

ALTA CONNECTIONS

분기별 고객, 서비스 제공업체 및 직원 업데이트 뉴스레터



이번 호에 소개된 아티스트에 대한 자세한 내용은 16페이지에서 확인하세요.

센터장의 메시지

센터장 로리 바나레스

연휴는 축하를 위한 시간이며, ACRC에서는 지난 분기 동안 기념할 일이 정말 많았습니다. 우리는 우리의 직장 and 직원들, 우리 커뮤니티, 그리고 새 사무실 공간과 커뮤니티 장소에서 개최할 수 있었던 행사들을 기념합니다. 직원 수가 증가함에 따라, 저희는 새로운 팀원들을 맞이하게 되어 자랑스럽게 생각하며, 총 직원 수는 거의 900명에 이르게 되었습니다. 저희는 최근 사례 관리 성장 부서 두 곳을 신설했습니다. 하나는 새크라멘토 사무실에 있는 아동(6세~17세)을 위한 부서이고, 다른 하나는 역시 새크라멘토 사무실에 있는 성인(18세 이상)을 위한 부서입니다. 회계연도 하반기에 접어들면서, 우리 기관은 업무량 대비 인력 비율 문제를 지속적으로 해결하고, 조직의 필요와 제공된 운영 자금의 균형을 맞추기 위해 전략적 채용 계획을 실행하는 데 전념할 것입니다. ACRC는 우리 팀들의 훌륭한 헌신과 긍정적인 영향력을 기념합니다. 지난 한 해 동안 여러 가지 새로운 계획과 기술 발전이 도입되었으며, 이를 숙달하기 위해서는 상당한 시간과 노력이 필요했습니다. 그들의 정신력과 이러한 변화를 받아들이려는 의지는 놀라웠으며, 특히 기관 내에서 자연스럽게 발생하는 동료 간의 지원 또한 인상적이었습니다.

이번 호에 실린 내용:

- 센터장의 메시지
- 지역사회 연계 활동
- 사람들이 함께 계획하기
- 직원 근속 기념일
- 이달의 직원
- 긴급 자원 박람회
- 교육
- 주정부 청사 트리 점등식
- 간담회
- 주간 서비스 패션쇼
- IPPS 서명
- 브라이트라이프 키즈
- 문의처
- 신타 데이
- 고령화 인구
- 임상 코너
- 자원 개발
- 주목할 만한 아티스트
- 2025 ACRC 교육

공지사항

ACRC는 다음 분기 온라인 커뮤니티 미팅을 2026년 2월 4일 오전 11시부터 오후 12시까지 개최합니다.

참고: ACRC 분기별 커뮤니티 회의는 조직 전반의 업데이트를 공유하고 커뮤니티와 소통하기 위한 자리입니다. 이 자리는 특정 고객의 문제를 논의하는 자리가 아닙니다. 그러한 논의는 기획팀 차원에서 또는 일대일 대화를 통해 진행하는 것을 환영합니다. 고객 정보 보호의 중요성을 이해하고 협조해 주셔서 감사합니다. 자세한 내용은 <https://www.altaregional.org/calendar>를 방문하여 링크를 확인해 주십시오. 별도의 등록이 필요 없습니다.

센터장의 메시지 - 계속

9월에는 저희 새 사무실에서 첫 번째 연례 비상 자원 박람회를 개최했습니다. 참가한 판매자들을 보여주는 여러 장의 사진이 있습니다. 많은 사람들이 참석했으며, 피드백도 매우 긍정적이었습니다. 이것은 매년 열리는 행사입니다. 이 아이디어를 현실로 만들어준 비상사태 담당 코디네이터인 휴버트 엔리케스에게 특별한 감사와 찬사를 전합니다! 긴급 자원 박람회 외에도 ACRC는 본사에서 또 다른 성공적이고 많은 사람들이 참여한 소규모 기업 박람회를 개최했습니다. 거의 30곳에 달하는 고객 업체들이 참석하여, 이들을 지원할 준비가 된 쇼핑객들에게 자사의 상품과 서비스를 홍보할 준비를 하고 있었습니다. ACRC는 우리 커뮤니티의 모든 분들이 빛날 수 있는 기회를 계속해서 만들어 나가겠습니다! 저희의 새로운 본사 건물은 대규모 행사를 개최할 수 있는 규모를 갖추고 있지만, 매년 산타 데이 행사에 모이는 많은 인파를 편안하게 수용할 수 있는 공간은 부족합니다. 올해 우리는 새크라멘토에 있는 스코티시 라이트 메이슨 센터에서 행사를 개최했습니다. 이 공간은 이 행사를 위해 만들어졌습니다! 참석자들은 전 세계의 명절 전통과 지역 사회 파트너 자원을 소개하는 부스들을 넉넉하게 돌아다닐 수 있는 공간이 있었습니다. 우리 관할 구역 전역에서 미소 짓는 고객, 가족, 그리고 공급업체들이 참석한 아름다운 날이었습니다. 이 날이 가능하도록 힘써주신 모든 ACRC 직원분들과 지역 파트너 여러분께 감사드립니다. 정말로 마법 같은 날입니다.

2026년을 앞두고 ACRC는 주지사가 1월 10일에 제안된 주 예산안을 발표함에 따라 캘리포니아 예산 과정을 면밀히 주시할 것입니다. ACRC는 지역 센터 협회(ARCA: 우리의 무역 협회) 및 여러 지역 사회 제휴 단체들과 협력하여, 발달장애 지원 시스템을 지지하기 위해 강력하게 일치되고 목적이 분명한 메시지 아래 하나로 뭉칠 것입니다. 통일된 메시지 아래에서 하나로 뭉치는 것은 우리 시스템이 온전하게 유지될 수 있도록 필요한 힘과 영향력을 제공합니다. ACRC는 35,000명 이상의 고객을 위해 서비스를 제공하고 있으며, 이들은 우리가 그들의 요구를 증진하고, 양질의 지역사회 통합 서비스가 랜터맨 법을 통해 약속된 사항들을 어떻게 지원하는지 알리기를 기대하고 있습니다. 앞으로 몇 달 동안 우리 커뮤니티가 자신의 이야기를 나누기 위해 목소리를 낼 수 있는 많은 기회가 있을 것입니다. 여러분께서도 옹호 활동에 동참해 주시기를 요청드릴 예정입니다. 우리가 지원하는 사람들이 주도하는 캠페인만큼 의미 있고 효과적인 캠페인은 없습니다.

알고 계셨나요?

발달서비스부(DDS)는 행사 캘린더를 운영합니다. 오늘 바로 웹사이트의 일정표를 확인하여 다가오는 이해관계자 참여 기회에 참여하세요.

<https://www.dds.ca.gov/dds-events/>



ACRC 커뮤니티 아웃리치 업데이트



엠티워터 초등학교, 메리스빌

Alta California Regional Center



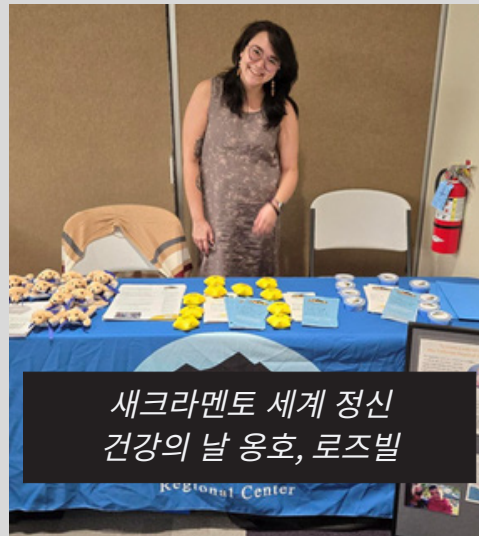
중국 문화 재단 동서 건강
박람회, 엘크 그로브



제4회 미국 원주민
지적 및 발달 장애
심포지엄



새크라멘토 세계 정신
건강의 날 옹호, 로즈빌



새크라멘토 세계 정신
건강의 날 옹호, 로즈빌



트랜스젠더 추모의 날
새크라멘토 PFLAG 및
레인보우 커머스



내 자매의 집 안전한 피난처를 위한 달리기



내 자매의 집 안전한 피난처를 위한 달리기

함께 계획하는 사람들 교육(PPT) 커리큘럼

저희는 사람 중심적 사고방식의 힘을 믿습니다. PPT 커리큘럼을 통해 ACRC PPT 인증 클라이언트 옹호자들은 자기 옹호를 촉진하는 혁신적이고 클라이언트 중심의 교육을 제공합니다. PPT는 자기 옹호, 자립, 그리고 지역사회 연결을 향한 움직임입니다.

원래 성인을 위해 설계된 PPT는 고등학교 전환기 학생들의 요구에 맞게 조정되었습니다. 학교 학군과 협력하여 ACRC는 PPT 청소년 역량 강화 워크숍을 제공합니다. 이 워크숍은 학생들에게 자기 발견, 목표 설정, 학교 및 취업을 위한 건강한 지원 체계 탐색의 기회를 제공합니다.

2024년부터 ACRC는 새크라멘토 시 통합 교육구의 진로 기술 교육 프로그램을 통해 83명의 학생들에게 PPT를 제공해왔습니다.

성인 고객의 경우, PPT는 자기 옹호 기술을 배우고 미래를 계획할 수 있는 안전하고 지원적 환경을 제공합니다.

2025년 봄에 ACRC는 두 개의 위탁 데이 프로그램과 협력하여 18명의 성인에게 서비스를 제공했습니다.

ACRC는 PPT의 범위를 확대하고 지역사회 파트너십을 강화하는 데 전념하고 있습니다. 다가오는 해에는 더 많은 학생들에게 PPT를 제공하고, 더 많은 주간 프로그램 제공자들과 협력할 계획입니다. 접근성과 혁신은 모든 연령대의 고객이 자신의 목소리를 발견하고 미래를 설계할 수 있도록 지원하는 우리의 사명 중심에 항상 자리하고 있습니다.



근속 기념 직원을 기리며



2025년 9월 25일 이사회 회의에서 우리는 근속 기념일을 맞이한 ACRC 직원들을 축하하는 기회를 가졌습니다. 오랜 기간 근무하신 많은 직원분들께서 표창을 받으신 것을 축하드립니다.

2025년 10월 이달의 직원 셴 엘리엇

이러한 인정은 Sean이 담당하고 있는 사례의 클라이언트들, 그들의 가족과 지원 체계, 그가 감독하는 주거 서비스 제공자들, 그가 교류하는 지역사회 파트너들, 그리고 함께 일하는 ACRC 직원들에 대한 그의 헌신을 보여줍니다.



Sean은 2022년 5월부터 주거 부서에서 ACRC의 SC로 근무하고 있습니다. 그는 거주 유닛에서 지속적인 도전, 변화, 그리고 예기치 않은 상황에 직면하더라도 잘 회복하며 적응하는 탄력성을 지니고 있는데, 이는 많은 사람들이 어려워하는 부분입니다. Sean은 정직하고 청렴합니다. 그는 그가 함께 일하는 고객들과 제공자들을 위한 훌륭한 대변인입니다. Sean은 또한 고객과 그들의 지원 네트워크에 대해 인내심을 가지고 있어, 강하고 신뢰할 수 있는 관계를 구축합니다. Sean은 적응력이 뛰어나고, 신뢰할 수 있으며, 시간을 잘 지키고, 전문적입니다.

Sean을 알게 되면, 그가 당신의 말을 잘 들어주는 진솔한 사람이라는 것을 알게 될 것입니다. Sean은 매우 배려심이 많고, 존중하며, 남을 위해 아낌없이 베푸는 사람으로, 항상 다른 사람을 생각합니다.

그의 연민과 공감 능력은 그를 훌륭한 팀원으로 만들며, 다른 사람들이 존경하고, 함께 협업하기를 좋아하며, 곁에 있고 싶어하는 사람이 되게 합니다. 축하해요, Sean!

2025년 11월 이달의 직원 웬디 맥크레이

우리의 수석 서비스 코디네이터인 웬디 맥크레이가 고객과 기관을 위해 일할 때 보여주는 감동적인 열정과 헌신을 표현하기에는 말로는 부족합니다. 웬디는 ACRC에서 22년이 넘는 재직 기간 동안 Intake, South Lake Tahoe와 Placerville 사무소에서의 서비스 조정, 그리고 현재는 엘도라도 카운티를 지원하는 Placerville 사무소의 수석 서비스 코디네이터로서 등 여러 역할로 고객과 가족들을 지원해왔습니다!

웬디는 고객을 위해 위원회에서 옹호 활동을 하고, 지역 파트너들과의 커뮤니티 관계를 구축하며, 상세한 문서를 작성하고, 개별화된 서비스 및 지원에 대한 추천에 신중하고 전문적인 관점을 제시하는 등 기대 그 이상으로 헌신합니다. 만약 여러분이 웬디를 만났거나 함께 일할 기회가 있었던 적이 있다면, 예를 들어 그녀가 순환 서비스 코디네이터로서 보호위원회(Conservatorship Committee)에서 활동했을 때, 전문/포렌식 유닛에서 클라이언트의 사례를 담당했을 때, 클라이언트와 함께 법정에 참석했을 때, 또는 새로운 서비스 코디네이터의 온보딩을 지원하기 위해 IPP 미팅에서 그녀를 따라다녔을 때 등, 여러분은 아마도 웬디가 보여주는 전문성과 연민을 통해 우리 기관이 최고의 모습을 대표하는 빛나는 본보기를 직접 목격했을 것입니다. 웬디는 ACRC의 플레이서빌 사무실에서 없어서는 안 될 핵심 인물이었으며, 지금도 변함없이 그 역할을 하고 있습니다. 웬디는 고객과 가족들에게 탁월한 서비스 조정을 제공하는 것 외에도, 수석 서비스 코디네이터로서 플레이서빌과 사우스 레이크 타호 지역의 서비스 코디네이터와 관리자들을 여러 면에서 적극적으로 지원하며 최선을 다하고 있습니다. 그녀는 각 팀원과의 유대감을 쌓는 데 시간을 들이며, 사무실 내에서 함께하는 문화를 조성하는 데 도움을 줍니다. 또한, 웬디는 팀의 사기와 사무실의 필요를 지속적으로 파악하고, 실질적인 도구와 피드백, 아이디어를 제공하며, 가능한 한 자주 팀원들의 “성과”와 강점을 인정합니다.



웬디는 종종 우리 팀의 SC(고객 성공 담당자) 옆에 앉아 일대일 코칭과 교육 지원을 제공하며, 각자의 수준에 맞춰 지원함으로써 팀 전체의 역량을 향상시키는 데 기여합니다. 전반적으로 웬디는 자신이 지원하는 사람들을 직업적인 역할 외적인 부분까지 알아가려고 노력하며, 그들을 플레이서빌 "가족"의 일원으로 받아들이고, 그들 자신보다 더 큰 무언가, 즉 우리 기관의 사명과 팀원들의 집단적인 지원이라는 힘에 연결시켜 줍니다. 웬디는 플래서빌 팀, 우리가 지원하는 고객/가족, 그리고 우리 기관에게 있어 매우 소중한 사회복지 전문가이자 팀원입니다. 그녀는 어릴 적 다양한 능력을 가진 아이들과 함께 학교를 다니던 시절부터 평생 동안 장애인을 위한 열정적인 옹호자였으며, 지금도 그렇습니다.

웬디는 사회복지 및 기관 절차에 대한 놀라운 지식과 전문성 외에도, 필요한 곳이라면 어디든 기꺼이 나서서 지원하는 뛰어난 재치와 적응력을 갖추고 있으며, 긍정적인 태도와 풍부한 문제 해결 능력을 바탕으로 긍정적인 결과를 만들어내는 데 기여합니다. 웬디는 ACRC에서의 역할뿐만 아니라 지역 사회에서도 우리 기관의 비전을 실천하고 있습니다.

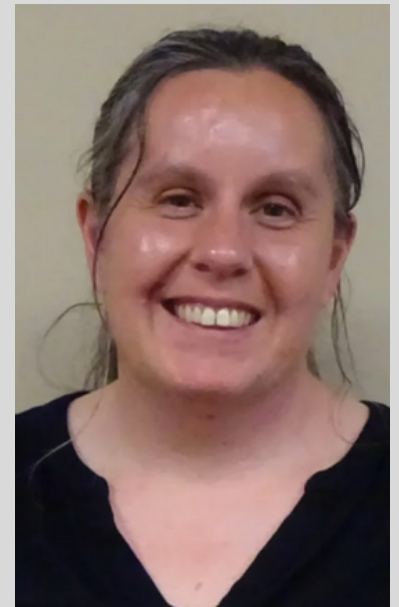
웬디님, 이처럼 마땅한 인정을 받으신 것을 진심으로 축하드립니다. 우리 기관과 함께하시는 분들을 위해 헌신해 주셔서 진심으로 감사합니다.

2025년 12월 이달의 직원 베스 아르고

베스 아르고는 ACRC의 급성 치료 코디네이터입니다. 그녀는 전문성, 성실성, 그리고 고객 관리에 대한 확고한 헌신을 보여주는 모범적인 인물입니다. 그녀는 강한 직업윤리와 맡은 일을 넘어서는 헌신적인 자세로 유명합니다. 동료들 돕는 일이든, 병원에 있는 고객을 지원하기 위해 모든 일을 제쳐두는 일이든, 그녀는 항상 최선을 다합니다. 그녀의 공감 능력과 신속한 대응은 그녀를 우리 팀의 소중한 구성원으로 만듭니다.

베스는 매우 효율적이고 신뢰할 수 있는 사람이며, 모든 업무에 에너지와 열정을 가지고 임합니다. 그녀는 주도적으로 행동하며, 특별 프로젝트를 이끌고 지원하고, 항상 뛰어난 결과를 제공합니다. 그녀는 병원 및 외부 파트너와의 강력한 관계를 구축하는 능력을 통해 ACRC의 성공에 크게 기여했습니다.

베스의 동료들은 그녀의 협조적인 태도와 기꺼이 도움을 주려는 자세에 대해 자주 칭찬합니다. 그녀의 긍정적인 태도와 능동적인 접근 방식은 탁월함에 대한 높은 기준을 제시합니다. 간단히 말해, Beth의 기여는 우리 팀과 우리가 제공하는 서비스의 질을 모두 한층 높여줍니다.



ACRC가 첫 번째 긴급 자원 박람회를 개최합니다



알타 캘리포니아 지역 센터의 긴급 자원 박람회는 성공적으로 개최되었습니다. 이 행사는 클라이언트 커뮤니티, 그 가족들, 그리고 서비스 제공자들이 한자리에 모여 건강과 안전, 역량 강화, 그리고 비상사태 대비에 중점을 둔 하루를 보냈습니다. 국가 대비의 달에 개최된 이 박람회는 약 300명 이상의 참가자들을 ACRC의 10개 카운티 서비스 지역 전역에서 실질적인 자원과 교육을 제공하는 지역 커뮤니티 파트너들과 연결해 주었습니다. 미국 적십자사는 가정 내 안전 자료를 공유했으며, 플래서 카운티 보안관 사무소는 블루 엔벨로프 프로그램에 대한 안내를 제공했습니다. 새크라멘토 카운티 소방서는 대화형 소화기 사용 시뮬레이션을 제공했고, 주 발달 장애 위원회는 100개 이상의 무료 비상용 구호 키트를 배포했습니다. 리스토스 캘리포니아는 다국어 대비 패킷을 제공했으며, ACRC는 자체 부스를 마련하여 청각장애인 및 난청인을 위한 자료와 함께 접근 가능한 비상 대비 도구 및 교육 기회를 선보였습니다. 또한 박람회에 참여하여 행사를 더욱 풍성하게 해주신 많은 추가 업체분들께도 감사의 말씀을 전합니다. 포용적인 자료, 시연, 감각 친화적 지원을 통해 박람회는 지역사회 파트너십을 강화하고, 장애 포괄적 비상대응 계획을 촉진했으며, 가족들이 비상사태에 대비할 수 있는 지식과 자신감을 갖추도록 도왔습니다.

교육 집중 조명

2025년은 교육팀에게 또 다른 바쁜 한 해였습니다. 우리는 제3회 신흥 리더십/관리자 교육을 위해 UC 데이비스와 계약을 체결했습니다. 우리는 CircleUp Education 공급업체와 계속 협력하여 문화 역량 교육을 제공했습니다. 몇 가지 새로운 업데이트 덕분에 문화 역량 교육이 이제 LMS 웹사이트를 통해 온라인으로 제공됩니다. 우리 ACRC 전 직원 LMS 웹사이트도 새로운 업데이트와 교육을 통해 계속해서 개선되었습니다.



직원 교육 주제의 전체 목록은 17페이지를 참조하십시오.



이제 모든 직원은 T19 노트 교육을 검토하고, 새로운 표준화된 IPP 형식이 어떻게 개인 중심적 사고 언어를 통합하는지에 대해 더 많이 배울 수 있습니다. 우리는 또한 ACRC 공급업체들과 두 번의 온라인 오픈하우스 행사를 개최했습니다. 이 경험을 통해 ACRC 직원들은 공급업체와 직접 소통하며 그들이 제공하는 서비스에 대해 더 많이 알 수 있었습니다. ACRC는 우리 커뮤니티를 위해 다양한 주제에 대한 교육 세션, 워크숍 및 웨비나를 지속적으로 개최하고 홍보하고 있습니다. 주제에는 지원 의사결정, 부모 옹호, 그리고 물질 사용 장애 및 지적/발달 장애 교육이 포함됩니다.

주정부 청사 트리 점등식

올해 주청사에 설치된 ACRC 트리를 위한 멋진 장식품을 제공해주신 서비스 제공업체 여러분께 감사의 마음을 전합니다. 추운 날씨에도 불구하고 우리 지역 센터의 트리를 장식하는 데 로리 바날레스(Lori Banales) 전무이사를 도와주신 헌신적인 고객 여러분께 감사드립니다.





ACRC 경청 세션 개최 - 함께 듣고, 배우고, 성장합니다

저희는 우리 커뮤니티와 직접 소통하는 데 시간과 관심을 쏟는 것을 자랑스럽게 생각합니다. 지난 분기 동안 우리는 피드백 및 경청 세션 시리즈를 통해 소중한 의견을 수렴하는 데 집중했으며, 이를 통해 우리가 섬기는 이들의 목소리가 우리의 업무에 반영되고 존중받을 수 있도록 했습니다.

우리는 여러 의미 있는 세션을 개최했습니다:

- 흑인/아프리카계 미국인 가족(9/30/25) - 주 발달장애 위원회와 공동 주최한 대면 모임으로, 열린 대화를 촉진하고 지역사회 연결을 강화했습니다.
- 뇌성마비 환자들 (10/23/25) - 독특한 관점과 필요성을 조명한 온라인 세션.
- 노년의 돌봄 제공자와 그들의 사랑하는 이들 (11/18/25) - 여러 세대에 걸쳐 가족을 돌보는 이들이 겪는 도전과 희망을 중심으로 한 온라인 대화입니다.
- 사우스 레이크 타호 커뮤니티 (12/12/25) - 지역 전역의 목소리를 모아 경험과 아이디어를 공유한 가상 세션.

이러한 세션들은 다양한 주제에 대한 의견과 제안을 수집하는 효과적인 방법임이 입증되었습니다. 지역 사회 구성원들의 의견을 직접 경청함으로써, 우리는 서비스 개선과 파트너십 강화에 도움이 되는 통찰력을 얻을 수 있습니다.

내년에는 더 많은 세션이 계획되어 있습니다. 함께 우리는 한 번의 대화를 통해 더 강력하고, 더 민첩하게 대응하는 지역 센터를 만들어가고 있습니다.

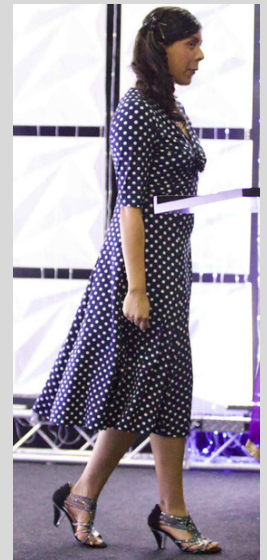
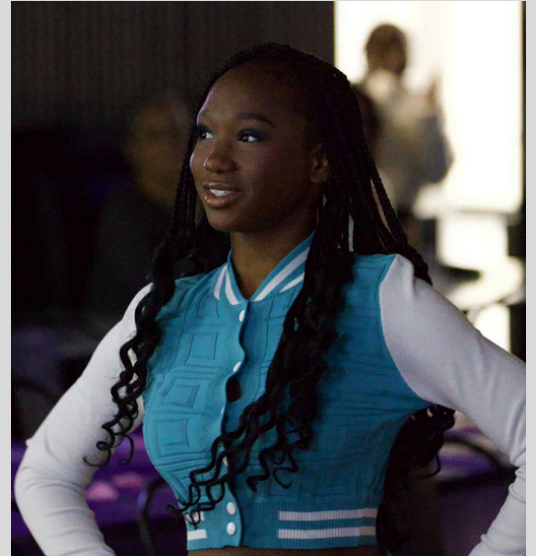
다가오는 경청 세션에 참여할 기회에 대해 알아보려면 다음을 방문해 주세요:

<https://www.altaregional.org/calendar>



선사인 데이 프로그램, 첫 번째 연례 패션쇼 개최

프리실라 홈즈가 자신의 주간 프로그램에서 열린 최근 행사의 사진을 공유해 주셔서 감사드립니다. 자세히 알아보기: <https://www.mysunnyday.org/>



알림: 개인 프로그램 계획(IPP) 서명의 중요성

ACRC는 법에 따라 서비스와 지원을 실행하기 전에 서명된 개인 프로그램 계획(IPP)을 보유해야 합니다. IPP는 귀하와 귀하의 기획팀이 함께 수립하는 목표, 서비스, 지원 내용을 담은 협력 문서입니다.

복지 및 기관법 제4646(g)조에 따라, ACRC는 IPP에 서명이 완료될 때까지 서비스를 승인하거나 제공할 수 없습니다. 이 단계에서는 사용자가 계획 프로세스에 완전히 참여하고 사용자의 선택과 필요에 따라 서비스가 제공되도록 보장합니다. 절차는 귀하가 계획 과정에 온전히 참여하고, 귀하의 선택과 필요에 따라 서비스가 제공되도록 보장하기 위함입니다. 모든 고객과 가족께서는 서비스가 지체 없이 시작될 수 있도록 IPP를 신속히 검토하고 서명해 주시기를 권장합니다.



여러분 가족을 위한 무료 지원: 브라이트라이프 키즈를 소개합니다

연휴 기간은 종종 정신없이 바쁘게 지나가며, 아이들과 보호자 모두에게 스트레스와 복잡한 감정을 안겨줍니다. 여러분의 가족을 위해 소중하고 무료인 자료를 공유하고자 합니다: **브라이트라이프 키즈**. 이 무료 프로그램은 캘리포니아에 거주하는 0~12세 어린이를 위한 것입니다. 오늘 brightlife.kids/ca에 가입하여 전담 전문가와의 실시간 1:1 화상 코칭 세션 및 주문형 디지털 자료를 이용해 보세요.

영아/유아

새내기 부모/보호자를 위한 코칭

발달 이정표에 대해 배우고, 분리 불안을 관리하며, 인내심을 기르고, 아이들이 새로운 것에 도전하도록 격려하고, 더 나은 수면을 위한 전략을 발견하는 등 다양한 정보를 얻을 수 있습니다.

어린이

어린이와 그들의 부모/보호자를 위한 코칭

슬픔, 걱정, 분노와 같은 큰 감정을 건강하게 표현하는 방법을 연습하고, 연령에 맞는 학습을 장려하며, 혼자만의 시간과 사회적 시간을 균형 있게 조절하는 등 다양한 활동을 할 수 있습니다.

트윈즈

사춘기 이전 아동과 그들의 부모/보호자를 위한 코칭

소셜 미디어에서 경계를 설정하는 방법을 배우고, 또래 압력을 관리하며, 자녀의 성장하는 독립심을 키우고, 자존감, 자신감, 포용성을 높이는 등 다양한 방법을 알아보세요.

BrightLife Kids

A CalHOPE program by Brightline



도움이 필요할 때 어디로 연락해야 하나요?

알타 캘리포니아 지역 센터(ACRC)는 고객이 필요한 서비스와 지원을 이용할 수 있도록 최선을 다하고 있습니다. 즉각적인 지원이 필요할 때 연락할 수 있는 연락처는 다음과 같습니다.

1단계: 서비스 코디네이터(SC)에게 전화하세요.

2단계: 담당 SC의 관리자(고객 서비스 매니저)에게 전화하세요. SC의 이메일 서명란 하단에 담당 SC의 관리자의 이름과 전화번호가 기재되어 있습니다.

3단계: ACRC의 고객 서비스 임원에게 전화하세요: 제니퍼 블룸 @ (916) 978-6572 또는 메셀 존슨 @ (916) 978-6653

접수 데스크에서 필요한 담당자와 연결해 드릴 준비가 되어 있으니 참고하시기 바랍니다. 전화하세요: (916) 978-6400.

ACRC는 우수한 고객 서비스를 통해 고객의 요구를 충족하기 위해 최선을 다하고 있습니다.

돌봄 제공자 - 우리가 가장 예상하지 못했던 역할

페기 A. 로시, BSN/MPA - RN/PHN

휴, 2025년의 연휴는 끝났지만, 사랑하는 가족을 돌보는 가족 간병인으로서 새해가 다가오면 다가올 연휴를 생각하는 것만으로도 두려움이 밀려옵니다. 이제 2026년에 있을 일들을 떠올리며, ‘연말연시는 좋지만 이미 일정이 가득 차 있네’라고 스스로에게 말하게 됩니다 그리고 왜 명절이 다가올 때마다 더 많은 일을 맡게 되는 걸까요? 네, 전통을 계속 이어가고 싶지만 더 이상 에너지나 시간이 없어서 당황하게 됩니다! 당신은 이미 압도되고 스트레스를 받고 있으며, 마음속으로 더 이상 아무것도 추가할 수 없다는 것을 알고 있습니다.

우리 모두 알다시피, 가족을 돌보는 일은 마음이 약한 사람을 위한 일이 아닙니다. 이것은 육체적으로만 힘든 일이 아니라, 주의하지 않으면 너무 많은 경우에 정서적으로나 정신적으로 훨씬 더 큰 대가를 치르게 됩니다. 휴일까지 더해지면, 이미 넘쳐나는 감정의 접시에 죄책감, 더 큰 피로, 그리고 슬픔이 더욱 커질 뿐입니다. 그래서, 제 팁은 다음과 같습니다:

1. 혼자서 당신의 역할을 감당하지 마세요. 적절한 시기와 상황에 맞게 예스와 노를 말하는 법을 배우세요.
2. 스스로를 돌보는 법을 배우세요. 이는 하루에 여러 번 10분간의 휴식 시간을 ‘나만의 시간’으로 따로 마련하는 것을 의미합니다. 자기 관리는 이기적인 것이 아니라 필수적입니다.
3. 도움을 줄 의향이 있는 가족과 친구들의 목록과 달력을 유지하세요. 그렇다면 그들이 도울 수 있도록 하고, 전통적으로 당신이 맡아왔던 일이라 하더라도 가능한 한 많은 업무를 그들이 맡도록 하십시오. 당신의 목표는 자신의 경계를 재설정하고 불필요한 스트레스를 해소하는 것입니다.
4. 휴식을 취하고 재충전할 수 있는 방법을 찾아보세요 (의료 분야에서는 이를 "휴식 기간"이라고 부릅니다). 이는 며칠 동안 자리를 비울 수 있도록 하면서, 사랑하는 사람의 건강 플랜과 협력하여 그분의 필요(의학적 또는 행동적 요구)를 충족할 수 있는 제공자를 찾는 것을 의미합니다.
5. 지적/발달 지원 그룹(지역 또는 온라인; 기술의 발달로 인해 많은 그룹이 전화로 운영됩니다)을 찾아보세요. 목표는 다른 사람들로부터 무엇이 효과가 있고 무엇이 효과가 없는지 배우는 것입니다.

기억하세요, 당신의 목표는 스트레스를 줄일 시간을 갖는 것이며, 주된 목적은 최소한 약간의 즐거움을 느끼고 추가적인 혼란과 스트레스를 없애는 것입니다.



ACRC가 노년 돌봄 제공자를 지원하기 위한 노력에 대해 더 알아보려면 여기를 클릭하세요:

<https://www.altaregional.org/coordinated-future-planning>

산타 데이 2025

우리 커뮤니티를 위해 또 한 번 잊지 못할 산타데이를 만들어 준 멋진 직원 자원봉사자 여러분께 찬사를 보냅니다.



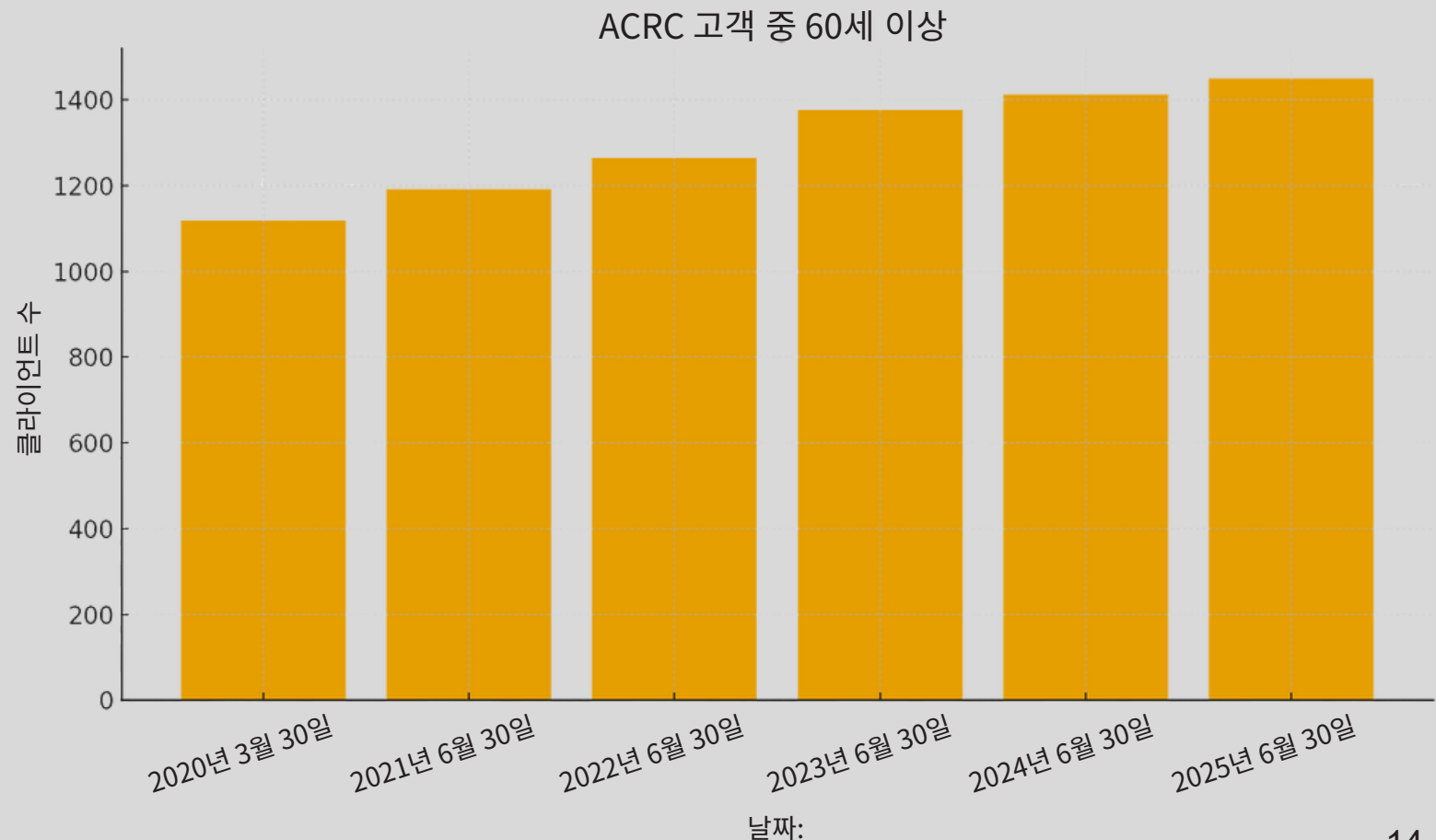
노인 인구의 꾸준한 증가

ACRC의 데이터에 따르면 60세 이상 고객 수가 지속적으로 증가하고 있습니다. 2020년 3월부터 2025년 6월까지 ACRC가 지원한 고령 인구는 1,119명에서 1,449명으로 증가했으며, 이는 5년 동안 330명, 즉 29.5% 증가한 수치입니다. 이러한 꾸준한 성장은 발달장애인이 더 오래 사는 삶을 살고 있음을 보여줍니다.

ACRC는 여러 가지 이니셔티브를 통해 고령화된 고객과 그들의 돌봄 제공자들의 요구를 충족하는 데 계속해서 집중하고 있습니다.

- 주 전역 및 전국 참여 - ACRC는 노년 클라이언트와 돌봄 제공자의 요구를 지원하기 위해 매달 클라이언트, 가족 구성원, 옹호자, 지역사회 이해관계자들과 만남을 갖습니다.
- AB3291/조정된 미래 계획-서비스 코디네이터는 클라이언트의 주거 필요와 돌봄 제공자의 지원 필요를 식별하고 문서화하도록 교육받았습니다.
- Housing Development-ACRC는 지역 센터 이용자들을 위한 다양한 주거 옵션을 지원할 수 있는 기회를 적극적으로 모색하고 있습니다.
- 보조 기술 파일럿 - 기술을 활용하여 고객이 선호하는 환경에서 지원하기
- 직접 지원 협력 및 위탁 서비스 - Valley Mountain 지역 센터와 협력하여 ACRC는 서비스 제공업체의 채용 수요를 지원하기 위해 웹사이트와 채용 박람회를 시작했습니다.

이러한 이니셔티브들은 노년층과 그들의 돌봄 제공자들의 변화하는 요구를 지원하려는 ACRC의 지속적인 헌신을 반영합니다.



자원 개발 업데이트

우리의 한 해 대부분은 회계 부서와 협력하여 주 정부의 요율 연구(State's Rate Study)를 시행하는 데 집중되었습니다. 우리가 이 작업에 집중하는 동안, 새로운 벤더 등록을 계속해서 처리했으며, 이해관계자들이 자주 요청하는 세 가지 벤더 유형에서 지속적인 성장을 보고하게 되어 기쁩니다.

연도별 신규 서비스 제공업체

2017 - 190
2018 - 185
2019 - 184
2020 - 165
2021 - 149
2022 - 188
2023 - 252
2024 - 333
2025 - 325

공급업체 유형	2025	2024
거주형 요양원	76	57
생활 지원 기관	25	19
언어 치료	23	14

추천 아티스트 크리스티나 스와트



크리스티나 스와트는 2008년부터 이웃 예술 센터에 다니고 있습니다. 크리스티나는 캔버스, 도자기, 멀티미디어 아트워크 작업을 즐깁니다. 크리스티나는 자연에서 영감을 얻고 다채로운 색상을 그녀의 작품에 접목합니다. 그녀는 창의적인 도전과 작품을 통해 자신의 아이디어를 실현하는 것을 좋아합니다. 크리스티나의 다양한 예술 작품, 도자기, 멀티미디어를 구매하고 싶으시다면 언제든지 확인해 보세요:

Neighborhood Center of the Arts
200 Litton Drive Ste #212

Grass Valley, CA 95945

영업 시간: 스튜디오 운영 시간 월-금 오전 9시~오후 2시

전화: (530) 272-7287

이메일: NCAADMIN@NCCN.NET

Instagram: 엔카그라스밸리

Facebook: Neighborhood Center of the Arts | 그라스밸리 CA | 페이스북

Etsy: NCAGrassValley - Etsy



2025년 직원 교육

이름:	진행자	이름:	진행자
신임 리더십/관리자 교육	UC 데이비스	SDP 워크숍	IFTA
물질 사용 장애 및 지적 발달 장애(IDD) 교육	로리 엘드리지 박사	돌봄 제공자 교육 및 지원 그룹	터닝 포인트 커뮤니티 프로그램
맥심 헬스케어 온라인 오픈 하우스	공급업체	주택 권리 임대인/임차인 문제 웨비나	장애인 권리 CA/ACRC
해피래더스 온라인 오픈하우스	공급업체	지원 의사결정 워크숍	ACRC
문화적 역량	서클업 교육	청각장애인, 강인함, 그리고 건강 커뮤니티 행사 - 워크숍	새크라멘토 카운티
표준화된 IPP	ACRC 전 직원 LMS	위험 알리기: 산전 펜타닐 노출	SACCounty 건강한 시작
T19 음표 훈련	ACRC 전 직원 LMS	학부모 옹호: 특수교육에서 자녀를 옹호하기 위한 팁	ACRC
절차적 보호장치 및 학부모 권리	SCDD	IEP 특수교육 워크숍	웜라인 가족 자원 센터
LOIS 타운홀	DDS	메디케이드 및 지적/발달장애(I/DD) 지원	ARCA
지원 의사결정 워크숍	ACRC	지원 의사결정 워크숍	ACRC
3살이 되는 것	ACRC	채용 워크숍	DDS, CalABLE, TkMomentum
SacRT 워크숍	SacRT	의료 시스템에서의 낙인과 편견	SACCounty 건강한 시작
LOIS 가상 타운홀	DDS	특수교육 웨비나 FAQ	ACRC
지원 의사결정 워크숍	ACRC	메디케이드 삭감은 더 이상 단순한 제안이 아닙니다	SCDD
물질 사용 장애 및 지적 발달 장애(IDD) 교육	로리 엘드리지 박사	절차적 보호장치 및 학부모 권리 워크숍	DDS
특수교육 과정과 IEP 이해하기	ACRC		
자기결정 프로그램(SDP) 안내	DDS		