

社區高齡者預防及延緩失能物理治療實務課程(II)

課程介紹：

本課程為針對高齡者設計的物理治療延緩失能課程，課程內容融合社區實作經驗與物理治療運動設計概念，提供學員未來規劃社區物理治療相關活動能力。模組以阻力訓練為主要內容，阻力訓練經文獻實證有下列優點，包含增進肌肉量、增加肌力、減少跌倒風險與改善心肺適能。其益處正是衰弱老人、跌倒高風險族群所需。

課程授課師資皆為衛福部延緩失能模組「物理治療高齡重訓模組」之授課師資與指導員，結合物理治療人員且具高齡、骨科、腦科學及運動相關專長師資，設計為期 12 週適合高齡者重訓方案模組課程，讓更多對延緩老化有興趣之物理治療師或運動相關領域及社區活動執行者能在安全範圍下，有效教導社區高齡學員，使高齡者延緩遲緩與維持自立生活。

全程參與，通過筆試及術科考試者，發與證書並登錄於衛福部延緩失能模組-物理治療高齡重訓模組指導員/協助員。

課程內容：

D1	內容	授課講師
8:30-8:50	開始報到	
8:50-9:50	方案設計原則模組介紹	洪曼珊 物理治療師
9:50-10:00	休息	
10:00-11:00	高齡重訓模組 I	蕭辰鎬 物理治療師
11:00-11:10	休息	
11:10-12:10	前、後測施測原則與指導	胡怡婷 物理治療師
12:10-13:00	午餐	
13:00-14:30	實作演練-高齡重訓模組 I	蕭辰鎬 物理治療師
14:30-14:40	休息	
14:40-16:10	實作演練-前、後測施測	胡怡婷 物理治療師
16:10-16:20	休息	
16:20-17:30	測驗：術科實測	

D2	內容	授課講師
8:30-8:50	開始報到	
8:50-9:50	衰老/失能/失智高齡者腦部疾病	洪曼珊 物理治療師
9:50-10:00	休息	
10:00-11:00	身體運動傷害預防、場域安全	林政豪 物理治療師
11:00-11:10	休息	
11:10-12:10	高齡重訓模組 II	林政豪 物理治療師

12:10-13:00	午餐	
13:00-14:30	認知/團體活動設計	洪曼珊 物理治療師
14:30-14:40	休息	
14:40-16:10	實作演練-高齡重訓模組 II	林政豪 物理治療師
16:10-16:20	休息	
16:20-17:30	測驗：筆試與術科實測	

講師介紹：(依姓名排列)

序	授課講師	學經歷
1.	林政豪 物理治療師	<ul style="list-style-type: none"> ◆中國醫藥大學附設醫院物理治療師 ◆物理治療臨床醫事人員臨床教師 ◆衛服部預防及延緩失能照顧計畫方案「物理治療高齡重訓肌力強化方案」培訓師資 ◆中國醫藥大學物理治療系畢
2.	胡怡婷 物理治療師	<ul style="list-style-type: none"> ◆台中市居家物理治療師 ◆衛服部預防及延緩失能照顧計畫方案「物理治療高齡重訓肌力強化方案」指導員 ◆運動保健師 ◆台中市居家物理治療師 ◆Watsu 認證水中活動教師 ◆慈濟科技大學物理治療系畢
3.	洪曼珊 物理治療師	<ul style="list-style-type: none"> ◆中國醫藥大學附設醫院物理治療師 ◆衛服部預防及延緩失能照顧計畫方案「物理治療高齡重訓肌力強化方案」培訓師資 ◆美國臨床淋巴水腫治療師 ◆英國生之光特殊嬰幼兒游泳實習講師 ◆陽明大學腦科學研究所畢
4.	蕭辰鎬 物理治療師	<ul style="list-style-type: none"> ◆中國醫藥大學附設醫院物理治療師 ◆衛服部預防及延緩失能照顧計畫方案「物理治療高齡重訓肌力強化方案」指導員 ◆台中市居家物理治療師 ◆Watsu 認證水中活動教師 ◆中國醫藥大學物理治療系畢

上課日期：107 年 6 月 23 日-24 日

上課時間：8:30-17:30

上課提醒：兩天課程包含實作練習，請務必穿著輕便運動服及鞋子，攜帶隨身毛巾及水壺參加。

主辦單位：社團法人台灣健康整合服務協會

上課地點：中山醫學大學正心樓(台中市南區建國北路一段 110 號)

人數上限：30 人

報名資格：物理治療師、具社區高齡身體活動相關經驗者優先報名。

報名費用：3000 元，三人團報一人 2500 元。

報名日期：即日起至 6 月 20 日

報名方式：線上報名網址

<https://www.beclass.com/rid=213ee2a5b0311ceb36c8>

匯款帳號：(郵局代號 700) 0021654-0388621

戶名：社團法人台灣健康整合服務協會