



舊金山 IHSS 公共管理局

連結生命

2025年春季簡訊

內容

- 執行董事致辭
- 新註冊提供者培訓
- BUPS 聚焦
- 新任管理機構成員
- 慶祝 ADA 成立 35 週年
- 健康與健康小貼士

執行董事致辭

親愛的IHSS社群成員

今年,舊金山IHSS公共管理局將慶祝其服務30週年,旨在加強家庭護理,促進獨立,並確保依賴IHSS的人們能夠獲得尊嚴和尊重所需的支持。我們的使命是提供和推廣以僱主為導向的家庭支持服務交付模式,最大限度地發揮老年人和殘疾人的潛力,使他們能夠獨立生活並融入社區。我們深深感謝每一位為使該計劃成為IHSS社區重要資源而做出貢獻的人。

在本期中,我們很高興分享我們管理機構的最新動態,讚揚我們可靠且勤奮的後備護理員,並為護理員和僱主提供針對春季的健康提示。我們還提供資源、培訓機會和其他更新,以幫助你隨時了解最新資訊並保持聯繫。

感謝你成為IHSS社群的重要成員。你的奉獻和支持是 價值的,我們期待著另一個學習、成長和相互支持的季節。

艾琳·諾曼

執行董事



新註冊提供者培訓

IHSS 註冊提供者的培訓機會

我們很高興地宣佈為IHSS註冊護理員推出一項新的培訓計劃。本次培訓旨在豐富你的技能並支持你為僱主提供最優質的照護。

此培訓將於2025年1月至7月進行,所有護理員將有8週的時間完成培訓。這是一次性要求,獲得的認證有效期為五年。

培訓概述

培訓主要包括自導式線上課程,共20個模組(每個模組約一小時)。雖然大部分培訓將在線上進行,但BUPS (後備護理員和輔導員)也將提供混合選項,其中包括線上和實體課程。BUPS現場訓練的日期和地點仍有待確定。

這次培訓的主要目標是豐富服務護理員的技能,確保他們能夠為僱主提供最好的服務。涵蓋的主題包括：

- 居家照護簡介
- 護理要點
- 個人護理



註冊提供者與副主任 Eren Gutierrez 的合影

註冊和流程

- 誰可以報名 — 向所有已登記的註冊護理員開放(100個名額)。
- 如何註冊 — 先到先得,迎新期間還會額外發出邀請。
- 成本 — 對護理員免費,由SF IHSS PA 資助。自由選擇參與且無報酬的。

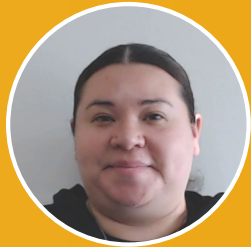
我們鼓勵所有符合資格的護理員參加這項寶貴的培訓,以提高你的技能並為註冊計劃中的僱主提供最好的服務。

BUPS 聚焦(後備護理員)



安娜麗莎·瑪麗·德爾普拉特

Analisa自2023年起一直為IHSS僱主提供服務。她期待著接受 BUPS任務。Analisa喜歡體驗不同的美食並享受戶外時光。



英格麗·蘇澤特·卡里略

英格麗德自2021年起就加入IHSS ,為高需求僱主提供個人照護方面擁有豐富的經驗。此外,她還在醫院擔任護士。英格麗德(Ingrid)也對古董有著濃厚的興趣。



詹姆斯·戴維·米切爾

James自2019年起就職於IHSS ,並花了6年時間為法定盲人僱主提供服務。他喜歡騎自行車並對古董有著濃厚的興趣。

新任理事會成員



泰德傑克遜

歡迎泰德成為我們管理機構的最新成員。Ted在IHSS領域擁有超過 10 年的經驗,專注於護理政策。他目前擔任馬林獨亡生中心公共政策主任,此前曾擔任柏克萊獨立生活中心執行長。憑藉其豐富的背景,泰德有望為我們董事會寶貴且有影響力的新成員。

仍需要專注的會員！

舊金山IHSS公共管理局正在尋找IHSS受惠者和護理員加入我們的管理機構。公共機構的管理機構由IHSS社區的多名個人組成,他們為公共機構提供指導和倡導,並在組織的領導中發揮至關重要的作用。

掃描二維碼或造訪 www.sfhsspa.org/gb 以了解更多資訊！



了解囤積行為

健康與安全的關鍵焦點

囤積不僅僅是物品的累積—它是一種導致過度混亂的紊亂症,會造成不安全的生活環境,嚴重擾亂日常生活。這不僅對僱主的健康和安全構成風險,而且還影響在這些空間內工作的護理員。我們在IHSS服務中工作的核心是致力於維護健康和 safety,這對我們工作的成功和有效性至關重要。

今年1月,舊金山心理健康協會(MHASF)為IHSS員工、後備護理員和輔導員舉辦了一系列培訓,以解決囤積行為問題。培訓以現場和Zoom方式進行,重點是了解囤積行為及其影響,以及如何以同理心支持客戶。

培訓師伊麗莎白·巴爾 (Elizabeth Barr) 提供了針對那些可能否認自己囤積行為的客戶的現實策略,包括角色扮演練習和模擬對話。這些場景讓護理員有信心進行建設性對話,幫助客戶了解囤積的後果並探索其他觀點。

除了這些討論之外,還提供了豐富的資源來支援護理員和客戶。其中包括：

- **舊金山囤積行為資源** — 清潔、支持團體、法律援助等服務的簡要列表
- **強迫症基金會的囤積情況說明書** — 為家人和朋友提供實用建議
- **MHASF 同儕支持小組** — 持續社區支持的一系列選擇

隨著我們繼續將服務和健康安全放在首位,這樣的培訓對於讓我們的服務護理員掌握知識和工具以有效地支援有囤積行為的客戶至關重要。該系列培訓不僅加深了我們的理解,而且還培養了我們以同理心、不帶偏見的態度來應對我們社區面臨的最具挑戰性的問題之一。



舊金山居民維拉·奧利弗 (Vera Oliver) 在她整潔的公寓裡。¹

¹ 圖片及圖片來源：Mind Site News —

<https://mindsitenews.org/2024/02/13/a-san-francisco-program-helps-older-people-manage-their-hoarding-behavior-and-stay-housed/>

健康與健康小貼士

春季特別安全提醒

僱主

- **戶外活動**

隨著天氣變暖,可以利用戶外活動,如散步、園藝或伸展運動來改善血液循環和靈活性。

- **春季大掃除,確保安全**

利用季節的變化來提醒自己清理家裡的雜物,揮掉舊物品上的灰塵,並確保人行道暢通,以避免絆倒的危險。

- **過敏管理**

春季可能會出現過敏症狀—請考慮諮詢你的醫療保健提供者,以控制症狀並備好藥物。

- **補水煥活**

天氣變暖意味著保持水分很重要。整天都要喝大量的水,特別是如果你在戶外待的時間較長的話。

護理員

- **監測過敏狀況**

注意僱主可能遇到的任何季節性過敏,並確保他們擁有必要的藥物和資源來幫助他們控制症狀。

- **鼓勵春季活動**

幫助僱主安全地進行戶外活動,無論是在公園散步、園藝或其他促進運動和健康的輕度運動。

- **檢查季節性危害**

確保所有室外空間沒有冬季留下的碎片、冰或其他危險物,並檢查人行道是否適合行走。

- **為季節轉換做好準備**

提醒僱主根據天氣變暖調整衣櫃,包括在戶外活動時塗抹防曬霜並戴上防曬帽。



慶祝ADA成立35週年

1990年7月26日,《美國殘疾人法案》(ADA)簽署成為法律,世界見證了民權史上的關鍵時刻。35年後的今天,我們齊聚一堂,回顧這項具有里程碑意義的立法對殘疾人生活的深遠影響。《美國殘疾人法案》證明了倡導、堅持和持續爭取平等的力量,確保殘疾人享有與其他人相同的權利和機會。

《《美國殘疾人法案》》的通過來之不易,它是多年不懈倡導的結果,包括1977年聲勢浩大的第504條靜坐抗議。殘疾人權利活動家在美國衛生、教育和福利部舉行了為期28天的抗議活動,要求執行旨在保護殘疾人的反歧視法。這次抗議活動凸顯了改變的迫切需要,為《美國殘疾人法案》的最終通過奠定了基礎。

第504條靜坐示威活動顯示了社區維護自身權利的決心。它強調了為殘疾人提供無障礙公共空間、教育、交通和就業機會的必要性。這些基本權利與家庭支持服務(IHSS)公共管理局的使命一致,該管理局致力於讓殘疾人能夠在自己的家中獨立、有尊嚴地生活。透過提供必要的居家照護服務並將僱主與值得信賴的照護人員聯繫起來, IHSS PA每天都秉持ADA的價值觀 -- 促進可近性、自主性和包容性。

在我們慶祝ADA週年之際, IHSS PA對所取得的進展表示敬意,並認識到鬥爭仍在繼續。讓我們繼續發揚第504條靜坐抗議的精神,努力創造一個每個人,無論能力如何,都能在一个包容的世界中生活、工作和發展的未來。IHSS PA始終致力於維護殘疾人權益,確保他們獲得獨立和充實的生活所需的照顧和支持。



美國殘疾人法案



1990年7月26日, 埃文·坎普 (Evan Kemp)、喬治·H·W·布希總統和賈斯汀·達特 (Justin Dart) 在白宮簽署《美國殘疾人法案》的照片。



SFIHSS 公共當局

832 Folsom Street, 9th Floor
San Francisco, CA 94107-1123

董事會

羅賓威爾森貝蒂
總統

薩沙·比特納
副總裁

亞歷克斯·馬德里
財務主管

黛西·麥克阿瑟
秘書

艾達·梅·約翰遜
普通會員
老年消費者代表

泰德傑克遜
普通會員
老年消費者代表

傑西·尼科爾斯
普通會員
年輕消費者代表

簡·雷德蒙
普通會員

瑪拉·馬斯
普通會員

盧安娜·麥卡爾平
普通會員



SFIHSS 公共當局

