



안녕하세요 제 이름은 김민재입니다. 저는 SPLC 에서 케어 매니저로 일을 하고 있습니다.

이 비디오를 보고 계신 모든 분들이 팬데믹 상황에서도 잘 이겨내고 계시길 바라겠습니다.

SPLC 가 어떤 기관인지 간략하게 설명드리자면 저희는 온타리오주 스카보로, 핀치와 워든에 위치한 비영리 단체입니다.

저희는 55 세 이상의 어른들께 다양한 서비스를 제공하고 있으며 주 서비스 지역은 스카보로이며 몇몇 서비스는 노스욕과 마캄에도 제공하고 있습니다.

저희가 제공하는 서비스중에는 케어 매니지먼트, 중독과 정신건강 프로그램, 건강증진 프로그램, GAIN 클리닉, 밥차, 목욕&집안일, 교통 서비스 등이 있습니다.

저희 케어 매니지먼트 팀은 일대일 상담, 정보 전달, 다른 서비스에 연계 등을 통해 고객님들이 최대한 오래동안 집에서 건강하게 지내실수 있게 도와드립니다.

또 한 신체적, 정신건강적, 사회적, 금전적으로 변화를 겪고 계신 고객님과 그 가족분들께 길잡이 역할을 제공합니다.

자주 듣는 질문과 대답

이 비디오에서는 커뮤니티에서 가장 많이 받은 COVID-19 관련 질문과 어르신들께서 이용할수 있는 서비스에 대하여 설명드릴것입니다.



앞으로 꾸준히 비디오를 올릴 예정이니, 질문이 있으시다면 저희에게 댓글을 남겨주세요. 다음 비디오에 답변을 드릴수 있도록 노력하겠습니다.

첫번째 질문은 안전한 장보기 팁입니다.

바이러스가 음식물 포장재를 통해서 전파될까요?

현재로써는 COVID-19 이 음식물이나 음식물 포장재를 통해 전파된다는 사실을 밝혀진 바가 없습니다.

하지만 안전을 위해서 포장재를 만진 후 항상 손씻기나 손 소독제를 사용하시길 권장드립니다.

안전하게 장볼수 있는 방법은 무엇인가요?

장을 보러 직접 가게에 들어가시는 경우 들어가기전 꼭 손 소독제를 이용하시고 안에서는 최대한 물건이나 표면을 만지지 마시고 만졌을 경우 얼굴을 만지는 행동은 삼가해주세요. 가게에서 나온 직후 손을 닦거나 손 소독제를 사용해 주세요.

직접 장을 보러 가는것이 용이치 않다면 어떻게 해야하나요?

저희 SPLC 에서는 현재 장보기와 약배달 서비스를 제공하고 있습니다, 도움이 필요하신 분들은 416-493-3333 으로 문의 전화 주세요.

만약 사시는 곳이 멀리 떨어지셨다면 211 에 연락하여 본인 거주지 근처에 서비스를 제공하는 기관을 찾아보세요.

어떻게 하면 실내에서 활동적으로 지낼수 있나요?



현재 다양한 프로그램이 시국을 대변하여 실내에서 활동적으로 지낼수 있도록 나와있습니다.

한 유튜브 채널 The Shows Must Go On 를 추천드립니다. 이 채널에서는뮤지컬 거장인 앤드류 로이드 웨버의 뮤지컬을 금요일부터 48 시간 동안 공개합니다.

집에서 뮤지컬을 즐길수 있는 채널이니 기억해 두세요.

또 한 세계적인 태양의 서커스 팀도 공연 편집본을 올리고 있습니다, 훌륭한 공연이니 놓치지 마세요.

Royal Ontario Museum 에서도 증강 투어 영상을 올려두었습니다.

토론토의 봄과 벚꽃을 그리워 하시는분들을 위해서는 토론토 시청에서 하이파크 증강 투어를 올려놓았으니 집에서나마 완전한 봄을 즐기실수 있습니다.

SPLC 유튜브 채널에선 어떤 콘텐츠를 찾을수 있나요?

SPLC 유튜브 채널에는 다양한 운동, 요가, 두뇌게임등 다양한 영상을 올려두었으니 보시면서 따라해보시길 추천드립니다. 이 외에도 저희는 현재 그룹 통화를 통해 서로에서 위로와 즐거움을 드리는 프로그램을 진행하고 있습니다.

SPLC 에서는 전화를 이용한 프로그램은 없나요?

현재 저희는 어르신들께서 지속적으로 서로 지원하고 연결이 끊기지 않도록 전화를 이용한 서포트 프로그램을 진행중입니다.



이 프로그램은 다양한 언어로 제공되고 있으니 관심있으신 분들은 저희에게 연락주세요.

다른사람들과 전화나 컴퓨터를 이용해 연결되어 있는것이 건강에 이로운가요?

신체를 활동적으로 유지하는것만큼이나 중요한 것이 사회적으로 활발히 활동하는것입니다. 그렇기 때문에 우리 모두 연결을 놓지말고 서로를 지원해서 이 시국을 해쳐나가야합니다.

궁금하신 점이 있으시다면 저희에게 댓글을 남겨주시거나 416-493-3333 으로 연락주세요.

오늘의 영상은 여기까지 입니다. 이 영상이 도움이 되었길 바랍니다.

앞으로 저희가 꾸준히 영상을 올릴 예정이니 질문이 있으시다면 댓글 달아주세요, 최대한 빨리 다음영상에서 답을 드리도록 하겠습니다.

그럼 영상 봐주셔서 감사드립니다.

건강하시고 다음 영상에서 만나요.

로열티 없는 트랙 "Perception"을 제공해준 Bensound 에게 감사드립니다.