

高齡小聚-活動簡章

想要輕鬆了解超高齡社會大小事，或者是跳脫高齡社福的世界

#傾聽好互動#高年級旅行#智能聰明顧#貼近心陪伴#伴己好生活

只要你想聊，都歡迎來參與主題豐富的弘道高齡小聚！

兩小時短講、跨領域師資、最新鮮學習，**與我們一起迎接超高齡社會**

一、主辦單位：弘道老人福利基金會、人才培育中心

二、適合對象：

- 高齡領域從業人員：想要多接觸高齡議題（服務、趨勢、政策）與交流者
- 社會大眾：對於高齡議題（服務、趨勢、政策）有興趣的想多瞭解者

三、參與方式：

- 選訂您喜歡的主題場次，自行報名參與，或呼朋引伴一起學習更快樂超值

四、課程說明：今年精選五大主題，涵蓋服務提供、自我照顧等多元面向

五大主題	每次一主題、每次 2 小時，開啟電腦線上學
傾聽好互動	✓ 照顧從業人員的實務分享，聽見多元陪伴的豐富故事 ✓ 建立關係與提升服務質感的小撇步，透過小聚讓你輕鬆學
高年級旅行	✓ 如何聰明運用現行科技了解長輩的身心狀況與需求 ✓ 增加服務效能，與提供更精準的照顧方案
智能聰明顧	✓ 規劃長輩國內外旅遊的經驗分享，含注意事項與相關建議 ✓ 降低帶長輩出門的緊張焦慮，為他規劃最適合的旅遊行程
貼近心陪伴	✓ 讓你在同理個案與家屬前先照顧自己，避免內耗 ✓ 透過傾聽自己與他人，達到更有效與有深度的溝通互動
伴己好生活	✓ 讓照顧者好好生活，包含界線覺察、生活規劃、能量管理 ✓ 小聚安排不僅於當下的放鬆，還會提供生活練習用於日常

- 收費：350 元/主題，多人或多堂報名另有優惠，詳可來電詢問。

五、活動聯絡人：0979-390152 戴瑜社工師

