



Alameda County
Social Services
Agency

Número 10 | OTOÑO 2026

ENHANCING THE IHSS EXPERIENCE



PUBLIC AUTHORITY PRESS *Condado de Alameda*

Visión y Misión

Public Authority Press es un boletín informativo publicado 3 veces al año para la Autoridad Pública del condado de Alameda. Este boletín es un recurso comunitario que permite a los beneficiarios y proveedores de los servicios de apoyo en el hogar (IHSS) recibir información actualizada sobre los eventos organizados por la Autoridad Pública y el Programa IHSS durante todo el año.

En esta edición

Public Authority

Mensaje de la Directora Ejecutiva
Entrenamiento

Servicios de apoyo en el hogar

Actualizaciones
Guía del portal de servicios electrónicos
Rincón del cuidador

Recursos

Mes Nacional del Cuidador Familiar
Oficina de Servicios para Veteranos
Programa de salud mental *Insights*
Programa *Healthy Homes*
Cuidados durante los feriados
¿Su información de contacto está actualizada?



Para obtener más recursos y asistencia, visite nuestro sitio web: <https://ac-pa4ihss.org/>

OCTUBRE

NOVIEMBRE

DICIEMBRE



Directora Ejecutiva, Autoridad Pública para los Servicios de Apoyo en el Hogar

Nicole Hayes

Noviembre es el Mes del Cuidador Familiar y deseo aprovechar esta oportunidad para expresar mi más sincero agradecimiento a nuestros extraordinarios proveedores de servicios de apoyo en el hogar (IHSS). Cada día, usted dedica su tiempo, paciencia, compasión y fuerza para garantizar que las personas mayores y las personas con discapacidades de nuestra comunidad puedan vivir de forma segura, independiente y con dignidad.

Su trabajo a menudo pasa desapercibido, pero su impacto es incalculable. Usted ayuda a su beneficiario con el cuidado personal, apoyo en las tareas cotidianas, le ofrece compañía, transporte, recordatorios sobre sus medicamentos y mucho más. Aporta consuelo en momentos de incertidumbre y estabilidad en tiempos de cambio. Lo más importante es que está ahí, presente, de forma constante, fiable y cuidados genuinos.

Este boletín informativo destaca varios recursos disponibles para ayudarle en su labor como cuidador. Tanto si busca oportunidades de entrenarse, apoyo para su bienestar, orientación financiera o conexiones con la comunidad, le animamos a explorar los programas que le

Gracias por su dedicación, su resiliencia y la compasión que aporta a su trabajo cada día. Les agradecemos su labor y honramos todo lo que hace por las personas y familias a las que sirve.

-Nicole Hayes

Directora de División, Servicios de Apoyo en el Hogar

Directora Ejecutiva, Autoridad Pública para los Servicios de Apoyo en el Hogar



CALENDARIO DE ENTRENAMIENTOS: NOVIEMBRE 2026

Se ofrece formación virtual gratuita para proveedores y beneficiarios activos del programa IHSS.

¡PULSE AQUÍ PARA INSCRIBIRSE.



FECHA	HORA	CLASE
Noviembre 2	9:00 a. m. - 1:00 p. m.	Curso de certificación en RCP/Primeros auxilios (en chino)
Noviembre 3	9:00 a. m. - 1:00 p. m.	Capacitación para la certificación en RCP/Primeros auxilios (inglés)
Noviembre 5	2:00 p. m. - 3:30 p. m.	Cambios físicos cuando envejecemos y prevención de caídas (inglés)
Noviembre 6	9:30 a. m. - 11:00 a. m.	Cambios físicos cuando envejecemos y prevención de caídas (español)
Noviembre 6	2:00 p. m. - 3:30 p. m.	Cambios físicos cuando envejecemos y prevención de caídas (inglés)
Noviembre 9	9:30 a. m. - 11:00 a. m.	El sistema ESP simplificado: gestione su hoja de horas en línea (inglés)
Noviembre 9	9:30 a. m. - 11:00 a. m.	El sistema ESP simplificado: gestione su hoja de horas en línea (chino)
Noviembre 18	10:00 a. m. - 11:00 a. m.	Cuidados durante las vacaciones
Noviembre 19	9:30 a. m. - 11:00 a. m.	Conceptos básicos sobre la demencia 101
Noviembre 20	2:00 p. m. - 3:30 p. m.	El sistema ESP simplificado: gestione sus hojas de horas en línea (español)
Noviembre 23	10:00 a. m. - 11:30 a. m.	Equilibrio entre proteínas, grasas y carbohidratos para la diabetes



Pulse AQUÍ o escanee el código QR para registrarse en las clases de entrenamiento.

Más información sobre nuestro programa de entrenamiento:

Llame al: 510-577-3554

Correo electrónico: PAtraining@acgov.org

Sitio web: <https://ac-pa4ihss.org/our-services/training/>



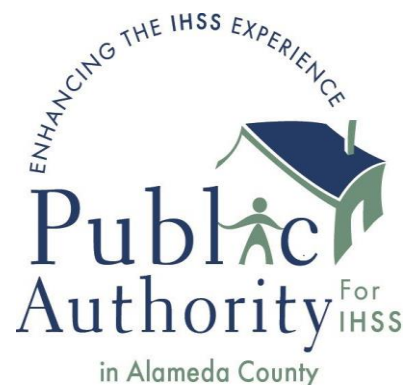
Homebridge y Public Authority del condado de Alameda están poniendo en marcha un programa de entrenamiento para proveedores y beneficiarios activos del programa IHSS (servicios de apoyo en el hogar).

Acceda a apoyos, aprenda nuevas habilidades y conéctese con otros cuidadores desde casa. ¡Todo GRATIS!

¡Recibirá un certificado digital después de completar cada clase a su propio ritmo!



HOMEBRIDGE



CLASES A SU PROPIO RITMO



El sistema ESP simplificado: Gestione sus hojas de horas en línea

Aprenda a navegar con confianza por el Portal de Servicios Electrónicos (ESP) y a enviar sus horas con precisión y puntualidad.



Introducción a la prestación de cuidados en el hogar

Aprenda cuál es su función, las reglas del programa y brinde atención



Apoyar a los beneficiarios al bañarse, vestirse y cuidar la piel

Aprenda cómo ayudar a los beneficiarios a bañarse, vestirse y cuidar la piel de forma segura/respetuosa



Respetar las diferencias

Descubra formas de respetar las diferentes culturas y orígenes para crear un ambiente acogedor.



Cuidado de un paciente postrado en cama: baños en cama y elevadores para hacer la cama

Aprenda cómo dar baños en cama, hacer la cama y usar elevadores de forma segura



Conceptos clave: cuidado en el hogar, autodeterminación y autodirección

Comprenda la atención centrada en la persona y ayúdeles a tomar decisiones sobre su cuidado.



Control de infecciones

Aprenda cómo detener la propagación de gérmenes



Colaboración entre los miembros del equipo de atención

Vea cómo los miembros del equipo de cuidados en el hogar trabajan juntos y realizan un



Seguridad y prevención de riesgos para el beneficiario y el proveedor

Aprenda a mantener la seguridad en su entorno, a responder a una emergencia y a prestar



Apoyar a los beneficiarios con el aseo personal

Ayude a los beneficiarios con el baño, el cuidado del cabello y la higiene bucal,



Ayudar a los beneficiario a usar el baño y manejar la incontinencia

Ayude a los beneficiarios con el aseo en el baño y el cuidado del catéter

CÓMO REGISTRARSE



Escanee el código QR y siga las instrucciones para crear su cuenta.



Comience a aprender: Utilice el menú de la izquierda para ver todas las clases.



¿NECESITA AYUDA?



Contacte a Ripa Saha, Gerente Sénior de Desarrollo.
rsaha@homebridgeca.org 415.535.3624



Horario de cierre de oficinas: Feriados del Condado de Alameda

El vestíbulo de los Servicios para Adultos Mayores del Condado de Alameda (ubicado en 6955 Foothill Blvd, Suite 143, Oakland CA 94605) permanecerá cerrado con motivo de los próximos feriados:

Noviembre 11, 2026: Día de los Veteranos

Noviembre 26, 2026: Acción de Gracias

Noviembre 27, 2026: Acción de Gracias

Diciembre 25, 2026: Navidad

Próximamente en el Portal de Servicios Electrónicos...

- Los beneficiarios de los Servicios IHSS pronto podrán recibir y acceder a Avisos de acción en su Portal de Servicios Electrónicos para Beneficiarios. A partir del 24 de octubre de 2026, el Portal de Servicios Electrónicos comenzará a
- utilizar un Código de acceso de un solo uso para verificar la identidad del proveedor y del beneficiario y así ayudar a mantener las cuentas seguras. Puede optar por recibir su código de acceso único por correo electrónico, mensaje de texto o mediante una llamada de voz automatizada a su teléfono móvil.

Estos teléfonos pueden ayudar

Nómina IHSS:
510-577-1877

Información y asistencia para
personas mayores
510-577-3530

Medi-Cal y CalFresh
510-272-3663

Servicios de protección para adultos
510-577-3500

Necesito encontrar a mi trabajador
social IHSS.
510-577-1900

***¡Manténgase al tanto de
las actualizaciones!***

Alameda County Public Authority

Teléfono: 510-577-3552
Correo: RegistryApps@acgov.org
Sitio web: ac-pa4ihss.org

Dirección postal:
6955 Foothill Blvd.
Suite 300
Oakland, CA 94605



SERVICIOS DE APOYO EN EL HOGAR: Guía del portal de servicios electrónicos para proveedores y beneficiarios

Sección del proveedor

Entrada de horas trabajadas

Registro de la entrada y salida
Presentar solicitudes de reembolso por viajes y bajas por enfermedad

Financiero

Inscríbase y actualice su cuenta de depósito directo. Consulte el estado y el historial de pagos.
Descargue su verificación de empleo/ingresos

Recursos

Actualice la información de su cuenta
Acceso a recursos y entrenamiento para proveedores

Sección del beneficiario

Actividad en la hoja de horas
510-577-1877

Contrate a un proveedor
510-577-3530

Recursos
510-272-3663

Iniciar sesión y contactar al CDSS

etimesheets.ihss.ca.gov/login

Mesa de servicio y ayuda del IHSS (Estado de California)
1-866-376-7066



Historias personales

"María" (de Newark, California)

Beneficiaria de servicios de apoyo en el hogar

¿Cuál ha sido su experiencia con los cuidados que ha recibido?

"Mi experiencia recibiendo cuidados ha sido muy buena. Agradezco enormemente poder quedarme en mi propia casa y que un familiar pueda cuidarme".

¿Qué valiosas lecciones has aprendido en su trayectoria con los cuidados del programa? (Ya sea recibiendo o brindando cuidados en el hogar).

"Cuando oigo hablar de personas que viven en residencias de ancianos, lejos de casa y de todo lo que les resulta familiar, me siento afortunado y agradecido por mi situación actual".

¿Cómo le han ayudado los Servicios de Apoyo en el Hogar o la Autoridad Pública?

"Los servicios de apoyo en el hogar han dado respuesta a mis necesidades y han sido una bendición".

Comparta su historia

- ♦ El programa de Servicios de Apoyo en el Hogar (IHSS) del Condado de Alameda y la Autoridad Pública desea escuchar sus historias reales sobre el poder del cuidado y sus experiencias con los servicios IHSS.
- ♦ Sus respuestas podrían compartirse en futuras publicaciones de la Autoridad Pública. Por favor, conteste a las preguntas en detalle. ¡Deseamos resaltar su experiencia personal y estamos emocionados de compartir sus historias!
- ♦ Continuemos la conversación sobre los desafíos y los triunfos del cuidado de personas.
- ♦ Envíe su historia personal por correo electrónico a PApress@acgov.org



MES NACIONAL DEL CUIDADOR FAMILIAR



Noviembre es

EL MES NACIONAL DEL CUIDADO FAMILIAR

Estas son cinco cosas que puede hacer para alentar y apoyar a un cuidador familiar en su vida. Cualquiera sea su elección, haga un esfuerzo especial por facilitar un poco la vida a los cuidadores familiares que conoce.

- **Ofrecer cuidados de relevo:** su cuidador familiar puede beneficiarse mucho de un descanso.
- **Monitoree vea cómo se siente su proveedor:** déjelo hablar de sus experiencias sin ofrecerle consejos.
- **Sea específico con sus ofertas:** haga una oferta de ayuda específica.
- **Ayude con las tareas del hogar:** enfóquese en alguna tarea cotidiana que resulte difícil para su cuidador.
- **Mantenga abierta la invitación:** las invitaciones continuas hacen que el cuidador se sienta menos aislado.
- **Dele ánimo:** demuestre que reconoce el valor de su servicio.

¿Qué es el Mes Nacional de los Cuidadores Familiares?

Noviembre es el Mes Nacional de los Cuidadores Familiares. Se celebra para llamar la atención y crear conciencia sobre la ardua labor de más de 50 millones de cuidadores familiares en todo el país.

Durante el Mes Nacional de los Cuidadores Familiares, tomemos conciencia sobre el valor social que aportan los cuidadores y pidamos mayor apoyo para ellos.

"Los cuidadores familiares son la columna vertebral de nuestra nación, haciendo enormes sacrificios para estar presentes en la vida de las personas que más los necesitan y aprecian. Este mes honramos su amor desinteresado y valentía, y nos comprometemos nuevamente a brindarles el apoyo que merecen. Todos ellos deben saber que su país los respalda".

-Joe Biden, expresidente



¡Bienvenidos

**¡La oficina de servicios
para veteranos de su
condado se ha mudado!**

NO ES NECESARIO UNA CITA

**ASISTENCIA PARA RECLAMACIONES
EL MISMO DÍA**

APOYO SIN CITA PREVIA

Ofrecemos servicios a los veteranos en un
único lugar conveniente. Visite la nueva
Oficina de Servicios para Veteranos del

- Servicios para Veteranos
- integrados Horarios para
- atención sin previa cita
- No necesita cita previa.
- Asistencia para reclamaciones

Parqueo gratuito y conveniente

A pocos pasos de nuestra entrada.

Tiempos de espera más cortos

Estamos trabajando para brindarle un
servicio más rápido y mejor.

Acceso al transporte público

¡Llegar es fácil! Fácil acceso en BART y autobús.

***Usted sirvió a su patria.
Ahora nos toca servirle.***



**¡NUEVA
UBICACIÓN!**

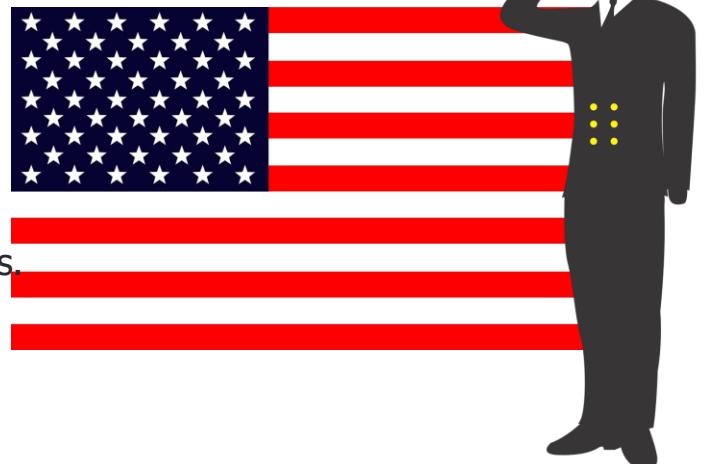
**Oficina de Servicios Para
Veteranos del Condado
22225 Foothill BLVD
Hayward, CA 94541**

**Ubicada en la esquina de
Foothill Boulevard y Hazel Avenue.
Ingrese por Hazel Avenue.*

**Comuníquese
con nosotros**

Correo elec.: veterans@acgov.org

Sitio web:
<https://socialservices.alamedacountycalifornia.gov/our-services>





Independence at Home
A SCAN Community Service™

Un servicio comunitario
de SCAN

¿TIENE 55+ O CUIDA A UNA PERSONA DE 55+ CON DIFICULTADES DE AFRONTAMIENTO?



El programa de salud mental *Insights de Independence at Home*

fue creado para ayudarle a conectarse con profesionales de la salud mental que pueden ayudarle a afrontar casos de estrés, ansiedad o depresión, de leves a moderados ... **¡sin ningún costo!**



Ayuda para afrontar la pérdida de un ser querido, el envejecimiento y más



Ayuda para afrontar el cansancio como cuidador



Referencias a otros servicios de apoyo dentro de la comunidad



Servicios ofrecidos por terapeutas amables y debidamente licenciados



Servicios en inglés, español, coreano y vietnamita



Sesiones virtuales convenientes en Zoom



Todo comienza con una llamada gratuita

1-866-421-1964

(TTY: 711)

Llame hoy para hablar con
un experto de salud mental



<https://independenceathome.org/>



<https://www.facebook.com/IndependenceatHome/>

O comuníquese con nosotros en: communityoutreach@scanhealthplan.com

Somos una red de recursos para personas mayores y con discapacidades

La Agencia local del condado de Alameda de apoyo al envejecimiento, en colaboración con el centro para la vida independiente y la red de recursos comunitarios para la vida independiente se enorgullece de servir como enlace designado de recursos para el envejecimiento y la discapacidad en el Condado de Alameda. Juntos trabajamos para abogar por un acceso integrado a servicios y apoyos a largo plazo, así como a información fiable sobre recursos para personas mayores, personas con discapacidad y cuidadores familiares.

Los servicios son:

- **Información mejorada y referencias** – Proporcionamos información precisa y actualizada, así como referencias ("transferencias fluidas") a programas, beneficios y recursos de servicios y apoyos a largo plazo.
- **Asesoramiento sobre opciones** – Ofrecemos orientación para facilitar la toma de decisiones informadas sobre servicios y apoyos a largo plazo.
- **Coordinación de servicios a corto plazo** – Ofrecemos apoyo por tiempo limitado (90 días o menos) para conectar a las personas con los servicios necesarios para estabilizar su situación hasta que se establezca un plan a largo plazo.
- **Servicios de transición** – Ayudamos a las personas en su transición entre el hospital, residencias de ancianos u otras instituciones de atención y la comunidad.

Socios clave:

The Center for Independent Living

3075 Adeline Street, Suite 100
Berkeley, CA 94703
510-841-4776

Community Resources for Independent Living

439 A Street Hayward, CA 94541

Alameda County Area Agency on Aging (Agencia local del condado de apoyo al envejecimiento)

6955 Foothill Boulevard, Suite 143
(primer piso)

Con un solo clic, puede conectarse con información y recursos locales para adultos mayores, personas con discapacidades y cuidadores familiares.

Visite el sitio web de la red:

Aging and Disability Resource Connection

<https://alameda.my-adrc.org>





Subvención para implementar viviendas seguras en el condado de Alameda

Para propietarios e inquilinos que viven en el condado de Alameda.

Aproximadamente un tercio de las personas de 60 años o más que viven en la comunidad sufrirán una caída al año, y una de cada cinco de esas caídas resultará en una lesión grave.

El riesgo de una caída aumenta cuando una persona tiene:

- | | |
|-------------------------------------|------------------------------|
| *historial de caídas anteriores | *problemas de memoria |
| *problemas de equilibrio | *miedo a caerse |
| *condiciones crónicas | *debilidad muscular |
| *dolor de pies o calzado inadecuado | *caminata o marcha inestable |
| *riesgos en el hogar | *problemas de audición |
| *múltiples medicamentos | *problemas de visión |

Estas intervenciones ayudan a reducir el riesgo de caerse:

- * **Educación para la prevención de caídas:** actividad física a diario.
- * **Seguridad y modificaciones en el hogar:** añada una barra de apoyo o mejore la iluminación.
- * **Seguridad de los medicamentos:** conozca cuáles son los efectos secundarios de los medicamentos y tenga en cuenta esa información.
- * **Apoyo nutricional:** lleve una dieta adecuada y equilibrada.
- * **Exámenes de salud:** programe exámenes oculares de rutina.
- * **Aislamiento social y apoyo:** Busque oportunidades para socializar.
- * **Recursos comunitarios adicionales:** explore los programas locales cerca de casa.



Agencia local del condado de Alameda de apoyo al envejecimiento - Programa de Información y Asistencia para Adultos Mayores. Llámenos al 510-577-3530.

Obtenga más información sobre la amplia variedad de servicios de apoyo disponibles para adultos mayores y personas con discapacidades a través de la Agencia visitando <http://aaa.acgov.org>

"Todos los miembros de mi familia piensan ir a la reunión navideña de mi hermana, incluso nuestros padres que ya están viejitos. Como su cuidadora principal, me siento abrumada solo de pensar en ir. ¿Qué puedo hacer?"

No es raro que los cuidadores familiares piensen que es un poco complicado ir a las reuniones navideñas. Atender a una persona dependiente y al mismo tiempo las crecientes expectativas de participar en actividades que les aporten alegría puede resultar difícil para usted, especialmente si su familia no está al tanto de su realidad como cuidador/a.

Pida lo que necesita

No siempre es fácil y las dinámicas familiares complejas pueden complicar aún más las cosas. Establezca límites personales claros pidiendo a su familia, con firmeza pero con delicadeza, lo que necesita, se trate de participar en las festividades, responder a peticiones poco realistas o decidir no asistir. Evite hablar de sentimientos de culpa o enojo cuando se comunique con la familia; por ejemplo, evite decir: "Bueno, si vinieras más a menudo, sabrías lo que está pasando". En lugar de ello, intente escuchar a los demás y luego confíe en su propio criterio para seguir adelante. Para obtener más consejos sobre cómo prepararse para los días festivos, lea [Festividades, Hermanos, y Cuidado de los Padres](#).

Reformule las expectativas

Es posible que sus familiares no sean conscientes (o no estén dispuestos a ver) el alcance de las discapacidades de sus padres. Si sus expectativas no son realistas o le culpan del deterioro de la salud de sus padres, evite reaccionar a la defensiva. En cambio, diga algo como: "Las enfermedades de nuestros padres están afectando su capacidad para hacer las cosas que siempre les han gustado. Hago lo que puedo, pero no puedo cambiar el curso de la enfermedad". Si ellos insisten, programe una reunión familiar con el médico de cabecera de sus padres para que el doctor pueda responder directamente a las dudas de la familia.

Adapte las actividades al deterioro cognitivo

Los esfuerzos heroicos por incluir a los miembros de la familia con pérdida de memoria de moderada a grave y problemas de salud relacionados pueden ser tensos y agotadores. Si bien puede funcionar de maravilla cuando otros colaboran para que usted pueda disfrutar, con demasiada frecuencia este no es el caso.

En vez de ello, anime a sus familiares y amigos a visitar a sus parientes donde ellos viven. Las reuniones más pequeñas en entornos más familiares pueden ofrecer la oportunidad de pasar tiempo de calidad juntos. Otra opción es informarse sobre los servicios de respiro familiar, para que usted pueda asistir a la reunión mientras sus padres reciben los cuidados necesarios en casa.



Dedique tiempo a la autocompasión.

La culpa y la ansiedad por la pérdida de tradiciones navideñas entrañables pueden tener consecuencias negativas. No es culpa suya que la salud de sus padres esté empeorando, ni que las responsabilidades de cuidarlos consuman su tiempo y energía. Sus sentimientos sobre el cuidado de personas dependientes son válidos. Lea más en [El lado emocional del cuidado](#).

Sea amable consigo mismo. Es posible que tenga que decirle a su familia: "Estoy en una situación difícil. A veces tengo que tomar decisiones difíciles", o "Lamento que nuestras tradiciones navideñas ya no sean posibles. Busquemos otras nuevas tradiciones que podamos intentar. Recuerde que cuidarse a sí mismo también es importante. Encuentre consejos de autocuidado para cuidadores familiares en [El cuidando de sí mismo](#).

Asistir a las reuniones festivas

Si decide ir a una reunión familiar durante las fiestas, hable con sus familiares con anticipación sobre cómo compartir las responsabilidades y los gastos relacionados con el cuidado. Invite a su familia a reunirse por teléfono o en línea para crear un horario de tareas y averiguar cómo pueden contribuir los demás. Esto puede incluir cubrir sus gastos de viaje y alojamiento, si el cuidado de personas dependientes ha afectado sus ingresos. Encuentre inspiración para pedir ayuda (incluida una lista de deseos para el cuidado de personas dependientes) en [El cuidado de personas dependientes y las fiestas: estrés y buenos resultados](#).

Cultive la gratitud

Buscar el lado positivo de las cosas y dejar de lado los desacuerdos puede ayudarle a relajarse y disfrutar del tiempo con sus familiares y amigos. Encuentre más consejos para pasarla bien en esta temporada en nuestra guía [Pasarla todos juntos también puede ser divertido](#).

Después de las fiestas, escriba a los familiares o amigos con quienes disfrutó estar en contacto y destaque el impacto positivo de su presencia. Es posible que se sientan motivados a apoyar sus esfuerzos de forma más activa en el futuro. Tenga en cuenta que las fiestas pueden, de hecho, brindar oportunidades únicas para buscar una mejor comunicación, conexión y apoyo de familiares y amigos.

Family Caregiver Alliance ofrece apoyo familiar gratuito y especializado

[Regístrese en CareNav®](#) para acceder a guías gratuitas, seminarios web y eventos en vivo relacionados con sus necesidades de cuidado. [Visite nuestra página "Servicios por estado"](#) para descubrir recursos estatales y locales para el cuidado de personas dependientes.





¿SU INFORMACIÓN DE CONTACTO ESTÁ ACTUALIZADA?



Recordatorio:

Actualización de la información de la cuenta

Mantenga actualizada su información de contacto del programa Servicios de Apoyo en el Hogar (IHSS) (teléfono, dirección, correo electrónico) para evitar perder importantes avisos, pagos u hojas de horas trabajadas.

Su información de contacto debe mantenerse actualizada. Los beneficiarios y proveedores de servicios de apoyo en el hogar deben notificar de inmediato cualquier cambio de dirección, número de teléfono o dirección de correo electrónico. Si no mantiene actualizada su información de contacto, es posible que se cancelen los servicios.

- ♦ **Número telefónico:** actualice su número de teléfono en su Portal de Servicios Electrónicos, en "Account Information" (información de la cuenta).
- ♦ **Domicilio particular / Dirección postal:** Los cambios de dirección deben realizarse por escrito y presentarse al IHSS mediante el formulario SOC 840. Debe adjuntar una fotocopia de un documento de identidad emitido por el gobierno.
- ♦ **Correo electrónico:** Las direcciones de correo electrónico se pueden cambiar por escrito o comunicándose con el Servicio de Asistencia Técnica de Servicios Electrónicos al 866-376-7066.

¿Tiene que cambiar o actualizar algo más en su información de contacto? Llame a la línea del servicio de nómina IHSS: 510-577-1877 o envíe un mensaje a: ihsspayrollsupport@acgov.org.



**Comuníquese con la
Autoridad Pública
del condado de Alameda si tiene
preguntas relacionadas con
entrenamientos, registro o
beneficios de salud**

- . Teléfono: 510-577-3552
- . Correo elec.: PAPress@acgov.org
- . Correo postal: 6955 Foothill Blvd, Ste 300
Oakland, CA 94605

**Para compartir sugerencias
sobre temas e ideas para
futuras publicaciones de
Public Authority Newsletter**

Correo elec.: PAPress@acgov.org

Visítenos en línea en: ac-pa4ihss.org

