

## 고령자의 비상 대응 자원봉사 활동 Seniors as Emergency Response Volunteers

고령자는 우리 지역사회에 소중한 자원입니다. 많은 고령자가 비상 대비를 거두고 자원봉사자 또는 리더로서 대응할 수 있습니다.

자원봉사자들은 비상 시 각종 서비스를 제공합니다. 제공 서비스는 다음과 같습니다:

- 숙박
- 의복
- 정신 지원 자원
- 위기 관련 정보
- 가족 재회

### 자원봉사자는 어떻게 될 수 있나?

BC 주 정부의 비상지원서비스 (Emergency Support Services) 는 화재, 홍수, 지진 또는 기타 비상 상황으로 인하여 집에서 나와 대피한 주민들에게 즉각적으로 단기적 지원을 제공합니다. 자원봉사자로 등록하려면 거주지 관할 BC 주 비관리국 (Emergency Management BC) 지역사무소에

문의하십시오:

[www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-management/contact-us](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-management/contact-us).

### 자원봉사 활동을 할 때 스트레스에 어떻게 대처해야 하나?

재해 및 비상 상황에서 자원봉사자로 일하다 보면 많은 스트레스를 받을 수 있습니다. 기분이 매우 언짢은 사람들을 돕거나 상대해야 할 수 있습니다. 어려운 상황에서는 장시간 일할 수도 있습니다. 게다가 본인도 비상 상황에 대처해야 하기 때문에 스트레스를 더 많이 받을 수 있습니다. 트라우마, 재산 손실, 피난 생활 등의 상황을 마주할 수도 있습니다. 따라서 자신의 신체적 및 정신적 건강을 잘 살펴야 합니다. 자원봉사 활동을 계속할 수 없겠다는 생각이 들면 책임자에게 지원과 조언을 구하십시오.

### 비상시에는 모든 사람이 자원봉사 활동을 해야 하나?

비상 상황이나 재난 중에 사람들은 각기 다른 반응을 보입니다. 자원봉사자에게

의존하는 것은 피해를 입은 지역사회 구성원들에게 더 많은 스트레스나 부담을 줄 수 있습니다. 귀하는 이런 상황에서 남을 도울 수 없을 수도 있습니다. 오직 자신이나 가족의 필요 사항에만 선택적으로 집중하는 사람도 있습니다.

### 자세히 알아보기

공공안전구명자원봉사자 (Public Safety Lifeline Volunteer) 가 되는 방법을

자세히 알아보려면 다음 웹사이트를 방문하십시오:

[www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-management/local-emergency-programs/volunteers](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-management/local-emergency-programs/volunteers).

비상 대비에 관해 자세히 알아보려면

PreparedBC 웹사이트를 방문하십시오:

[www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-management/preparedbc](http://www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-management/preparedbc).

---

더 많은 HealthLinkBC File 주제를 찾아보려면 웹사이트

[www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 또는 관내 보건소를 방문하십시오. BC 주 내에서 비응급 보건 정보 및 조언을 찾아보려면 웹사이트 [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca)를 방문하거나 **8-1-1**(무료 전화)로 전화하십시오. 청각 장애 관련 지원을 받으려면 **7-1-1**로 전화하십시오. 요청에 따라 130여 개 언어로의 번역 서비스가 제공됩니다.