel esencial que desempeñan el arte y el aprendizaje en el envejecimiento saludable. Nuestro objetivo es que los adultos mayores vean el programa y piensen: "Aquí hay algo para mí".

Las clases están dirigidas por artistas docentes profesionales, muchos de los cuales han recibido la capacitación de la Fundación Creative Aging, y se llevan a cabo en bibliotecas, estudios, museos y organizaciones culturales y comunitarias de toda la ciudad. El impacto va más allá del aula, con actuaciones, experiencias en museos, eventos especiales y otras oportunidades para participar en la vida cultural de Boston.

Este noviembre, Creative Aging se asociará con la Office of Youth Engagement and Advancement (OYEA, Oficina de Participación y Promoción Juvenil) de la Ciudad de Boston para el evento Open Circuit: Across Generations (Circuito abierto: Entre generaciones) en The Substation de Roslindale. Este evento intergeneracional especial reunirá a adultos jóvenes y mayores en una velada dinámica con música en vivo, micrófono abierto, creación artística colaborativa, comida y oportunidades para

conectar.

Manténgase en contacto con Creative Aging

La mejor manera de obtener información sobre las nuevas clases, eventos y actuaciones es unirse a la lista de correo de Creative Aging aquí: bit.ly/creativeaginglist

Vea nuestro video sobre Creative Aging aquí: bit.ly/creativeagingvideo

Para obtener más información sobre Creative Aging, póngase en contacto con Edward Galan a edward.galan@boston.gov.

Fuente: National Endowment for the Arts, Staying Engaged: Health Patterns of Older Americans Who Participate in the Arts



▶ EN BOSTON, ENVEJECEMOS CON FORTALEZA.

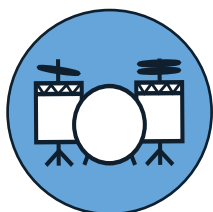
Como parte del gabinete de Servicios Humanos de Boston, Age Strong tiene como objetivo mejorar la vida de los residentes mayores mediante programas, recursos y conexiones significativas, para que podamos vivir y envejecer con fortaleza juntos en Boston. Llámenos al (617) 635-4366 o ingrese a boston.gov/age-strong.

Podemos ayudar con lo siguiente:



DEFENSORES DE AGE STRONG

Nuestros especialistas en defensa de derechos y beneficios conectan a los adultos mayores con recursos, beneficios e información, incluidos asesoramiento sobre seguros de salud, acceso a alimentos, derivaciones a programas de asistencia para calefacción, exenciones fiscales y servicios de protección, entre otros.



EVENTOS Y PROGRAMAS

Age Strong organiza decenas de eventos y programas para residentes mayores, incluidas celebraciones de la herencia de la comunidad negra y de la comunidad hispana, el orgullo LGBTQIA+ y más. Ofrecemos programas en espacios comunitarios de toda la ciudad de Boston, centrados en el bienestar, la prevención de caídas, la actividad física, artes y muchos más.



TRANSPORTE

Ayudamos a los adultos mayores a acceder a todas las opciones de transporte disponibles, como el servicio de transporte de Age Strong, cupones de taxi y más.



VOLUNTEER OPPORTUNITIES

La comisión Age Strong ofrece cuatro programas de voluntariado diferentes para ayudar a los residentes mayores a vivir sus mejores vidas, mientras envejecen en su lugares.



BOSTON, UNA CIUDAD ADAPTADA A LAS PERSONAS MAYORES Y A LAS PERSONAS CON DEMENCIA

Nuestro trabajo conforme a esta perspectiva contribuye a crear una ciudad donde los residentes puedan vivir y envejecer bien en comunidad. Organizamos reuniones de “café para la memoria” para personas con pérdida de memoria y grupos de apoyo para cuidadores, con el fin de que puedan compartir recursos y experiencias.

Los Programas de Vecindarios de **AGE STRONG**

BCYF Holland Community Center

Miércoles y viernes | 10am-1pm
85 Olney Street, Dorchester
(617) 635-5144

East Boston Senior Center

Lunes-viernes | 8:30am-4pm
7 Bayswater Street, East Boston
(617) 961-3131

Veronica B. Smith Senior Center

Lunes-viernes | 8:30am-4pm
77 Warren St, Brighton
(617) 635-6120

Codman Square Library

Martes/Jueves | 10am-1pm
690 Washington St, Dorchester
(617) 436-8214

The Elks Lodge #10

En colaboración con **ETHOS**
Martes, miércoles, y jueves
9am-3pm
1 Morrell Street, West Roxbury
(617) 323-1125

Dewitt Center

Lunes y Miércoles | 10:30am-3pm
122 Dewitt Drive, Roxbury
(617) 635-4335

Union Church

Martes y jueves | 9am-1pm
**485 Columbus Avenue,
South End**
(617) 536-0872

Spontaneous Celebration

Martes/Jueves | 10am-1pm
45 Danforth St, Jamaica Plain
(617) 635-4250

SPANISH



CITY of BOSTON

AGE+

Age Strong
Commission

SPANISH/ESPAÑOL



HEALTHY RIDES

Programa de transporte centrado en la salud de las personas mayores

VIAJES GRATIS PARA ADULTOS MAYORES DE BOSTON A...



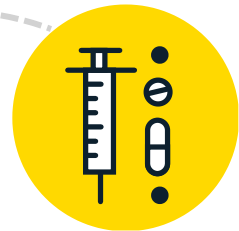
Clases de ejercicio



Citas médicas



Centros comunitarios



Farmacias

... ¡y más!

ELEGIBILIDAD:

- 1 Debe ser mayor de 60.
- 2 Debe ser residente de la Ciudad de Boston.
- 3 El viaje debe realizarse dentro de la Ciudad de Boston.

RESERVE SU VIAJE:

- 1 Llame al servicio de transporte de Age Strong: (617) 635-3000.
- 2 Consiga su código para usar su propia app.

- 3 Haga que el servicio de transporte reserve su viaje directamente.

[BOSTON.GOV/HEALTHY-RIDES](https://boston.gov/healthy-rides)



CITY of **BOSTON**



¡Obtenga la mejor cobertura al menor costo!
Evalúe anualmente su seguro médico y su plan de medicamentos recetados

CLÍNICAS DE INSCRIPCIÓN PARA MEDICARE 2026



15 DE OCTUBRE A 7 DE DICIEMBRE

El período anual de inscripción de Medicare se extiende del 15 de octubre al 7 de diciembre. Se recomienda a los adultos mayores con Medicare (65 años o más) hablar con un asesor certificado de SHINE (Serving Health Insurance Needs for Everyone) cada año para evaluar los planes de seguro médico y medicamentos recetados y obtener la mejor cobertura al menor costo.

**LLAME A AGE STRONG AL 617-635-4366 PARA SOLICITAR
UNA CITA EN PERSONA PARA CLÍNICAS DE INSCRIPCIÓN**

**O PARA HABLAR CON UN ASESOR POR TELEFONO, LLAME
AGE STRONG AL 617-635-4366 O ETHOS AL 617-522-6700**

Colaboración de Inscripción de Medicare de Boston

**TODAS LAS CLÍNICAS SON DE 10:30 A 3:30 CON CITA
LLAME A AGE STRONG AL 617-635-4366 PARA SOLICITAR**

Jueves, 15 de octubre

Bruce C. Bolling Municipal Building
2300 Washington St, Roxbury

Viernes, 16 de octubre

Boston Public Library Adams Street
690 Adams St, Dorchester

Lunes, 19 de octubre

BrightonOne
77 Warren St, Brighton

Martes, 20 de octubre

East Boston Senior Center
7 Bayswater St, East Boston

Jueves, 22 de octubre

The Parish of All Saints
209 Ashmont St, Dorchester

Lunes, 26 de octubre

Boston Public Library Central
700 Boylston St, Boston

Miércoles, 28 de octubre

ABCD North End
1 Michelangelo St, North End

Lunes, 2 de noviembre

Fenway Community Center
1282 Boylston St #123, Fenway

Martes, 3 de noviembre

Central Boston Elder Services
2315 Washington St, Roxbury

Jueves, 5 de noviembre

BCYF Roslindale
6 Cummins Hwy, Roslindale

Lunes, 9 de noviembre

Boston Public Library Honan-Allston
300 N Harvard St, Allston

Martes, 10 de noviembre

BCYF Hyde Park
1179 River St, Hyde Park

Lunes, 16 de noviembre

Boston Public Library Mattapan
1350 Blue Hill Ave, Mattapan

Jueves, 19 de noviembre

Union Church
485 Columbus Avenue, South End

Viernes, 20 de noviembre

Spontaneous Celebrations
45 Danforth St, Jamaica Plain

Lunes, 30 de noviembre

The Elks Lodge
1 Morrell St, West Roxbury

Miércoles, 2 de diciembre

BCYF Curley
1663 Columbia Rd, South Boston

Jueves, 3 de diciembre

City Hall Civic Pavilion
1 City Hall Square, Boston

Viernes, 4 de diciembre

Age Strong at City Hall
1 City Hall Square, Boston

PARA MÁS INFORMACIÓN, VISITE [BOSTON.GOV/MEDICARE](https://www.boston.gov/medicare)