



Public Authority Newsletter

San Diego County | Fall 2020

A Message From the Executive Director

Dear IHSS consumers and individual providers,

As I reflect on the year since our last newsletter, I am amazed at the changes we've been through in such a short time. Our world has been turned upside down by a pandemic that wasn't even on our radar. We've become more flexible and have been pushed to think "outside of the box" in many areas.

We could not get through these challenges without two amazing groups of people. The first group is the IHSS individual providers (IPs) who have provided caregiving to the IHSS consumers through everything. Governor Newsom designated the IPs as essential workers, but we always knew that!

The other group that I have special thanks for is the Public Authority staff. The entire PA staff began teleworking in late March. Our staff are answering phones, replying to questions and emails, and sending out lists of available providers to the consumers. The logistics have been a little challenging, but our numbers show that we are serving the about same number of people as before the pandemic.



If you'd like more info on what we're doing, please visit our website: www.sdihsspa.com.

Please stay safe, stay home, and wear a face mask. We all depend on each other.

Sincerely,

Vickie Molzen, Executive Director

Mensaje de la Directora Ejecutiva

Queridos clientes y proveedores de IHSS,

Al reflexionar sobre este año que ha transcurrido, me asombran los cambios que hemos pasado en tan poco tiempo. Nuestro mundo ha sido cambiado por una pandemia que ni siquiera estaba en nuestro radar. Nos hemos vuelto más flexibles y nos han empujado a pensar en maneras diferentes.

No podríamos superar esta pandemia sin dos increíbles grupos de personas. El primer grupo son los proveedores de IHSS que han brindado cuidados al IHSS clientes a través de todo. El gobernador Newsom designó a los proveedores como trabajadores esenciales, ¡pero siempre lo supimos!



El otro grupo por el que tengo un agradecimiento especial es el personal de Public Authority. Todo el personal de Public Authority comenzó a trabajar a distancia a finales de marzo. Nuestro personal está contestando teléfonos, respondiendo a preguntas y correos electrónicos, y envío de listas de proveedores disponibles a los clientes. La logística ha sido un poco difícil, pero nuestras porcentajes muestran que estamos atendiendo aproximadamente a la misma cantidad de personas que antes de la pandemia.

Por favor, tengan cuidado, quédese en casa y use un cubre boca. Todos dependemos unos de otros.

Sinceramente,



Vickie Molzen, Executive Director

Job Opportunities Throughout San Diego County!

Work with more clients in your community!



- ◆ No experience needed
- ◆ Flexible schedules
- ◆ Work full-time or part-time
- ◆ Health/dental benefits
- ◆ FREE to join!

**Call (866) 351-7722 or visit
www.sdihsspa.com to join
our Registry!**

¡Oportunidades de Trabajo en Todo el Condado!

¡Trabaja con más Clientes en tu Comunidad!

- ◆ No se requiere experiencia
- ◆ Horarios flexibles
- ◆ Trabaje tiempo completo o medio tiempo
- ◆ Cobertura médica/dental, para los que califican
- ◆ ¡Participación es GRATIS!



**¡Llame al (866) 351-7722 o visite
www.sdihsspa.com para ingresarse
a nuestro Registro!**

Electronic Timesheet (ETS) & Electronic Visit Verification (EVV)

PROVIDERS: If you need assistance with the IHSS electronic timesheet system and/or the IHSS electronic visit verification system, the Public Authority is here to help you!

Call us at (866) 351-7722 or visit our website at www.sdihsspa.com for more information, helpful training videos, and links to State resources.

Portal De Serivcios Electrónicos (ESP) Y Verificación Dd Visita Electrónica (EVV)

PROVEEDORES: Si necesita ayuda con el sistema de hoja de tiempo electrónico de IHSS y / o el sistema de verificación de visitas electrónico de IHSS, ¡Public Authority está aquí para ayudarlos!

Llámenos al (866) 351-7722 o visite nuestro sitio web en www.sdihsspa.com para obtener más información, videos de entrenamiento y enlaces a recursos del Estado.

يمكننا المساعدة باللغة العربية

**Chúng tôi có thể hỗ trợ bằng tiếng việt
Maari po kaming tumulong ng tagalog**

Visit us online/Visite nuestra página web



Testing Locations for COVID-19

In addition to getting COVID-19 testing from your usual healthcare center or your primary care physician, these additional testing sites may be available in your area.

- ◆ CVS Health
- ◆ Pharmacy/farmacia
- ◆ Rite Aid
- ◆ Walgreens
- ◆ Walmart



Además de obtener la prueba de COVID-19 en su centro de atención médica o con su Doctor médico, estos sitios de prueba adicionales en su área.

COVID –19 Resources

Corona virus has not only affected people’s health, but also their livelihood. If you or someone you know are in need of assistance, please contact the organizations below to find out more information.

El virus Corona no solo ha afectado la salud de las personas, sino también su sustento. Si usted o alguien que conoce necesita ayuda, habla con las siguiente organizaciones para obtener más información.

CalFresh

- ◆ www.getcalfresh.org
- ◆ (877) 847-3663

San Diego Food Bank

- ◆ www.sandiegofoodbank.org
- ◆ (866) 350-3663

Meals on Wheels

- ◆ www.meals-onwheels.org
- ◆ (619) 260-6110

Veteran's Crisis Hotline

- ◆ www.veteranscrisisline.net
- ◆ (800) 273-8255

For additional information visit: [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)

COVID-19 IHSS Provider Paid Sick Leave

What is it?

- ◆ A benefit that gives additional paid sick leave to IHSS Providers

Who is eligible?

- ◆ Providers who are affected by COVID-19
- ◆ Providers who take care of a client who has been affected by COVID-19

When do I need to submit the form?

- ◆ The form can be submitted between now and December 31, 2020

How do I get the form?

- ◆ Call (866) 351-7722, and we can mail one to you, or
- ◆ Public Authority website: www.sdihsspa.com

Where do I send the form?

- ◆ Mail the form to:
Public Authority Provider Services Department
401 Mile of Cars Way, Ste. 200, National City, CA 91950

If you have any questions about this benefit, please call (866) 351-7722.

Pago Por Ausencia de COVID-19 Para Proveedores de IHSS

¿Qué es?

- ◆ Un beneficio que te da horas adicionales por ausencia relatado a COVID-19 a los proveedores de IHSS

¿Quién está calificado/elegible?

- ◆ Proveedores afectados por COVID-19
- ◆ Proveedores que atienden a un cliente afectado por COVID-19

¿Cuándo debo enviar el formulario?

- ◆ El formulario se puede enviar entre ahora y el 31 de diciembre de 2020

¿Cómo obtengo el formulario?

- ◆ Llame al (866) 351-7722 y le enviaremos uno por correo, o
- ◆ Sitio web de Public Authority: www.sdihsspa.com

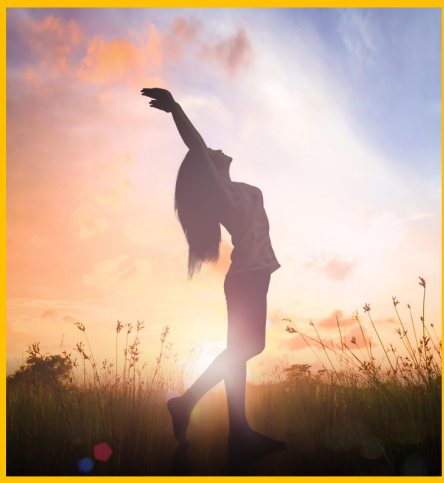
¿Dónde envío el formulario?

- ◆ Envíe el formulario a:

Public Authority Provider Services Department
401 Mile of Cars Way, Ste. 200, National City, CA 91950

Si tiene alguna pregunta sobre este beneficio, llame al (866) 351-7722.

Importance of Mental Health



Emotional and mental health is important because it's a vital part of your life and impacts your thoughts, behaviors and emotions. Being healthy emotionally can promote productivity and effectiveness in activities like work, school or caregiving. It plays an important part in the health of your relationships, and allows you to adapt to changes in your life and cope with adversity.

How to manage your mental health during COVID-19

Reach out for help

- ◆ Do not be afraid to look for help
- ◆ Dealing with isolation is not easy, you are not alone

Get some fresh air

- ◆ Go for a walk, take a hike, or do outdoor yoga

Make time for yourself

- ◆ Practice meditation
- ◆ Write your thoughts down in a journal

Connect with your loved ones

- ◆ Call your friends and family
- ◆ Send a letter, text message or email

Take time away from electronic devices(cell phone, computer, tv)

- ◆ Read a book
- ◆ Work on a puzzle
- ◆ Start a hobby



La importancia de la salud mental

La salud emocional y mental es importante porque es una parte vital de su vida e impacta sus pensamientos, comportamientos y emociones. Estar sano emocionalmente puede promover la productividad y la eficacia en actividades como el trabajo, la escuela o el cuidado. Esta es una parte importante para la salud de sus relaciones y le permite adaptarse a los cambios en su vida y hacer frente a la adversidad.



Cómo controlar su salud mental durante el COVID-19

Busque ayuda

- ◆ No tenga miedo por buscar o preguntar por ayuda
- ◆ Tratando con el aislamiento no es fácil, no estás solo

Toma un poco de aire fresco

- ◆ Salga a caminar, haga una caminata o practique yoga al aire libre

Tómate un tiempo para ti

- ◆ Practica la meditación
- ◆ Escribe tus pensamientos en un diario

Conéctate con tus seres queridos

- ◆ Llama a tus amigos y familiares
- ◆ Envíe una carta, mensaje de texto o correo electrónico

Tómate un tiempo sin cosas electrónicas (teléfono celular, computadora, televisión)

- ◆ Lee un libro
- ◆ Trabaja en un rompecabezas
- ◆ Empieza un nuevo pasatiempo

Community Resources

2-1-1 San Diego is a free local, nonprofit organization with connection to 6,000 community, health, disaster services, and so much more. Open 24 hours/7 days a week, just dial 2-1-1 or visit [211SanDiego.org](https://www.211sandiego.org).

Services include:

- ◆ Health and Wellness
- ◆ Disaster Support
- ◆ Housing & Utilities
- ◆ Military & Veteran Services
- ◆ Food Assistance

San Diego Futures is a local organization that helps people learn and get computers. Call (619) 269-1684 or visit: www.sdfutures.org.

Services include:

- ◆ Access to computers
- ◆ Computer training
- ◆ Computer repairs
- ◆ Adaptive technology for low vision and blind adults

Great Plates

Stay home! Eat well! The Great Plates Programs help to keep older adults and those with disabilities or health conditions safe during the COVID-19 pandemic. Enjoy tasty, home-delivered meals and support local restaurants by joining one of these **free** programs.

Great Plates Delivered:

- ◆ Serves eligible older adults 65+ and those 60-64 with certain health conditions
- ◆ Provides three meals per day

Great Plates 2.0:

- ◆ Serves eligible adults of all ages (18+) with health conditions or disabilities
- ◆ Provides one hearty meal per day
- ◆ Initiated by the San Diego County Board of Supervisors and supported by local allocation of CARES Act funds

Where can I learn more and apply?

Visit www.aging.sandiegocounty.gov OR call Aging & Independence Services at (800) 339-4661, option 7.

Recursos Comunitarios

2-1-1 San Diego, es un servicio gratuito y una organización local de confianza con acceso a más de 6,000 servicios comunitarios de salud, 24 horas 7 días a la semana. Marque 2-1-1 o visite 211SanDiego.org.

Los Servicios de recursos incluyen:

- ♦ Salud y Bienestar
- ♦ Asistencia para Utilidades y Vivienda
- ♦ Recursos de recuperación
- ♦ Servicios a Militares y Veteranos
- ♦ Asistencia para Comida

San Diego Futures, es una organización que asiste a obtener computadoras para personas en la comunidad y cómo usarlas. Llame al (619) 269-1684 o visite www.sdfutures.org.

Los servicios que incluyen:

- ♦ Tecnología adaptativa para personas con pérdida de visión o baja visión
- ♦ Entrenamiento de computadoras
- ♦ Reparación de Computadoras
- ♦ Acceso a computadoras

Programas de Great Plates

¡Quédate en casa! ¡Come bien! Los Programas de Great Plates ayudan a los adultos mayores y a las personas con discapacidades o condiciones de salud mantenerse seguros durante la pandemia COVID-19. Disfrute comidas sabrosas entregadas a su casa y apoye a los restaurantes locales por medio de uno de estos programas **gratuitos**.

Great Plates Delivered:

- ♦ Sirve a adultos elegibles mayores de 65 años y aquellos de 60-64 años con ciertas condiciones de salud
- ♦ Proporciona tres comidas al día

Great Plates 2.0:

- ♦ Sirve a adultos elegibles, de todas las edades (18+) con ciertas condiciones de salud o discapacidades
- ♦ Proporciona una comida abundante ("cena") por día
- ♦ Iniciado por la Junta de Supervisores del Condado de San Diego, y apoyado por la asignación local de fondos de la Ley de Ayuda, Alivio y Seguridad Económica por Coronavirus (CARES)

¿Dónde puedo obtener más información y aplicar?

Visite www.aging.sandiegocounty.gov O llame a

Aging & Independence Services al **(800) 339-4661, opción 7.**



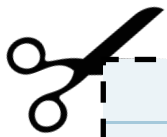
PUBLIC AUTHORITY

*In-Home Supportive Services
San Diego County*

401 Mile of Cars Way, Ste. 200
National City, CA 91950

Presorted Std.
U.S. Postage
P A I D
San Diego, CA
Permit No. 571

Important Phone Numbers



Public Authority	(866) 351-7722
IHSS/AIS Call Center	(800) 339-4661
United Domestic Workers	(800) 621-5016
Provider Health Benefits	(800) 883-0902
Employment Development Department	(800) 300-5616
Direct Deposit & E-Timesheets	(866) 376-7066
State Disability	(800) 480-3287