



도움을 받는 방법

신앙 공동체와 예배 장소는 치매와 친구되기 실천 방법을 실천하거나, 학대가 의심가는 노인 또는 피부양자를 **성인 보호 서비스 (APS)**에 신고하여 도울 수 있습니다. APS는 노화 및 독립 서비스 본부(AIS), 샌디에고 보건복지부가 시행하는 프로그램입니다.

APS는 60세 이상의 성인들에게 봉사하며, 또한 18세~59세 피부양 성인으로서 위험한 상태에 있거나, 위험한 상태 위협을 받는 사람, 혹은 안전과 존엄권을 확보해야 할 경우에 봉사합니다.

신체 학대, 재정 학대, 납치, 고립, 방치를 당하거나 자기 혹은 타인에 의한 무시를 받는 사람의 목격, 의심, 인지가 있다면 APS(아래 참조)에 연락하세요. 학대 의심은 법적 의무에 의한 신고자가 아닌 누구라도 신고할 수 있습니다.



치매와 함께 사는 사람은 학대받을 위험이 있습니다

혼자 살거나, 사회적으로 고립되었거나, 건강이 취약한 노년기 성인은 학대받을 가능성이 더 많습니다. 치매와 함께 사는 사람은 그에게 우위를 가지는 누군가에게 특히 취약할 수 있습니다. 신앙 공동체에 속한 사람들은 학대나 방임의 징후에 주의를 기울여서 도울 수 있습니다:

- 타박상, 피부 자상 또는 뼈 골절과 같은 신체 상해
- 영양실종 또는 탈수 혹은 이상한 체중 감소로 인한 외모
- 위생 결핍, 관리부족으로 보임, 신체 냄새
- 불안, 우울증, 혼동과 같은 증상
- 돌봄 파트너는 치매와 함께 사는 사람에게 화를 내거나 무관심할 수 있습니다
- 돌봄 파트너 앞에서는 망설이거나 공개적으로 말하기를 두려워 함
- 날씨에 맞지 않거나, 더럽거나/찢어진 옷, 또는 잘 맞지 않는 옷 입기
- 집회에 자주 빠지거나 활동에 설명 없이 빠짐
- 돈이나 귀중품을 주는 것에 대해 말함
- 기본적인 욕구를 감당하기에 충분한 돈이 없다는 사실에 갑자기 우려

신고하기

AIS 전화: (800) 339-4661

의심가는 노인 또는 피부양 성인 학대는 일반인이더라도 24시간 신고 전화를 통하여 익명 신고를 할 수 있습니다.

성직자와 목사와 같은 신고 의무자들은 전화 또는 다음 온라인을 통하여 신고해야 합니다:

www.sandiego.leapsportal.net/LEAPSIntake

더 알아보고 싶다면:

- **National Center on Elder Abuse [국립 노년학대 센터]** www.ncea.acl.gov

신앙 기반 공동체를 위한 치매와 친구되기 팁 및 노년층 학대 방지

장노년 성인에 대해 더 많은 정보와 자료가 필요하다면 (800) 339-4661에 전화하거나, **www.aging.sandiegocounty.gov**에 방문하시기 바랍니다.



신앙 기반 공동체는 중요한 정신적 여유를 제공할 수 있습니다. 환영받고 동정심 있는 환경에 따라 그들은 치매 영향을 받는 사람들에게 의미 있는 참여와 정신적 연결의 기회를 제공합니다. 치매와 친구되기 실천을 통하여, 신앙 공동체 전체는 치매와 함께 사는 사람들과 그들의 돌봄 파트너들의 삶을 낮게 할 수 있습니다.



알츠하이머병 및 관련 치매 (ADRD)의 10가지 징후와 증상

- 1. 일상 생활에 방해가 될 정도의 기억력 상실
- 2. 계획수립과 문제 해결이 어려움
- 3. 익숙한 과업 완수가 어려움
- 4. 날짜, 시간, 또는 장소의 혼동
- 5. 시각 이미지와 공간 관계 이해가 어려움
- 6. 단어 구사에서 새로운 문제 발생
- 7. 물품 위치 혼동; 과정을 다시 밟을 수 없음
- 8. 판단력 저하 또는 불량
- 9. 일 또는 사회적 활동에서 물러남
- 10. 분위기 또는 성격 변화

더 알고싶다면 alz.org/10signs 에 방문하여 징후와 증상을 살펴보세요.



치매와 친구되기 의사소통 기능

- 친절하게 접근하고 정면에서 맞서세요: 당신이 누구인지 말하고 따뜻하게 인사하세요.
- 긍정적인 몸짓 언어를 사용하세요: 웃음짓고, 눈을 맞추고, 그분의 수준을 유지하세요.
- 또렷하고 조용하게 말하세요: 목소리는 따뜻하고 일관된 톤을 유지하세요.
- 간단하게 유지하세요: 한 번에 한 개의 질문 또는 한 개의 생각만 공유하세요.
- 천천히 하세요: 그분에게 듣고, 처리하고, 대답할 시간을 주세요.
- 인내하고 지지하도록 하세요: 당신이 듣고 있다는 것과, 그분이 말하는 것을 중요하게 여긴다는 것을 보여주세요.
- 정서적으로 연결하세요: 그들의 기분에 따라 머무르시고, 화제가 바뀌어도 그렇게 하세요.
- 표현 방법을 이해하세요: 여기에는 집회가 진행되는 동안 말하기, 외침, 또는 배회하는 경우도 포함됩니다.

당신의 신앙 기반 공동체를 치매와 친구되는 곳으로 만드세요

포용 전략

- 이름표 사용을 독려하세요.
- 치매, 뇌 건강, 임상 시험 기회에 관한 자료와 정보는 뉴스레터를 통하여 공유하세요.
- 한계가 아니라 강점/능력에 집중하세요.

환경

- 조용한 공간을 지정하세요.
- 정소를 분명하게 확인할 수 있는 표식을 설치하세요.
- 부드러운 조명을 사용하고 눈부심에 주의하세요.

커뮤니티 연결하기

- 주민들과 알고 지내고 동선을 따르세요.
- 가족과 돌봄 제공자를 위하여 예배 공간과 체크인 프로그램을 고려하세요.
- 신체와 정신, 영성의 전일적인 돌봄을 지지하기 위한 물리적, 정서적, 정신적 웰니스 프로그램을 조성하세요.
- 라이브 스트림 서비스 옵션을 제공하세요.
- 지지 그룹을 조직하세요.
- 교통 지원을 제공하세요.

교육 & 자원

- 신앙 공동체를 치매와 더욱 친근하게 만드는 방법에 대해서는 얼터 (alterdementia.co) 와 알츠하이머 극복 신앙 연합 (usagainstalzheimer.org/networks/faith) 과 같은 그룹을 참조하세요.
- 직원이나 커뮤니티가 치매와 함께 사는 사람들과 그들의 돌봄 파트너들을 지원하는 실질적인 방법을 배우려면 치매와 친구되기 무료 세션을 요청하세요.

☎ (858) 495-5500
✉ AISAlzheimer.HHSA@sdcounty.ca.gov