



# Cursos de capacitación en línea gratuitos

¿Tiene preguntas sobre cómo brindar cuidado a un adulto mayor o a una persona con una discapacidad?

Homebridge y la Autoridad Pública del Condado de Alameda ofrecen capacitación para proveedores y beneficiarios elegibles de IHSS. Aprenda nuevas habilidades y conéctese con otros cuidadores, **todo desde su hogar y sin costo alguno.**



## ✓ Habilidades Que Facilitan el Cuidado

Estas clases gratuitas le mostrarán cómo:

- Mantienen a las personas seguras en casa.
- Levantar y trasladar con seguridad.
- Pérdida de memoria y conductas difíciles.

Estas habilidades hacen que proveedores y beneficiarios se sientan **seguros** y **preparados**.

## ✓ Siéntase Seguro y Menos Estresado

Cuando aprendes más, tú:

- Preocúpese menos por los errores.
- Manténgase tranquilo ante los problemas.
- Disfrute más su trabajo.

Sentirse **seguro** y saber qué hacer hace que el cuidado sea **más fácil**.

## ✓ Invierte en Ti — Gratis

Estas clases:

- No cuesta nada.
- Desarrolla tus habilidades y tu currículum.
- Te ayuda a crecer ahora y en el futuro.

Tomarse el tiempo para aprender demuestra que **tú** y tu trabajo **importan**.

# Cursos Online Gratis:

## Aprende a tu ritmo.

Explora estos cursos en línea para fortalecer tus habilidades en cuidado a domicilio. Aprende a mantener a los beneficiarios seguros y cómodos, mientras adquieres confianza y conocimientos prácticos que puedes usar de inmediato.

### Introducción al Cuidado a Domicilio

Aprende tu rol y cómo brindar cuidado seguro y de calidad a los beneficiarios.

### Apoyo en Baño, Vestimenta y Cuidado de la Piel

Aprende a bañar, vestir y cuidar la piel de los beneficiarios de forma segura y respetuosa.

### Respetando las Diferencias

Descubre cómo respetar distintas culturas y antecedentes para crear un ambiente acogedor.

### Cuidado de Beneficiarios Confinados a la Cama: Baños y Arreglo de Cama con Elevadores

Aprende a dar baños en cama, arreglar camas y usar elevadores de forma segura.

### Conceptos Clave de la Atención Domiciliaria, Autodeterminación y Autogestión

Aprende atención centrada en la persona y apoyo en decisiones de cuidado.

### Control de Infecciones

Aprende a prevenir la propagación de gérmenes y mantener la seguridad.

### Colaboración en el Equipo de Cuidado

Conoce cómo trabajan juntos los miembros del equipo y cómo registrar y comunicar información importante sobre los beneficiarios.

### Seguridad y Prevención de Riesgos para Beneficiarios y Proveedores

Aprende a mantener la seguridad y dar primeros auxilios básicos.

### Apoyo en Aseo Personal

Ayuda a los beneficiarios con baño, cuidado del cabello y de la boca, manteniendo su dignidad.

### Apoyo en Uso del Baño y Manejo de Incontinencia

Asiste a los beneficiarios con el uso del baño y cuidado de catéteres de forma segura y respetuosa.

## Regístrate en 4 pasos

### 1. Visita el sitio web:

QR o visita:  
[tinyurl.com/AlamedaCircle](https://tinyurl.com/AlamedaCircle)



### 2. Crea tu cuenta:

Ingresa:

- Tu nombre completo
- Tu correo electrónico
- Una contraseña de tu elección

Luego haz clic en "Sign Up".

### 3. Confirma tu correo:

Revisa tu email para un mensaje con un código de 6 dígitos. Escríbelo en el sitio web.

### 4. Comienza a aprender:

Usa el menú a la izquierda para ver todas las clases y herramientas de ayuda.

### ¿Necesitas ayuda?

Contacta a Ripa Saha  
Senior Manager of Development  
[rsaha@homebridgeca.org](mailto:rsaha@homebridgeca.org) · 415.535.3624

### ¿Quieres aprender en vivo con un profesor en línea?

Clases en línea en vivo gratis. Consulta el horario de IHSS del Condado de Alameda y regístrate:  
<https://forms.office.com/g/gp44NfFCUJ>

### ¿Necesitas ayuda?

Escribe a [patraining@acgov.org](mailto:patraining@acgov.org)



HOME BRIDGE

Making independent living possible  
for those unable to care for themselves.

[HOMEBRIDGECA.ORG](https://homebridgeca.org)