

지역 주민 분들 중에서 COVID-19(코로나 바이러스) 고위험군에 속하는 노인분들(과 병약자들)은 외출을 삼가하고 있습니다. 현재 이런 분들은 장기화된 코로나위기 상황으로 실외 활동, 대인관계, 운동부족 등으로 인한 영양불균형, 근육손실, 외로움 등의 많은 건강문제를 겪고 있습니다.

노인분들은 전화와 컴퓨터를 통한 정보 습득과 이용이 불편합니다. 일반적으로 80세 이상의 노인 중 반이상이 컴퓨터 사용법을 모르고 또한 청력 손실로 전화사용도 불편합니다.

모든 지역주민들께 부탁드립니다. 주변에 필요한 도움을 받지 못하고 있는 노인분들을 살펴봐주세요. 전화를 하거나 방문을 하셔서 도움이 필요하신지 물어보세요. 많은 노인분들이 귀가 잘 안들리시고 거동도 불편하십니다.

만약 여러분의 이웃이 식료품과 약품 또한 다른 필수품을 얻는데 도움이 필요하다면. 커뮤니티 체스트 헬핑 핸드 프로그램([Community Chest's Helping Hand Program](#))에 연락해주세요. 팬데믹 기간동안 무료로 쇼핑과 비대면 배달을 해드립니다. 전화 767-2121 또는 이메일 info@portchest.org.

이웃에 60세 이상 노인이 사시면 **311 또는 869-6311** 번으로 전화해서 프로젝트 인디펜던스 ([Project Independence](#))에 등록하시도록 해주세요. 이 프로젝트는 노스 햄프스테드 타운에서 시행하고 있는 60세 이상 지역주민을 위한 봉사 프로젝트입니다. **311 또는 869-6311**번에 전화하시면, 노인분들은 프로젝트 인디펜던스에 등록되고 택시 이용부터 의사 진료예약, 식료품 쇼핑까지의 모든 서비스와 프로그램을 이용하실 수 있습니다. 그 외에도 프로젝트 인디펜던스는 지역내 간호사들과 사회 복지사들과 연결되어 있어 지역 노인 분들의 식료품부족, 재정지원, 정신건강 등 여러분야에 도움을 드립니다. 더 많은 정보를 보시려면 [여기](#) 를 클릭하세요.

여러분이 직접 도와주실수 없거나 노인이 프로젝트 인디펜던스(Project Independence) 등록에 어려움이 있으시면, 도와줄 수 있는 다른 사람에게 노인의 연락 정보를 공유해도 되는지 물어보세요.

커뮤니티 체스트(info@portchest.org , 516-767-2121) 또는 포트워싱턴 아웃리치 협회(Port Washington's Outreach Organizations) 연락처:

Our Lady of Fatima at 516-883-3903
St. Peter of Alcantara at 516-883-0365
Littig House Community Center 516-767-2010

Thank you.
Julie B. Meer
Executive Director
Community Chest of Port Washington
516 [767-2121](tel:767-2121)jmeer@portchest.org or www.portchest.org

Members of our community, specifically **older adults (and people of any age who have serious underlying medical conditions)** are at higher risk for severe illness from COVID-19 and are staying indoors. Some of the frail elderly—lacking outdoor time, social connections and a lack of physical activity during this extended pandemic--may be more at risk for malnutrition, muscle attrition, loneliness and other health problems.

Access to information and support is often by telephone or computer—both can be difficult for many seniors. It is generally agreed that more than 50% of seniors over 80 years old are not computer literate, and many also have some significant degree of hearing loss.

We are asking all residents to be aware of elderly neighbors and others who may need help and who are possibly not getting the help they need. Either call or knock on the door and ask if they need anything. Remember that many seniors have hearing and/or mobility issues.

If your neighbor can't procure food, medication or other essentials, contact the [Community Chest's Helping Hands program](#)-- providing free shopping and no contact delivery during this crisis—at 767-2121 or email info@portchest.org.

If your neighbor is 60 or older, encourage him/her to **call 311 or 869-6311** to register for [Project Independence](#). Project Independence is the Town of North Hempstead's aging in place initiative, serving Town residents age 60 or older. By calling 311 or 869-6311 a senior will be connected to Project Independence and all their programs and services including, taxi transportation to doctor appointments and food shopping. In addition, Project Independence has a staff of community nurses and social workers to assist senior Town residents with food insecurities, entitlements, reassurance, and more. [Click here](#) to find out more about Project Independence.

If you cannot help or if he/she is having trouble registering for Project Independence, please ask if you can share his/her contact information with someone who can help.

Refer them to the Community Chest (info@portchest.org, 516-767-2121) or one of Port Washington's Outreach organizations:

Our Lady of Fatima at 516-883-3903

St. Peter of Alcantara at 516-883-0365

Littig House Community Center 516-767-2010

Thank you.

Julie B. Meer

Executive Director

Community Chest of Port Washington

516 767-2121 jmeer@portchest.org or www.portchest.org

