高雄市〇〇區〇〇社區發展協會

活動類計畫書(範本)

**一、活動名稱：多元服務銀髮參與 -「 社區方案名稱自訂 」**

**二、目 的：**

(一)高齡化社會面臨社區人口老化問題嚴重，社區中的長輩照顧是為重要課題，為提供社區照顧多元服務，將依社區現況需求以因地制宜模式發展社區長輩常態服務方案。

(二)藉由多元服務提升長輩社區參與及認同，發掘長輩長才提供展現舞台，藉以提升長輩自我成就，另從服務過程建構長輩社區安全與自我保護之議題，落實社區共照與社區安居之目標，達到福利社區化照顧與陪伴。

**三、主辦單位：**高雄市〇〇區〇〇社區發展協會

**四、活動時間：**112年Ｏ月至112年Ｏ月止

(應規劃持續性服務，至少執行2個月)

**五、活動地點：**〇〇〇〇

**六、服務對象：**社區長輩，預計〇〇人。

**七、方案內容：** (可依社區需求自行調整)

**攜手護老-愛與行動**

辦理說明：由志工團隊提供長輩到宅關懷與陪伴服務外，另運用社區場域邀請長輩聚集，以多元服務行動方案設計促進長輩社區參與，增進長輩身心靈健康達到社區共照攜手護老的目標，另藉由成果發表提供長輩表演舞台，並邀請家人共同參與，促進家庭和諧關係與長輩自我成就感。

辦理期程：Ｏ月-Ｏ月，每月Ｏ次，每次Ｏ小時

辦理內容：(依社區需求自行增減)

| 節次 | 課程主題 | 課程內容 | 時數 | 講師 |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 哈囉~您好嗎 | 由社區志工分組，定期進行社區長輩電話問安或到宅關懷訪視服務行動。  -高關懷長輩  -獨居長輩  藉由問安與訪視行動邀請長者走入社區參與活動。 |  |  |
| 2 | <範例一>  社區的音樂教室  -不老康樂隊 | 1. 運用社區隨手可得的環保素材製作節拍樂器。 2. 以音樂做為媒介，藉由歌唱、樂器節拍等方式引導長輩透過音樂律動進行肢體伸展以延緩身體機能退化。 3. 組織社區合唱團、打擊樂隊…等，媒合學校、機構或公所區域性活動提供社區長輩的表演舞台。   (請依社區需求規劃執行期程與課程表) | \_\_\_\_小時\*\_\_\_\_場次 |  |
| 3 | <範例二>  社區的藝術教室  -不老藝術家 | 1. 以社區文化與生活美學結合社區在地特色，規劃適合長輩之靜態課程學習，亦可將創作成品融入日常生活用品當中。(如社區植栽藝術、社區繪畫寫生、創意編織袋、拼布縫紉…等) 2. 將長輩化身為藝術家，集結長輩作品，為長輩辦一場有趣的藝術展覽。   (請依社區需求規劃執行期程與課程表) | \_\_\_\_小時\*\_\_\_\_場次 |  |
| 4 | <範例三>  有生命的故事書  -細說從前 | 1. 蒐集長輩家中的老照片，邀請長輩分享每一段照片裡的生命故事。 2. 以長輩生命故事為主軸，探索不同年齡層的生命記憶，從就學、工作、戀愛、旅行…等，邀請長輩子女或由社區志工協助記錄長輩的記憶，偕同長輩創作一本有生命的手工書。 3. 為長輩辦理一場感動的說書會，邀請長輩家庭共同參與，由每位長輩分享自己的手工書生命故事。   (請依社區需求規劃執行期程與課程表) | \_\_\_\_小時\*\_\_\_\_場次 |  |
| 5 | 社區防護  宣導行動 | 1. 社福資源運用宣導 2. 長輩安全用藥 3. 家庭暴力自我保護 4. 用路安全宣導 5. 反詐騙宣導…等 | 結合課程規劃併行 | 媒合資源辦理 |

**八、講師名冊及學經歷**

|  |  |
| --- | --- |
| 姓名 | 學經歷 |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**九、預期效益：**

(一)推動社區長輩多元性的常態服務，預期服務長輩人次達○○人次。

(二)藉由多元服務方案推動，提升長輩自我成就感，並邀請長輩家庭共同參與促進家庭和諧關係，預計辦理○場次成果展演、參與戶數達○○戶。

**十、經費概算：(僅供參考，請依方案需求編列預算)**

| 項 目 | 單 價 | 數 量 | | 總 價 | 說 明 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 講師費 |  | 〇小時 | |  |  |
| 材料費 |  | 1式 | |  | 所需相關材料費用 |
| 印刷費 |  | 1式 | |  |  |
| 場地佈置費 |  | 1式 | |  |  |
| 文具費 |  | 1式 | |  | 紙張、彩色筆等活動所需文具 |
| 茶水費 | 20 | 〇人次 | |  |  |
| 雜支 |  | 1式 | |  | 1. 添購活動所需相關物品 2. 總經費5%上限 |
| 總 經 費 |  | | 申請本局補助 | |  |
| 其他機關補助 |  | | 自 籌 經 費 | |  |