

111 年度-銀髮休閒療育提升計畫-園藝療育課程活動

活動時間	111 年 10 月 31 日 星期一 10:00~14:00																
活動地點	頂福里里民活動中心																
主持人	顏瑞棋																
活動內容	<p>● 活動進行方式與內容</p> <p>本次課程活動內容主要對象為計劃成員中之學生及頂福里社區銀髮長者，藉由外聘專業講師實際教學示範，針對銀髮長者規劃設計園藝療育體驗之課程執行，讓學生實際操作，銀髮長者親身體驗，讓計畫未來執行時能盡善盡美，並討論進行之時間安排與方式及各種備案活動，與會者充分投入，達成預期之進度及成果，對未來計畫之推動非常具有幫助。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">時間</th> <th style="text-align: center;">內容</th> <th style="text-align: center;">備註</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">10:00-12:00</td> <td style="text-align: center;">植物盆栽 DIY 手作活動</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">12:00-13:00</td> <td style="text-align: center;">午餐約會</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">13:00-14:00</td> <td style="text-align: center;">動動手動動腦</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">14:00</td> <td style="text-align: center;">活動結束</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>● 重點與助益</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 實際了解社區需求 2. 銀髮活動安排之時段與方式 3. 充分準備活動備案 4. 更加凝聚團隊向心力 		時間	內容	備註	10:00-12:00	植物盆栽 DIY 手作活動		12:00-13:00	午餐約會		13:00-14:00	動動手動動腦		14:00	活動結束	
時間	內容	備註															
10:00-12:00	植物盆栽 DIY 手作活動																
12:00-13:00	午餐約會																
13:00-14:00	動動手動動腦																
14:00	活動結束																
活動回饋與成效	<p>● 與會人員意見與回饋</p> <p>專業業師李淑敏表示：為了讓長者達到旅行的真正目的「放鬆身心靈」，在行程的安排上，要注意以下事項：1. 景點安排宜少不宜多。2. 避免旅遊高峰期出遊。3. 若要遠行，先做體檢。其實，在長者的內心深處，都殷殷期盼著能有機會出去遊山玩水，卻因為怕麻煩子女，或是自我感覺力不從心，而不敢說出口。藉由實地操作，學生將所學應用到實踐場域，不僅學會馬上運用，除了服務銀髮長者的態度培養與訓練，更可增添學生的學習自信心。</p> <p>學生陳玟婷表示：經歷一整天的體驗課程，服務的很開心，看到同學服務老</p>																

人家的認真態度及老人家臉上滿滿笑容，感覺一切都值得了，也謝謝社區長者對我們的肯定。

學生梁雅玲表示：藉由園藝 DIY 活動，學生與銀髮長者將達成良好互動，雙方在課程活動不僅達成共識，了解真正需求，有利未來活動安排。

學生黃正杰表示：我們到里民活動中心，看到老人家笑容滿面，將園藝 DIY 課程所學應用到實踐場域，不僅在學會後馬上可以運用在銀髮族身上，還可以培養訓練服務銀髮長者的態度與技巧，更可增添學生的學習自信心，一舉數得，這是很棒的計劃。

● **活動反思檢討**

本次分享課程以執行銀髮休閒療育提升計畫為主要目的，透過討論與回饋，針對銀髮活動規劃，活動進行方式，並針對帶領技巧、活動安排做了充分溝通，讓彼此清楚了解本計畫的各項活動該如何安排最為妥適，未來能將所學之技術實際運用到場域。

活動剪影



銀髮長者與老師合照



老師專業說明示範



銀髮長者們認真投入



銀髮長者與作品合照