

財團法人臺北市中華耆老福利基金會

115年度工作計畫書



計畫名稱	計畫時間	預計實施內容	預期績效
「老有所養」 關懷獨老訪視志 工計畫	115年1 月至12 月	1. 與大安區、松山區老人服務中心協同合作，關懷獨居長者。 本會關注獨居長輩身心健康議題，與二區的老人服務中心 合作，經由中心的引介，每月安排志工實際訪視，以行動關 懷 獨居長者。	1. 透過老人服務中心，聯繫2區 共8位獨居長者，每月定期見 面訪視，並向社工回報長者身 心健康情況。共計將服務120 人次。
「老有所養」 身心整合服務 推廣計畫	115年1 月至12 月	1. 為長者量身打造的身心健康服務，兼顧健康及社交需求： 本會倡議全人樂齡理念，除了一般長期照顧服務外，也著重長 者的養生與保健需求。媒合引介促進全人健康的專業資源，並 希望兼顧長者的社交需求。 從日照中心、長照據點到台北、新北市的社區長者，開放與各 單位接洽，搭配相應的樂齡課程，促進長者身心健康。	1. 透過社區據點、媒體及網路平 台推廣高品質與身心整合的高 品質長照服務； 2. 預計每月至少辦理5場長照志 工服務，每次服務約15人，共 計將服務780人次。
「老有所養」 長者環境及社區 友善計畫	115年1 月至12 月	1. 配合大安區老人服務中心之長者需求，安排志工陪伴長者整 理居家環境及陪伴就醫。 本會關懷長者的身心健康，與大安區老人服務中心合作，安 排志工每月陪伴長者整理居家環境，給予心理支持。並不定期 協助社區長者陪伴就醫。	1. 透過老服中心轉介，與有需求 之長者協調居家整理陪伴時 間，並不定期陪伴社區長者就 醫。

「老有所養」 長者身心療育 藝術表演計畫	115年5 月至8 月	1. 與獨立劇團「坤劇場」合作，訓練素人演員演出短劇，至日照中心或機構表演，讓藝術也可以進入長照領域。	1. 透過長期合作的單位，轉介有需要日照中心或機構，預計進行10場次的短劇表演。
「壯有所用」 弱勢婦女培力 推廣計畫	115年3 月至9月	1. 為弱勢婦女量身打造的服務推廣計畫，進行培力： 本會關注弱勢婦女培力議題，將與台北市松山南港婦女培力中心合作，針對弱勢婦女之需求，舉辦培力講座，協助其正向心態與自我照顧能力之增進。	1. 透過婦女培力中心、社區及媒體，推廣高品質之弱勢婦女服務。 2. 預計全年共舉辦4場培力講座，每場講座約20人，共計服務80人次。
「壯有所用」 「健康樂齡」 身心健康走讀 推廣計畫	115年3 月至11 月	1. 為一般民眾打造樂活身心健康推廣計畫： 本會關注一般民眾之身心健康，特別設計公益健行等樂活運動項目，邀請民眾攜伴參加，兼顧養生及社交需求。 本活動已延續舉辦至第3年，廣受民眾喜愛，將在活動中加入「走讀」及「樂齡養生」概念，期許民眾在參與活動時，除身體之鍛鍊外，還能學習當地文史風土，以及養生知識，增加活動之深度影響力。	1. 透過媒體、網路平台推廣高品質的運動項目，推廣健康養生理念。 2. 預計舉辦至少8場公益健行，促進民眾之全人身心健康，每場活動約40人參加，預計服務320人次。
「壯有所用」 「第二人生」 樂活養生	115年1 月至12 月	1. 為一般民眾設計公益講座，倡議健康樂活之重要性： 針對民眾關注，但卻未能獲得正確資訊之健康議題，邀請專業師資，舉辦免費公益講座，提供民眾專業的健康養生資訊。	1. 透過媒體及網路平台，推廣正確的健康養生理念；

推廣計畫			2. 預計舉辦 10 場公益講座，促進民眾之身心健康。
「壯有所用」 「文化養成」 人文心靈 推廣計畫	115 年 1 月至 6 月	1. 為一般民眾設計人文講座，重新解構文化經典，增進素養，倡議閱讀之重要性： 全新的人文講座，將邀請專業講師，針對人文經典，轉譯成民眾可親近的主題，增進國學與文化涵養。	1. 透過媒體及網路平台，喚醒民眾對文化之重視； 2. 預計舉辦 3 場人文講座，增進民眾之文化涵養。
「壯有所用」 生命教育 推廣計畫	112 年 3 月至 12 月	1. 與龍巖慈善基金會合作，舉辦 4 場生命教育講座 透過與龍巖基金會合作，將生命教育、健康養生議題觸及社會一般大眾	1. 透過媒體及網路平台，喚醒民眾對生命教育之重視； 2. 預計舉辦 4 場生命教育講座，增進民眾之對養生保健的認識與實作。
「幼有所長」 青少年情緒健康 推廣計畫	115 年 1 月至 12 月	1. 與福智文教基金會合作，舉辦 12 場青少年情緒健康線上講座 透過與福智文教基金會合作，聘請專業心理師，為青少年及家長分享情緒管理的重要性與實用方法。	1. 透過媒體及網路平台，喚醒青少年及家長對情緒管理的重視； 2. 預計舉辦 12 場情緒健康線上講座

「幼有所長」 弱勢兒童與少年 陪伴與支持計畫	115年1 月至12 月	1. 為弱勢兒童與少年，提供高品質的陪伴與全人教育活動： 為偏鄉弱勢兒童與少年，提供或舉辦各種符合全人生活理念的 精緻課程與活動，寓教於樂，彌平階級與貧富背景差異導致的 教育鴻溝。	1. 透過社區推廣高品質全人教育 與陪伴的服務理念。 2. 建立弱勢兒童與少年教育、支 持與陪伴服務。
志工培訓計畫	115年1 月至12 月	1. 為基金會志工開設「樂齡長者照護」等培訓課程： 預計舉辦2場志工培訓課程，讓志工在未來進行樂齡長者的公 益服務時，更理解長者的身心狀況與需求。	1. 透過內部志工培訓課程，提升志 工之公益服務品質。
辦公室行政、財 務與人事日常運 作計畫	115年1 月至12 月	辦公室行政、財務與人事管銷支出	維持基金會日常業務運作

【本計畫書提經本法人114年12月19日第十一屆第一次董事會議決通過】

主辦會計：廖梓珣



執行長：許文薰



董事長：吳珈誼



中 日

華

民

國

114

年

12

月

19