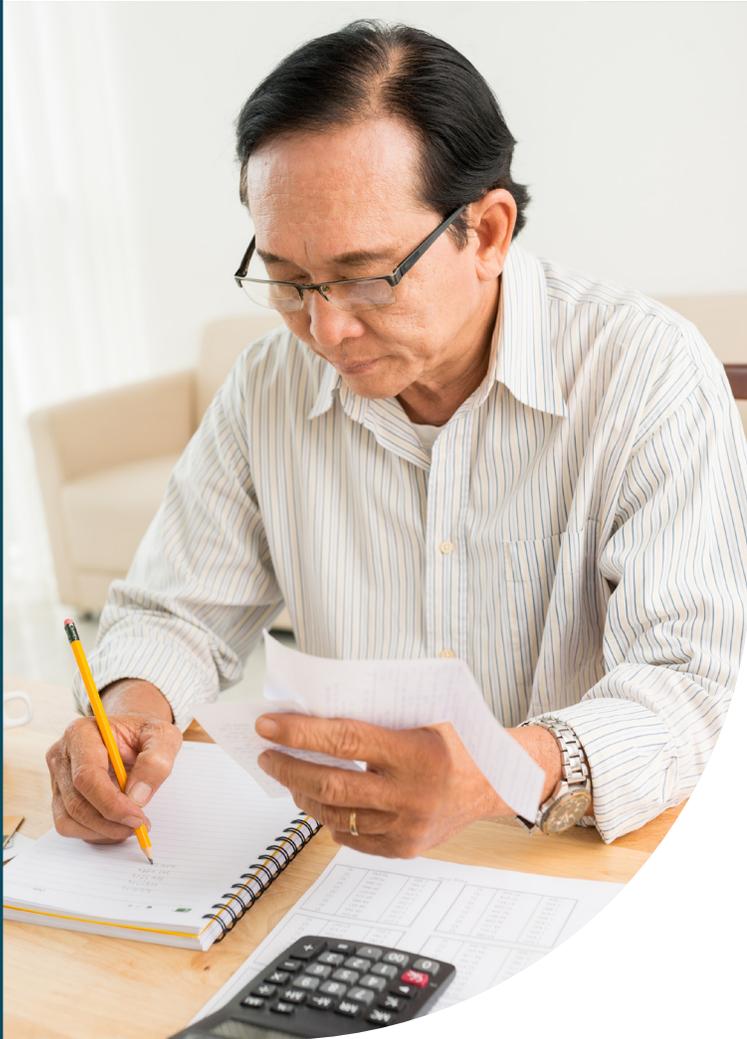


GUÍA PARA FACILITADORES

Savvy Saving Seniors[®]



Cómo convertirse en alguien
LLENO de recursos con la
ayuda de los beneficios y la
tranquilidad de los ahorros



BANK OF AMERICA 

nco 
national council on aging[®]

Este material fue preparado por un tercero no afiliado a Bank of America ni a ninguna de sus afiliadas y tiene solo fines informativos y educativos. Las opiniones y puntos de vista expresados no reflejan necesariamente las opiniones y puntos de vista de Bank of America o cualquiera de sus afiliadas.

CONTENIDO

Resumen del programa	3
Preparación del facilitador	4
Consejos para facilitadores	5
Materiales necesarios	6
Guion: Cómo facilitar esta sesión	6
Rompehielos con billetes de dólares	7
10 principales cuestiones que todas las personas mayores deberían considerar	8
Consejos y trucos para administrar el dinero	9
Beneficios de estar bancarizado	12
Cómo evitar pérdidas de dinero	13
Principales destructores de presupuesto que se deben evitar ..	13
Aprovecha los beneficios	15
Cómo encontrar programas locales	17
Cómo presentar una solicitud	18
Tengo beneficios, ¿ahora qué hago?	18
Preguntas frecuentes	19
Referencias	20
Otros recursos	20

© 2023 Consejo Nacional para Adultos Mayores, Inc. Todos los derechos reservados.
Prohibido el uso no autorizado.

Los materiales protegidos por derechos de autor del Consejo Nacional para Adultos Mayores (NCOA) no pueden ser reproducidos total o parcialmente por personas, organizaciones o corporaciones distintas del NCOA y sus afiliadas, divisiones y unidades sin el permiso previo por escrito de un funcionario autorizado del NCOA.

Resumen del programa

Enseñar a los adultos mayores sobre dinero puede ser una tarea desalentadora. Aunque los adultos mayores pueden estar interesados en aprender cómo administrar su dinero, es posible que se resistan a sus opciones de administración financiera. Para que los adultos mayores se sientan cómodos, enfoca la capacitación como una forma de empoderar a los participantes para que aprovechen los recursos disponibles y comiencen a dar pasos graduales hacia la seguridad económica a través de beneficios y mejores prácticas de ahorro y gasto personal.

- Este programa de 90 minutos (**65 minutos** de enseñanza/**25 minutos** de preguntas y respuestas) está diseñado para brindar a los participantes conceptos básicos de administración del dinero para un presupuesto fijo, conocimiento de los beneficios de estar bancarizados y una descripción general de los beneficios públicos y cómo acceder a ellos y retenerlos.
- Esta capacitación se combina mejor con una agencia comunitaria que brinde servicios a adultos mayores y pueda hablar sobre la variedad de programas y beneficios elegibles para los adultos mayores en esa comunidad. Estas organizaciones incluyen, entre otras, agencias locales para adultos mayores, United Ways y centros para personas mayores.
- La asociación con una organización que se enfoque en adultos mayores cambia el tiempo de presentación para las secciones de Bienvenida, Rompehielos y Compartir consejos (**25 minutos**), Conceptos de administración del dinero (**25 minutos**), Acceso a beneficios públicos (**15 minutos**) y Preguntas y respuestas (**25 minutos**).



Preparación del facilitador

Antes de la presentación, es importante entender a tu audiencia y los desafíos reales que enfrentan todos los días.

Público objetivo:

Adultos mayores de 55 años de ingresos bajos a moderados

Situación económica:

Estadounidenses mayores que son económicamente inseguros y que viven en el nivel federal de pobreza o por debajo del 250 % de este nivel. Consulta [aspe.hhs.gov/Poverty-Guidelines](https://www.aspe.hhs.gov/Poverty-Guidelines) para conocer las pautas de pobreza actuales.

Desafíos financieros:

Estos adultos mayores luchan cada día con el aumento de los costos de vivienda y atención médica, una nutrición inadecuada, la falta de acceso al transporte, la disminución de los ahorros y la pérdida de empleo.

Para los adultos mayores que se encuentran por encima del nivel de pobreza, un acontecimiento adverso importante en la vida puede transformar la realidad de hoy en los problemas del mañana.

Para obtener más información

Si estás interesado en comunicarte con una organización comunitaria local para presentar los materiales de esta guía, considera un centro para personas mayores, una agencia local para adultos mayores, un programa de empleo de servicios comunitarios para personas mayores o un centro de inscripción y extensión de beneficios. Puedes encontrar directorios detallados con información de contacto de líderes locales aquí:

- Mapa de centros de inscripción de beneficios, programas de empleo de servicios comunitarios para personas mayores y centros para personas mayores ncoa.org/Map
- Directorio de agencias locales para adultos mayores n4a.org

"Regularmente trato con [personas mayores que tienen] deudas de tarjetas de crédito que a menudo aumentaron hasta alcanzar miles de dólares, sin manera posible de salir de ellas, y los pagos con tarjetas de crédito no dejan suficientes ingresos para cubrir necesidades básicas como alimentos y servicios públicos".

– *Agencia local para adultos mayores, Raleigh, Carolina del Norte*

"Una tendencia emergente son 'las ejecuciones hipotecarias y los familiares desempleados que necesitan ayuda por parte de las personas mayores'".

– *Catholic Charities, Schenectady, Nueva York*

"Algunas de las personas mayores que asisto se enfrentan a la falta de vivienda debido a sus malas calificaciones crediticias".

– *Catholic Charities, Hawái*

Consejos para facilitadores

- Revisa la guía y completa tu propio conjunto de planillas adjuntas.
- Revisa la extensión sugerida para cada tema. Esta sesión está diseñada para durar 65 minutos desde esta bienvenida hasta el final, permitiendo 25 minutos para las preguntas y respuestas.
- Mientras te preparas y presentas, te recomendamos que consideres lo siguiente:
 - Recuerda que las personas en la sala han tenido toda una vida de experiencia con el dinero. Estas experiencias han dado forma a sus opiniones y percepciones actuales con respecto a cuestiones financieras.
 - La mayoría de estas personas ya no trabaja y ya no ahorra para la jubilación. Sin embargo, la jubilación ideal no es su realidad. Muchos buscan trabajo u otros medios para llegar a fin de mes.
 - Sé consciente del hecho de que hablar de dinero es difícil para cualquier generación, pero esta generación es particularmente reservada.
 - Es posible que muchos de los presentes en la sala no tengan ingresos suficientes para satisfacer las necesidades básicas, pero pueden sufrir en silencio.
 - Brinda a la audiencia el respeto que se merece. Estas son las personas que construyeron nuestro país y educaron a nuestra sociedad. Ahora es nuestro turno de retribuir para ayudar a garantizar que puedan envejecer con dignidad y disfrutar al máximo de sus años dorados.
 - Considera tu propia experiencia al hablar sobre conceptos de administración del dinero con adultos mayores, tal vez inclusive con tus propios parientes. ¿Tienes abuelos o padres que sean adultos mayores? ¿Una tía, un tío o un amigo cercano de la familia que tenga más de 65 años?
 - Piensa en cómo tratas a esos familiares. ¿Cómo te gustaría que alguien los tratara cuando se presentara ante ellos en un evento comunitario?
 - Si alguna vez has hablado de cuestiones financieras con esos familiares, piensa en cómo se desarrolló esa conversación. ¿Fue una experiencia de aprendizaje mutuo, estresante, emocional o una discusión acalorada? Ponte en contacto con estos sentimientos y aplica esa experiencia a tu presentación.
 - Según corresponda, considera compartir tus propios éxitos y desafíos, ya que hacerlo es más atractivo y eficaz que simplemente dar una lección.

Materiales necesarios

- Computadora portátil y proyector para mostrar la presentación de PowerPoint.
- Rotafolio con marcadores.
- Lápices/bolígrafos para los participantes.
- Copias del *Manual Savvy Saving Seniors*®.
- Copias del directorio comunitario local de servicios para adultos mayores de la agencia para adultos mayores asociada.
- Materiales de regalo del banco o la organización (como un monedero).

Guion: cómo facilitar esta sesión

La siguiente información te ayudará a guiarte en esta presentación. En muchos sentidos, este guion es solo una brújula. Te recomendamos que agregues historias personales y consejos relevantes al tema.

Bajo ninguna circunstancia los asociados del banco podrán vender productos durante esta presentación.

Si te hacen una pregunta que no estás preparado para responder, ofrece hacer un seguimiento con la persona después de investigar la pregunta con profesionales para adultos mayores. No dudes en comunicarte con el personal del centro local para personas mayores o con el personal del Consejo Nacional para Adultos Mayores (NCOA) para abordar dichas preguntas.

Te agradecemos de antemano por tomarte el tiempo de compartir esta importante información con la audiencia.

Recuerda lo más importante: ¡Diviértete!



Bienvenidos

Diapositivas 1 y 2 • 5 minutos

Preséntate y expresa tu placer en compartir algunos consejos sobre maximizar los ingresos y convertirse en alguien LLENO de recursos en el clima económico actual.

- Según el tamaño de tu audiencia, haz que los participantes se presenten y compartan un concepto o idea que quieran aprender de la sesión. Enumera las ideas en el rotafolio o en la pizarra. Este ejercicio agregará aproximadamente 10 minutos a la presentación.
- Comparte los objetivos del programa que se enumeran a continuación. Intenta conectar los temas con las ideas que compartieron los participantes.
 - 10 principales cuestiones que todas las personas mayores deberían considerar
 - Conviértete en una persona mayor experta en ahorro: consejos y trucos para administrar el dinero
 - Principales destructores de presupuesto que se deben conocer para evitar pérdidas de dinero
 - Cómo convertirse en alguien LLENO de recursos: aprovecha los beneficios

Rompehielos con billetes de dólares

Diapositiva 3 • 10 minutos

Actividad:

Nombra a la persona que aparece en estos billetes y comparte con el grupo un ejemplo de cómo ahorras dinero. Si es un grupo grande, llama a 6 voluntarios para que nombren a cada presidente y luego compartan un consejo. Permite entre 5 y 10 minutos para la actividad.

Respuestas:

\$1: George Washington; \$5: Abraham Lincoln; \$10: Alexander Hamilton (nunca fue presidente, pero sirvió como Secretario del Tesoro, 1789-1795); \$20: Andrew Jackson; \$50: Ulysses S. Grant; \$100: Benjamin Franklin (nunca fue presidente pero fue un influyente inventor y estadista)

Considera compartir esta noción del filósofo confuciano Xun Kuang:

"Dímelo y lo olvidaré. Enséñame y lo recordaré. Involúcrame y aprenderé".

10 principales cuestiones que todas las personas mayores deberían considerar

Diapositiva 4 • 10 minutos (Indica que vayan a la página 9 del manual para ver la lista de verificación).

1. **Gastos actuales:** cuando ya no estás trabajando, cada centavo cuenta. Tómate el tiempo para recopilar todas tus obligaciones financieras actuales (seguro médico complementario, seguro de medicamentos recetados, seguro de vida, etc.) y examina si tienes el plan más rentable para ti y si todos los planes siguen siendo relevantes. Consulta con una fuente de información confiable antes de cancelar algún plan. Por ejemplo, cuando evalúes planes de medicamentos recetados, considera comunicarte con tu programa estatal de asistencia sobre seguros médicos local.
2. **Seguro de salud:** si estás inscrito en Medicare, es posible que puedas colocar de nuevo más de \$100 a tu cheque mensual del Seguro Social y minimizar tus primas y copagos si conoces mejor los programas de ahorro de Medicare.
3. **Medicamentos recetados:** el programa de Ayuda Adicional y los programas locales de asistencia para medicamentos recetados pueden reducir costos.
4. **Impuestos a la propiedad:** reduce legalmente tu cuenta de impuestos anual con la ayuda de programas locales de reducción, para itinerantes o de compensación. En promedio, puedes ahorrar entre \$500 y \$2,000 al año con esta asistencia.
5. **Teléfonos:** en muchos estados, las personas mayores de cierta edad califican para un plan de telefonía celular gratuito. Considera cambiarte de un teléfono fijo a un teléfono móvil gratuito.
6. **Voluntariado/servicio comunitario:** recibe un pago por retribuir. El Senior Corps, el Programa de Voluntarios para Personas Mayores Jubiladas (RSVP) y el Programa de Empleo de Servicio Comunitario para Personas Mayores (SCSEP) brindan estipendios pagados por servicios.
7. **Usar tu casa para quedarte en casa:** obtén más información sobre formas oportunas y apropiadas de aprovechar tu capital inmobiliario para mantenerte independiente.
8. **Descuentos para personas mayores:** muchos negocios minoristas ofrecen descuentos a clientes mayores en determinados días de la semana. Intenta programar tus compras para aprovechar estos descuentos y ahorrar aún más en tus gastos mensuales habituales.
9. **Planificación patrimonial:** los documentos legales imprescindibles incluyen un testamento para decisiones de distribución de propiedades, un documento de voluntades anticipadas para decisiones de atención médica y un poder notarial duradero para designar un representante personal en caso de incapacidad. Considera también un plan escrito para distribuir bienes personales sin título (por ejemplo: joyas, muebles y artículos de colección) a herederos u organizaciones caritativas para reducir la confusión y los conflictos familiares.
10. **Más ayuda:** descubre para qué otros beneficios públicos puedes ser elegible visitando [BenefitsCheckUp.org](https://www.BenefitsCheckUp.org) o llamando a Eldercare Locator al 800-677-1116.

¿Cuál es tu consejo? ¿Qué crees que todo adulto mayor debería saber?

Consejos y trucos para administrar el dinero

Explica que, para iniciar el debate, podría ser útil explorar las experiencias de todos con el dinero a lo largo de los años. Para ello, entrega a los participantes el cuestionario "¿Cuál es tu estilo de personalidad con el dinero?". Permite 5 minutos para que completen el cuestionario y encuentren su personalidad con el dinero. Según el tamaño del grupo, pide a tres voluntarios que pertenezcan a uno de los cinco estilos de dinero que compartan lo que pensaron sobre esa revelación (aproximadamente 1 minuto por respuesta). Si el grupo es demasiado grande para esa presentación, anímalos a tomarse un minuto para debatir sus resultados en su mesa o con un compañero.

**Este cuestionario puede tardar mucho tiempo en completarse según la capacidad de la audiencia para responder las preguntas rápidamente. También puede generar mucho debate entre los participantes y aumentaría el tiempo de esta capacitación. Una buena alternativa es presentarlo como un cuestionario de "tarea para la casa" y dejar el debate de los resultados para el final de la capacitación si el tiempo lo permite.

Después del cuestionario, presenta la presentación de **PowerPoint sobre Consejos y trucos para administrar el dinero**.

Meta de ahorro de emergencia

Diapositiva 5 • 2 minutos

Comparte con el grupo que vamos a hablar sobre la creación de un presupuesto con una meta de ahorro de emergencia para su tranquilidad.

Brinda consejos para hacer un presupuesto

Diapositiva 6 • 7 minutos

- Concilia tu estado de cuenta bancario cada mes.
- Utiliza un diario de gastos. (Presenta el diario en la página 15 del manual. Desafíalos a registrar sus gastos diarios durante una semana).
- Guarda los recibos.
- Configura el pago automático de facturas para los gastos fijos.
- Reserva una cantidad cada mes para ahorros.
- Piensa con anticipación en cualquier gasto futuro que puedas predecir, como cumpleaños y vacaciones.

Describe las partes de un presupuesto: ingresos, gastos fijos mensuales, gastos flexibles mensuales, gastos periódicos y gastos discrecionales.

- **Ingresos:** Seguro Social, Seguridad de Ingreso Suplementario, salarios de capacitación de un programa de empleo de servicio comunitario para personas mayores o estipendio de voluntariado
- **Gastos fijos mensuales:** pago de hipoteca o alquiler, primas de seguro médico, pagos de deuda fijos
- **Gastos flexibles mensuales:** alimentos, servicios públicos, gasolina
- **Gastos periódicos:** seguros de automóvil y vivienda, reparación y mantenimiento de automóvil y vivienda, impuestos sobre la propiedad
- **Gastos discrecionales:** ropa, artículos de cuidado personal, entretenimiento, donaciones caritativas

Ejemplo de presupuesto

Diapositiva 7 • 5 minutos

Muestra el ejemplo de presupuesto de la Sra. B. Pregúntales si su presupuesto es similar. Comparte con el grupo la importancia de conocer su patrimonio neto y cómo calcularlo (activos - pasivos = patrimonio neto).

- Los **activos** son cosas de su propiedad que tienen valor monetario (por ejemplo: bienes raíces, muebles y cuentas de jubilación).
- Los **pasivos** son obligaciones monetarias que debes (por ejemplo: hipotecas, préstamos sobre el capital, tarjetas de crédito, facturas médicas y préstamos personales).
- **Tarea para la casa:** anima al grupo a sumar todos sus activos y restar todos sus pasivos para obtener su patrimonio neto. Explica que, al conocer su patrimonio, pueden comenzar a establecer metas para mejorar su seguridad económica con asistencia de beneficios y ahorros de emergencia para su tranquilidad.

(Diapositivas 8 y 9) Crear un presupuesto y conocer tu patrimonio neto sienta las bases para comenzar a establecer tus metas financieras.

Cómo establecer metas financieras

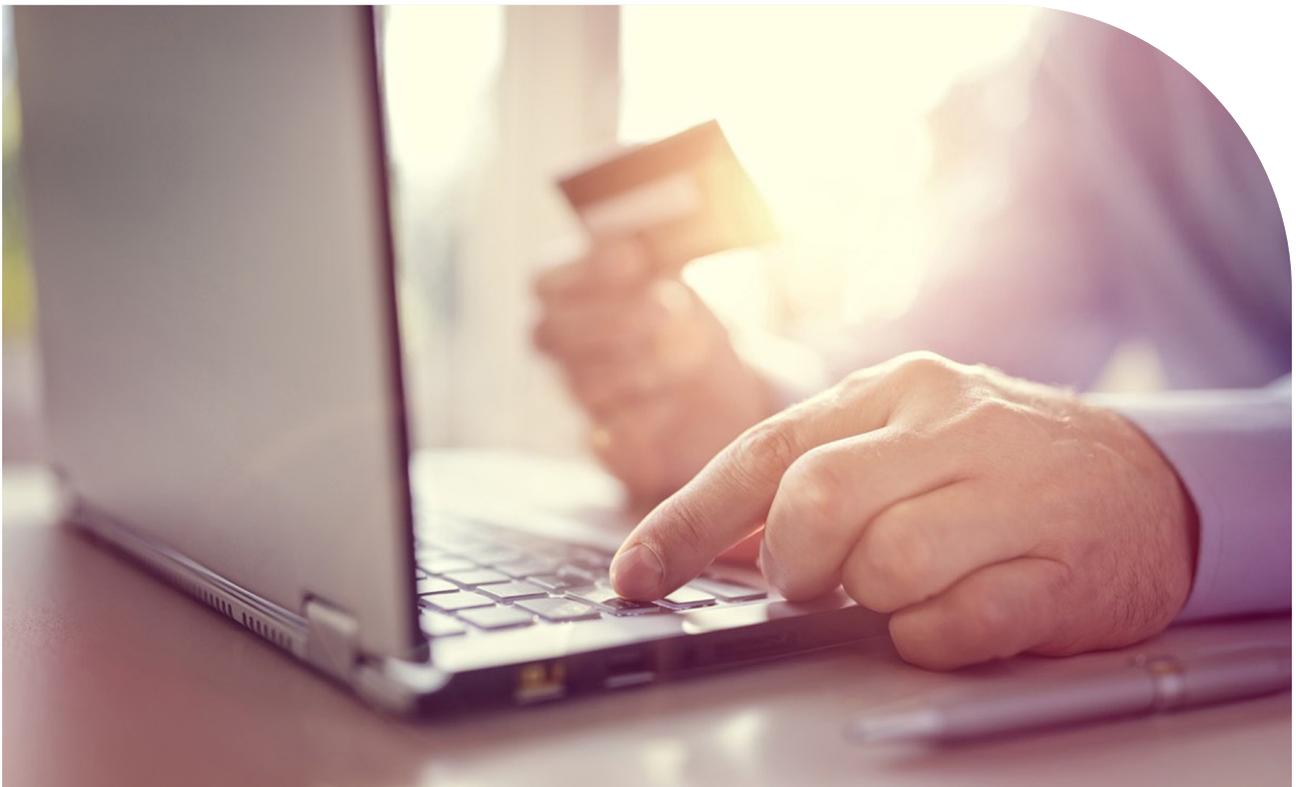
Diapositiva 8 • 3 minutos

1. Empieza por escribir tus metas y deseos a corto y largo plazo.
2. Una vez que escribas tus metas, puedes comenzar a planificar cómo alcanzarlas.
3. Cuando te comprometes con el plan y lo sigues, creas tus propios resultados deseados.

Plan de acción de metas financieras

Diapositiva 9 • 3 minutos

- Describe las metas en detalle, comenzando por las de mayor prioridad.
- Lleva un diario de gastos.
- Identifica los recursos financieros necesarios para lograr esas metas.
- Establece una fecha límite para lograr tus metas.



Beneficios de estar bancarizado

Diapositiva 10 • 3 minutos

Convertirse en un consumidor informado de servicios financieros significa comprender mejor las diferencias entre las instituciones financieras tradicionales y las tiendas de cambio de cheques que cobran tarifas más altas.

Seguridad: abrir una cuenta bancaria, o varios tipos diferentes de cuentas, no solo protege tu dinero. Puede ayudar a proteger tu futuro, agregando intereses al dinero que ahorras. Elige un banco o cooperativa de crédito cubierto por la Corporación Federal de Seguro de Depósitos (FDIC), que asegura una variedad de depósitos, como cheques, ahorros, fideicomisos, certificados de depósito y cuentas de jubilación individuales.



Intereses: depositar tu dinero en un banco significa que el banco puede prestar ese dinero. A cambio del uso de tu dinero, el banco te paga intereses. La cantidad de intereses que acumulas varía según el banco, la cuenta que establezcas y la economía en general.

Conveniencia: pagar bienes y servicios en efectivo a veces resulta poco práctico o inseguro. Abrir una cuenta corriente o de ahorros te permite pagar sin utilizar un giro postal o una gran pila de billetes. A diferencia del efectivo, un cheque registra cuánto dinero gastaste y adónde fue. Tu cuenta también puede permitirle pagar con cheque o tarjeta de débito, lo que también puede brindarte acceso rápido a efectivo en cajeros automáticos. Es posible que tu banco te permita abrir una cuenta en línea, desde la cual podrás pagar facturas automáticamente todos los meses.

Crédito: has tenido toda una vida de experiencia con el crédito. Sin embargo, si no tienes un historial crediticio, pero tienes una cuenta corriente al día, puede ser más fácil obtener crédito de tu banco. Cuando busques abrir una cuenta corriente, asegúrate de obtener protección contra sobregiros. En caso de que gastes más de tu saldo, esto protegerá tu calificación crediticia.

Cómo evitar pérdidas de dinero

Diapositiva 11 • 2 minutos

Evita la necesidad de pedir un préstamo a día de pago. Si has utilizado estos préstamos en el pasado, aléjate de esa práctica. Haz un presupuesto realista y ahorra para gastos adicionales, de modo que no afecten tus finanzas y te dejen vulnerable a los prestamistas a día de pago. Consulta los planes de protección contra sobregiros para tu cuenta corriente, que podrían ahorrarte tarifas por cheques sin fondos y ayudarte a mantener tu cuenta con números a favor.

Alternativas a los préstamos a día de pago:

- comunícate con tus prestamistas o acreedores si sabes que tendrás problemas para pagar una factura. A menudo, puedes elaborar planes de pago alternativos, y las tarifas por pagos atrasados o cargos adicionales siguen siendo más baratos que los préstamos a día de pago. Una opción es buscar ayuda similar de un servicio de asesoramiento sobre crédito al consumo. Muchas son organizaciones sin fines de lucro y te pueden brindar asesoramiento y ayuda para negociar con los prestamistas. Puedes encontrar una agencia acreditada de asesoramiento crediticio sin fines de lucro en la Fundación Nacional de Asesoramiento Crediticio (NFCC) en [nfcc.org](https://www.nfcc.org) y 800-388-2227.
- Busca un préstamo de bajo costo o un adelanto en efectivo con tarjeta de crédito. Las fuentes de préstamos para préstamos personales incluyen cooperativas de crédito y compañías financieras o de préstamos más pequeñas. Los adelantos en efectivo con tarjeta de crédito pueden costar más, pero es posible que puedas aprovechar una oferta y una tasa de interés promocionales. Compara todos los términos y pide prestado solo lo que realmente necesitas. Para encontrar una cooperativa de crédito de desarrollo comunitario local, visita [Inclusiv.org](https://www.inclusiv.org).

Principales destructores de presupuesto que se deben evitar

Diapositiva 12 • 3 minutos

1. **Tarifas bancarias/de cajeros automáticos**
2. **Hacer mal uso de las transferencias de saldo**
3. **Tarjetas de crédito de negocios minoristas**
4. **Pagos atrasados**
5. **Postergar la creación de un fondo de emergencia:** Aprende pasos pequeños y concretos sobre cómo crear un fondo de emergencia en Better Money Habits®. [Go.BofA.com/uxapf](https://www.Go.BofA.com/uxapf)

- 6. Donativos:** algunos padres (y abuelos) dan hasta que no les queda nada. Si tienes una familia que depende de tus ingresos fijos para sacarlos de los problemas, deja de financiarlos ahora. Para muchas personas es más fácil decirlo que hacerlo, pero no puedes permitir que la familia se aproveche de ti hasta que te quedes sin suficiente dinero para cuidar de ti mismo.
- 7. Estafas financieras:** si recibes una solicitud por correo electrónico relacionada con una herencia o una transferencia de dinero para ayudar a alguien de un país extranjero, no respondas ni proporciones ninguna información personal. En su lugar, reenvía el mensaje completo, incluido el encabezado, al Centro de Denuncias de Delitos en Internet de la Oficina Federal de Investigaciones ([ic3.gov](https://www.ic3.gov)). Esta es la agencia gubernamental encargada de investigar estas actividades fraudulentas, incluidas las que se originan en Nigeria y el Reino Unido.
- 8. Mala calificación crediticia:** estos son los números con los que siempre debes comunicarte si te roban la billetera, etc.:
- Equifax: 800-525-6285
 - Experian (anteriormente TRW): 888-397-3742
 - TransUnion: 800-680-7289
 - Administración del Seguro Social (línea de fraude): 800-269-0271
- 9. Comida rápida:** puede ser una forma rápida de llenar el estómago, pero la comida rápida también es una forma rápida de agotar tu presupuesto. Comprar alimentos usando esos \$10 adicionales de la comida rápida puede estirar tu presupuesto y alimentarte para un día más. Considera recetas de comidas que se puedan cocinar y preparar en 30 minutos o menos. El sitio web del Departamento de Agricultura de EE. UU. [Nutrition.gov](https://www.nutrition.gov) es un buen lugar para comenzar. Cuenta con un banco de recetas y otra información relacionada con los alimentos, como nutrición por etapa de la vida y seguridad alimentaria. También tiene enlaces a recursos adicionales para la planificación de comidas, como SNAP-Ed para recetas saludables, económicas y fáciles de preparar.

En el mundo actual, administrar tu dinero no es fácil.

Tienes muchas decisiones que tomar y muchas opciones sobre qué hacer con tu dinero. La educación financiera, al igual que aprender a leer o escribir, consiste en aprender habilidades fundamentales que utilizarás todos los días para tomar decisiones importantes e informadas sobre tu situación financiera personal.

La administración financiera se trata de una serie de decisiones relacionadas con el establecimiento de metas financieras, la creación de un presupuesto y un plan de gastos, el uso eficaz del crédito y la revisión y perfeccionamiento continuo de tus metas y estrategias para lograr un mejor futuro económico.

Aprovecha los beneficios

Pedir ayuda no siempre es fácil, especialmente si tus ingresos son limitados o tienes problemas de salud. Es por eso que millones de estadounidenses mayores no aprovechan asistencia que podría ayudarlos a mejorar su salud y permitirles vivir de forma independiente por más tiempo. Al agregar los beneficios y el apoyo a los que tienes derecho, liberarás ingresos, reducirás gastos y podrás aumentar tus ahorros para tu tranquilidad.

Diapositiva 13 • 5 minutos

El PowerPoint tiene una captura de pantalla del sitio web de [BenefitsCheckUp.org](https://www.benefitscheckup.org); distribuye el folleto de coordinación. Distribuye también el directorio de la comunidad local con los programas de beneficios para adultos mayores.

No estás solo

Puedes calificar para recibir ayuda de programas locales, estatales y federales. Una forma de encontrarlos es ir al sitio web [BenefitsCheckUp.org](https://www.benefitscheckup.org) del NCOA y completar el cuestionario en línea. Recibirás un informe que sugiere programas en tu área y te indica cómo comunicarse con ellos.

Si no tienes acceso a Internet, llama a Eldercare Locator al 800-677-1116 ([Eldercare.acl.gov](https://www.eldercare.acl.gov)) para obtener ayuda con la localización de servicios en tu comunidad. También puedes llamar al departamento de servicios para adultos mayores de tu ciudad o condado y preguntar sobre los servicios que ofrece.

La siguiente es una lista de muestra de algunos servicios que quizás desees considerar: **(Indica que estos servicios están detallados en la página 18 de sus manuales).**

Programa Estatal de Seguros Médicos (SHIP)

SHIP ofrece asesoramiento gratuito para quienes tengan preguntas sobre Medicare, incluidas preguntas sobre la solicitud y la selección de opciones. Para encontrar una oficina cercana, visita [ShipTACenter.org](https://www.shipta.org) o llama al 877-839-2675.

Programa Asistencial de Nutrición Suplementaria (SNAP), anteriormente conocido como cupones de alimentos

El Departamento de Agricultura maneja el programa SNAP, que ahora utiliza una tarjeta similar a una tarjeta de crédito para comprar alimentos. Puedes encontrar información, incluyendo dónde presentar la solicitud en tu comunidad, en el sitio web del Departamento de Agricultura de EE. UU. [fns.usda.gov/snap](https://www.fns.usda.gov/snap). Haz clic en "Learn How to Apply" (Conozca cómo presentar una solicitud) para obtener enlaces para encontrar tu oficina local. El número gratuito de información de SNAP es 800-221-5689.

Bancos de alimentos

Los miembros del banco de alimentos de Feeding America ayudan a proporcionar alimentos a personas y familias calificadas. Maneja más de 200 bancos de alimentos locales. Para encontrar tu banco de alimentos local, visita [FeedingAmerica.org](https://www.feedingamerica.org).

Programa de Empleo de Servicio Comunitario para Personas Mayores (SCSEP)

El SCSEP es un programa financiado por el Departamento de Trabajo (DOL) que ayuda a adultos calificados mayores de 55 años a encontrar, conseguir y conservar empleos a través del servicio comunitario. Para obtener más información sobre el programa, visita doleta.gov/Seniors o comunícate con tu bolsa de trabajo integral local, que puedes ubicar llamando a la línea de ayuda gratuita del DOL al 877-872-5627.

Asistencia Voluntaria con el Impuesto sobre la Renta (VITA)

Para obtener más información sobre la asistencia tributaria gratuita a través del programa VITA, visita el sitio web del Servicio Interno de Impuestos (IRS), irs.gov introduce el término de búsqueda VITA. Encontrarás un enlace que describe el programa y los límites de ingresos. También te permitirá localizar sitios VITA locales. También puedes encontrar un sitio VITA local llamando al 800-906-9887.

Programas de asistencia para servicios públicos

Programa de Asistencia Energética para Hogares de Bajos Ingresos (LIHEAP)

El LIHEAP brinda asistencia a hogares de bajos ingresos para ayudar a cubrir los costos de calefacción y refrigeración del hogar. Los fondos se distribuyen a través de agencias estatales que se pueden localizar en el sitio web del Departamento de Salud y Servicios Humanos, [liheap.org](https://www.liheap.org), o llamando al 866-674-6327.

Lifeline

Lifeline ofrece un descuento en el servicio telefónico local a personas calificadas. Cada estado tiene sus propias reglas. A través de Link Up, las personas calificadas también pueden recibir asistencia con los cargos de instalación. Puedes encontrar compañías telefónicas locales participantes en [LifelineSupport.org](https://www.lifelinesupport.org) o llamando a tu compañía telefónica local y solicitando información sobre cómo solicitar Lifeline y Link Up.

Programas de asistencia de impermeabilización

El Departamento de Energía ofrece asistencia a personas y familias calificadas a mejorar la eficiencia energética de sus hogares. Puedes localizar tu oficina local de impermeabilización llamando al Centro de Información del Programa de Eficiencia Energética y Energía Renovable del Departamento de Energía al 877-377-3463.

Medicamentos recetados

Algunos fabricantes de medicamentos ofrecen asistencia con los costos de los medicamentos recetados a personas calificadas. La información sobre tus medicamentos recetados específicos está disponible en el sitio web de información de beneficios del NCOA, [BenefitsCheckUp.org](https://www.benefitscheckup.org). Selecciona la opción "Prescription Drug Assistance" (Asistencia para medicamentos recetados).



Cómo encontrar programas locales

Diapositiva 14 • 3 minutos

Haz referencia también al directorio de la comunidad local con los programas de beneficios para adultos mayores.

El NCOA identifica programas en tu comunidad a través de BenefitsCheckUp. Puedes acceder a BenefitsCheckUp en línea en [BenefitsCheckUp.org](https://www.benefitscheckup.org). Después de completar un cuestionario confidencial, recibirás inmediatamente un informe en línea que identifica los programas en tu comunidad, incluidos muchos de los servicios de los que acabamos de hablar. El informe proporciona información de contacto de los programas cercanos e información sobre cómo presentar la solicitud.

El NCOA también cuenta con centros de recursos para adultos mayores en ciudades selectas de todo el país. Estos centros incluyen centros de inscripción de beneficios y programas de empleo de servicios comunitarios para personas mayores. En estos centros, puedes obtener ayuda para identificar para qué programas calificas y solicitarlos. Para saber si tu comunidad tiene un centro, visita [ncoa.org](https://www.ncoa.org).

Es posible que tu comunidad tenga centros o grupos para adultos mayores que brinden información sobre servicios para adultos mayores. Muchos centros brindan una variedad de servicios, incluyendo comidas.

La Administración sobre Adultos Mayores de EE. UU. financia programas estatales que incluyen Centros de Recursos para Personas Mayores y Discapacitadas (ADRC). Es posible que tengan personal capacitado para ayudarte con los servicios para adultos mayores. Puedes encontrar el ADRC más cercano llamando a Eldercare Locator al 800-677-1116.

Cómo presentar una solicitud

Diapositiva 14 • 2 minutos

Muchas organizaciones están tratando de facilitar la solicitud a los programas. En el sitio web BenefitsCheckUp del NCOA hay enlaces a los formularios que necesitarás e información sobre cómo presentar la solicitud. En algunas comunidades se han creado sitios web que permiten solicitar beneficios en línea. Es posible que puedas evitar hacer cola presentando la solicitud en línea.

Si vas a una oficina para presentar la solicitud, llama con anticipación y pregunta si debes llevar algún documento cuando presentes la solicitud. No querrás perder tiempo esperando en la fila solo para saber que tienes que regresar con tus documentos.

Tengo beneficios, ¿ahora qué hago?

Diapositiva 15 • 3 minutos

Mantente informado. Los programas cambian constantemente y se crean otros nuevos. Una forma de mantenerse informado es visitar Age Well Planner del NCOA en ncoa.org/Age-Well-Planner. Age Well Planner es un recurso confiable para que los adultos mayores planifiquen su jubilación y se aseguren de que puedan alcanzar sus metas para tener una vejez saludable. Ofrece herramientas de evaluación, recursos personalizados y acceso a ayuda de expertos. En Age Well Planner, los adultos mayores y los cuidadores pueden comparar los planes de Medicare y conectarse con un agente confiable de Medicare para inscribirse en un plan.

Además, la mayoría de los programas requieren que les informes si tus ingresos o tu situación de vida cambian, aunque sea temporalmente. Los avances tecnológicos significan que las agencias se comunican mejor y comparten información. Podrías perder tus beneficios si no notificas de inmediato a una agencia sobre cualquier cambio en tus ingresos.

Recertificación

Muchas agencias exigen que proporciones evidencia de tu nivel de ingresos después de que te hayan aprobado los beneficios. Por ejemplo, el SCSEP revisa tu nivel de ingresos un año después de que te acepten en el programa. Debes mantener tus declaraciones de ingresos seguras y accesibles, y estar preparado para proporcionar copias a tu asistente social si es necesario. Ten en cuenta que algunos programas pueden llegar a revisar tus ingresos cuando se cumplan apenas tres meses después de la aprobación.

Un beneficio podría afectar a otro

Muchos programas tienen límites de ingresos. Por ejemplo, si recibes pagos del seguro de desempleo y solicitas el SCSEP, tu seguro de desempleo puede reducirse debido al estipendio del SCSEP. Considera hablar con tu asistente social en tu programa actual para ver si te verás afectado al recibir beneficios de un nuevo programa.

Preguntas frecuentes

Diapositiva 16 • 2 minutos

Indica que vayan a la página 22 del manual.

¿Qué hago si llega una crisis?

Todo el mundo experimenta acontecimientos inesperados. Pueden estar relacionados con la salud, y es posible que tengas que usar tarjetas de crédito o recurrir a tus cuentas de ahorro y jubilación. Si te sientes sobrepasado por algún motivo, habla con alguien que pueda ayudarte. La situación puede empeorar si la evitas o esperas demasiado para buscar consejo. Es mucho más fácil resolver las cosas directamente con un banco o acreedor que con una agencia de cobranzas.

Un gran recurso al que puedes recurrir en busca de ayuda en caso de crisis es uno de los muchos centros de inscripción de beneficios del NCOA. Con 85 ubicaciones en 41 estados, los centros de inscripción de beneficios del NCOA conectan a los beneficiarios de Medicare que tienen ingresos limitados con beneficios que pueden ayudarlos a pagar la atención médica, los alimentos y más. También puedes utilizar la herramienta Eldercare Locator en [Eldercare.acl.gov](https://eldercare.acl.gov) o llamando al 800-677-1116. Comunicarte con tu agencia local para adultos mayores también te puede proporcionar recursos útiles.

¿Cómo me convierto en alguien LLENO de recursos?

Has encontrado recursos y deseas estar LLENO de recursos. La clave del éxito es comenzar tu búsqueda. Dos excelentes lugares para comenzar son BenefitsCheckUp® y los centros de inscripción de beneficios del NCOA. Se puede acceder a BenefitsCheckUp del NCOA en [BenefitsCheckUp.org](https://www.benefitscheckup.org).

Los programas de beneficios cambian constantemente. Busca en tu comunidad organizaciones que aborden las preocupaciones de los adultos mayores. En una comunidad, una organización local llamada Planning for Elders opera una escuela de supervivencia para personas mayores que brinda información gratuita sobre temas como transporte, atención médica y vivienda. Comprueba si tu comunidad tiene un programa similar. Compartir información es una parte importante para convertirse en alguien LLENO de recursos.

Referencias

Financial Security in Later Life. Janet Bechman, Purdue University; Marlene Stum, University of Minnesota; Suzann Knight, University of New Hampshire. Abril de 2002.

Financial Fitness for the Best Rest of Your Life: What Older Adults Need to Know About Money. Barbara O'Neill, Rutgers University Cooperative Extension; Jane White, Retirement Solutions Foundation; New Jersey Coalition for Financial Education, Madison, NJ; febrero de 2010.

Linfield, Leslie E. *Senior Financial Safety*. Portland, ME: FLA, 2010. Impreso.

National Endowment for Financial Education's Financial Workshop Kits
<http://www.financialworkshopkits.org/>

National Disability Institute's Real Economic Impact Tour
<http://www.realeconomicimpact.org/Financial-Education/Smart-Money-Solutions.aspx>

Otros recursos

En colaboración con varias organizaciones sin fines de lucro, Bank of America ha creado contenido de Better Money Habits® para ayudar a las personas que viven con lo justo a estabilizar y mejorar su situación financiera. Visita [BetterMoneyHabits.com](https://www.bettermoneyhabits.com) para encontrar videos, infografías y artículos sobre cómo crear un fondo de emergencia, administrar las facturas, manejar deudas vencidas y más.

Notas



Socios contribuyentes y revisores

Maureen O'Leary, Consejo Nacional para Adultos Mayores; **Brandy Bauer**, Consejo Nacional para Adultos Mayores; **Madell Breedlove**, PathStone Corporation; **Tosha Brown**, Bank of America

Laura Cisneros, Texas; **Susan Getman**, Delaware; **Carol Hunt**, Nueva York; **Diane Lanaville**, Wisconsin; **Marianne Mills**, Alaska; **Denise Niese**, Ohio; **Carol Reagan**, Illinois; **Wendy Thomas**, Utah; **Peter Thompson**, Virginia

Autores

Ramsey Alwin, Consejo Nacional para Adultos Mayores

Urrikka Woods-Scott, CEPF, Consejo Nacional para Adultos Mayores

Christopher Windle, NCOA San Francisco, Iniciativa de Seguridad Económica para Personas Mayores