

國立花蓮特殊教育學校辦理 104 學年度下學期「身心障礙照護者紓壓課程」
實施計畫

一、 依據：104 學年度高中職適性學習社區教育資源均質化實施方案計畫。

二、目的：

- (一)辦理身心障礙學生照護者紓壓相關課程以提供照護者喘息、釋放壓力的機會。
- (二)透過花藝與綠植物種植設計，陪伴照護者在花藝創造與植物栽種過程中學習適時適度釋放壓力、自我照顧。
- (三)透過觀賞電影與敘說照顧身心障礙者生命故事的過程與分享，建構一個溫馨包容的支持系統。
- (四)學習與大自然接觸，觀察自然界中萬物變化與人產生的關係，進而達到人、境、心合一、放下放鬆的境界。
- (五)透過節慶食材創作以營造溫馨的支持、放鬆氛圍，讓照護者能有更多能量的釋放與自我照顧。

三、辦理單位：

(一)主辦單位：國立花蓮特殊教育學校

(二)承辦處室：實輔處

四、辦理對象：縣內公私立高中職學校家長、縣內國中學生家長、美崙啟能中心、黎明教養院、畢士大教養院、自閉症協會相關照護者。

五、活動內容：

場次	時間	活動名稱	講 師	備註
1	105/03/17 (四) 9:00-12:00	電影欣賞與生命敘說工作坊	劉雄蘭社工師 (內聘)	
2	105/03/25 (五) 9:00-12:00	生命花語~花藝與紓壓(1)	朱春香老師 (內聘)	自備小畫冊及畫筆
3	105/04/08 (五) 9:00-12:00	生命花語~花藝與紓壓(2)	朱春香老師 (內聘)	自備小畫冊及畫筆
4	105/04/19 (二) 9:00-15:00	自然與紓壓之旅~池南教育中心	林大成老師	需提供個人資料以利辦理保險
5	105/05/06 (五) 9:00-12:00	花卉設計~母親節的愛	林惠美老師 (外聘)	
6	105/05/20 (五) 9:00-12:00	綠手指的藝術~園藝治療工作坊	鄧明光技士 (內聘)	
7	105/06/01 (三) 9:00-12:00	食物的療癒性~從灶腳到朋友	劉雄蘭社工師	自備餐具

六、上課地點：本校餐飲服務教室、農園藝教室

七、每次活動以 30 人為限，依報名先後順序錄取。

八、本計畫陳 校長核定後實施，修正時亦同。

九、本計畫所需經費由 104 學年度高中職適性社區教育資源均質化實施方案補助經費項下支應。

國立花蓮特殊教育學校辦理

104 學年度第 2 學期「高中職適性學習社區教育資源均質化實施方案」

『身心障礙照護者紓壓工作坊』 報名表（本張請自己保留）

我要報名：

報名截止日 3/14

- A. ☐ 電影欣賞與生命敘說書寫工作坊 105 年 3 月 17 日（09：00~12：00 週四）
上課地點：餐飲服務教室
- B. ☐ 生命花語~花藝與紓壓（1） 105 年 3 月 25 日（09：00~12：00 13：00~16：00 週五）
上課地點：餐飲服務教室
- C. ☐ 生命花語~花藝與紓壓（2） 105 年 4 月 8 日（09：00~12：00 週五）
上課地點：餐飲服務教室
- D. ☐ 自然與紓壓之旅~池南教育中心 105 年 4 月 19 日（09：00~15：00 週二）
上課地點：池南教育中心
- E. ☐ 花卉設計~母親節的愛 105 年 5 月 6 日（09：00~12：00 週五）
上課地點：餐飲服務教室
- F. ☐ 綠手指的藝術~園藝治療工作坊 105 年 5 月 20 日（09：00~12：00 週五）
上課地點：農園藝教室
- G. ☐ 食物的療癒性~從灶腳到朋友 105 年 6 月 8 日（09：00~12：00 週三）
上課地點：烹飪教室

請將報名表傳真至 03-8540132

備註：

1. 有任何報名相關疑問請洽劉雄蘭社工師 03-8544225#505 或實輔處#501-504，謝謝您的協助。若報名後無法參加 請於課程前 3 日知會辦理單位。

104 學年度第 2 學期「高中職適性學習社區教育資源均質化實施方案」
『身心障礙照護者紓壓工作坊』 報名表

■ 國立花蓮特殊教育學校

本校家長姓名：_____學生姓名：_____班級：_____電話：_____

用餐：☐葷 ☐素

■ 其他學校或照護單位

1. 照護者姓名：_____關係：_____電話：_____就讀學校：_____

參加場次 ☐A ☐B ☐C ☐D ☐E ☐F ☐G 用餐：☐葷 ☐素

2. 照護者姓名：_____關係：_____電話：_____就讀學校：_____

參加場次 ☐A ☐B ☐C ☐D ☐E ☐F ☐G 用餐：☐葷 ☐素

請將報名表傳真至 03-8540132

備註：

1. 有任何報名相關疑問請洽劉雄蘭社工師 03-8544225#505 或實輔處#501-504，謝謝您的協助。若報名後無法參加 請於課程前 3 日知會辦理單位。
2. 自然與紓壓之旅~池南教育中心 105 年 4 月 19 日（09：00~15：00 週二）因為需要辦理保險，請務必提供：

姓 名	身 分 證 字 號	出 生 年 月 日	緊 急 連 絡 人 電 話