



Reciba información gratuita
y personalizada para cuidar
su salud, mantener su
independencia y envejecer
en su casa

de la Oficina de Servicios para Adultos
Mayores y Discapacitados del Condado
de Middlesex



middlesexcountynj.dailylivingadvice.com

- Encuentre las guías de “Envejeciendo en el hogar” para estar seguro y ser independiente en su propia casa.
- Encuentre los consejos de cuidado rápido con ideas gratis o de bajo costo para mantener las habilidades funcionales y poder cuidarse a sí mismo y mantener su independencia.
- Explore la biblioteca de guías de cuidado que ofrece ayuda para manejar cientos de situaciones y preocupaciones comunes de los cuidadores.
- Suscríbase a las gacetillas de salud de los adultos mayores y familiares cuidadores, con contenidos personalizados de salud y cuidados creados por profesionales.

Contacto

Oficina de Servicios para Adultos Mayores y Discapacitados

 732-745-3295

 www.middlesexcountynj.gov



 **MIDDLESEX**
C O U N T Y • N J

Patrocinado por el Consejo de Funcionarios Electos del
Condado de Middlesex y la Oficina de Servicios para Adultos
Mayores y Discapacitados del Condado de Middlesex.