

Calendario de formaciones en línea de la Public Authority para el Programa IHSS en el Condado de Alameda

La Autoridad Pública (Public Authority) para el Programa IHSS del Condado de Alameda ofrece formaciones GRATUITAS para los proveedores y los beneficiarios activos del programa IHSS.

Cursos en línea para octubre de 2026:

- ☐ **Técnicas de respiración: cómo afrontar el estrés del cuidador y fomentar la relajación**
15 de octubre (jueves) de 2 a 3 p.m.
Instructor: Rachel E. Holben, Independence at Home
Esta clase ha sido diseñada especialmente para los cuidadores IHSS y explora los signos del agotamiento del cuidador y ofrece técnicas de relajación y respiración sencillas pero efectivas. Los participantes practicarán ejercicios para reducir el estrés y aprenderán estrategias sencillas para equilibrar el cuidado de los demás con el cuidado de sí mismos.
- ☐ **Rompiendo barreras y construyendo puentes: Salud y acceso para personas mayores con capacidades diferentes**
19 de octubre (lunes) de 2 a 3 p.m.
Instructor: Care Partners
Esta formación proporcionará a las personas mayores de bajos ingresos y con discapacidades del condado de Alameda herramientas prácticas, recursos y vías para superar las barreras que les impiden acceder a la atención médica. Este programa dará voz a la comunidad, guiará a los participantes en formas de documentar sus deseos sobre la atención médica y los conectará con apoyos vitales como transporte, equipos médicos duraderos, alimentos, vivienda y acceso digital, teniendo a la dignidad y la equidad como pilares fundamentales.
- ☐ **Señales de alerta comunes: fraude y estafas contra los adultos mayores**
21 de octubre (miércoles), de 2 a 3:30 p.m.
Instructor: HomeBridge.
Aprenda a reconocer las señales de alerta comunes de fraude y estafas contra los adultos mayores. Esta formación abarca tácticas de estafa comunes, señales de alerta a las que podemos prestar atención y consejos prácticos para ayudar a prevenir la explotación financiera y protegerse a sí mismo y a sus seres queridos.
- ☐ **Sensibilidad ante los químicos y seguridad**
23 de octubre (viernes) de 2 a 3:30 p.m.
Instructor: HomeBridge.
Este curso ayuda a crear conciencia sobre la sensibilidad a los químicos y cómo afecta a la salud, ayudando a los cuidadores a identificar los desencadenantes comunes y a crear entornos más seguros. Los participantes aprenderán estrategias prácticas para minimizar la exposición y garantizar la seguridad de las personas con mayor sensibilidad química.



Servicios paramédicos

28 de octubre (miércoles) de 2 a 3:30 p.m.

Instructor: HomeBridge.

Este curso presenta una introducción a los fundamentos de la atención paramédica, incluyendo qué es y cuándo los cuidadores están autorizados a proporcionarla. Los alumnos llegarán a comprender claramente qué son los servicios clasificados como atención paramédica y en qué se diferencian de las tareas de cuidado personal.

[¡PULSE AQUÍ](#) O ESCANEE EL CÓDIGO QR PARA INSCRIBIRSE EN LAS CLASES!



Si tiene alguna pregunta, llámenos al (510) 577-3554 o escriba al correo electrónico PAtraining@acgov.org.

Descargo de responsabilidad: Las fechas y horarios de las formaciones están sujetos a cambios.