

# Adakah orang yang anda sayangi warga emas yang aktif?



Ketahui tentang perkhidmatan yang boleh menyokong anda dan orang yang anda sayangi.





## Penuaan Sihat

Orang yang anda sayangi boleh berdikari untuk jangka masa yang lebih lama dengan makan secara baik, kerap bersenam, menjalani pemeriksaan kesihatan secara berkala serta sentiasa berhubung dengan anda dan rakan-rakan mereka.



### Bergembira

Orang yang anda sayangi boleh berhubung dan bertemu dengan rakan-rakan melalui aktiviti seperti menjadi sukarelawan sebagai Befriender atau Duta Generasi Warga Emas.



## **Kekal Sihat**

Dapatkan pemeriksaan dan imunisasi di bawah program seperti Projek Pemeriksaan Warga Emas dan SG Yang Lebih Sihat.



## **Kekal Aktif**

Mulakan sekarang! Orang yang anda sayangi boleh menyertai senaman atau aktiviti yang mereka gemari daripada Program Penuaan Aktif berhampiran mereka.



## **Kekal Berhubung**

Muat turun aplikasi LifeSG untuk akses mudah dan pantas kepada manfaat yang disediakan oleh Pemerintah, dan dapatkan Program Penuaan Aktif terkini berhampiran anda.

Orang yang anda sayangi juga boleh menunjukkan e-kad Generasi Perintis/ Merdeka mereka di klinik Doktor Swasta (GP) Skim Bantuan Kesihatan Masyarakat (CHAS) dan klinik pergigian serta peniaga terpilih untuk menikmati subsidi atau diskaun.



**Semua orang ingin hidup  
sihat dan menua dengan baik.  
Dengan kekal aktif secara  
fizikal dan sosial, kita boleh  
menjalani kehidupan dengan  
sepenuhnya.**

**Menggalakkan orang yang  
anda sayangi untuk berdikari  
sebaik mungkin adalah cara  
yang baik untuk menyokong  
kesihatan mereka.**



**Pilih daripada skim dan  
perkhidmatan yang mungkin  
paling sesuai untuk orang  
yang anda sayangi.**

**Hubungi kami untuk  
mengetahui lebih lanjut.**

# Sokongan dalam Masyarakat



## Pusat Penuaan Aktif dan Pusat Penuaan Aktif (Jagaan) (AACs)

Pusat rekreasi sosial yang menyediakan sokongan kepada warga emas yang tinggal berdekatan dalam masyarakat. Orang yang anda sayangi boleh menerima akses kepada penjagaan berkualiti tepat pada masanya. Mereka juga berpeluang untuk membina hubungan sosial yang kukuh, mengambil bahagian dalam aktiviti rekreasi dan menyumbang kepada masyarakat seperti yang mereka kehendaki.



## Geran Latihan Penjaga (CTG)

Subsidi tahunan\* sebanyak \$200 yang membolehkan penjaga, termasuk Pembantu Rumah Hijrahan (MDW), menghadiri kursus yang diluluskan bagi penjagaan yang dengan lebih baik untuk penerima penjagaan.



Imbas kod QR untuk senarai kursus yang tersedia di bawah CTG.

\* Mulai 1 Apr 2024, benefisiari yang layak akan bermula dengan geran sebanyak \$400. Setiap tahun, akan ada tambah nilai Geran Latihan Penjaga bagi penerima penjagaan sebanyak \$200, dan wang yang tidak digunakan boleh dibawa ke hadapan, dengan wang Geran Latihan Penjaga untuk setiap penerima penjagaan dihadkan pada \$400.



## Skim Bantuan Kesihatan Masyarakat (CHAS)

Terima subsidi di klinik Doktor Swasta (GP) dan pergigian yang mengambil bahagian berhampiran rumah anda.

# Semangat Mengambil Berat



Klik  
[www.aic.sg](http://www.aic.sg)



Hubungi  
1800 650 6060



Kunjungi  
AIC Link

Agensi Penjagaan Bersepadu (AIC) bermatlamat untuk mewujudkan masyarakat penjagaan yang bertenaga supaya masyarakat boleh hidup sihat dan menua dengan baik. AIC menyelaras dan menyokong usaha dalam menyepadukan penjagaan bagi mencapai hasil penjagaan terbaik untuk pelanggan kami.

Kami menghubungi penjaga dan warga emas dengan maklumat tentang kekal aktif dan menua dengan baik, serta menghubungkan orang ramai kepada perkhidmatan yang mereka perlukan.

Kami menyokong pihak berkepentingan dalam usaha mereka bagi meningkatkan kualiti penjagaan, dan juga bekerjasama dengan rakan kongsi penjagaan kesihatan serta sosial untuk menyediakan perkhidmatan bagi penduduk yang semakin tua. Usaha kami dalam masyarakat mendekati perkhidmatan dan maklumat penjagaan kepada mereka yang memerlukan