



7/ 일상생활

청소, 쇼핑, 요리, 집안일과 같은 일상적인 활동에 도움이 필요할 수 있습니다. 여러분의 자립적인 생활을 유지하는 데 도움이 될 수 있는 지원과 서비스가 있습니다.

이 항목에서는 다음과 같은 서비스 및 정보에 대한 링크를 제공합니다:

청소 및 집안일

집안일을 도와주는 프로그램 및 기관

쇼핑 보조 서비스

온라인 또는 오프라인에서 필요한 물건 구매를 도움

식사 배달 및 준비 서비스

음식을 배달해주거나 음식 준비를 도와주는 서비스

생활 기술

자립적으로 생활할 수 있는 생활 기술을 개발하는 데 도움이 되는 프로그램 및 서비스

7.1 청소 및 집안일

때로는 집을 원하는 만큼 깨끗하고 안전하게 유지하는 것이 어려울 수 있습니다. 집에서 편안하게 생활할 수 있도록 청소 및 일상적인 집안일에 도움이 필요할 수 있습니다. 이러한 작업을 도와줄 수 있는 많은 기관들이 있습니다.

해당 주 또는 준주에서 이용 가능한 서비스 알아보기

지도 또는 [여기](#) 버튼을 사용하여 해당 주 또는 준주에서 제공되는 서비스를 영어로 알아보세요.



7.2 쇼핑 보조 서비스

일상 생활에 필요한 계획을 세우고, 쇼핑 장소까지 이동하는 데 도움을 주며, 쇼핑하는 동안 동행해주는 도움을 제공받을 수 있습니다.

해당 주 또는 준주에서 이용 가능한 서비스 알아보기

지도 또는 [여기](#) 버튼을 사용하여 해당 주 또는 준주에서 제공되는 서비스를 영어로 알아보세요.

7.3 식사 배달 및 준비 서비스

때로는 식사를 계획하고 요리하는 것이 어려울 수 있습니다. 준비되어 있고 집앞까지 배달되는 이미 만들어진 식사를 이용하는 것이 더 편리할 수 있습니다. 또한 지원 인력이 집으로 방문하여 식사 계획과 준비를 도와줄 수 있는 여러 기관들도 있습니다.

해당 주 또는 준주에서 이용 가능한 서비스 알아보기

지도 또는 [여기](#) 버튼을 사용하여 해당 주 또는 준주에서 제공되는 서비스를 영어로 알아보세요.

7.4 생활 기술

장애인의 자립과 삶의 질을 높일 수 있는 기술을 쌓도록 도와주는 많은 프로그램들이 있습니다. 여기에는 동료 상호 지원 그룹, 온라인 지원 커뮤니티, 대면 워크숍 또는 개별 기술 교육이 포함됩니다.

해당 주 또는 준주에서 이용 가능한 서비스 알아보기

지도 또는 [여기](#) 버튼을 사용하여 해당 주 또는 준주에서 어떤 서비스가 제공되는지 영어로 확인하세요.