中山醫學大學附設醫院

瑞智運動增肌活腦實證應用方案

指導員培訓課程簡章

一、 **指導單位：衛生福利部**

主辦單位：中山醫學大學附設醫院、中山醫學大學附設醫院復健治療科物理治療室

二、 **課程簡介：**

本院配合執行衛生福利部 106 年度「預防及延緩失能照護計畫」，藉由實證醫學導入的社區多元運動介入方式，在社區建立**認知促進延緩失智**之創新服務，建置具連續執行性之社區照護方案模組。以培育在地人才與永續經營模式，包括人員訓練、場地規劃、緊急事件標準流程等目標，讓此方案模組未來能夠讓各長照及社區據點參考學習。本課程著重實務操作與理論的結合，培訓之專業師資指導下帶領社區衰弱/輕度失智老人進行為期 12 周的運動介入，並規劃老人體適能檢測課程，完成培訓課程及實地實習後(由主辦方公告實習場次)，可推薦至衛生福利部預防及延緩失能計畫指導員師資名單。有助培育人材結合社區在地資源及產官學合作共同推展當地社區課程，透過活潑有趣且具實證應用之照護方案，提早介入預防失能及失智並延緩惡化，讓長者願意走入社區與人群互動，活躍老年生活達到成功老化的目標。期望能有更多有志投入社區及長照的師資、指導員與協助員一同參與來促進長輩肢體協調運動、生活功能重建、社會參與及認知促進，為延緩失能及失智努力，以提升生活品質為目標。

三、 **課程日期：**指導員課程共 32 小時。

1. 12/17(星期日)：指導員初階培訓課程
2. 1/13(星期六)：指導員操作課程
3. 1/14(星期日)：指導員進階培訓課程
4. 1/28(星期日)：指導員實習考核

四、**課程表：**

指導員初階培訓課程			
日期：106 年 12 月 17 日 08:00~17:40			
地點：中山醫學大學正心樓 0322 教室			
時間	課程內容	講師	座長
08:00~08:20	報到		
08:20~10:20	團體運動設計及帶領技巧	林培雄	李郡鳳
10:20~10:30	休息		
10:30~12:30	模組簡介及示範-暖身及居家活動篇	簡筱姍/施雅惠	
12:30~13:30	午餐		
13:30~15:30	表單紀錄與體適能檢測簡介	林政毅/賴郁芬	
15:30~15:40	休息		
15:40~17:40	評估操作及分組練習	林政毅/賴郁芬 施雅惠/宋宜倩 簡筱姍/陳巧倫	

指導員操作培訓課程		
日期：107 年 01 月 13 日 08:00~17:40		
地點：中山醫學大學汝川大樓 17 樓教室		
時間	課程內容	講師
08:00~08:20	報到	
08:20~10:20	模組簡介及示範-主活動篇	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬
10:20~10:30	休息	
10:30~12:30	認識失智症	詹弘廷/陳進典
12:30~13:30	午餐	
13:30~14:30	緊急事件處理流程及急救相關課程	BLS 師資
14:30~16:30	緊急事件處理流程及急救相關課程實作考核	BLS 師資
16:30~16:40	休息	
16:40~17:40	跌倒防治及注意事項	賴郁芬

指導員進階培訓課程		
日期：107 年 01 月 14 日 08:00~17:40		
地點：中山醫學大學汝川大樓 16 樓物理治療室		
時間	課程內容	講師
08:00~08:20	報到	
08:20~10:20	課程模組練習 1	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬 宋宜倩/簡筱姍
10:20~10:30	休息	
10:30~12:30	課程模組練習 2	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬 宋宜倩/簡筱姍
12:30~13:30	午餐	
13:30~15:30	課程模組練習 3	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬 宋宜倩/簡筱姍
15:30~15:40	休息	
15:40~17:40	課程模組練習 4	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬 宋宜倩/簡筱姍

指導員實習考核		
日期：107 年 01 月 28 日 08:00~17:40		
地點：中山醫學大學汝川大樓 16 樓物理治療室		
時間	課程內容	講師
08:00~08:20	報到	
08:20~10:20	課程模組考核 1	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬 宋宜倩/簡筱姍
10:20~10:30	休息	
10:30~12:30	課程模組考核 2	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬 宋宜倩/簡筱姍
12:30~13:30	午餐	
13:30~15:30	課程模組考核 3	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬 宋宜倩/簡筱姍
15:30~15:40	休息	
15:40~17:40	課程模組考核 4	陳巧倫/蘇英婷 林佩儀/賴郁芬 宋宜倩/簡筱姍

五、　講員介紹：

講員介紹(依演講順序)：

林培雄心理師

學歷：高雄醫學大學心理學系

經歷：高雄諮商輔導中心「張老師」特約心理、企訓、團隊動能訓練、催眠師

H-power 心戰力加速度中心講師

久鼎管理顧問企訓中心講師

商週企管顧問講師

亞碩國際管理顧問外聘講師

加贊企管顧問公司講師

勞工委員會職業訓練局深度就業諮詢及就業促進講師

BRAIN FIRST 高效能學習與記憶研究中心主持人

教育部高雄電台心理與教育輔導專題講師

施雅惠物理治療師

學歷：中山醫學大學物理治療學系學士

現職：中山醫學大學附設醫院物理治療師

簡筱姍物理治療師

學歷：中山醫學大學物理治療學系學士

現職：中山醫學大學附設醫院物理治療師

林政毅物理治療師

學歷：中臺科技大學健康產業管理研究所碩士

現職：中山醫學大學附設醫院中興分院復健治療科組長
中山醫學大學物理治療學系兼任講師

賴郁芬物理治療師

學歷：中山醫學大學醫學研究所碩士

現職：中山醫學大學附設醫院骨盆機能整合照護中心物理治療師

經歷：中山醫學大學附設醫院物理治療師
弘道老人福利基金會社區老人體適能暨平衡運動計畫講師
失禁防治指導員
泌尿骨盆疾病防治師

宋宜倩物理治療師

學歷：台灣大學物理治療學系學士

現職：中山醫學大學附設醫院物理治療師

陳巧倫

學歷：國立中正大學成人及繼續教育學系博士

現職：醒吾科技大學校務研究中心博士後研究員

蘇英婷

學歷：國立台中教育大學幼兒教育系研究所碩士
中山醫學大學物理治療學系學士

現職：ISB 天才寶貝兒童發展中心 主任
MOREFANS 莫兒方國際文教 教材研發部 教研長
台中市個案管理中心跨專業聯合評估 物理治療師
BTM 兒童發展評估服務中心 特聘兒童發展師
中山醫學大學附設復健醫院 物理治療師
台中市私立葳格幼兒園 兒童發展健康顧問

林佩儀物理治療師

學歷：中山醫學大學物理治療學系學士

現職：中山醫學大學附設醫院物理治療師

詹弘廷主任

學歷：台灣大學健康政策與管理研究所哲學博士

現職： 埔里基督教醫院長期照護醫學部主任
埔里基督教醫院長期照護中心主任
國立暨南大學兼任助理教授

六、 報名資格：由本院審核優先錄取順序。

本院兩個人才培訓計畫樂活運運動及瑞智運動僅可擇一報名。

指導員 30 名(可至社區特約單位執行方案之主要帶領專業人才)：願意投入社區之**醫事人員(需檢附醫事人員證書)**。

七、 課程費用及報名方式：

1. 本課程完全免費但需於第一次上課繳交保證金 2,000 元，並簽立同意書(附件一)。完訓並通過評核及實習後，將無息全額退費 (未完整參加培訓、實習或未通過考核者不予退費) ，並於衛福部審查認可後公告於衛福部人才資料庫。課程遲到超過及早退半小時以上或未出席者，當節視為曠課，將不通過檢核，為確認出席身分簽到時須出示身分證明文件。完訓並通過評核及實習後將由中山醫學大學

附設醫院核發證書。

2. 一律以下面連結線上報名：https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdEU3tXhKfJmmR5VqJ1_buK-B_lMUNAzVgVtLI4_aeLL_Klbg/viewform ，報名後請將**醫事人員證書**拍照或掃描郵寄至：longtermcare2017@gmail.com。
3. 報名期限：即日起至 106 年 12 月 10 日(日) 或額滿為止。
4. 指導員必須完成學科、術科及實習檢測達 70 分，才能發予合格證書，而急救 BLS 部分會發參訓證書(若您已經擁有，仍需要參與訓練)。
5. 保證金退款注意事項：請提供**「合作金庫商業銀行」或「國泰世華銀行」**這兩家**銀行帳戶影本**及**身分證明文件影本**。於完訓並通過評核及實習後，將無息全額退費課程結束後退還保證金。**若非上述此兩家銀行，則會扣除匯款手續費 15~30 元不等**(實際金額依各家銀行收費為主)後再退款。
6. 若有報名相關問題請郵寄至：longtermcare2017@gmail.com 或撥打電話 04-24739595*32304 。

八、 上課地點與交通：

※自行開車:GPS 座標(24.122771, 120.651540)

1. 國道一號北上、南下高速公路(南屯交流道)
   於南屯交流道下→接五權西路往台中市區方向直行→遇文心南路右轉→直行文心南路(未過平交道) →左轉建國北路→左轉進入校本部大門→進入校本部停車場。
2. 國道三號北上高速公路(接中投公路:台 63 線)
   中投公路(3.5 公里處)出口往台中、大里德芳路段下中投公路→左轉文心南路往台中市→直行文心南路(過平交道) →右轉建國北路→左轉進入校本部大門→進入校本部停車場。
3. 國道三號南下高速公路(烏日交流道)
   於烏日交流道下→接環中路八段往台中市→直行上路橋環中路七段→下路橋後靠右側接慢車道繼續直行環中路七段→直行慢車道右轉復興路一段(中山路一段)往台中市→直行復興路一段左轉文心南路→直行文心南路(過平交道) →右轉建國北路→左轉進入校本部大門→進入校本部停車場。

※搭乘高鐵:台中烏日高鐵站

1. 轉乘統聯客運 159 號公車，於中山醫學大學站下車，往建國北路(台中火車站方向)步行約 5 分鐘。
2. 至新烏日火車站轉搭台鐵通勤電車往北至大慶火車站下車，出站後左轉，請過平交道後右轉建國北路步行約 6 分鐘。
3. 搭乘計程車(告訴司機建國北路直走中山醫學大學，車程約 5~8 分鐘)。

※搭乘台鐵:台中火車站或台中大慶車站

1. 至台中火車站者，轉搭台鐵通勤電車往南至大慶車站下車，出站後左轉，請過平交道後右轉建國北路步行約 6 分鐘。
2. 至台中大慶車站者，出站後左轉，請過平交道後右轉建國北路步行約 6 分鐘。

※搭乘公車(可刷悠遊卡、台灣通上下車)

1. 搭乘統聯客運公車 53 號、73 號、159 號於中山醫學大學站下車。
2. 搭乘統聯客運公車 79 號於大慶火車站下車，往建國北路(台中火車站方向)再步行

約 6 分鐘。

3. 搭乘全航客運公車 158 號於中山醫學大學(建國北路)站下車。

九、 備註：

1. 為響應環保愛地球，請自備水杯、水壺、餐具等。
2. 主辦單位保有異動課程之權利。課程期間若遇不可抗力之因素(如颱風、地震)，得視情況停課，並由主辦單位另行安排補課時間。

附件一：保證金同意書

中山醫學大學附設醫院瑞智運動活腦增肌實證應用方案

指導員培訓課程

保證金同意書

本人已錄取為**中山醫學大學附設醫院(下稱中山附醫)申請**衛生福利部 106 年度「預防及延緩失能照護方案研發與人才培訓計畫」補助之**瑞智運動活腦增肌實證應用方案指導員培訓課程(下稱本課程)**學員，並同意繳交保證金**新台幣 2,000 元**整。

本人同意且瞭解，須經中山附醫認定，本人**全程參與本課程**(指導員課程共 24 小時)，並完成**實習**考核 8 小時，且**通過本課程及實習評核檢測達 70 分以上**後，始由中山附醫**無息退還保證金。**退還保證金日期為 107 年 3 月 31 日，需憑單據及結訓證書辦理退款。課程遲到及早退超過半小時以上者或未出席，當節視為曠課，將不通過檢核，為確認出席身分簽到時須出示身分證明文件。**未完成課程者，中山附醫得沒收此保證金**。

本人並同意，未來經衛生福利部審查認可後，得將本人通過本課程相關資訊(如：本人姓名、聯絡方式，如地址、電話、電子郵件等)，公告於衛福部人才資料庫。

注意事項：

一、一律以 https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdEU3tXhKfJmmR5VqJ1_buK-B_lMUNAzVgVtLI4_aeLL_Klbg/viewform 連結線上報名，報名後請將相關證明資料拍照或掃描郵寄至：longtermcare2017@gmail.com

二、保證金退款注意事項：請提供**「合作金庫商業銀行」或「國泰世華銀行」**這兩家銀行帳戶影本及身分證明文件影本。於完訓並通過評核及實習後，將無息全額退費課程結束後退還保證金。**若非上述此兩家銀行，則會扣除匯款手續費 15~30 元不等**(實際金額依各家銀行收費為主)後再退款。

此致

中山醫學大學附設醫院

同　意　人：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿(簽章)

身分證號碼：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

中　華　民　國　　年　　月　　日