

# 中南區期中研習 工作坊



# 工作坊 WORKSHOP

是以「參與」為核心

共同討論：沒有誰是「專家」，以討論解決問題

# 工作坊討論步驟

## 1 解決方法

- (1)容易解決現階段就可以解決
- (2)不那麼容易解決但還可行需要找更周全、創新的方法....
- (3)現階段不可能執行

## 2 資源盤點

- (1)盤點執行解決方法所需的資源
- (2)現有的內部資源
- (3)現有的外部資源

## 3 短期/長期目標

- (1)訂定目標後尋求資源
- (2)執行目標的策略及步驟



# 中心行銷

主持人：林麗惠 教授

# 中心行銷的問題

1. 如何將中心更擴大
2. 無法勸動更多的長者參加相關課程
3. 不知如何推廣學習中心
4. 缺乏拓點場地
5. 男性學員參與率偏少
6. 參加者還是多以舊學員為主

## 解決方法

- 1.先將口碑做好
- 2.各班須有帶領的志工(3至4位)
- 3.課程符合當地學員需求
- 4.經費充足
- 5.結合民間資源
- 6.鄉內人士協助
- 7.網路媒體行銷

## 需要的資源

1. 場地良好、師資素質良好，且經樂齡培訓
2. 具有熱心、外向、親切之志工協助
3. 意見調查表、予其選擇
- 4.、5.、6.
  - ① 尋找社團、社區經費連結
  - ② 捐款
  - ③ 當地村里長、社區幹部、熱心人士協助
7. 利用媒體、網路增加行銷能力

## 短期可以達到的目標

- 各班須有帶領的志工(3至4位)
- 課程符合當地學員需求

## 未來目標

永續經營

### 解決方法

- 一、因為行動不方便，可以...
  1. 學員共乘
  2. 復康巴士
  3. 就近開課(拓點)
- 二、因為不知道課程，可以...
  1. 志工宣傳(長者多的地方)
  2. 廣播(村里/宮廟)
  3. 宣傳車(垃圾車)
- 三、因為不願意學習，可以...
  1. 學員直銷
  2. 誘因(集點、小禮物、午餐)
  3. 單次體驗活動

### 需要的資源

- 1.學員
- 2.公部門
- 3.村里長
- 4.宮廟、學校
- 5.熱心人士
- 6.志工
- 7.醫療單位

### 短期可以達到的目標

- 學員提升10%
- 提升課程教學品質

### 未來目標

村村有樂齡

### 解決方法

1. 了解長者的需求
2. 設計感興趣的課程
3. 透過朋友圈介紹
4. 透過社區協會引導及推薦
5. 提供誘因

### 需要的資源

1. 走入社區拜訪
2. 統計數據、相關健康重要訊息
3. 與社區、學校連結
4. 爭取民間資源
5. 參加培訓課程
6. 結合醫療單位

### 短期可以達到的目標

- 強化現有課程資源
- 提升教學品質

### 未來目標

- 逐年增加學員數
- 全面拓點



### 解決方法

1. 增加曝光率
2. 擴大參與人數
3. 網路行銷
4. 辦理成果展

### 需要的資源

1. 制服、布條、貢獻服務的演出
2. 口耳相傳、重要人物引薦、各個擊破
3. Line、Youtube、FB
4. 作品分享、課程行銷、課程推廣

### 短期可以達到的目標

- 增加曝光率
- 擴大參與人數
- 網路行銷
- 辦理成果展

### 未來目標

- 網路行銷
  - ① 課程
  - ② 學會使用
  - ③ 擁有工具
  - ④ 生活應用

解決方法

1. 辦理宣傳活動
2. 擴大宣傳媒介
3. 提高指導層級
4. 永續推廣

需要的資源

1. 經費、人力
2. 網路、平面媒體、校園(學生是行動放送頭)
3. 中心為「·」向外磁吸
4. 延長宣傳時間，與時俱進、變換招數

短期可以達到的目標

增加能見度

未來目標

提高參與『喜樂人生，歡齡無限』

解決方法

1. 尋找社區領導者

2. 社區居民說明會  
尋找認同

需要的資源

1. 社區發展協會、  
村里辦公室

2. 樹下、活動  
中心、宮廟廣場、  
廣播、宣導

短期可以達到的目標

- 長輩宣導
- 臉書
- 到村里辦公室、社區  
張貼海報

未來目標

- 達到吸引長輩樂趣
- 成功拓點永久開
- 渲染效果、吸引學員

解決方法

需要的資源

短期可以達到的目標

- 1.村、里策略聯盟
- 2.善用社區資源

活動中心、  
廟口、樹下、  
學校...

拓點順利  
吸引學員

未來目標

點線面

### 解決方法

1. 夫妻同行
2. 課程設計—增加男性導向
3. 綜合課程編排—消弭性別迷失如「園藝」v.s.「木作」
4. 建立資源共享平台—分享各中心成就
5. 空間營造

### 需要的資源

1. 同行1人“免費”
2. 問卷調查表
3. 課程規劃能力+師資
4. 網路平台
5. 經費挹注

### 短期可以達到的目標

- 提升男性學員參與率增加10%

### 未來目標

- 設計出男女皆宜之課程內容
- 吸引更多樂齡長者參加

解決方法

1. 宣傳廣播
2. 志工拜訪
3. 交通接送
4. 長青食堂(供餐)
5. 長照巷弄站(C點)



需要的資源

1. 經費(海報)
2. 招募志工培訓
3. 交通車
4. 申請補助(縣政府)
5. 申請長照2.0

短期可以達到的目標

藉由宣傳廣播、志工拜訪，增加學員20%

未來目標

藉由交通接送、長青食堂(供餐)、長照巷弄站(C點)，增加學員70%



# 志工經營

主持人：胡夢鯨 教授

# 志工經營的問題

1. 缺乏固定人力
2. 志工對樂齡理念的認知不足
3. 會文書作業的人太少
4. 如何加強志工向心力
5. 資深志工 倚老賣老
6. 志工年紀太大，較無法協助行政作業
7. 年輕志工難招募



解決方法

需要的資源

1. 參加培訓

2. 學員轉志工

3. 成立組織團隊

4. 國高中生志工擔任

1. 經費(教育部、縣府)

2. 實質鼓勵

3. 經費(自籌)

4. 到學校宣導、志工服務時數

短期可以達到的目標

- 每年增加10位
- 中心志工培訓交流

未來目標

- 編列固定預算組織系統化團隊

### 解決方法

1. 專業培訓
2. 教材研讀
3. 個別指導

### 需要的資源

1. 單位自行辦理培訓、輪流派員至他單位參訓
2. 專業教材充實
3. 由資深志工帶領新進志工精進

### 短期可以達到的目標

- 單位年度培訓
- 每年派3~5人至他單位培訓
- 月增進專業書籍，每月1書

### 未來目標

- 成立志工讀書會
- 每月1次的辦理志工研習活動(志工精進日)
- 爭取更多經費辦理更多活動

解決方法

1. 開設相關課程
2. 工作簡化
3. 招募年輕志工

需要的資源

1. 學員參加
2. 系統化、格式化
3. 社區媽媽

短期可以達到的目標

- 專業負責
- 行政上手

未來目標

人人會操作文書

### 解決方法

1. 給予榮譽感  
(落實登錄志工時數)
2. 參訪旅遊
3. 辦理增能活動
4. 專長分工賦權
5. 搏感情
6. 給舞台
7. 給福利

### 需要的資源

1. 募經費、物資
2. 辦理公開表揚
3. 增能資源講師  
資料庫建立
4. 人力資源  
(內、外部)
5. 場域資源  
(聯誼學習場所)

### 短期可以達到的目標

- 提升志工專業能力
- 服務品質
- 增強榮譽感

### 未來目標

- 公私部門、機構寬列經費支援
- 公開辦理表揚活動
- 志工人數穩定成長

解決方法

1. 發揮其所長
2. 培養新血(志工)
3. 搏感情
4. 提升榮譽感，  
適時辦理表揚  
活動

需要的資源

1. 開設其專長課程
2. 招兵買馬、培訓
3. 投其所好、動之  
以情
4. 積極向企業及公  
部門基金會、慈  
善會等機構募款

短期可以達到的目標

- 課程正常運作
- 志工向心力凝聚

未來目標

- 輔導資深志工成為  
中心助力，降低負  
向影響力，協助新  
血成長

### 解決方法

1. 開發青年志工  
傳承永續經營
2. 志工行政能力  
課程培訓
3. 加強硬體設備
4. 結合其他機構  
行政資源

### 需要的資源

1. 志工家眷、學  
校、新住民
2. 自辦、外訓的  
經費
3. 結合其他部門  
經費
4. 醫院、學校

### 短期可以達到的目標

- 提升作業能力
- 行銷樂齡、永續經營

### 未來目標

志工年輕化

## 解決方法

1. 到學校招募暑期或假日志
2. 鼓勵志工帶子女到社區參與服務
3. 辦理活動時宣導招募年輕志
4. 建置社群網站招募志工

## 需要的資源

1. 到學校找校長、老師或家長會長幫忙
2. 社區辦理親子活動，讓子女有認同感、給予志工時數證明
3. 結合當地各單位活動宣導
4. 常在社群網站分享訊息

## 短期可以達到的目標

單場、單次的服務

## 未來目標

永久志工



# 樂齡教學

主持人：李雅慧 教授



# 樂齡教學的問題

- 1.學員參與態度屬觀望
- 2.授學者普遍年長，不易用文字傳授
- 3.學員參與人數差異幅度稍大
- 4.如何提升創新樂齡教學
- 5.講師在地化不易，無法經營課程
- 6.教學設備不足
- 7.核心的知識性課程如何獲得學員青睞

解決方法

需要的資源

1. 課程時間安排

1.不安排農忙時間、假日及午休

2. 課程設計名稱  
及內容

2.趣味性、引發學習動機、簡易可動手、  
動腦的活動、健康保健相關

3. 講師的親切

3.關心學員、互動、具同理心、高參與  
度、個人儀容

4. 親友羈絆

4.樁腳、信賴度

5. 配合機關、社  
區的相關活動

5.年度行程表(如:衛生所量血壓)、廟會、  
志工解說

### 解決方法

1. 尋找在地達人
2. 培養志工講師
3. 結合關懷據點
4. 從學員中挖掘人才

### 需要的資源

1. 相片(EX:動物)
2. 四季水果、五穀雜糧
3. 網路電腦、投影設備
4. 材料(顏色、大小)

### 短期可以達到的目標

- 提升學習興趣
- 刺激想法
- 學習成效(成就感)

### 未來目標

- 心適能
- 腦適能
- 體適能
- 上述三者均衡發展  
→減緩失智

### 解決方法

1. 宣傳方法(多元文化、承辦人多用心、宣傳單、網際網路)
2. 報名人數分析
3. 分析講師開課情況
4. 熱門冷門課程綁在一起開課

### 需要的資源

1. 村、里、鄰長、公所幫忙宣傳、紙張、電腦手機(3C)
2. 歷年來的人數報名表
3. 樂齡承辦中心學員回饋單、無痕訪談、抽訪、問卷
4. 評估後(中心評估給講師資訊)

### 短期可以達到的目標

- 學員參與人數差異幅度縮小
- 冷門課程參與學員人數逐年成長

### 未來目標

班班爆門

## 解決方法

1. 不同類型課程結合(例:中西音樂結合)
2. 關注時下流行議題(例:桌由、互動遊戲)
3. 借說、唱、演故事延伸安全、保健...等議題
4. 結合在地產業

## 需要的資源

1. 播放設備
  2. 網路資源專業分享
- 
1. 環保再利用
  2. 學員準備
  3. 講師DIY指導
- 
1. 影片
  2. 圖書館、網路專業分享
- 
1. 設區、合作社
  2. 工部所(農會)

## 短期可以達到的目標

1. 引起共鳴、期帶上課
2. 產生創新教案
3. 學員主動回饋、分享
4. 動靜皆宜

## 未來目標

1. 促進高齡者活躍老化
2. 學員人數增加
3. 拓點
4. 肯定與獎勵(教案)

### 解決方法

1. 尋找在地達人
2. 培養志工講師
3. 結合關懷據點
4. 從學員挖掘人才

### 需要的資源

1. 公部門資源 (衛生所、警局、學校、工所)
2. 志工介紹或推薦
3. 尋找據點講師支援
4. 小組教學增加經驗

### 短期可以達到的目標

1. 短期:課程順利執行
2. 長期:達成講師在地化

### 未來目標

樂齡課程永續經營

## 解決方法

1. 自備器材
2. 授課前準備
3. 群組求助
4. 授課備案
5. 不可抗拒因素
6. 建議設區購置

## 需要的資源

單鎗、麥克風、音箱、電腦、布幕、投影筆

客製化課程(口語化教授、小組教授、兩兩互相協助與競賽)

SOS設備支援

現場尋找替代用品、借用在地資源、輔助教具、圖片

音響故障→替代  
停電→輔助教具、圖片  
下雨→室內

如上

## 短期可以達到的目標

講師借用或自備

## 未來目標

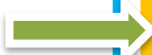
購置或申請

## 解決方法

## 需要的資源

## 短期可以達到的目標

1. 了解需求、鼓勵應用
2. 訂出吸引人的主題
3. 加強與學員的互動
4. 提升課程的豐富性



1. 收集資料(連結生活)
2. 集思廣益(參考其他資源)、網路其它中心、各部門創新的標題
3. 搏感情(關懷、親和力)
4. 影片動手做、遊戲討論(三明治教學法)、獎勵辦法、暖身

- 增加講師與學員之間的溫度
- 增加課程內容的活潑性與實用性
- 增加學員的好評

## 未來目標

- 提升參與率
- 學以致用
- 養成良好習慣



## 解決方法

1. 課程設計活潑生動 (先調查學員需求)，提升實用性，更生活化
2. 搭配遊戲，提升互動
3. 回覆示教，成果發表
4. 提升學員成就感
5. 教師專業知識提升
6. 體驗式活動，由學員分享

## 需要的資源

1. PPT製作、網路資訊
2. 製作道具
3. 社區民眾的參與、媒體宣傳、成果專輯
4. 獎勵品
5. 培訓課程、研習
6. 現身說法

## 短期可以達到的目標

- 提升出席率
- 鼓勵攜伴參加
- 提升生活品質

## 未來目標

- 增加樂齡專業教師
- 結合社區文化、社區營造
- 認同並主動參與樂齡課程
- 延緩失智失能

# 海報格式

問題

解決方法

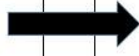
需要的資源

1.



1.

2.



2.

3.



3.

4.



4.

短期可以達到的目標

未來目標



# Thanks!