

中華民國老人福利推動聯盟

115 年 孤獨處方箋 - 系列課程

一、前言：

老盟自民國 111 年起推動「社區共好暨孤獨處方箋實驗方案」，整合專業資源培力在地第一線社區發展協會，協助其活用社區的中高齡與高齡者成為「幸福好朋友」志工，將在社區據點所學知識和資訊，研擬個別化的「處方箋」活動導入社區獨居長者家中。此模式不僅建立「客廳即據點」的創意服務，更能在活動與資訊分享的過程中，重新串起獨居長者和社會的鏈結，讓關懷服務不僅止於日常生活、用藥用餐的關心問候，更能深化服務內涵並實質緩解獨居長者的孤寂感。

四年的推展結果皆顯示運用此模式確實能緩解獨居長者的孤寂感，老盟也持續彙整實務經驗與服務成效，精進服務工具與培力機制，期能促進更多社區投入，逐步建構具韌性、可複製且可永續的社區支持網絡，回應高齡社會中孤獨議題的長期挑戰。

二、目的：

本年度將辦理「線上專業知能培訓課程」、「實務技巧操作課程(基礎課)」、「資深社區領導人培育工作坊(進階課)」、「孤獨處方箋創意活動設計與運用工作坊(進階課)」，除協助社區建立推動獨居長者服務的基礎知能與技巧外，更透過進階課程深化社區領導人的相關能力，並培力學員具備擔任種子社區的功能與角色，將相關服務經驗能於在地持續擴散。

三、辦理單位：中華民國老人福利推動聯盟

四、指導單位：衛生福利部社會及家庭署

五、協辦單位：中華社會福利聯合勸募協會、新北市永和區民權社區發展協會



六、參與對象

(一) 各縣市社區發展協會之領導人(理事長、總幹事、執行長...等)、志工隊長、志工夥伴。

- (二) 各縣市相關主管單位有興趣者。
- (三) 對此議題有興趣之社區夥伴/志工/社會大眾。
- ◆ 註 1：北區及南區場次之實體課程以能連續參加三天、各縣市社區發展協會之領導人優先錄取。
 - ◆ 註 2：「資深社區領導人培育工作坊(進階課)」及「孤獨處方箋創意活動設計與運用工作坊(進階課)」為進階課程，優先錄取各縣市社區發展協會之領導人，以及過往曾參與老盟孤獨處方箋相關培訓課程者。

七、 報名人數及相關事項

- (一) 實體課程因場地容納人數限制，錄取名額以 60 名為限。主辦單位保留審核報名資格及錄取名單之權利。
- (二) 本系列課程不提供任何積分證明，僅提供研習證明。
- (三) 本系列課程不提供紙本講義，請學員自備筆記本、文具等。
- (四) 本系列實體課程皆提供午餐便當，煩請自備餐具及水杯。

八、 報名方式(報名截止日：**115 年 3 月 5 日 或額滿為止**)：

線上報名網址：<https://reurl.cc/mkVG59>



九、 課程時間與地點：

	線上專業知能培訓課程(基礎課)	實務技巧操作課程(基礎課)	資深社區領導人培育工作坊(進階課)	孤獨處方箋創意活動設計與運用工作坊(進階課)
時間	3/19(四)、3/20(五)	(北區)3/14(六) (南區)4/15(三)	(北區)3/15(日) (南區)4/16(四)	(北區)3/16(一) (南區)4/17(五)
地點	WEBEX視訊會議	北區：新北市永和區民權社區發展協會(新北市永和區民權路60號4樓) 南區：社團法人台灣定宸教育服務發展協會(高雄市三民區博愛一路189號7樓) ◆ 註：南區場地地點為暫定，將於錄取後另行通知確認地點		

備註：進階課(3/15-3/16、4/16-4/17)為培力學員成為孤獨處方箋服務模組推廣之種子社區，故以連續兩天皆能參與者優先錄取。

十、 課程表：

◇ 線上專業知能培訓課程(基礎課) (3/19~3/20)

【線上專業知能培訓課程(基礎課)】3/19(四)	
時間	內容
09:50~10:00	報到
10:00~12:00 (2hrs)	主題一：社會處方之孤獨處方箋-獨老創新服務模式運作機制
12:00~12:10	社區防詐宣導種子師資培育合作招募
12:10~13:00	午餐&休息時間
13:00~15:00 (2hrs)	主題二：獨居長者常見之生心理議題及溝通協助技巧
15:00~15:20	休息
15:20~16:20 (1hr)	主題三：相關資源認識與運用(各項服務資源、相關網絡服務、後送/公部門/私部門資源串接等)
16:20~16:50	<p>幸福好朋友小助手 - 資源工具包運用說明</p> <p>◆ 註：此時段為老盟指導台大學生研發之線上資源工具包之運用介紹，由台大學生進行分享，歡迎報名者自由選擇是否參加</p>
【專業知能類-線上課程】3/20(五)	
時間	內容
09:50~10:00	報到
10:00~12:00 (2hrs)	主題四：獨居老人的生活安排與靈性關懷
12:00~12:10	社區防詐宣導種子師資培育合作招募
12:10~13:00	午餐&休息時間
13:00~15:00 (2hrs)	主題五：社區組織運作與志工培育管理
15:00~15:20	休息
15:20~16:20 (1hr)	主題六：相關單位服務方案介紹

◇ 實務技巧操作課程(基礎課)

【實務技巧操作課程(基礎課)】	
北區場-3/14(六)、南區場-4/15(三)	
時間	內容
09:50~10:00	報到
10:00~12:00 (2hrs)	主題一：高齡者孤獨與憂鬱的生活照顧
12:00~12:10	社區防詐宣導種子師資培育合作招募
12:10~13:10	午餐&休息時間
12:10~12:40 幸福好朋友陪伴指南運用說明 (僅安排於北區場)	
註：此時段為老盟指導台大學生研發之資源工具書之運用介紹，由台大學生進行分享，歡迎報名者自由選擇是否參加	
13:10~14:40 (1.5hrs)	主題二：關係建立與敲門磚-獨老關懷訪視技巧
14:40~14:50	休息
14:50~16:20 (1.5hrs)	主題三：孤獨處方箋-客廳據點陪伴技巧與創意活動設計
16:20~	南區場賦歸
16:20~17:20 (1hr)	老盟 115 年度合作社區行政宣導 (此時段僅安排於北區場，僅限本年度合作社區參與)

◇ 資深社區領導人培育工作坊(進階課)

【資深社區領導人培育工作坊-實體課程】	
北區場-3/15(日)、南區場-4/16(四)	
時間	內容
09:50~10:00	報到
10:00~12:00 (2hrs)	主題一：種子社區的任務、角色定位與推廣實務
12:00~12:10	社區防詐宣導種子師資培育合作招募
12:10~13:00	午餐&休息時間
13:00~15:00 (2hrs)	主題二：關懷訪視中的風險情境與專業判斷(包括居住安全、財務剝削、醫療延誤、照顧失衡等常見風險訊號辨識)

15:00~15:10	休息
15:10~16:10 (1hr)	主題三：從「定期訪視」到「關係深化」 - 長期陪伴中的界線、信任與依附調整
16:10~16:20	休息
16:20-17:20 (1hr)	主題四：獨居老人計畫品質管理與督導策略

◇ 孤獨處方箋創意活動設計與運用工作坊(進階課)

【孤獨處方箋創意活動設計與運用工作坊-實體課程】	
北區場-3/16(一)、南區場-4/17(五)	
時間	內容
09:50~10:00	報到
10:00~12:00 (2hrs)	主題一：以創意活動深化關係 - 依長輩狀態調整介入深度的實務設計
12:00~12:10	社區防詐宣導種子師資培育合作招募
12:10~13:00	午餐&休息時間
13:00~15:00 (2hrs)	主題二：創意活動與生活功能連結 - 讓陪伴回到長輩的日常生活與自我效能的規畫策略
15:00~15:10	休息
15:10~17:10 (2hrs)	主題三：從活動回到服務調整 - 如何從活動觀察修正訪視策略

十一、 聯絡資訊

- (一)聯絡單位：中華民國老人福利推動聯盟
- (二)聯絡地址：103 台北市大同區長安西路 205 號 2 樓
- (三)聯絡電話：(02)2592-7999 分機 239 何忠妮專員、分機 215 梁君瑜資深專員
- (四)傳真號碼：(02)2598-9918
- (五)電子信箱：s930837@oldpeople.org.tw、chunyu@oldpeople.org.tw