

## 認知障礙症照顧者支援工作坊

### 照顧腦健康

	工作坊名稱	工作坊內容	主題
認知障礙症 照顧者支援 工作坊	認知無障礙・溝通昇華互動課	解說認知障礙症之特性、溝通技巧，並以模擬情景及案例回應照顧者日常面對的情況	促進溝通
	自愛正念工作坊	以繪畫、故事及情境描述，強化照顧者正念，重溫自身可愛的一面，值得好好對待自己、愛錫自己	擁抱自我
	情緒回應訓練課	讓照顧者提升回應患者情緒之技巧並能同步關注自身的感受	情緒回應
	長者資助服務資源分享會	了解長期社區資源及短期社區資源，包括長期護理服務，令照顧者能夠藉此擁有訂定合適自己步伐與節奏的照顧計劃，繼而放鬆自己	照顧規劃
	遊戲・休憩・重獲朝氣	以表達藝術手法，讓照顧者亦能在家自理自身之壓力變化	壓力管理
	照顧者與患者家庭角色重構工作坊	協助照顧者在對待患者的視角、想法方面重構雙方之家庭角色關係。即使患上認知障礙症，仍是自己愛惜的爸爸媽媽、丈夫妻子	健康關係

工作坊名額有限，先到先得。報名或查詢: 2952 7250