

愛健康志工電子報

快樂學習



服務成長

第1期 | 2020/07

本期焦點



愛健康志工學苑 結業典禮

詳情請見P.3-P.5專題報導



愛健康志工學苑 服務輕旅行

詳情請見P.6-P.7專題報導

精選課程/活動

讓長輩吃得下！軟質飲食實作課

民以食為天，長輩們如何吃得下、吃得好又吃得巧呢？愛健康志工學苑的「軟質飲食實作課」中，學員們分為三組：正常餐、軟質餐、攪打管灌餐，老師更特別教導學員們實作具國際獨門技術的日本果凍餐；正常餐以少油、少鹽為烹飪指標；軟質餐則以酵素醃製的新鮮



雞腿肉為主食材，兩種餐食類型都非常適合在社區日照據點製作，讓牙齒狀況衰弱的長輩們都能吃得下，開心又健康；攪打管灌餐與日本果凍餐適於以鼻胃管灌食的長輩，在用心調配及細心製作之下，同樣兼具美味健康。

學員認真學習，從課前與老師討論菜單、採買、洗淨處理食材，細心烹調，哇，好菜上桌啦！



◎愛健康志工學苑軟質飲食製作課

愛健康志工出任務

穿越時空走進懷舊老街 悠揚樂聲療癒長者心靈

愛健康志工出任務囉！第一期志工學苑學員蔡武賢、龔素麗、羅寶琦、陳淑津、林月珠與洪煌忠，自六月份起穿梭在雲嘉區各鄉鎮的長照、社區據點，藉由輕快歡愉的懷舊老歌，像是輕輕牽起俟大人欸手，帶著長輩們穿越時空，漫步在音樂歌聲縈繞的老街道。



◎攝於六腳衛生所

卡摸咩～
卡摸咩～

在美好的療癒音樂時光中，愛健康志工不只是帶來專業的二胡、四胡、薩克斯風演奏及優美歌聲…，更專注於與長輩們熱情帶動、貼心互動，愛健康志工們陪伴據點長輩們共度歡樂難忘的美好時光。



愛健康志工團隊的療癒音樂服務已到訪過民雄惜福長照機構、嘉基慈愛坊、六腳衛生所及朴子衛生所，佳評如潮，愛健康志工出任務的腳步不曾停歇，歡迎與我們接洽，期待未來持續帶給更多更多長照、社區據點及長輩們悠揚的幸福。



◎攝於嘉基慈愛坊



◎攝於朴子衛生所

第一期愛健康志工學苑結業典禮

百位長輩溫馨同慶 青銀志工歡樂齊聚

時光冉冉，第一期愛健康志工學苑于109年7月2日舉辦結業典禮，愛健康志工團隊很榮幸邀請到台塑醫學事業發展中心黃銘隆副總、長庚科技大學嘉義分部李江文主任與長庚科技大學護理學院陳美燕院長親臨，為所有學員勉勵、支持與祝福。同時雲嘉各社區據點近百位長輩也來到典禮現場與我們同慶：感謝長庚醫院社區據點陳意靜、六腳塗師社區林節總幹事、六腳灣北社區蔡新墩理事長、六腳崩山社區周石松理事長、六腳工廠社區黃江正村長帶領各社區長輩及太保民眾服務處張淑君、侯羅玉英代表；更特別感謝民雄靈糧堂李國煒牧師及鐘玉如師母帶領青年志工來到現場以詩歌為我們獻上最溫暖的祝福。



◎第一期愛健康志工學苑結業典禮圓滿成功

感謝王長庚公益信託、財團法人慶寶勤勞社會福利慈善事業基金會的贊助，讓長庚科技大學有機會成立愛健康志工推廣團隊，並開辦愛健康志工學苑，經過整學期的志工培育，愛健康志工學苑這群具有熱情與服務熱忱的志工們，結業啦！



◎第一期愛健康志工學苑學員全體與貴賓及師長合影



◎愛健康志工學苑學員以體適能帶動全場



◎塗師社區百歲阿嬤(左二)至結業典禮同歡

16位學員們透過第一期愛健康志工學苑為期13週的培育課程，接受了一系列體適能訓練、居家關懷訪視技巧、用藥安全、傷口照顧、軟質飲食製作、口腔機能活化訓練、正向服務理念、團隊服務合作凝聚課程，結合志工原有的專長，共同創造社區服務的模式。

如今，愛健康志工學苑的學員們可以帶領長輩運動、進行居家關懷訪視指導、健口操指導及至長照、社區進行音樂療癒的服務；在第一期愛健康志工學苑結業典禮中，學員們使出渾身解數，將自身所學展現給所有嘉賓及長輩們。

結業典禮當天，由學員們輪番上陣，為我們帶來豐富的成果展演，精彩的演出內容不論是：體適能帶動、懷舊老歌之療癒音樂、身心機能活化、神奇健口操、響板數來寶及熱情老歌獻唱；愛健康志工學苑學員們將豐沛的熱情活力感染現場所有人，超讚！



◎雲嘉地區眾多社區長輩蒞臨結業典禮同慶



◎台塑醫發中心黃副總與學員共同帶動全場

恭喜第一期愛健康志工學苑16位學員：黃品家、黃江正、蔡武賢、龔素麗、林節、陳淑芬、陳蓉蓉、陳素連、黃秀珍、林秀枝、張福財、蕭妤恬、羅寶琦、陳淑津、林月珠、洪煌忠，圓滿完成培訓課程，順利結業，期盼所有愛健康志工學苑的學員，在未來都能夠投入更多時間在志願服務當中。



未來志工學苑會開發更多進階課程，培育更多具有服務熱忱之志工，與愛健康志工團隊，共同為雲嘉地區長者帶來更多豐富的服務，共創在地家園美好幸福。

- ◎ 台塑醫發中心黃銘隆副總
頒發結業證書(上圖左)
- ◎ 長庚科技大學嘉義分部李
江文主任頒發結業證書
(上圖右)
- ◎ 長庚科技大學護理學院陳
美燕院長頒發結業證書
(下圖左)



第一期愛健康志工學苑結業服務暨輕旅行

快樂學習 服務成長 祝福滿載 希望無限



第一期愛健康志工學苑於7月9日最後一堂課安排具意義之輕旅行服務暨學習課程。第一站，愛健康志工學苑學員們來到衛生福利部彰化醫院附設二水日間照顧中心透過體適能帶動、身心活化機能活動、健口操帶領以及音樂療癒時光進行服務。



◎ 志工帶領長輩體適能運動



◎ 志工帶領長輩身心機能活化運動



◎愛健康志工學苑志工與長輩溫馨互動

只見愛健康志工學苑的學員們個個就像忙碌的小蜜蜂，穿梭在活動現場與長輩們交流互動，長輩們見到這群熱情活潑的愛健康志工們充滿活力的帶動，也非常主動地跟著動手、動腳又動口，舒展筋骨，身心大滿足！看到長輩聚精會神跟著志工學苑夥伴互動之眼神，心中充滿了感動，阿公、阿嬤，加油！我們會再來看你們哦！



◎愛健康志工學苑於彰化二水日間照顧中心為長輩服務

服務後，愛健康志工學苑的學員們要充電囉！照顧好自己做好自我成長，更有餘力把愛傳給別人。第二站，我們來到了彰化鹿港台灣玻璃館，透過館中解說員之引導訴說玻璃的故事，耀眼奪目的玻璃原來妙用這麼多，琳琅滿目的雕塑藝品與生活用品讓學員們都獲得成長，大開眼界。



◎愛健康志工學苑於玻璃光廊

學員們趁服務後好好的放鬆身心；休息，是為了走更長遠的路，愛健康志工學苑服務輕旅行就在古色古香的鹿港老街的歡笑聲中，畫上圓滿的句點。



◎愛健康志工學苑於二八水驛站



◎愛健康志工學苑於台灣玻璃博物館



◎愛健康志工學苑於玻璃媽祖廟



恭喜第一期愛健康志工學苑最棒的學員們，大家於13週的課程結業了！結業不是句點，而是另一個美好篇章的開始，期盼愛健康志工學苑的志工們都能帶著學習的成長，滿滿的收穫，於未來回饋社區鄉里，造福更多需要我們的長輩。

熱心、陽光、總是笑容滿面的班長品家，于民國75年第一次投入志工的行列，民國85年更進入了業界成為企業義工；服務大眾的熱忱不僅只存在品家的心內，更是她生活的重要部份，品家在愛健康志工學苑寫下了什麼樣的生命故事呢？

Q 您在愛健康志工學苑的培訓過程中印象最深刻的事情？

A 猶記在第一堂課的時候，郭雅雯教授告訴我們：「做志工做到最後成為你的職業」，讓我印象深刻，十分感動；從那時起，發憤忘食、樂以忘憂、不知老之將至，已成為我的生命目標。

Q 您在愛健康志工學苑印象最深刻之課程為？為什麼？

A 我最喜歡的課程是CPR心肺復甦術。經過老師的指導、實際的操作與演練後，學習正確的心肺復甦術，提升了自己能為別人服務的價值，最重要的是未來在別人急難的時候能夠幫得上忙。



◎第一期愛健康志工學苑班長 黃品家



◎品家代表愛健康志工學苑於結業典禮致詞



◎品家於結業典禮響板擊樂表演

Q 經過愛健康志工學苑的培訓後，會讓您更願意主動投入志願服務嗎？您會如何安排自己的服務時間呢？

A 會！現在68歲的我要學習如何「當好」老人，我因看見別人的需要而學習，我願意秉著快樂學習、服務成長的精神，凡是能帶給人快樂的，我都願意去做，之後我要安排每週兩個半天到四個半天從事志工活動。

徵的就是你/妳！

雲嘉地區醫護種子志工招募中

您是否具備醫護專業背景？您的專長是否沒有伸展之機會？

您的內心是否沸騰著滾燙的熱情想為大眾服務？

是的！我們正在找您！為落實「健康老化」、「在地老化」及「快樂老化」理念，愛健康互助志工推廣計畫團隊正積極招募醫護相關專業背景具有熱情的您加入我們，共同為志工訓練推廣及社區長輩服務。

只要您具備任何專長（非醫護相關專長亦可），最重要的是，您有著為他人服務的心，毋須再等待、歡迎您加入我們的團隊！

• 歡迎來電洽詢

報名專線：(05) 362-8800 轉 2122

林專案護理師

Live a life you will remember!



◎團隊至社區進行生理關心檢測

第二期愛健康志工學苑開課囉！

炎炎夏日，開心吃西瓜放暑假，別忘記109年8月6日第二期愛健康志工學苑重要的一開學典禮！

第三期愛健康志工學苑熱情招募中

愛健康志工學苑，歡迎您的加入，提升自我志工量能，攜手為社區暨長者服務。



◎第一期志工學苑學員進行團隊共識訓練

愛健康志工團隊至社區據點為您的志工訓練培育 歡迎預約洽詢

愛健康志工團隊於雲嘉地區為社區據點志工進行課程培育，提升志工量能及投入自己社區之能力，我們可以幫助您的社區，歡迎與我們接洽預約喔！

按讚追蹤
分享文章

facebook
愛健康志工

追蹤訂閱
開小鈴鐺

YouTube
愛健康志工

歡迎與我們聯絡 ☎ (05) 362-8800 轉 2122 愛健康互助志工團隊辦公室

執行單位 | 長庚科技大學嘉義分部護理系愛健康互助志工推廣計畫團隊

贊助單位 | 王長庚公益信託、財團法人慶寶勤勞社會福利慈善事業基金會



慶寶勤勞基金會
CHING PAO P.D. Charitable Foundation