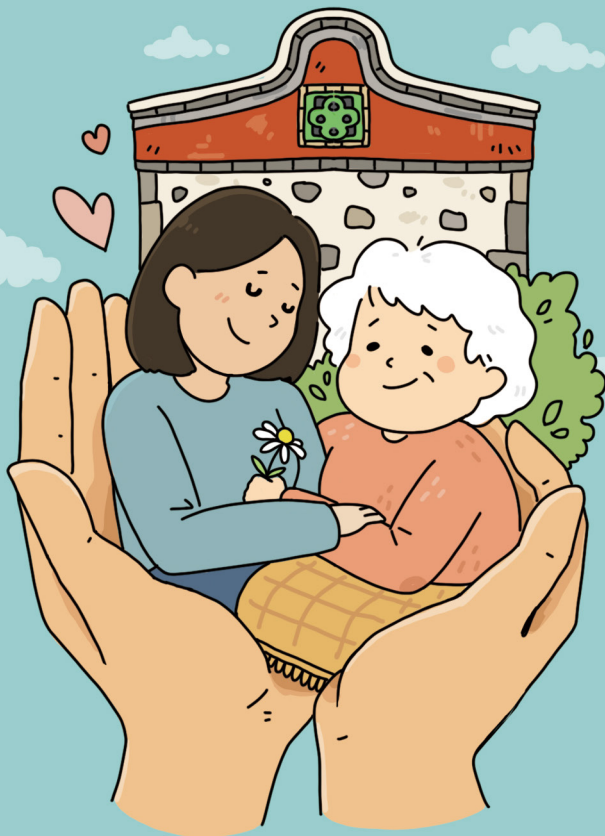


／澎湖縣／

家庭照顧者 支持服務中心

服務介紹手冊



家庭照顧者支持服務中心介紹

澎湖縣家庭照顧者支持服務中心，專門為了家庭照顧者服務。家庭照顧者指照顧家中失智、失能、身障家人的家屬。提供個別化以及團體性的活動，針對緩解照顧壓力、改善照顧技巧、連結相關資源為主。

- 我們是做什麼的？

澎湖縣家庭照顧者支持服務中心是專門幫助「照顧家人的家屬」的地方。

- 我們服務什麼人？

家庭照顧者就是那些照顧家裡有失智、行動不便或身心障礙的家人的人。

- 我們能做什麼？

我們會安排不同的活動，讓你學習怎麼照顧家人，也會有讓你放輕鬆的活動，也讓你没那么累。

個案服務

透過專業社工員協助家庭照顧者釐清照顧需求、盤點正式與非正式資源，依據家庭照顧者需要擬訂服務計畫，藉由服務計劃提供適切的服務。



幫你找方法，我們會聽你的需求，幫你安排最合適的幫助。

到宅技巧指導

分為專家到宅以及到宅照顧指導。

專家到宅：由社工連結專家，如醫生、物理治療師等，到家中提供照顧技術指導與諮詢。

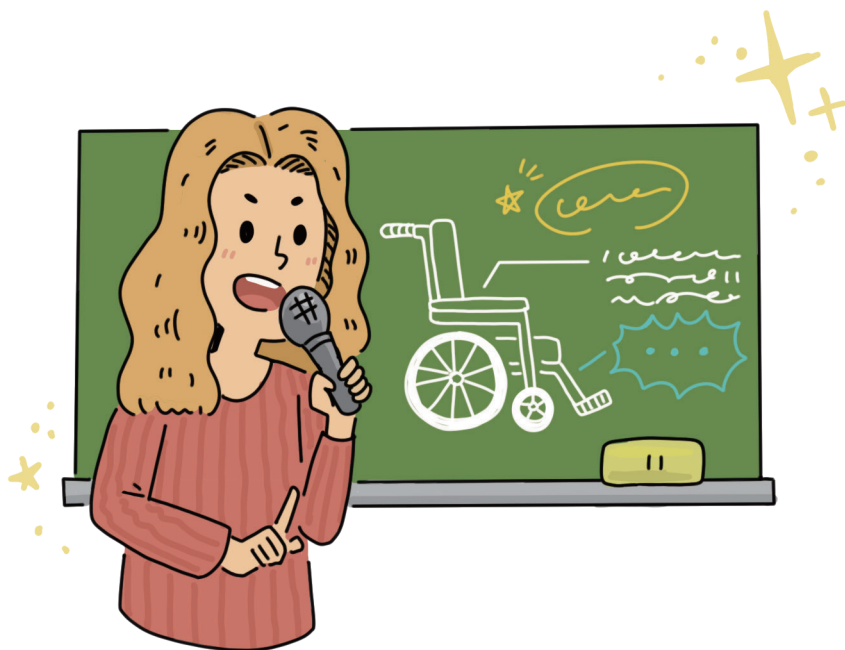
到宅照顧指導：由完訓之照顧實務指導員到家中提供身體照顧、生活照顧等技術指導與諮詢。



到家裡教你怎麼照顧，不知道怎麼幫家人洗澡、翻身、吃飯？我們可以到你家教你！

照顧技巧

提供家庭照顧者照顧相關技能、資源運用及正視自身需求之集體課程。



學新知識，我們有課程教你怎麼照顧家人，還會提醒你要照顧自己。

紓壓活動

辦理紓壓活動，讓家庭照顧者透過音樂、繪畫、園藝、手作、經絡按摩及戶外活動等各種紓壓方式，抒發照顧壓力，讓照顧者有自己的時間，緩解壓力。



輕鬆一下，來聽音樂、畫畫、種花、做手工、按摩，讓自己開心一下！

支持團體

支持團體以連續性小團體方式進行，家庭照顧者有相同照顧經驗、問題、性別或疾病，藉由人際互助及助人的歷程，協助成員傾聽及交流分享，鼓勵透過活動分享經驗與資源，並於團體中獲得支持與鼓勵。



認識新朋友，加入小團體，大家因為有同樣的問題聚在一起，跟別人分享經驗，一起加油打氣！

被照顧者安全看視與陪伴

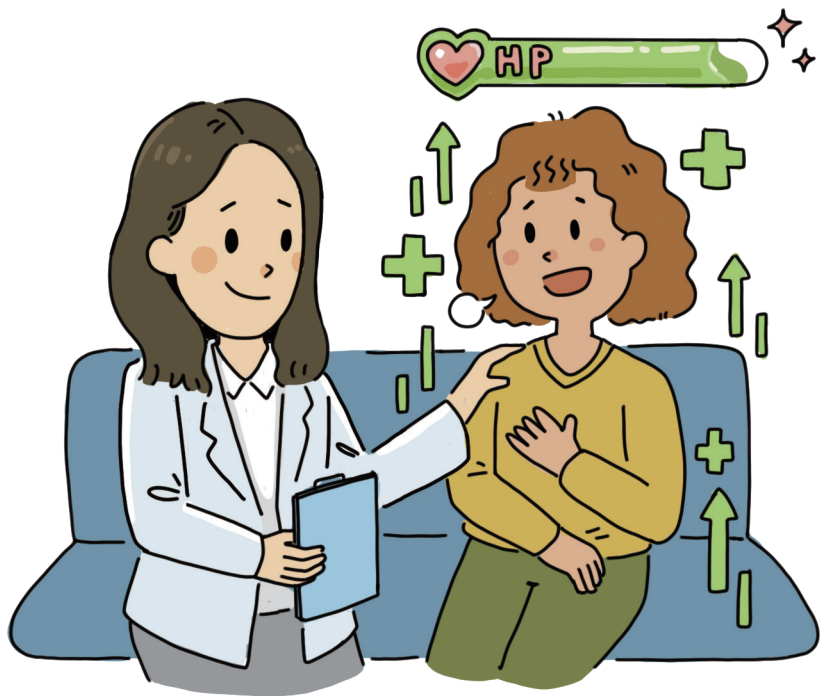
於家庭照顧者參加活動、課程或團體期間，提供被照顧者安全看視服務，提供到宅或到活動場所安全看視或陪，使照顧者能安心接受服務。



你來參加活動時，我們可以幫你照顧家人，可以派居服員到家裡，或是在活動場地旁邊安排空間照顧，讓你放心。

心理協談

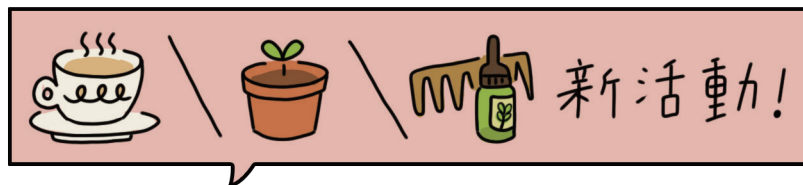
經評估後，聘請心理師、諮商師、社工師等專業人員，依照照顧者需求進行心理協談，以減輕照顧者情緒壓力。



聊聊心事，如果覺得很累、很煩，可以來找我們說說話，讓心情變好

電話關懷

提供主動性、持續性的電話關懷，並主動提供相關活動資訊。



關心你，我們會打電話給你，看看你最近好不好，順便告訴你有什麼新活動！

休閒活動

照顧者及被照顧者共同參與之活動、課程：透過共餐、手作等活動安排，在過程中促進雙方對話、相互分享，以增進照顧者與被照顧者間正向互動。



我們會安排可以讓照顧者和家人一起參加的活動，像是一起吃飯、做手工等。在這些活動裡，你們可以邊玩邊聊天，分享彼此的心情，讓關係變得更好、更開心！



身障課後照顧班

讓就學中的身心障礙學生在放學後前往課後班接受照顧服務，讓家長照顧不離職。



如果你的孩子有身心障礙，我們的課後班可以在放學後幫忙照顧他們，讓爸媽可以安心去上班，不用擔心沒人顧孩子！

我們在哪裡？

澎湖縣家庭照顧者支持服務中心服務據點

- 家庭照顧者支持服務中心
& 馬公據點
家照中心 / 馬公據點電話：
06-9266018
06-9260242
地址：澎湖縣馬公市同和
路 33 號 1 樓
(身心障礙福利服務中心 1
樓)
- 澎南據點
電話：06-9952705
地址：澎湖縣馬公市山水
里珠江 109 之 10
(山水希臘邊境民宿旁邊)
- 湖西據點
電話：06-9920580
地址：澎湖縣湖西鄉湖西
村 157 號
(澎湖一信湖西分社旁邊)
- 西嶼據點
電話：06-9982818
地址：澎湖縣西嶼鄉池東村
小池角 149 號之 3
(惠民啟智中心西嶼池東社
區據點對面)
- 白沙據點
電話：06-9932101
地址：澎湖縣白沙鄉港子村
54-2 號 (白沙社福館)
- 望安據點
電話：06-9991019
地址：澎湖縣望安鄉西安村
121-3 號 (望安社福館)
- 七美據點
電話：06-9971969
地址：七美鄉中和村埔內 60
號 (七美多功能長照服務館)

♡ 照顧喘口氣，讓愛走下去 ♡

FaceBook 澎湖縣家庭照顧者支持服務中心