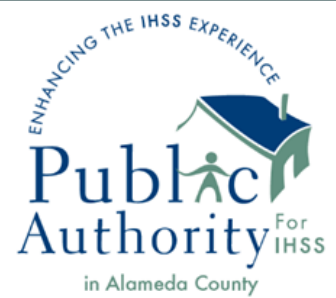


阿拉米達縣  
公共機構期刊  
倡權·供訊·支援

2023 年 11 月第 2 期



執行主任致辭

本期公共機構期刊 (Public Authority Press) 特向 30,000 多名家居護理服務 (IHSS) 提供者致敬！我僅此代表社會服務局，感謝您們每個人堅定不移的奉獻精神和關懷，為家居護理服務受益者提供必要的照護和支援，讓他們能在自選的家或社區環境中舒心生活。照護是家居護理服務計劃的基礎。如果沒有家居護理服務提供者的支援，許多家居護理服務接受者都無法有機會安全地留在自己的家中，而須尋求其他家外照護選擇，例如，長期護理院或專業護理設施。

11月是全國家庭照護者月。您是否知道，一半以上的家居護理服務提供者都是家庭成員、女性和有色人種？成人與老齡化服務局 (AAS) 藉此機會不僅要感謝家庭照護者，還要慶祝和表彰所有家居護理服務提供者每天投入無數時間照護長者和殘障者！

雖然照護非常有意義，但是，也可能帶來情緒、身體和經濟方面的挑戰。由於照護者角色的巨大需求和挑戰，家居護理服務提供者常常忽略自己的健康。務必建立並維持健康的工作與生活平衡，包括照護好自己的健康，為自己花些時間並尋求社會支援和資源，管控壓力，做好自護。說起來容易，但做起來難，因此，我強烈建議您為自己的健康付出努力。

本期重點介紹家居護理服務提供者可利用的資源，以助因應照護需求。例如，公共機構提供專為提供者舉辦的訓練班，包括*照護提供者同儕支援*和*直接支援提供者的重要性*，而地區老齡化事務局 (AAA) 則提供照護者支援服務（如家庭照護者聯盟）。這些資源對您和您所照護之人都是一種福利，並且全年提供，因此，請留意是否有自己感興趣的訓練班，欲知詳情，請致電獲取更多資訊。祝您一切順利！

– Nicole Hayes  
公營機構執行主任

本期內容

數字一覽 .....	2
W-2 與電子探訪驗證 ..	2
訓練 .....	3
提供者資源與工具 .....	4
老齡化及殘障 資源聯繫與全國 家庭照護者月 .....	5
預留日期 .....	6
焦點：諮詢委員會 .....	7
聯絡我們 .....	8

特別興趣點

- 查找合適的照護者  
支援組

**11 月是  
全國家庭照護者月！**

## W-2 稅表

報稅時間即將來臨！  
家居護理服務提供者  
應注意，務必確保電  
子郵件地址、電話號  
碼和郵寄地址正確無  
誤。請致電 510-577-  
1877 核實存檔資訊正  
確。

如果賺取了應稅收  
入，在 2024 年 1 月 31  
日之前，2023 年 W-2  
表紙質版會寄到存檔  
郵寄地址。

如有電子服務入口網  
站帳戶，即可在帳戶  
查看並下載 2023 年  
W-2 稅表副本。

註：[加州社會服務處  
和家居護理服務縣工  
作人員不是稅務顧  
問，無法協助解決稅  
務問題。有關稅務問  
題，請瀏覽國稅局  
\(IRS\) 網站或聯絡稅務  
師。](#)

## 數字一覽

### 登記處

接受者轉介： **242**  
提供者轉介： **405**

### 訓練

每月課程： **9**  
◇ 英語課： **6**  
◇ 西班牙語課： **2**  
◇ 粵語課： **1**

每月平均上課人數： **360**

### 健康福利

符合資格享有健康保險但未參保  
的提供者： **14,006**

阿拉米達健康聯盟 (AAH) 健康計  
劃涵蓋的提供者： **5,513**  
◇ HMO 計劃： **2,254**  
◇ PPO 計劃： **3,259**

\*基於 2023 年 10 月的數據

---

「世界上只有四種人：曾是照護者的人，  
現為照護者的人，將為照護者的人，  
以及將需要照護者的人。」 — 羅莎琳·卡特

---

### 電子探訪驗證

電子探訪驗證 (EVV) 是一項聯邦政府強制性要求，在每個工作日  
開始和結束時，所有非同住家居護理服務提供者都需簽入和簽出。  
為了遵守聯邦法律，加州社會服務處 (CDSS) 對電子探訪驗證系統  
進行了變更，於 2023 年 7 月 1 日生效。此變更僅影響不與其家居  
護理服務接受者同住的提供者。

為了幫助滿足新的電子探訪驗證要求，加州社會服務處發布了簡單易  
明訓練資料，介紹了如何使用電子探訪驗證系統和即時網路研討會訓  
練。欲詳細了解，請瀏覽加州社會服務處電子探訪驗證網站：[https://  
www.cdss.ca.gov/inforesources/cdssprograms/ihss/evvhelpp](https://www.cdss.ca.gov/inforesources/cdssprograms/ihss/evvhelpp)

也可聯絡家居護理服務的服務台求助，電話：1-866-376-7066。



## 2023年11月

週日	週一	週二	週三	週四	週五	週六
			1	2 ★	3	4
5	6	7 ★	8	9	10	11
12	13 ★	14 ★	15 ★	16	17	18
19	20	21	22 ★	23	24	25
26	27 ★	28	29 ★	30 ★		

接受者和提供者可以參加健康和家庭照護服務主題相關免費訓練和研討會。也提供其他語言的訓練。點擊[此處](#)報名參加或致電 510-577-3554。

### 訓練焦點

#### 照護提供者同儕支援

講師：Ellen Creighton, ACE Home Health & Hospice 病患品質照護協調員兼社區資源專員。

照護提供者同儕支援座談會每年有 8 個月舉辦。這次舉辦的支援座談會旨在讓家居護理服務提供者探索為他人提供個人照護支援的挑戰和回報。這次座談會旨在解決過渡、沮喪、倦怠問題，並透過自護工具、支援和技巧認可和賦能照護者。

#### 將至訓練

2023年12月至2024年1月

#### 失智症訓練

公共機構訓練計劃很高興能與長者黎明成人日托計劃 (Senior Daybreak Adult Day Care Program) 合作，為提供者和接受者提供失智症訓練。長者黎明計劃是一項獨特的日間計劃，確保失憶長者安全可靠，同時為其照護者提供在家照護親人所需的靈活性和支援。還提供寶貴資訊和支援組，專為失智症和阿茲海默症病患照護者設計。

### 訓練班時間表

#### 11月2日

長者需助危險信號（西班牙語）

#### 11月7日

聯邦醫療保險 (Medicare) 及其年度參保期（10月15日至12月7日）：

2024年變更

#### 11月13日

照護提供者同儕支援座談會

#### 11月14日

家庭匹配服務介紹

#### 11月15日

長者需助危險信號（英語）

#### 11月22日

預設醫療指示（粵語）

#### 11月27日

直接支援提供者的重要性

#### 11月29日

營養賓果遊戲（英語）

#### 11月30日

營養賓果遊戲（西班牙語）

使用下面的二維碼  
報名參加！



## 地區老齡化事務局

地區老齡化事務局 (AAA) 擁有適合不同人群的資源，希望廣為人知！點擊[此處](#)詳細了解或致電：

**長者資訊與協助**  
510-577-3530

### LGBTQ+ 長者資源

LGBTQ 接受者和提供者有許多有益資源和聯繫。

**[東灣薰衣草長者組織 \(Lavender Seniors of the East Bay\)](#)**：一個由約 20 名長者組成的團體，因擔心「同性戀和灰色群體」缺乏服務和保護而於 1994 年成立，提供社會支援服務，為所有 LGBTQ+ 長者培養歸屬感。(510) 736-5428

**[SAGE 全國 LGBTQ+ 長者專線](#)**：(877) 360-5428，每天 24 小時服務，支援英語、西班牙語，提供 180 種語言翻譯

**[SAGEConnect](#)**：免費的電話好友計劃，為 LGBTQ+ 長者與義工配對，每週電話通話。

**[全國 LGBTQ+ 老齡化資源中心](#)**：一個資訊中心，提供近千個 LGBTQ+ 老齡化相關主題的出版物、資訊、指南和協助，也是一個很棒的資訊和轉介資源。

**[美國退伍軍人事務部 VHA LGBTQ+ 健康計劃](#)**：確保 LGBTQ+ 退伍軍人能在肯定和包容的環境中獲得醫療保健，提供者需尊重其身分。

**[奧克蘭 LGBTQ 社區中心](#)**：奧克蘭 LGBTQ 社區中心成立於 2017 年，致力於增強和維持 LGBTQ 個人、家庭和盟友的福祉，電話：510-882-2286。

**[太平洋人類成長中心](#)**：成立於 1973 年，是灣區時間最久的 LGBTQIA+ 中心，也是全美第三時間最久的中心，經營著一家浮動費率心理健康診所，電話：510-548-8283。

## 照護夥伴

阿拉米達縣照護夥伴定期為公共機構訓練計劃提供資源和自護訓練。

為提供者和接受者提供免費、體恤且符合文化要求的照護。

團隊可在以下方面提供協助：跌倒預防服務和耐用醫療

設備請求，將您與當地社區資源聯絡起來，並開始討論您的醫療保健願望。

**聯絡我們：**  
[\(510\) 577-3517](tel:5105773517)  
[care.partners@acgov.org](mailto:care.partners@acgov.org)

## 家庭照護者聯盟

家庭照護者聯盟 (FCA) 提供廣泛的照護者資源，包括照護技巧、照護者自護資訊和鼓勵，以及與社區組織和機構的聯繫，其網站非常實用，尤其是「照護者資源」標籤！

其使命是改善家庭照護者和接受者的生活品質，其服務、教育計劃和資源在設計時考慮了照護者的需求，並提供支援、資訊和工具用於管理複雜的照護需求，包括：

- 線上調查問卷和工作人員跟進
- 使用 6 個縣的灣區照護者資源中心工作人員。照護者可獲取其個人客戶記錄中的資訊。

**聯絡我們：**  
[\(800\) 445-8106](tel:8004458106)  
[caregiver.org](http://caregiver.org)





## 老齡化與殘障資源聯繫

阿拉米達縣老齡化與殘障資源聯繫 (ADRC) 網站既是一個服務入口網站，也是一個社區組織網絡，協助長者和殘障者及其家人和照護者。作為一個全州網絡的一部分，該網站由加州老齡化事務處資助和當地資源贊助，旨在簡化對強化資訊和轉介援助、選擇諮詢、服務協調和機構到家中過渡援助的使用。

該網站採用以人為本的方法識別個人和社區資源，還協助服務註冊，熟悉複雜的公共福利系統，獲得數十個非牟利社區服務合作夥伴的相關資訊。這些聯繫作成一個「無錯門」系統，使所有年齡、收入和有能力的人都能與合作夥伴組織聯絡，並在阿拉米達縣內獲得廣泛的短期和長期服務及支援選擇。其主要目標是最大程度地減少混亂，增強個人選擇，支援長期服務和支援選擇的相關充分知情決定，以助實現個人獨立目標。

欲詳細了解和獲得個別協助，請致電 510.297.5936 或 1-800-510-2020，或電郵 [adrc@acgov.org](mailto:adrc@acgov.org)。照護者連結：<https://alameda.my-adrc.org/Home.aspx>

## 家庭教育與資源中心

家庭教育與資源中心 (FERC) 為精神疾病病患的家庭照護者提供支援，提供心理健康教育、資訊、倡權和支援服務，以助為親人提供最好的照護。

精神疾病兒童或成人的照護者可與醫院、醫療中

心、流動危機小組、精神病院或其他可提供專業照護和臨時或永久援助的支援計劃聯繫，許多危機支援服務每天 24 小時服務。

辦事處位於奧克蘭和弗里蒙特。

## 全國家庭照護者月

每年 11 月都慶祝全國家庭照護者月，目的是表彰全國家庭照護者並表示敬意。

在全國家庭照護者月期間贊頌家庭照護者讓所有人都能：

- 提高對家庭照護者問題的認識
- 贊頌家庭照護者的辛勤工作
- 對家庭照護者進行自我認同教育
- 增加對家庭照護者的支援

柯林頓總統於 1997 年簽署了第一個全國家庭照護者月總統公告，此後歷屆總統紛紛效仿，每年

11 月都會發布年度公告，表彰家庭照護者並表示敬意。

### 資源

全國家庭照護者月網站：

<https://www.caregiveraction.org/national-family-caregivers-month>

照護者服務台：855-227-3640

照護者行動網絡

電話：202-454-3970

電子郵件：[info@caregiveraction.org](mailto:info@caregiveraction.org)



## 公共機構：

### 家居護理服務提供者登記處

您在找一份有意義的工作嗎？

請考慮成為家居護理提供者.....

追求有意義的職業，成為服務提供者，幫助接受家居護理支援服務的長者和殘障者。

阿拉米達縣公共機構登記處一直在招募新人！

#### 公共機構登記處的提供者：

- 為家居護理服務計劃的長者和殘障者提供照護
- 彈性工作時間
- 如合資格可享受醫療保險福利
- 接受免費訓練
- 時薪 18.55 美元

#### 申請方式：

##### 1) 郵寄：

Attn: PA Registry  
6955 Foothill Blvd, Ste. 300  
Oakland, CA 94605

或

##### 2) 電郵：RegistryApps@acgov.org

#### 家居護理服務諮詢委員會職責

諮詢委員會提出改善家居護理服務和公共機構服務的建議，正積極招募更多成員。

每季開會，時間：當月第一個星期四下午 1:30，地址：社會服務處成人與老化服務局 (Social Services Agency, Department of Adult and Aging Services):

6955 Foothill Blvd, First Floor, Suite 143, Oakland, CA 94605。

如有意加入，請聯絡公共機構秘書，電話：510-577-1889，或瀏覽網站詳細了解：  
[www.ac-pa4ihss.org](http://www.ac-pa4ihss.org)

#### 家居護理服務提供者，請預留日期！

為了紀念全國照護者月，感謝您所做的重要工作，請接受多方的感謝和支持，包括家居護理服務工作人員和社區合作夥伴、SEIU 2015、照護夥伴及 Ellen Creighton（照護提供者同儕支援組負責人）。

#### 時間：

2023 年 11 月 8 日（週三）  
上午 10 點至下午 3 點

#### 地址：

Adult & Aging Services Lobby  
Eastmont Mall  
6955 Foothill Blvd, Suite 143  
Oakland, CA 94605

期望到時能見到您！



預留  
日期

## 訪談焦點：

沃倫·庫什曼是家居護理服務諮詢委員會主席，代表未滿 60 歲的受益人，分享了他對公共機構的一些經驗和目標。

**採訪者：是什麼讓您決定加入公共機構諮詢委員會？**

沃倫：我於 2019 年加入諮詢委員會。我認為公共機構需要有接受者代表。我覺得盲人參與這個空間的情況很少見。殘障者對此有一些需求。我覺得，憑藉我多年的倡權經驗，我可以做出很多貢獻。

**採訪者：身為公共機構諮詢委員會主席，您的目標是什麼？**

沃倫：我的第一個目標是增加委員會人數，達到總共 11 名成員。我們一直在找新人，讓能積極參與的人加入。另一個目標是改善公共機構接受者的狀況。我希望能改善對公共機構的資助以及接受者和提供者之間的關係，在接受者和提供者之間建立更牢固的聯繫。

**採訪者：您認為公共機構在哪些方面是成功的？**

沃倫：公共機構其中最強和成功之處是訓練。訓練課程和訓練人員都很給力，也很積極。我還認為，工作人員在管理方面經驗豐富，對於為接受者和提供者提供服務大為有益。我想說，縣公共機構和接受者之間的聯繫非常緊密。

**採訪者：您認為公共機構能使用什麼方式改善服務？**

沃倫：我首先想到的是，可在家居護理服務三方（即縣府、家居護理服務提供者和接受者）之間建立更好的關係。我的目標之一是改善這三方之間的關係。各部門的決策過程需要與縣府在程序和資金方面更好協調。我認為，對於接受者來說，找提供者是一個挑戰。我們可以在為接受者找提供者方面進行一些改進。僱用提供者是接受者遇到的最大挑戰。歸根結底是尋找資源來招募提供者。我們需要找到更多資源來尋找招募更多提供者的方法。在社區多做廣告並舉辦宣傳活動會有所幫助。系統文化需要改變，以便對系統更有信心，這樣接受者和提供者才會介紹其他人。我們需要繼續努力提高系統的聲譽。口碑很重要。州府和縣府之間的關係有待改善，並與州府合作精簡公共機構的政府事務。我們正在尋找一種更完善的溝通模式。

最後，了解新的法律和法規對於接受者和提供者來說非常重要。我敦促所有接受者和提供者了解及維持情況。其中一部分是讓提供者與其工會建立聯絡。讓我們一起尋求更好的溝通和法律法規的清晰度，例如，電子探訪驗證，這是一項全新的營業運作系統。

欲分享任何相關文章主題  
的建議或對未來公共機構  
時事通訊出版物有所想

法，請電郵：

[PAPress@acgov.org](mailto:PAPress@acgov.org)

編輯：

Nicole Hayes、

Sandra Pearson、

Ericka Franklin Medina、

Emily Vo、

Mitzi Richardson

和 Christine Morgan

您的公共機構

時事通訊團隊

郵寄地址：

6955 Foothill Boulevard, Suite 300  
Oakland, CA 94605-2409  
(Lobby: First Floor, Suite 143)

聯絡我們

主要電話：

510-577-3552

傳真：

510-577-3579

健康福利：

510-577-3551

訓練：

510-577-3554

登記處

家居護理服務接受者：

510-577-1980

家居護理服務提供者：

510-577-5694

網站：<https://ac-pa4ihss.org/>

家居護理服務薪資系統：

510-577-1877

成人保護服務處熱線：

510-577-3500

長者資訊與協助：

510-577-3530

查找家居護理服務社工：

510-577-1900