

憶起健康紓壓去

地點：地下2樓第一會議室C區

適用對象：1. 為本市共照中心案管個案之家庭照顧者

(有慢性疾病者優先參與)

2. 家中有失智症個案或疑似失智症個案之家屬

3. 對自我健康管理有興趣之民眾

8月
Aug.

8/1(六)9:30-11:30

蘇億玲 副主任

當記憶開始迷路~用愛與專業陪伴走一段不孤單的失智照護旅程

8/8(六)9:30-11:30

曾旻 護理師

翻轉老後人生~長照3.0的尊嚴生活新提案

8/13(四)14:00-16:00

章瑰璋 生活料理師

暖心烘焙坊-果醬餅乾療癒時光

8/22(六)9:30-11:30

何仰茜 物理治療師

按時愛自己：身心安頓的三個方法

8/29(六)9:30-11:30

黃品瑄 社工師

牽手走過遺忘~失智家庭的暖心資源

9月
Sep.

9/5(六)9:30-11:30

陳惠娟 心理師

我們一起深呼吸~家屬情緒減壓支持團體(1)

9/12(六)9:30-11:30

陳惠娟 心理師

我們一起深呼吸~家屬情緒減壓支持團體(2)

9/19(六)9:30-11:30

鍾尹伶 護理師

用愛簽署的幸福預約~談病人自主權利法

10月
Oct.

10/3(六)9:30-11:30

鄭嘉欣 律師

當記憶轉彎~如何用法律留住對家人的愛

10/7(三)9:30-11:30

李孝滢 心理師

在照顧中看見自己~技巧學習與心路交流

10/17(六)9:30-11:30

盧映竹 營養師

憶起幸福，營養相伴~長者的暖心健康指南

10/21(三)9:30-11:30

曾旻 護理師

溫暖片刻~今天，我要選擇慢慢來

★ 名額有限需事前報名，欲參加者請與失智據點工作人員登記

★ 電話：(02)2648-2121分機 2021 再按 2072 【吳小姐或徐小姐】