

新泾镇“老吾老计划 家庭照护能力提升项目”报名启动！

新泾镇 60 岁以上户籍人口 3.6 万余人，是城区老龄化程度较高的社区，随着社区老龄化程度不断加深，老年人的家庭照护需求日益增多。在市、区民政局的指导支持下，新泾镇联合上海夕悦老年颐养服务中心，开展新一轮的“老吾老计划——家庭照护能力提升项目”，助力长者家庭科学照护，幸福养老。

为了给社区失能老人及其家属提供更加全面的照护服务，上海夕悦老年颐养服务中心调动组建专业服务团队，包括社工、护士、心理咨询师、康复师、营养师、护理员等，为社区失能老人及其家属提供心理、康复、护理、营养膳食及生活照料方面的服务，通过三方面的课程提升长者家庭科学照护能力：以个别化干预、一对一上门为形式的入户指导课程；以支持互助、心理慰藉为目标的健康养护及心理疏导课程；以家庭照护实操技能为特色的家庭照护课程。

01 一对一入户指导课程

项目社工根据报名名单进行项目服务对象摸查评估，对老人进行能力等级评估后建立个人档案，再综合照顾者的情况为失能老人家庭设计服务计划。根据其需求对接相应的专业人员上门提供服务，做好服务过程记录。

入户指导数量：45 户

入户指导时间：1 小时

入户指导次数：不少于 10 次

02 健康养护及心理疏导课程

为社区潜在被照护对象开展实训，提供健康养护、心理疏导方面的知识培训，加强社区老人自我照顾能力，提升健康管理意识，协助搭建自我预防体系。

课程主题

老年人心理特点及其常见的情绪问题

老年人减压互助小组

老年人肢体功能的康复

慢性病自我管理

（高血压、糖尿病、冠心病等）

老年人辅具使用

老年人营养膳食管理

老年人口腔疾病预防及管理

中医养生

中医失眠调理

课程形式：小组（共 3 个小组）

课程课时：10 次课时

课程人数：20 人/每班

03 家庭照护课程

为社区轻度失能失智老人及其照护者提供家庭照护能力提升辅导，邀请专业讲师开展老年人心理健康、情绪减压、卧床护理及辅具使用、营养膳食及慢性病管理等方面的知识培训。

课程主题

失能老人护理注意事项

健康饮食和合理运动

老年人肢体功能的康复

适合老年人使用的辅具

及正确使用方法

照护者情绪减压放松技巧

课程形式：小组（共 15 个小组）

课程课时：5 次课时

课程人数：20 人/每班

以上项目课程服务

均为免费，

欢迎在工作日（周一至周五）

上午 8:30—下午 17:00

拨打电话 021-52160019 咨询报名，

名额有限，报满即止。