

新聞稿

發稿日期：107.08.15

發稿單位：中華民國家庭照顧者關懷總會

全國首創結合日照中心的「復華照顧咖啡館」

不一樣的家庭照顧者社區支持模型：長照教練、十分鐘照顧圈、復能咖啡課

(台北訊) 全國約有七十六萬失能、失智、身心障礙家庭，過去大家關注被照顧者需要，近年來才逐漸關注到身心健康、工作、婚姻、經濟都承擔極大壓力與風險的「家庭照顧者」。而且政府斥資布建長照 2.0 資源，但民眾對「長照四包錢」補助新制霧煞煞，目前僅兩成有使用。

為減輕民眾照顧壓力，引導家庭做好照顧安排，家庭照顧者關懷總會(家總)與臺北市政府社會局委託健順養護中心承辦的「臺北市復華長青多元服務中心」合作，開辦全國首創結合日照中心的照顧咖啡館，今(15)日由家總秘書長陳景寧邀集共同打造的跨領域夥伴，包括健順養護中心李梅英主任、中國文化大學社會福利系教授暨家總常務理事陳正芬、合作金庫人壽股份有限公司資深經理郭韋辰、極簡咖啡負責人吳欣儒、老爸咖啡業務代表李仲興、中華民國職能治療師公會全國聯合會理事柯宏勳、定川空間設計負責人李昌諭、開南商工校長邢文斐及多位長照助教志工齊聚一堂，分享參與心情，並說明「長照教練」、「十分鐘照顧圈」、「復能咖啡課」等推動計畫。

長照教練課程及導引，教照顧者聰明善用「長照四包錢」

根據家總調查，一段照顧歷程平均 9.9 年，從被照顧者輕、中度依賴程度，逐漸進入到重度、完全臥床階段，不斷在「混亂期」、「適應期」、「穩定期」進入「下一次病情變化期」間循環，家總秘書長陳景寧提醒民眾必須制定中長期作戰計畫。長照支付新制自 107 年起提供「長照四包錢」，包括「照顧及專業服務」、「交通接送服務」、「輔具服務及居家無障礙環境改善服務」、「喘息服務」等四大項給付服務。例如依失能等級每月有一萬元至三萬六千元的「照顧及專業服務」補助額度，以一般戶 16% 自負額計算，每月只要自付一千六百元至六千元間就可以使用居家服務、日間照顧中心、家庭托顧等，「喘息服務」也增加了日間照顧中心喘息、夜間喘息等，但民眾普遍不瞭解。

陳景寧說，長照支付新制是「點餐式服務」設計，鼓勵民眾根據自家需求混搭逾 142 項服務組合，大幅改變過去民眾使用經驗，確實需有專業人員協助引導才能更快上手。因此復華照顧咖啡館特別規劃長照教練 60 分鐘課程、預約諮詢服務等，幫助民眾瞭解照顧歷程、花費，學習「長照 1234」一工具(長照資源地圖)、兩電話(1966 長照專線、0800-507272 家庭照顧者關懷專線)、三步驟(盤點資源/盤點資產/家庭會議)、並利用家總開發的「長照四包錢」試算程式，協助家庭做好專屬的「聰明照顧月計畫表」、「每月收支紀錄表」、「家庭照顧協議」等。

健順養護中心打造智能日照 期待照顧咖啡館帶來更多溫暖與支持

承辦臺北市復華長青多元服務中心的健順養護中心李梅英主任回想，「家總與健順是一拍即合」，當時健順正在思考一樓空間如何在中午供餐時段外擴大服務能量，當家總主動提議爭取打造照顧咖啡館，他們立即決定更改設計圖，全力支持設置。因為家庭照顧者才是一家照顧計畫的靈魂，給予足夠支持，家庭的照顧路才能走得長久。

在地供需媒合「十分鐘照顧圈」、自己人照顧自己人

復華照顧咖啡館的工作人員都配戴「長照請問我」胸章，家總除希望打造巷弄長照情報站，也希望成為社區居民討論與發展在地長照服務的基地，推動供需調查與媒合，「自己人照顧自己人」。推動「十分鐘照顧圈」計畫的陳正芬教授說，解決長照人力困境的可能性之一，是增加鄰里互助功能，縮短服務供需的交通距離，補強政府長照服務較難達成的及時性與在地化。陳正芬說，「十分鐘照顧圈」是新型態的

新聞稿

發稿日期：107.08.15

發稿單位：中華民國家庭照顧者關懷總會

長照社區營造工作，但需要有更多時間讓居民討論、凝聚共識，希望未來在「復華照顧咖啡館」能創造一個鼓勵討論的場域。

合庫人壽贊助照顧咖啡館走進社區，靠近「走不出來的家庭照顧者」

「照顧者走不出來，我們就走到靠近他們的地方」。從 2013 年開始，合庫人壽與家總合作，推動深入社區的「照顧咖啡館」，目前全國有八家試辦店，提供免費喘息咖啡、中途職場計畫等。曾接受三個月中途職場計畫培訓的畢業照顧者阿寰，今天也在活動現場擔任服務人員，展現重返職場的活力與自信。

極簡咖啡館協助營運、老爸咖啡公司支援設備 打造「一般民眾也會被吸引的咖啡館」

極簡咖啡負責人吳欣儒帶領團隊，支援營運、共同開發教材，她說：「本身為家庭照顧者，三十年深處在長照家庭中，深知照顧者的辛苦與需要，開心投入這個計畫，陪伴許多長照家庭，也讓自己有所成長。」

老爸咖啡業務代表李仲興表示：「曾在日本參訪，看到社區中的咖啡館，逐漸轉型成為社區高齡長者的集會聚所。感覺台灣會走向這個趨勢，故願意贊助咖啡機設備，支持新創。」

「復能咖啡課」助長照家庭喘息復能

照顧咖啡館的環境設施及服務，能否也成為被照顧者復能、照顧者喘息的新可能？中華民國職能治療師公會全國聯合會理事柯宏勳、極簡咖啡負責人吳欣儒正合作設計「復能咖啡課」，思考透過烹煮咖啡、點餐送餐、烘焙等動作，發展新型態的復能、社區適應課程。

年輕設計師的巧思「溫馨、放鬆，又有教育性的空間」

老物新建，透過二位年輕設計師的巧思，傳遞對家庭照顧者支持服務空間，「溫馨、放鬆」是最基本的設計原則，而最吸睛的就是一大片「長照教練」牆面。定川空間設計負責人李昌諭分享，這的牆面讓人一目了然家總長照教練的工作，也可讓照顧者很快了解自己可能會碰到的問題，帶著知識回家。

「開南商工學子投入長照」

九月份後，會有更多年輕學子加入「復華照顧咖啡館」行列。開南商工校長邢文斐說，開南商工老照科首年招生的十位學生，未來每周將規劃半天的課程，參與復華長青多元服務中心的智能日照、照顧咖啡館實習，提升學生接觸高齡者及照顧者的知能，相信年輕人的活力，也會為服務帶來不一樣的面貌。

自九月份起，每周二、三、四將開辦長照戰備課，由長照教練教導民眾認識長照服務，做好照顧安排，每周五安排喘息活動，有興趣的民眾可逕洽家庭照顧者關懷專線 0800-507272 報名。