

How to Get Help from Social Security

Social Security is here to help. We want you to know how to get the service you need and to be prepared so we can help you as quickly and safely as possible.



Go online to SSA.gov.
Our website is the best way for most people to get help.



If you cannot use our website, call our National 800 Number (1-800-772-1213) or your local Social Security office for help.



We will schedule an **appointment** for you, **if necessary**, to serve you by phone or in person.

In-office appointments are not required but strongly recommended.*

What to Know if You Must Visit an Office:

Our Mobile Check-In Express feature makes it easier to check-in if you must visit a Social Security office. Scan the QR code located at your local Social Security office to check-in for your visit.

Masks are required only when the COVID-19 hospital admission level where the office is located is high. Signage will indicate if masks are required. We will provide a mask if you do not have one. Consider physically distancing and avoiding crowding if COVID-19 hospital admission levels are medium or high.

If you must visit an office, you can find out if the hospital admission level is high at the **CDC's COVID-19 by County webpage**.

We appreciate your patience and understanding.

*A small number of offices may be temporarily closed or able to provide service only by appointment due to construction, inability to permit people to wait outside the office, or other reasons. Visit www.ssa.gov/emergency.



Securing today
and tomorrow

SSA.gov |     

Social Security Administration

Publication No. 05-10558

October 2023 (Recycle prior editions)

How to Get Help from Social Security

Produced and published at U.S. taxpayer expense

Cómo obtener ayuda del Seguro Social

El Seguro Social está aquí para ayudarle. Queremos que sepa cómo obtener el servicio que necesita y que esté preparado para poder ayudarle de la forma más rápida y segura posible.



Visite por internet
SEGUROSOCIAL.gov.
Nuestra página de internet es la mejor forma de obtener ayuda para la mayoría de las personas



Si no puede utilizar
nuestra página de
internet, llame a nuestro
número nacional 800
(1-800-772-1213) o a su
oficina local del Seguro
Social para obtener ayuda.



Si es **necesario**,
le daremos una **cita**
para atenderlo por
teléfono o en persona.

Lo que hay que saber si tiene que visitar una oficina:

- **Debe tener una cita** para visitar una oficina.
- **Se requieren mascarillas** para todos los visitantes y empleados de la oficina, independientemente del estado de vacunación.
- **La capacidad de los visitantes está limitada** para seguir los requerimientos de distanciamiento social. Esto significa que **es posible que tenga que esperar afuera**, así que planifique para el frío o el mal tiempo.
- Le pedimos que **venga solo, a menos que necesite ayuda en su visita**. Si necesita ayuda, sólo podemos permitir que le acompañe una persona.

Le agradecemos su paciencia y comprensión.



Asegurando el presente
y el futuro

SeguroSocial.gov |     

Social Security Administration

Publication No. 05-10558-SP

December 2021 (First edition)

How to Get Help from Social Security

Escrito y publicado con fondos de los contribuyentes de los EE. UU.