

澳門鏡湖護理學院
居家護老者培訓課程及工作坊
2019 年

課程目的:

透過課程學習，協助護老者認識老化的身心變化和影響，掌握老年人相關健康問題及其應對技巧，並學習應對壓力的方法，以提升照顧質量。

一. 招生對象:

- 為居家護老者;
- 照顧長者的人士;
- 澳門居民或有合法居留的人士;
- 現正接受長者日間護理中心服務、家居照顧及支援服務的長者之家屬優先。

二. 課程時數:

居家護老者培訓(24 學時 / 班) 上課日期 / 時間

課程有三班(分別有一班下午班及兩班晚上班，如果學員下午班未能出席，可於晚上補回。

第一班及第二班上課日期及時間(下午班及晚上班，逢星期三、五):

日期: 2019 年 1 月 2 日、1 月 4 日、1 月 9 日、1 月 11 日、1 月 16 日、1 月 18 日、1 月 23 日、
1 月 25 日

下午班上課時間: 14:00-17:00

晚上班上課時間: 18:30-21:30;

第三班上課日期及時間(晚上班，逢星期二、五):

日期: 2019 年 3 月 5 日、3 月 8 日、3 月 12 日、3 月 15 日、3 月 19 日、3 月 22 日、3 月 26 日、
3 月 29 日

晚上班上課時間: 18:30-21:30;

工作坊日期/時間(周三)

日期: 3 月 6 日、3 月 13 日、3 月 20 日、3 月 27 日

時間: 18:30-21:30

三. 開班名額

上課: 每班 25 人，滿 15 人才開班。

工作坊: 每班 20 人，滿 15 人才開班，學員可以選其中的內容參與。

四. 上課地點

澳門鏡湖護理學院

五. 授課語言

廣東話/普通話

六. 報名地點

澳門鏡湖護理學院

七. 遞交資料

1. 填寫報名表(可在本學院網站 www.kwnc.edu.mo 下載或親臨本學院填寫)；
2. 個人身份證副本(正面及背面必須印在同一版 A4 紙上，同時必須出示正本核對)；
3. 相片 1 張；
4. 保證金澳門幣 500 元。

八. 查詢電話

82956253(梁小姐)

出席證明資格

學員完成課程後，經課程委員評議及出席率符合要求，可獲發[居家護老者培訓課程]出席證明；工作坊可以獨立選讀，不另作收費及發出席證明。

* 課程設有參觀澳門長者服務機構，具體日期待定。

費用:由社工局資助，報名時必須繳交保證金 500 元，待課程完成後及出席率達 80%或以上，以憑收條可獲全數退回(保證金只適用於課程，工作坊無須繳交保證金)。

歡迎有興趣的人士同時報讀課程及工作坊

居家護老者培訓課程

2019 年

課程內容

上課時間：下午班(上課時間：14:00-17:00)及晚上班(上課時間：18:30-21:30)

上課課室：澳門鏡湖護理學院四樓 401 室

日期		主題	課程大綱	時數	導師
下午班及晚上班	晚上班				
1 月 2 日 (三)	3 月 5 日 (二)	認識老化的生理和心理變化	<ul style="list-style-type: none"> - 老化相關的生理、心理變化特點 - 老年人抑鬱症狀表現及行為、情緒的影響 - 急性疾病與慢性疾病的分別 - 護老者的職責及護老者壓力之應對措施 - 護老者自我健康維護 	3	護士
1 月 4 日 (五)	3 月 8 日 (五)	老化對行為、情緒的影響	<ul style="list-style-type: none"> - 與長者有效的溝通技巧 - 生命體徵監測 	3	護士
1 月 9 日 (三)	3 月 12 日 (二)	認識照顧需要(一)	<ul style="list-style-type: none"> - 家居安全、預防跌倒、扶抱技巧 	3	物理治療師
1 月 11 日 (五)	3 月 15 日 (五)	認識照顧需要(二)	<ul style="list-style-type: none"> - 長者照顧技巧： 個人衛生維護、如廁訓練、失禁及換尿片、起居飲食、皮膚照顧、認識感染控制 	3	護士
1 月 16 日 (三)	3 月 19 日 (二)	認識照顧需要(三)	<ul style="list-style-type: none"> - 體弱長者的簡易運動、輔具應用等 	3	物理治療師
1 月 18 日 (五)	3 月 22 日 (五)	認識照顧需要(四)	<ul style="list-style-type: none"> - 老人常見症狀的處理方法：便秘、疼痛、疲勞、低血糖、心絞痛發作、哽塞等 	3	護士
1 月 23 日 (三)	3 月 26 日 (二)	護老者資源	<ul style="list-style-type: none"> - 澳門長者服務資源 	3	社工
1 月 25 日 (五)	3 月 29 日 (五)	認識照顧需要(五) 及課程總結	<ul style="list-style-type: none"> - 老人用藥問題 - 預前醫療指示 - 護老者分享及課程重點回顧 	3	護士
待定		參觀	參觀長者服務機構		
				合計	24 / 班

**名額：每班 25 人，滿 15 人才開班。

居家護老者培訓課程

2019 年

工作坊內容

針對長者慢性病的特點，以及讓照顧者按各自的照顧需要而選擇不同的進行深入探討，以工作坊的形式，根據照顧者的需要進行互動討論，以達致深化學習內容，滿足不同照顧者的需要。

上課課室：澳門鏡湖護理學院四樓 401 室

日期	時間	主題	課程大綱	時數	導師
3 月 6 日(三)	18:30-21:30	工作坊 I	心臟病患者照顧	3	護士
3 月 13 日(三)	18:30-21:30	工作坊 II	高血壓、中風患者照顧	3	護士
3 月 20 日(三)	18:30-21:30	工作坊 III	失智症患者照顧	3	護士
3 月 27 日(三)	18:30-21:30	工作坊 IV	糖尿病患者照顧	3	護士
合計				12	

**名額：每班 20 人，滿 15 人才開班，學員可以選其中的內容參與。