金門縣000社區***年度申請社區參與福利服務計畫書

一、計畫名稱：社區銀髮族樂活成長研習營

二、計畫緣起：

1. 因本社區多數年輕人外出工作，社區社又未設置社區照顧關懷據點，老年人缺乏志工的關懷，而老年人希望活到老學到老，一直能參與社區各項活動，也透過老人福利各種形式研習營的學習，培養自己的興趣，實現人老人不老的成長願望。
2. 同時透過一些電影，醫學知識及戶外參訪教學之後，再以座談討論方式分享心得，使參加學員沒有心理壓力，也增加心靈成長，並也帶親子同來參與學習同樂，促進社區活動中心更活力化。
3. 本社區去年辦理老人相關活動，例如一些趣味賽，不老棒球賽及忘年學習等活動，受到老人家的認同稱讚，很有意義，為了延續老人家祈望，特於今年再提老人相關福利計畫。

三、計畫目的：

1. 帶動社區銀髮族快樂、健康生活並活力學習。
2. 藉此老人福利銀髮族樂活成長研習營，讓社區家庭與老人家溝通生活更聯繫，也給長輩對於參與社區活動有成長共識，使社會、社區更有凝聚力。
3. 從樂活學習中，導入老人服務社區的概念並實地參與服務提升長者的自我價值。

四、主辦單位：000社區發展協會

五、協辦單位：00鎮公所

六、指導單位：金門縣政府

七、實施時間：自000年00月00日至00月00日

八、活動地點：000社區活動中心

九、參加對象、人數：社區銀髮族65歲以上約60人

十、活動內容：

課程內容分為三個部分---健康樂生活、學習樂生活、服務樂生活

1. 招生方式、製作傳單發給社區里民，並張貼在社區公佈欄及廣播。
2. 課程內容

健康樂生活—透過講座與遊戲運動方式讓社區長輩了解及體驗如何健康

生活			
日期	時間	課程	講師
00/00	13:30-17:30	阿公阿嬤親子動手腳、活絡筋骨趣味賽	000
00/00	09:00-12:00	社區糖尿病併發症宣導講座	000 衛生所
0/00	14:00-17:00	社區老人自殺防制講座	000
00/00	14:00-16:00	健康操：歌曲「甘願，青春嶺」	000
00/00	14:00-16:00	健康操：歌曲「我們都是一家人，馬蘭山歌」	000
學習樂生活—透過團體成長營方式並導入多元課程內容讓長者樂活學習			
/	14:00-17:00	相見歡-學員互相認識、團體目動機	000
/	14:00-17:00	阿公阿嬤親子社區在地產業繪畫	000
/	08:00-12:00	美學之旅戶外參訪 000、000	000
/	14:00-17:00	親職教育電影「我不窮，我只是沒錢」賞析與討論	000
/	09:00-11:00	健康操：活血功與糖尿病支持團體宣導講座	000
/	14:00-17:00	親子同樂：電影「佐賀的超級阿嬤」賞析與討論	000
/	14:00-17:00	阿公阿嬤親子活動動腦講故事，回饋及分享歡樂	000
/	13:30-18:30	帶動老人戶外參訪社區各廟文史館，分享歷史故事	000
/	13:30-18:30	阿公阿嬤銀髮族樂活成長研習營心得成果發表會	000
服務樂生活—透過服務課程訓練並實地參與社區服務提升長者自我價值			
/	09:30-12:30	志工在職訓練-談社區資源連結與運用	---
/	13:30-17:30	社區服務：辦理老人志工社	---

		區居家老人服務	

3. 講師資料

課程名稱	社區不老夢想成長研習營		
講師姓名	講師學歷	講師經歷	講師專長
林***	師範大學	***國中退休	國文老師
潘***	成功大學研究所	嘉南藥理大學老服系兼任講師	老人福利服務
***雪	專科	社區指導老師	健康操

十、預期效益：

1. 提供社區銀髮族最佳聚會場所，提昇親子溝通橋樑，知識來源及心靈成長的學習環境，也讓長輩在生活更充實，價值觀改變，處事態度更圓融。
2. 可藉由各項課程設計的研討，讓長輩回顧分享曾經有年代的觀樂記憶，營造老人友善的環境，增進與家人間關係融洽。
3. 志工專業技能的提昇，帶給長者適合需要的服務績效。
4. 本計畫預計約有 000 人次受益。

十一、經費概算表

項目	單位	數量	單價	金額	備註
講師費	時	45	800	36,000	
印刷費	份	100	10	1,000	
器材租金	式	2	1,000	2,000	
紅布條	條	1	2,000	2,000	
茶水費	人次	960	10	9,600	
教材費	份	60	60	3,600	
膳食費	份	120	80	9,600	志工在職訓練、成果發表結業
雜支	式	1	2,000	2,000	
總計				65,800	

*以上經費項目、金額僅供參考，請依實際需求編列

十二、經費來源

所需經費合計新臺幣陸萬伍仟捌佰元，擬由金門縣政府補助新臺幣___萬元，不足部分由本會自籌。