

『活躍老化』懷舊活動在桃園

社團法人教育志工聯盟，在桃園縣各鄉鎮之社區發展協會，帶領活躍老化懷舊與回憶活動前後已有五年；這個活動的緣由是，教育志工聯盟從 2000 年開始，在桃園縣教育處支持下，培訓一批熱心又有能力的學生家長，成為讀書會帶領人，到縣內各國民中小學，帶領兒童或家長讀書會，推廣閱讀風氣。2006 年起，應桃園縣社會處之邀，把讀書會帶領方式延伸到各社區，帶領縣內各社區長輩，使用空白繪本，由長輩在空白繪本上剪貼照片或繪畫，記錄其一生經歷，製作成長輩專屬的個人寫真。目前由教育志工聯盟帶領完成的長輩專屬繪本已達一千餘冊，每一冊都是長輩們的最愛，我們想商請他們借出展覽都要大費唇舌。

活躍老化懷舊與回憶活動，特色是社區長輩在製作個人專屬的繪本過程中，需要在家找尋往日照片；有時照片散放各處，常需全家總動員，增進與家人互動；在選擇照片時，也會與家人討論，並陳述往日故事；在彩繪或剪貼繪本時，有時也需要媳婦或孫兒的協助，增進家人的話題與熱絡。其家人也經由長輩繪本製作過程中，更了解長輩的過往經歷。這是有系統的回憶活動，對長者的大腦活化有正面幫助；許多晚輩也因此更了解長輩不為人知的過去事蹟。許多長輩也被發覺原來自己有繪畫或美工的才華，有時帶領人會安排『古早味』糕點製作，增加課程趣味性及增進長輩的自信心。長輩在繪本的製作中，回憶過往，透過社區長者同伴的相互交談，統整其一生，更能成功老化，豐富晚年生活素質。

2008 年起，開南大學銀髮養生環境、銀髮健康促進兩系，及開南大學國際勞動研究社，劉黃麗娟、劉怡廷、錢桂玉三位助理教授帶領兩系學生參與這個活動，經由學生側拍記錄及師生討論，及各帶領人提供教材。共同編著一本帶領手冊業已出版。

附件為新書封面 相關訊息見

<http://tw.myblog.yahoo.com/kkffyeH>

