

老五好厝邊

OLD FIVE OLD FOUNDATION

66
2018/06+08

- 祖孫同趣、桌遊樂融融
- 到草悟廣場、桌弄一夏
- 轉角遇到愛~咱是您的好厝邊
- 巷弄長照站-和美C+據點
- 熱齡人力志工招募
- 哈老食堂開幕囉! 蔬菜自己種, 天天吃到真食物!
- OLD YES 照顧咖啡館, 迎向 OLD YES 新世代!
- 義賣商品
- 七夕 LOVE 一起, 愛老一起購
- 祖孫總舖師, 一起做菜好幸福
- 小小照顧員、服務向宇森根
- 老五老騎縣市服務, 讓長輩回家不難
- 來自各地的祝福、團體課程
- 樂齡好聲音 決戰在北投
- 助老紅勢力, 年會大聚餐
- 大事記

財團法人老五老基金會
OLD FIVE OLD FOUNDATION
發行單位: 財團法人老五老基金會
發行人: 蔡正介
電話: 04-22463927
傳真: 04-22463947
E-mail: ofo@ofo.org.tw
地址: 台中市北屯區松山街 79 號

郵政劃撥: 1910-1767、戶名: 財團法人老五老基金會
蔡正介
銀行代號: 103、帳號: 0435-10-300350-9
ATM 轉帳
電話: 04-22463927
傳真: 04-22463947
E-mail: ofo@ofo.org.tw
地址: 台中市北屯區松山街 79 號

捐款及捐物徵信請詳見老五老官網 <http://www.ofo.org.tw>

熟齡人力

志工招募計畫

OLD YES

熟齡生活新選擇:
學習沖泡咖啡, 交個朋友, 聊聊生活心得。
學習店務運作, 與人互動, 聽聽生活故事。
學習植物栽種, 細心栽種, 用愛耕耘作物。
學習桌遊帶領, 動手動腦, 頭腦靈活不老。

報名方式
來電報名: 04-22463927#58 黃店長
親自洽詢: 各處工作地點

招募條件
年滿55歲 / 熱愛學習 / 喜歡與人群接觸 / 想貢獻己力豐富生活

工作內容
餐飲製作 / 店務服務 / 桌遊帶領 / 植物栽種維護 / 協助照顧諮詢

工作地點
★ OLD YES 照顧咖啡館 台中市北屯區松山街79號 04-22463927
★ OLD YES 北屯照顧生活坊 台中市北屯區天津路四段27號 04-22370006
★ OLD YES 哈老食堂 台中市石岡區豐勢路503-1號 04-25822133
★ OLD YES 哈老農場 台中市石岡區豐勢路503-1號 04-25822133

我們找一群熟齡伙伴, 和老五老共創OLD YES熟齡新世代
貢獻熟齡美好、展現熟齡生命力、創造熟齡價值。



祖孫同趣，桌遊樂融融

文 / 總會 企劃助理 林聖梅

現代家庭型態趨向核心化、多由父母與子女兩代所形成，進而與祖父母關係疏離。然而，祖父母所擁有的是豐沛的智慧和經驗傳承，是穩定不同世代關係的重要元素。藉此，今年祖孫同趣推動一系列的桌遊，在老五老學堂、社區據點等，透過祖、孫之間共同玩桌遊，不但可以一同學習，同時也達到家庭教育的功能，提昇年輕族群「親老」的觀念，營造高齡友善的社會環境。在豐原中心的社區觀察發現，起初鼓勵長輩們一起來據點玩桌遊時，大多數都會很沒有信心，怕不會玩、怕被笑，後來嘗試過、逐漸熟悉後，每次有桌遊活動的時候他們都一定會準時來報到；而逢暑假期間，也都相約一起帶孫子來共樂桌遊。

孫子則提及，暑假在家很無聊，跟著阿公、阿嬤一起來據點玩很有趣，若遊戲間不會時阿嬤還會變成小老師教導。長輩們反應，桌遊活動使得自己的思緒更清晰，也能結交許多新朋友；老五老北屯服務中心的李嘉瑜社工則說，透過桌遊，可以改善長輩注意力不集中的狀況，並增進手眼協調、認知功能。

因此，桌遊並非專屬於年輕人，透過祖孫同趣推動一系列的桌遊，發現長輩們玩桌遊的耐性並不亞於年輕人；同時，在活動過程中，也破除大眾普遍認為長者個性孤僻的刻板印象；玩桌遊的人大多在認知功能上都能維持在很好的狀態上，也較不會產生憂鬱的情緒。「祖孫同趣」希望透過不同的活動，增進祖孫的情感、提高代間互動，進而緩解祖孫之間的隔閡，達到世代共融。



到草悟廣場，桌弄一夏

文 / 總會 企劃助理 林彥穎

八月十九日在台中草悟道B1廣場舉行「祖孫同趣，桌弄一夏」的活動，現場有熟齡志工擔任桌長和現場民眾同樂。諾亞方舟桌遊店提供Doremi、伐木工、怪獸KAIJU、水果搶搶手、醜娃娃、水瓶座、企鵝敲冰磚、閃靈快手等大小朋友都適合的幾款桌遊，小朋友與長輩都玩得不亦樂乎，現場氣氛熱鬧喧騰。也有路過的民眾駐足後覺得十分有趣，主動坐下來與我們志工長輩們一同在遊戲中比賽；更甚有的長輩，在瞭解遊戲的規則後，隨即購入一套，要帶回家與其他家人分享、一同樂桌遊！

現場同時進行「五老五寶」大富翁挑戰賽，完成各項指定任務即可獲得現場抽獎的機會，在遊戲的過程中，使得參與者可以更認識到老五老的理念：老身（健康的身體）、老本（發揮自己的才能）、老居（友善的社會環境）、老伴（用擁抱關懷）、老友（認識新朋友）。

在這個科技發達的時代，人手一支手機已經不足為奇，就連長輩們也十分熱衷於3C產品。藉著這次「祖孫同趣，桌弄一夏」活動，讓我們一同放下電子產品，面對面地與身旁的人一起動手玩遊戲，每個參與的高齡志工、實習生、路過的民眾紛紛表示：以往都認為桌遊是年輕人在玩的，不知道其實高齡者也可一起參與，而且還很厲害呢！透過桌遊促進不同世代的人交流，這就是「一起玩到老」的幸福魔法吧？



轉角遇到愛~咱是您的好厝邊

巷弄長照站-和美C+據點

文 / 和美服務中心 社工師 王韋筑

財團法人老五老基金會於107年7月份成立的巷弄長照站-和美C+據點，為彰化縣首創照顧咖啡館結合巷弄長照站，提供民眾喘息服務（臨托服務）、營養餐飲服務（共餐）、健康促進、預防及延緩失能活動課程及長照諮詢服務，滿足長照需求者及照顧者多元的需求。

「阿公阿嬤~來這邊吃飯便宜又好吃，也可以吹冷氣與別人拍檯囉~」我們沿途發據點海報，跟長輩說明據點服務與博感情，有位長輩說：「可以去唱歌嗎？」「可以啊~我們有卡拉OK，據點也有活動可以參加囉~」另一位長輩說：「可以帶孫子一起嗎？」「可以啊~歡迎一起來趣淘！」

此外，我們有美熟熱情的銀髮志工們協助據點運作，共餐服務時展現大廚的廚藝，有快速備菜、備料的方式，銀髮志工們有著豐富的人生智慧和經驗，常常讓據點充滿歡笑祥和的氛圍，溫柔又堅韌的力量，默默貢獻、造福人群。

我們期望打造一個社區中的解憂咖啡館，替長輩們遮風避雨、陪他們喝茶聊天、健康促進，教他們桌上遊戲、學習新知，使長輩們願意走出家門，與他人互動連結，在花甲之年後能有一個新的展望，拓展新的人際關係，大家一起越老活越好！

每週一、三、五中午提供共餐服務（採預約制），而週一至週五也有提供健康促進、喘息服務（臨短托）及長照照顧資訊及諮詢服務，歡迎民眾多加利用！據點亦有販賣黑咖啡、拿鐵咖啡，歡迎各位相揪喝咖啡~

活動好康：
即日起至店內打卡分享，即可兌換一杯美式咖啡（限內用）
憑5張有效發票就可兌換臉卸按摩棒1支！數量有限兌完為止！
老五老和美服務中心（和美巷弄長照站）
地址：彰化縣和美鎮德美路596號
電話：04-7559320#10

和美C+ FB

哈老食堂開幕囉！蔬菜自己種，天天吃到真食物！

文 / 石岡服務中心 社工師 張晴瑋

石岡第一間照顧生活館「哈老食堂」於9月7日熱鬧開幕囉!!! 由健康站長輩帶來精彩熱舞外，現場也展售「哈老農場」生產的地瓜菜、空心菜等新鮮蔬菜，現場民眾相當熱情，很快搶購一空。

在哈老農場中由熟齡志工所栽種的蔬菜，除了作為山城區獨居老人送餐食材，也提供「哈老食堂」使用，讓到食堂用餐的長輩也能享用安全、無毒的蔬菜，吃得安心，也多了一份濃濃的人情味！趙洪奶奶今年65歲，加入老五老石岡志工隊已逾六年，哈老農場成立後，從育苗、澆水、採收、理菜都一手包辦，每天一大早就到農場，像蜜蜂似的忙著澆水、拔草、整理環境等等，中午時刻，看著長輩陸續到食堂用餐，一臉滿足，更覺得這是一件很有意義的事！

「哈老食堂」，提供社區民眾餐飲與空間，並結合長照A據點個案管理服務，提供一站式提供一般民眾及照顧者長照福利諮詢、居家服務、日間照顧、餐飲服務、個案管理、交通接送、家庭照顧者支持服務、喘息休憩……等服務，一案到底、讓山城區的鄉親對於長照服務可以「找得到、用的到、看的到」，建構更完整的長照服務網絡~

歡迎加入我們熟齡志工的行列，到哈老農場來種菜；到哈老食堂和共餐長輩互動，讓我們一起創造 OLD YES 熟齡新世代。



OLD YES 照顧咖啡館，迎向 OLD YES 新世代！

文 / 總會 企劃專員 賴珪好

OLD YES 照顧咖啡館是老五老基金會為推動熟齡人力再運用，所提供的一個場域，在這個場域中，我們透過職務再設計，提供符合熟齡長輩身心所需的服務機會，讓他們能再現活力，達到「OLD YES」的品牌理念：老是的，老是的！

同時藉由 OLD YES 照顧咖啡館的成立，提供社區居民照顧諮詢的服務，以及訴求健康的輕食、飲品，希望讓所在社區的居民能得到好的照顧，「照顧、健康、活力」可說是 OLD YES 品牌最重要的三大元素，讓這些熟齡長輩不僅僅只是活出自我的生命力，更是要能打造出一個活出未來性，利他共好的 OLD YES 新世代！

我們期待未來透過咖啡館的營運能達到：讓熟齡長輩持續學習新知，豐富其生活、有照顧需求的家庭，得以方便、迅速、精準獲得想要的照顧資訊，讓 OLD YES 的價值能持續在社會中被傳遞。

OLD YES 咖啡館資訊小檔案
營業項目：輕食、飲品、講座、照顧諮詢
營業地點：台中市北屯區松山街 79 號
營業時間：10/23 起，每周二~日 9:00 至 17:30
諮詢電話：04-22463927#58 黃店長



擁抱爺奶系列

福氣爺爺安康奶奶 × 三次元的黑山老妖

財團法人老五老基金會 一起響應做公益

環保杯袋 義賣價 \$220

帆布提袋 義賣價 \$250

擁抱明信片 (一套6款) 義賣價 \$180

訂購資訊

