



Healthy Ageing Service Program HAP Newsletter 2015

나의 양로 서비스 (My Aged Care)

나의 양로 서비스 (My Aged Care)

호주에 거주하시는 65세 이상의 영주권자/시민권자의 경우 호주정부에서 제공하는 여러 가지 간호, 양로 서비스를 받을 수 있습니다. 이를 위한 첫 걸음으로 호주 정부에서는 “나의 양로 서비스 (My Aged Care)”를 통해 호주의 노인간호 시스템을 안내 받도록 권유하고 있습니다.

"나에게 어떤 서비스가 필요하고, 그 서비스는 어떻게 받을 수 있나요?"

"서비스를 받게 되면 내가 비용을 부담해야 하나요? 만약, 그 비용을 낼 형편이 안되면 어떻게 하나요?"

"양로서비스를 이용할 수 있는 자격과 절차는 어떻게 되나요?"

HAP 주요 활동

- 노인복지 서비스 정보세미나 개최
- 교육 홍보자료 개발 및 배포
- 노인복지 분야 관계자들과의 교류 및 협력
- 호주 노인복지 서비스 기관 대상 한국의 문화 및 정서 함양

호주한인복지회

주소: 25/94-98
Beamish Street
Campsie NSW
2194

전화:
(02) 9787 3330

Email:
info@koreanwelfare.org.au

Website:
www.koreanwelfare.org.au

나의 양로 서비스(My Aged Care)는 웹사이트나 연락센터를 통하여 여러분이나 여러분의 가족 혹은 간병인이 양로 서비스 시스템을 제대로 이용할 수 있도록 지원하고 있습니다.

- 나의 양로 서비스(My Aged Care)웹사이트: myagedcare.gov.au

HAP 프로그램은 호주정부 Department of Social Services에서 지원하는 ACSIHAG (Aged Care Service Improvement Healthy Ageing Grant) 프로젝트입니다.

나의 양로 서비스 (My Aged Care)

대체적으로 양로 서비스 시스템은 복잡하고 혼돈스럽게 느껴지게 마련입니다. 특히 여러분이 자신 혹은 가족 친지를 위해 정보를 급하게 알아보려고 할 때는 더더욱 그러합니다. 대부분의 가족들에게 첫 단계가 가장 힘들 수 있습니다. 나의 양로 서비스는 이러한 첫단계를 훨씬 수월하게 느낄 수 있도록 도움을 줄 수 있습니다. 다음의 경우에 여러분은 나의 양로 서비스 웹사이트나 전국연락센터 (1800 200 422)로 전화해서 도움을 받을 수 있습니다.



- 처음으로 양로시스템에 대해 알아보고자 할 때
- 삶의 중요한 고비들(낙상 혹은 사고를 당하거나, 배우자의 사망 등을 겪을 때)이 닥칠 때
- 연로한 친척이나 친구를 돌보고 있을 때

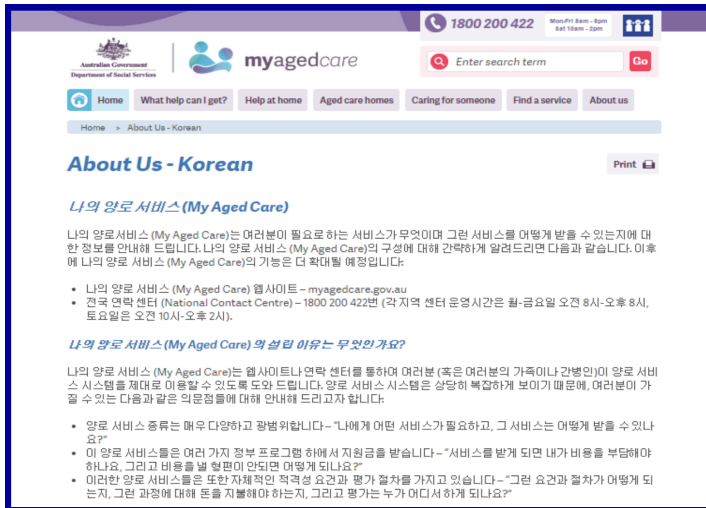
나의 양로 서비스 웹사이트 [www. myagedcare.gov.au](http://www.myagedcare.gov.au)

만약, 영어소통에 불편함을 느끼시는 분들은 나의 양로 서비스 센터에 전화를 해서 통역사가 필요하다고 말씀하시거나 혹은 무료통역서비스131450번으로 전화를 걸어 한국 통역사가 연결되면, 나의 양로 서비스 센터(1800 200422)로 전화를 걸어달라고 요청한 후 통역사를 통해 의문사항을 문의할 수 있습니다.

131 450



나의 양로 서비스 (My Aged Care)



또한, 나의 양로 서비스 (My Aged Care) 웹사이트에는 한국어판도 있습니다.

<http://www.myagedcare.gov.au/about-us-Korean> 으로 가시면 왼쪽 그림과 같이 바로 한국어로 된 여러 관련 정보들을 보실 수 있습니다.

한국어로 소개된 노인 양로 서비스내용으로는 간호서비스 신청시 받아야하는 평가 관련 사항 및 자택에서 받을 수 있는 서비스의 종류 및 간병인 휴식 프로그램 등을 포함하고 있습니다.

이상의 나의 양로 서비스 (My Aged Care) 관련 제반 사항은 호주한인복지회 웹사이트 (www.koreanwelfare.org.au)에도 자세히 소개되어 있으니 참고 하시기 바랍니다.



***건강한 노후를 위해 매일 일삼백천만을 기억하세요.**

일 : 하루에 한가지 이상 좋은 일을 하고

십 : 하루에 열번 이상 웃고

백 : 하루에 백자 이상 글을 쓰고

천 : 하루에 천자 이상 글을 읽고

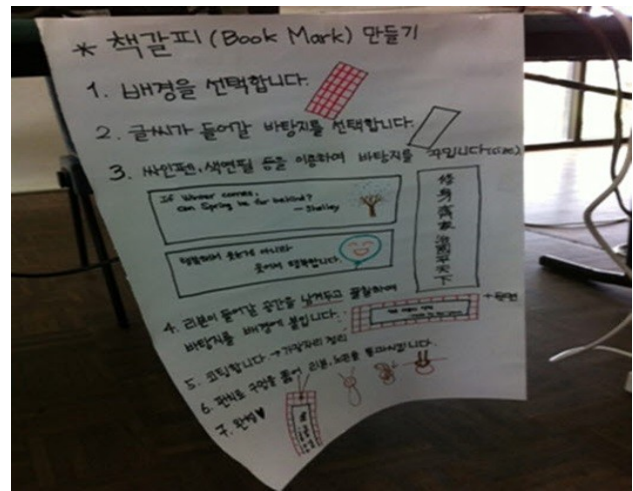
만 : 하루에 만보 이상 걷는 것입니다.

리젠츠팍 소셜 그룹 (Regents Park Seniors Support Group)

한인 시니어들의 모임인 리젠츠팍 소셜 그룹에서는 공예품 만들기, 가벼운 운동, 핸드폰 사용법, 라인댄스, 붓글씨, 중국어, 교양강좌 등 다양한 프로그램과 시니어들에게 꼭 필요한 복지 서비스 정보 등을 제공합니다. 장소는 Regents Park Community Centre (1 Amy Street, Regents Park), 시간은 매주 수요일 10:30am-14:00pm입니다. 문의 사항이 있으신 분들은 한인 복지회 노인복지 담당 (02) 9787 3330으로 연락 하시면 됩니다.



2014년 12월 10일에 진행된 책갈피 만들기 프로그램으로, 만들기를 위해 봉사자들이 재료를 나눠 주며 준비하는 모습이다.



책갈피 만들기 전에 앞서 그룹 멤버들의 이해를 돕기 위해 그림으로 설명서를 만든 모습이다.



두 그룹 멤버가 열심히 책갈피를 만들고 있다.



자신이 직접 만든 책갈피를 들고 웃고 있는 그룹 멤버.

리젠츠파크 소셜 그룹 (Regents Park Seniors Support Group)

* 2014 크리스마스 파티 (2014 Christmas Party)



2014년 12월 17일에 열린 크리스마스 파티 모습, 한 그룹 멤버의 리드 하에 호주 국가를 다같이 기립하여 부르고 있다.



호주 크리스마스 파티에서 전통적으로 하는 크랙커 게임을 하고 있다. 그 안에서 나온 왕관을 쓰고 한 멤버가 환하게 웃고 있다.



그 동안 그룹 모임에서 배웠던 라인댄스를 파티에 참석한 사람들에게 선보이고 있는 모습. 짧은 시간 동안 배운 동작들이라 조금은 어색한 모습이지만 모두들 열심히 하는 모습이 아름다워 보인다.



크리스마스 파티에서 팀을 나누어 간단한 게임을 하고 있다. 팀 릴레이 게임 동안 서로 자기팀을 응원하면서 협동하여 게임을 즐기기도 있다.