

# VIVALON: Guía De Recursos

	<p><b>Vivalon</b></p>	<p>Permitir que los adultos mayores de Marin y otros residentes vulnerables prosperen a través del poder de la conexión humana con paseos, comidas, clases, cuidado y consejos.</p>	<p><b>415-456-9062</b>  <a href="mailto:info@vivalon.org">info@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org">vivalon.org</a></p>
	<p><b>RIDES</b>  <b>CarePool</b></p>	<p>Paseos GRATIS para residentes de Marin mayores de 65 años y personas que viven con discapacidades a citas médicas y supermercados.</p>	<p><b>415-454-0927</b>  <a href="mailto:carepool@vivalon.org">carepool@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/transportation">vivalon.org/transportation</a></p>
	<p><b>Assisted Transportation</b></p>	<p>Paseos GRATIS a citas médicas para residentes de Marin 60+. Asociación con el Condado de Marin.</p>	<p><b>415-755-1800</b>  <a href="mailto:assistedtransportation@vivalon.org">assistedtransportation@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/assisted-transportation">vivalon.org/assisted-transportation</a></p>
	<p><b>Medical Transportation</b></p>	<p>Transporte especializado para Medi-Cal y Vivalon's Missed Appointment Reduction Service para residentes de Marin a través de sus proveedores de atención médica.</p>	<p><b>415-419-2608</b>  <a href="mailto:medical@vivalon.org">medical@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/medical-appointment-transportation">vivalon.org/medical-appointment-transportation</a></p>
	<p><b>Private Shuttles</b></p>	<p>Transporte privado y chárter a un precio más bajo a través de Vivalon Rides.</p>	<p><b>415-454-0902</b>  <a href="mailto:travelnavigator@marintransit.org">travelnavigator@marintransit.org</a>  <a href="http://marintransit.org/marin-access">marintransit.org/marin-access</a></p>
	<p><b>MEALS</b>  <b>Meals on Wheels</b></p>	<p>Comidas frescas y frías GRATIS entregadas hasta tres veces a la semana a adultos mayores de más de 60 años. Asociación con el Condado de Marin</p>	<p><b>415-457-4636 (INFO)</b>  <a href="mailto:473-INFO@marincounty.org">473-INFO@marincounty.org</a>  <a href="http://marinhhs.org/nutrition-services-older-adults">marinhhs.org/nutrition-services-older-adults</a></p>
	<p><b>Vivalon Nourish</b></p>	<p>Comidas frescas y frías GRATIS entregadas hasta tres veces a la semana a cualquier persona en Marin con problemas crónicos de salud.</p>	<p><b>415-456-9062 x176</b>  <a href="mailto:nutrition@vivalon.org">nutrition@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/nutrition">vivalon.org/nutrition</a></p>
	<p><b>Brown Bag Pantry</b></p>	<p>Productos frescos saludables y comestibles. Gratis para cualquier residente del condado de Marin. En asociación con El Banco de Alimentos SF-Marin</p>	<p><b>415-456-9062</b>  <a href="mailto:guestservices@vivalon.org">guestservices@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/nutrition/pantry">vivalon.org/nutrition/pantry</a></p>
	<p><b>Jackson Café</b></p>	<p>Descuento. Se ofrece servicio de comidas preparada por el chef, fresca, estilo preparado en casa. Lunes a Viernes, 11:30am-2:00pm, 930 Tamalpais Ave., San Rafael, 94901</p>	<p><b>415-456-9062</b>  <a href="mailto:guestservices@vivalon.org">guestservices@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/nutrition/jackson-cafe">vivalon.org/nutrition/jackson-cafe</a></p>
	<p><b>CLASSES</b>  <b>Classes &amp; Activities</b></p>	<p>Gratis/con descuento clases, seminarios, grupos sociales, eventos y actividades Las clases son actualmente gratuitas a través de ZOOM/teléfono y en persona. Incluye: <b>Vitality@Vivalon</b> - 8 - semana Programa de Envejecimiento Saludable. <b>Bingocize</b> - 10 semana seminario de Prevención de Caídas basado en evidencia. <i>En asociación con el Condado de Marin</i></p>	<p><b>415-456-9062</b>  <a href="mailto:guestservices@vivalon.org">guestservices@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/classes">vivalon.org/classes</a></p>
	<p><b>TECHNOLOGY</b>  <b>Training &amp; Support</b></p>	<p>Programas de tecnología gratuitos que incluyen: <b>Tech4Health</b> - tableta proporcionada y capacitación en el hogar. <b>Tech 4 Seniors</b> - clases grupales sobre diferentes temas tecnológicos.</p>	<p><b>415-456-9062</b>  <a href="mailto:guestservices@vivalon.org">guestservices@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/care">vivalon.org/care</a></p>
	<p><b>CARE</b>  <b>Visiting Programs</b></p>	<p>Programas semanales gratuitos de visitas sociales en persona o por teléfono. Alianzas con LITA y Front Porch</p>	<p><b>415-456-9062</b>  <a href="mailto:guestservices@vivalon.org">guestservices@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/care">vivalon.org/care</a></p>
	<p><b>ADVICE</b>  <b>Resource Office</b></p>	<p>Recursos y referencias comunitarias GRATUITAS, incluyendo servicios de asesoramiento financiero y legal, para adultos mayores.</p>	<p><b>415-456-9062</b>  <a href="mailto:guestservices@vivalon.org">guestservices@vivalon.org</a>  <a href="http://vivalon.org/resources">vivalon.org/resources</a></p>