

# 「大手牽小手。愛關懷」系列活動 探訪華江社區照顧關懷據點



▲永達志工與資深藝人、長輩開心合照，大家彼此祝福。

「新年快樂！」農曆春節一結束，永達志工隨即展開探訪行程，二月十九日永達大海團隊十位志工來到華江社區照顧關懷據點陪伴爺爺奶奶，並用永達人的元氣祝賀爺爺奶奶新年快樂、牛轉乾坤！

華江社區照顧關懷據點平時提供關懷訪視、電話問安、共餐與健康促進等服務，並安排多元課程讓長輩體驗，深入社區每一個角落，鼓勵社區長輩走出家門，參與據點活動活絡人際關係。除了陪伴長輩們欣賞藝人表演，志工也與長輩聊天、按摩，長輩也給予活潑熱情的回應，整個下午都充滿笑聲，而長輩旺盛的生命力也感染志工，讓他們體會到活化老化需要運動、進行多元休閒生活，樂活銀髮人生。②

華江社區照顧關懷據點平時提供關懷訪視、電話問安、共餐與健康促進等服務，並安排多元課程讓長輩體驗，深入社區每一個角落，鼓勵社區長輩走出家門，參與據點活動活絡人際關係。除了陪伴長輩們欣賞藝人表演，志工也與長輩聊天、按摩，長輩也給予活潑熱情的回應，整個下午都充滿笑聲，而長輩旺盛的生命力也感染志工，讓他們體會到活化老化需要運動、進行多元休閒生活，樂活銀髮人生。②



▲永達志工與長輩跟著音樂與歌聲，讓快樂感染自己的内心。

▲活動安排有獎徵答，志工協助長輩爭取獎勵，大夥笑成一片。

## 心得分享

**徐築琳 業務副理**

踏進機構之前我很緊張、很害羞，進入機構看到長輩很有元氣地回應我的陪伴，讓我放開心胸，將長輩當作家人般地陪他們聊天、一起跟著藝人唱歌、拍打節奏。當我們跨出第一步，會發現付出、關懷與陪伴一點也不難。

**戴桂英 業務副理**

今天探訪活動透過歌聲與舞蹈帶動，讓長輩一起手舞足蹈，也讓音樂與歌聲感染內心。尤其看到寶如姐來到現場，親切與長輩聊天互動，用長者的活力感染長者，身心都活絡起來。社會上很多角落的長輩都需要照顧與陪伴，當我們幫助別人的同時，自己也獲得很多快樂。

**劉亞聰 業務副理**

隨著醫療進步，壽命越來越延長，一定要充分做退休規劃，適度運動、規律作息、均衡飲食、多參與刺激心智的活動以及多進行社會參與，才能享受老年生活。如同此次探訪的長輩們都好活潑，都是快樂的銀髮族。