

財團法人向上社會福利基金會

失智照護服務計畫-失智社區服務據點

向上長者服務棧

- ◎參加對象：1. 有記憶力困擾者
2. 極輕度、輕度、中度失智症者及其家屬

- ◎活動時間：週一至週五早上 8:30 至下午 5:00。
- ◎開課日期：112 年 1 月 3 日 (星期二) ~ 12 月 29 日 (星期五)
- ◎課程費用：課程免費，共餐費用另計。
- ◎聯絡電話：04-2201-0572
- ◎據點地址：臺中市區中華路二段 24 巷 6 號

※每週課程內容

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:30-9:30	健康監測(血壓、脈搏、體溫測量)、休閒娛樂活動				
9:30-11:30	不老頑童 樂手作	健腦 動滋動	大自然「玩」 美藝術	頭腦體操 健康班	懷舊歌曲 歡唱班
11:30-12:30	中午共餐時間				
12:30-13:30	中午休息時間				
13:30-14:30	血壓、脈搏、體溫測量、休閒娛樂活動				
14:30-16:30	樂活 動一動	「樂」來「樂」 快樂	返老還童 活腦增肌	寶智慧 團體班	大家 愛健康
16:30-17:00	自由活動·個別諮詢				

- 報名表 -

☺基本資料：

- * 姓名： _ _ _ _ _ * 出生年月日： _ _ _ _ _ * 性別： 男 女
- * 身分證字號： _ _ _ _ _ * 聯絡電話： _ _ _ _ _
- * 居住地址： _ _ _ _ _
- * 家屬姓名： _ _ _ _ _ * 關係： _ _ _ _ _
- * 身分證字號： _ _ _ _ _ * 聯絡電話： _ _ _ _ _

☺課程內容 (報名請勾選，可複選)：

- 不老頑童樂手作：透過不同的媒材創作及繪圖發想等方式，訓練長輩手眼協調、專注力及感官刺激，增加成就感。
- 樂活動一動：透過體適能、運動健康操，適度的力量和阻力訓練等活動來健身養氣。
- 健腦動滋動：透過懷舊媒介進行懷舊認知；藉由認知訓練以延緩失智者認知退化，動手、動腳、動腦 進行認知訓練不中斷。
- 「樂」來「樂」快樂：藉由音樂旋律放鬆情緒，增加生活樂趣，促進情感交流。
- 大自然「玩」美藝術：利用黏土、大自然及環保素材作為媒材創作出意想不到的作品。
- 返老還童活腦增肌：設計認知促進、樂活體適能、平衡能力訓練課程。
- 頭腦體操健康班：透過懷舊媒介進行懷舊認知；運用認知訓練的過程增強專注力、認知能力、思考與邏輯能力。
- 寶智慧團體班：透過注意力遊戲，經由團康、合作交流、體適能等方式來訓練大腦、協調力。藉由挑戰以及分組協力合作的方式，提升長者的參加動機，以達到延緩之目標。
- 懷舊歌曲歡唱班：懷舊老歌讓長者感到快樂、愉悅，還能增強其專注力，更有自信、認同和歸屬感，也較不寂寞。
- 大家愛健康：課程中提供長者及家屬正確的健康資訊、運動及肢體訓練以及健康促進，提升長者之健康認知、注意力及互動力。

