



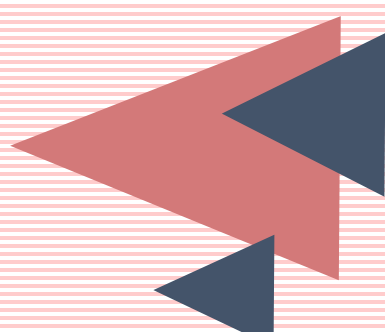
長照2.0

家庭照顧者支持服務

【 懶人包 】



高雄市政府衛生局



多數失能人口，
都須仰賴家人長期照顧...



服藥

如廁

翻身

清潔



餵食

情緒

我變得容易生氣
我常覺得很疲累

時間

我必須一直注意著他
我很少跟朋友出去

因為照顧他

家人間的關係變差

關係

身體

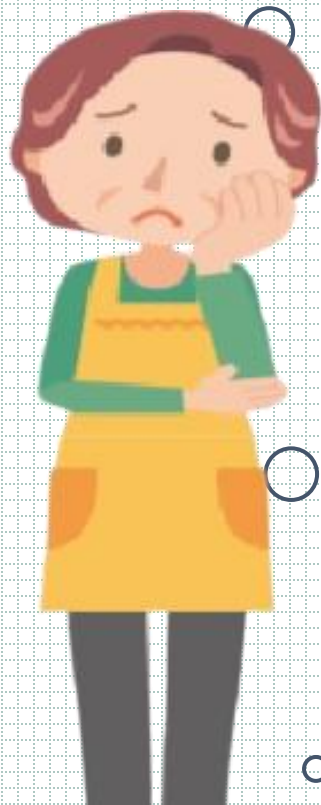
常常覺得不舒服
我經常睡不著

**正向
感受**

我覺得自己可有可無
一點都不重要

經濟

照顧他花費很多
收入收到影響



身為一個照顧者，你是否常常覺得...

如果說台灣平均照顧歷程要9.9年， 那我正處在哪個階段呢...

畢業照顧者

走出照顧悲傷
試著返回職場
重新建立關係

在職照顧者

面臨是否要離職
照顧的抉擇

資深照顧者

累積許多照顧壓力
沒有喘息的空間
身體變得虛弱

新手照顧者

缺乏照顧技巧
常常感到手忙腳亂
家庭關係開始緊張

預備照顧者

此時的你
不認識長照資源
有什麼

面對照顧壓力，我們可以選擇...



善用長照2.0

喘息服務

居家喘息

到家中提供沐浴、進食、陪伴等服務

社區喘息（服務整合、在地老化）
到社區日照、巷弄長照站接受照顧

機構喘息（暫時性的全天日常照顧）
到長照住宿式機構接受24小時短暫照顧



到宅照顧技巧指導

到家指導照顧者正確照顧技巧及諮詢

個別心理輔導諮詢服務

針對照顧壓力過重之照顧者，提供心理諮商

志工關懷陪伴、諮詢服務

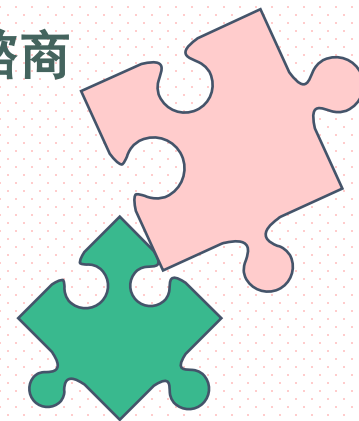
提供照顧者主動性、持續性關懷服務

照顧技巧訓練課程

增進照顧者對於疾病的知識或提升照顧技巧的課程

支持團體、紓壓活動、照顧者與被照顧者共同參與之課程或活動

照顧經驗分享與互助支持的活動



服務據點在這裡！

【南岡山分區】

社團法人高雄市樂齡照顧關懷協會
彌陀區、梓官區、橋頭區、岡山區、
燕巢區

【北岡山分區】

財團法人高雄市華仁社會福利
慈善事業基金會
田寮區、阿蓮區、路竹區、
湖內區、茄萣區、永安區

【旗山分區】

社團法人高雄市生活復健自立支援協會
旗山區、內門區、甲仙區、杉林區、那瑪夏區

【美濃分區】

高雄市私立幸福居家長照機構
美濃區、六龜區、茂林區、桃源區

【左楠分區】

喜恩居家護理所
左營區、楠梓區

【三民分區】

社團法人高雄市家庭照顧者關懷協會
三民區

【苓雅分區】

高雄市凱旋醫院
苓雅區、新興區、前金區、鹽埕區、鼓山區

【鳳一分區】

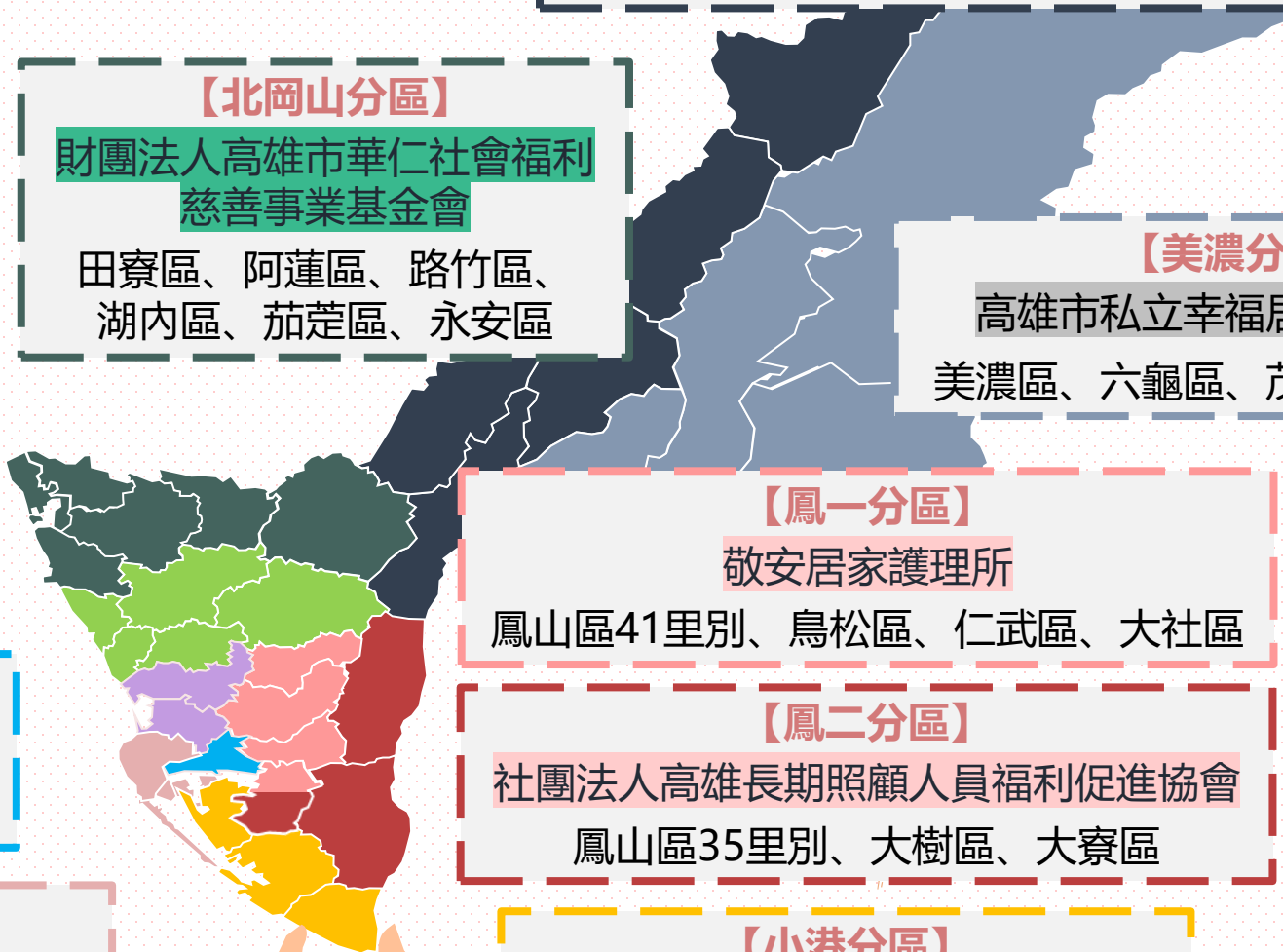
敬安居家護理所
鳳山區41里別、鳥松區、仁武區、大社區

【鳳二分區】

社團法人高雄長期照顧人員福利促進協會
鳳山區35里別、大樹區、大寮區

【小港分區】

乙佳安健康促進發展協會
前鎮區、小港區、旗津區、林園區





長照服務申請專線

1 9 6 6

照顧路上，有我陪你~