

## 高雄市立美術館 115 年志工培訓 - 高齡失智友善系列講座

隨著高齡人口比例逐年增加，如何照顧自己、理解家人，並以更友善的態度面對老年議題，已成為每個人都可能面對的重要課題。本館長期關注高齡與失智友善議題，透過持續辦理相關培訓課程，邀請志工夥伴從生活經驗出發，認識身心老化歷程，培養理解他人與照顧自己的能力，進而以更從容的態度面對人生不同階段的變化。

今年本館再度與高雄市鼓山區衛生所合作規劃講座，邀請物理治療、醫療、營養及心靈照護領域的專家，從肌少症預防、健康飲食、失智症認識到高齡者靈性關懷等面向，分享貼近日常生活的知識與方法，協助志工及市民朋友建立健康老化觀念，提升自我照顧、健康促進及面對高齡生活的信心。

本系列講座主要對象為本館志工，希望透過多元議題的學習，培養志工適應超高齡社會的能力。同時，也期待講座成為本市館外志工與市民朋友共同學習的平台，一起認識高齡友善的重要性，共同營造更具同理與支持的生活環境。

### 主辦單位

高雄市立美術館、高雄市鼓山區衛生所

### 講座地點

高雄市立美術館演講廳

### 講座資訊

時間	講題	講者
7月2日(四) 14:00-16:00	動得好，人不老：遠離肌少症	李俊賢 / 好鄰居物理治療所專業人員
7月14日(二) 14:00-16:00	認識肌少症及飲食預防	謝藍琪 / 高雄市立聯合醫院營養室主任、中華民國肥胖研究學會理事、高雄市長期照顧暨生命教育協會理事；輔英科技大學保健營養系、嘉南藥理大學保健營養系、國立高雄科技大學博雅教育中心兼任助理教授
7月28日(二) 14:00-16:00	記憶減退是不是失智症	陳乃菁 / 陳乃菁診所院長、高雄長庚神經內科兼任主治醫師
8月1日(六) 10:00-12:00	《在呼吸之間- 從心練愛》 - 高齡者靈性健康、靈性照顧	晶菱 / 全球華人心靈明師

## 參加對象

- 一、本館現職志工全程參加，每場次登錄培訓次數一次。
- 二、歡迎高雄市其他運用單位之志工及一般民眾參加，請先至本館官網報名，以利掌握人數。
- 三、館因限於衛生福利部志願服務資訊整合系統權限設定，館外志工參與本系列講座，本館無法協助登錄培訓紀錄，敬請見諒。

## 其他事項

- 一、本活動免費參加，每場活動前 30 分鐘開放簽到入場。
- 二、活動資訊及報名路徑請上本館官網/活動資訊查詢，網址：<https://reurl.cc/Q2QvvZ>。活動內容若有異動，以本館官網公告為主。
- 三、活動若遇高雄市政府發布全市停班停課(如逢颱風、豪雨等大型災害)而取消，依本館臨時公告處理，並保留活動現場安排的一切權利。

## 肖像權聲明

活動中將進行現場攝影記錄，參與本活動即同意授權承辦單位高雄市立美術館進行活動攝影，且同意高雄市立美術館將相關影像用於本館網站、社群媒體、出版品製作、研究發表等非營利之教育推廣用途，且同意本館擁有公開宣傳、傳輸前述影像等權利。

## 個資法聲明

當您以高雄市立美術館(以下稱本館)網站進行本活動報名時，表示您同意以下內容：

- 一、本館取得您的個人資料，在「個人資料保護法」與相關法令之規範下，蒐集、處理及利用您的個人資料。
- 二、當您在本館網站上進行活動報名時，系統將會請您提供報名所需之必要個人資料，如：姓名、出生年月日、身分證字號、連絡方式(包括但不限於電話號碼、e-mail 或居住地址)或其他得以直接或間接識別您個人之資料；且將用於本館活動線上報名之身份確認、聯繫、訊息通知之用。
- 三、若您所提供之個人資料，經檢舉或本館發現不足以確認您的身分真實性或其他個人資料冒用、盜用、資料不實等情形，本館有權暫時停止或終止提供對您的服務或您應享之權利。
- 四、您可依個人資料保護法就您的個人資料向本館(1)請求查詢或閱覽、(2)製給複製本、(3)請求補充或更正、(4)請求停止蒐集、處理及利用或 (5)請求刪除。但因本館執行職務所必需者，本館得拒絕之。
- 五、您瞭解此一同意符合個人資料保護法及相關法規之要求，具有書面同意本館蒐集、處理及利用您的個人資料之效果。

聯絡資訊 07-5550331 分機 243 謝小姐



活動資訊與報名