

家庭照顧者 戲劇工作坊

招生中

以人生入戲 為生活家溫

家中是否有需要長期照顧的家人？
是否壓力爆表想找一個出口紓壓？

遠雄人壽聽到您的心聲
攜手果陀劇場，開辦家庭照顧者藝術輔療課程
提供替代人力喘息服務

待歇息過後，找到繼續堅持的力量

名額有限
歡迎踴躍報名參加

課程說明

1. 由果陀劇場專業老師指導
2. 透過聲音表情及呼吸練習，舒緩情緒壓力
3. 藉由肢體演繹及戲劇表演，累積正能量

資格條件

1. 可全程參與12週工作坊課程成果展演及影像記錄
2. 以居住於高雄地區之家庭照顧者為主
3. 照顧失能、失智、身心障礙家人之家庭照顧者

課程場次	高雄場	
課程期間	8/5~10/21 工作坊 每週三下午1:30-4:30	10/24 彩排暨成果展演 全日
課程地點	高雄市婦幼青少年活動中心 (高雄市鳳山區光復路二段120號2樓舞蹈教室)	
報名窗口	(07)322-3839 分機303 林薇筑社工	



只要是提供照顧給因年老、疾病、身心障礙或意外等失去自理能力的家人，就是家庭照顧者。我們總想事事完美，但壓力潛在於無形，請適時把眼光移開，回頭關心一下自己，給自己足夠的機會喘息。

主辦單位：遠雄人壽

協辦單位：果陀劇場 社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會



為家庭照顧者打造全方位支持平台