



# ¡Sé parte del cambio!

Únete a la Comisión del  
Condado de Sonoma para  
Personas Mayores y con Discapacidades



## Alzando la voz por nuestra gente

- La Comisión ayuda a la Junta del Condado y al personal entender lo que necesitan las personas mayores, las personas con discapacidades y sus cuidadores.
- Somos un grupo de voluntarios con muchas ganas de mejorar la vida y el respeto de todos en la comunidad.
- Nos reunimos una vez al mes, el tercer miércoles, de 1:00 a 3:00 de la tarde. También participamos en comités y en actividades para conocer a la comunidad.



## ¡Tu voz cuenta!

Al participar podrás:

- Aprender sobre los servicios y apoyos para personas mayores y con discapacidades.
- Conocer a otras personas que quieren ayudar.
- Compartir tus ideas directamente con los líderes del condado.
- Hablar por quienes no siempre son escuchados.
- Ayudar a mejorar los servicios locales.

Nuestras reuniones son abiertas al público – puedes venir en persona o conectarte por Zoom. Visita: [sonomacounty.ca.gov/sonoma-seniors](https://sonomacounty.ca.gov/sonoma-seniors)  
Para más información mándanos un mensaje: [aaa@schsd.org](mailto:aaa@schsd.org)