

法務部矯正署臺北監獄新聞稿

活動日期:114年10月09日

連絡 人:林光毅 秘書

連絡電話:03-3206184

高齡活力養生日-長照認知與復能運動 樂齡照護同心 你我暖心同行

為落實「法務部矯正署所屬矯正機關收容人樂齡健康照護計畫」,呼應政府高齡政策方向,本監於114年10月09日舉辦「高齡活力養生日—長照認知與復能運動」,期望藉由宣導長照知識與體適能課程,協助高齡收容人培養運動習慣及增進自我健康管理能力。

本次活動特邀專業職能治療師,向收容人介紹長期照護制度 2.0,透過淺顯易懂方式,講解如何順應老化過程中生理變化之日 常需求;課程之餘,講師更帶領台下收容人實際操作「養身健身 操」,透過伸展、呼吸調整與簡易肌力訓練,幫助長者舒緩筋骨、 增強體力,進而提升自我照護能力。

多名高齡收容人於課後受訪時,紛紛開心表示「原來長照離 我們並不遠,未來也能安心面對老化」、「動作雖簡單,但做完覺 得精神變好,身體也放鬆了」、「很感謝機關能安排這樣的活動, 感受到健康被重視與照顧…」。以此回饋顯示,課程不僅提升健康 知識,也帶來心理支持與鼓舞,感受到此活動初衷與教化意涵。

本監長期致力於提升多元處遇,期望透過引進外部資源,協助高齡收容人適應監所生活,從硬體到軟體,全面建構安心友善服刑環境,並藉由健康身心狀態促進其改悔向善,迎向嶄新人生。

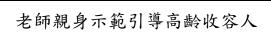




教化科長鼓勵收容人

老師分享樂齡觀點與經驗談







鼓勵收容人實際操作增添實務經驗

※請務必注意受刑人及家屬臉部馬賽克保障隱私