

Volunteer Senior Outreach Program

Building and maintaining relationships with family and friends is critical to a person's overall well-being. However, this can be a challenge for some seniors due to isolation or limited support systems.

That's where the **Volunteer Senior Outreach Program (VSOP)** steps in.

How we help

VSOP recruits and trains volunteers to act as companions and advocates for adults over 60 who are housebound, have a limited support system and/or family support or have experienced a significant loss. Our volunteers can help seniors stay active, develop a purpose in life and maintain their mental stimulation.

Expected outcomes

- ▶ Increases socialization with others
- ▶ Connects to the appropriate level of care for health and mental health needs
- ▶ Helps to maintain independence
- ▶ Improves physical and mental wellness
- ▶ Increases and improves connection to the community
- ▶ Prevents suicidal ideations or attempts

Who to refer to VSOP

Persons must be 60 years or older
AND

- ▶ Homebound or isolated
- ▶ In a fragile physical and/or mental state
- ▶ In need of social supports
- ▶ Experiencing the loss of loved one and/or grief
- ▶ Suicidal or depressed
- ▶ Having issues with alcohol and/or substance use
- ▶ Would benefit from a mental health screening or socialization with peers

To volunteer or to receive services:

- ▶ Bakersfield: Lourdes Garcia
661-868-5021
- ▶ Lake Isabella: Cindy Brown
760-379-3412
- ▶ Tehachapi/Desert: Debby Diamond
661-822-8223

The Volunteer Senior Outreach Program is a collaborative effort between





Volunteer Senior Outreach Program

Desarrollar y mantener relaciones con la familia y los amigos es esencial para el bienestar general de una persona. Sin embargo, esto puede ser un reto para algunos adultos mayores debido al aislamiento o a los limitados sistemas de apoyo.

Allí es donde el **Volunteer Senior Outreach Program (VSOP)** ayuda.

Cómo le ayudamos

VSOP recluta y capacita a voluntarios para que actúen como compañeros y defensores de adultos mayores de 60 años que tienen que permanecer en casa, tienen un sistema limitado de apoyo, tienen apoyo familiar limitado o han sufrido pérdidas significativas. Nuestros voluntarios pueden ayudar a los adultos mayores a mantenerse activos, desarrollar un propósito en la vida y mantener su estimulación mental.

Resultados esperados

- ▶ Aumenta la socialización con otras personas
- ▶ Conectado al nivel de ayuda apropiado para necesidades de salud y salud mental
- ▶ Ayuda a mantener independencia
- ▶ Mejora el bienestar físico y mental
- ▶ Aumenta y mejora la conexión con la comunidad
- ▶ Previene los pensamientos o intentos de suicidio

Cómo remitir a alguien al VSOP

Las personas deben ser mayores de 60 años Y

- ▶ Tienen que estar confinados a su casa o aislados
- ▶ Están en un estado físico o mental delicado
- ▶ Necesitan apoyo social
- ▶ Sufren la pérdida de un ser querido o están de duelo
- ▶ Tienen pensamientos suicidas o están deprimidos
- ▶ Tienen problemas de consumo de alcohol o drogas
- ▶ Se beneficiarían si se les hace una evaluación de salud mental o si socializan con sus compañeros

Voluntario o para recibir servicios:

- ▶ **Bakersfield:** Lourdes Garcia
661-868-5021
- ▶ **Lake Isabella:** Cindy Brown
760-379-3412
- ▶ **Tehachapi/Desert:** Debby Diamond
661-822-8223

El Volunteer Senior Outreach Program es un esfuerzo de colaboración entre

