

돌봄자를 돌보는 프로그램

가족용

# 가치돌봄

소중한 사람을 돌보는 **당신**  
우리는 **당신**을 돌봅니다.



# 가치돌봄 함께하기

가치돌봄을 통해 돌봄자와 대상자가 함께 앞으로 나아갈 수 있습니다.



## 가치돌봄, 이렇게 함께 했습니다.

### 가치돌봄 이해하기

- 돌봄자를 돌보는 프로그램 '가치돌봄'을 이해하고 참여를 준비할 수 있습니다.

### 치매단계 이해하기

- 치매단계별 변화를 이해하고 치매와 함께 살아갈 수 있습니다.

### 돌봄여정 준비하기

- 치매단계에 따른 돌봄여정을 이해하고 돌봄목표와 계획을 세울 수 있습니다.

### 도움찾기 도움받기

- 돌봄여정에 필요한 도움을 찾고 이용할 수 있습니다.

### 자기자신 돌보기

- 돌봄자의 생각과 감정을 다스리고 스스로를 돌볼 수 있습니다.

### 마음행동 보살피기

- 대상자의 마음과 행동을 살피고 행동심리증상에 대처할 수 있습니다.

### 의미있게 살아가기

- 돌봄자와 대상자가 소중한 하루하루를 의미있게 살아갈 수 있습니다.

### 일상생활 유지하기

- 대상자가 할 수 있는 일을 스스로 하며 돌봄자와 자기다운 일상을 살아갈 수 있습니다.

### 함께 건강 챙기기

- 치매단계별 건강문제를 확인하고 돌봄자와 대상자의 건강을 적절하게 관리할 수 있습니다.

### 가치돌봄 함께하기

- 가치돌봄을 통해 돌봄자와 대상자가 함께 앞으로 나아갈 수 있습니다.

가치돌봄에서 배운 내용 중 꼭 기억하며 살아가고  
싶은 내용을 함께 생각해 보겠습니다.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

가치돌봄을 통해 여러분의 생활에서 바뀐 부분이나 앞으로 바뀌기를 바라는 것에 대해 함께 나누어 보겠습니다.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

## 가치돌봄, 앞으로도 함께 합니다.

- 01 가치있는 돌봄** : 돌봄은 가치있고 의미있는 역할입니다. 돌봄자는 중요한 역할을 하고 있습니다.
- 02 같이받는 돌봄** : 치매를 겪고 있는 대상자 뿐만 아니라 돌봄자도 돌봄이 필요합니다.
- 03 같이있는 돌봄** : 돌봄은 한 사람만으로 이루어 질 수 없습니다. 대상자와 돌봄자 두 사람이 함께 주고 받는 관계입니다.
- 04 같이하는 돌봄** : 돌봄자 혼자가 아닌 모든 가족이 같이, 그리고 지역사회, 국가가 같이 돌보아야 합니다.



여러분의 돌봄여정, 앞으로도 함께 합니다.





## 가치돌봄 : 돌봄자를 돌보는 프로그램

---

발행년월	2024년 4월
발행처	중앙치매센터
발행인	고임석
만든이	박명화, 이미현, 황윤정, 김진하, 김진, 정지혜
주소	서울특별시 중구 을지로 245(을지로6가, 국립중앙의료원)
전화	중앙치매센터 1666-0921 치매상담콜센터 1899-9988
홈페이지	<a href="http://www.nid.or.kr">www.nid.or.kr</a>
디자인	인커뮤니케이션

---

돌봄자를 돌보는 프로그램

# 가치돌봄

소중한 사람을 돌보는 **당신**  
우리는 **당신**을 돌봅니다.

