caringkind
The Heart of Alzheimer's Caregiving
阿茲海默症關愛服務

阿茲海默症關愛服務中文刊物
2021 夏季版

地址：360 Lexington Avenue, 3rd Floor, New York, NY 10017　電話：646-744-2900　傳真：212-490-6037　網站：www.caringkindnyc.org

失智症家庭義工輔導員心聲之一 羅潘莎 Sandy Luo

我爲什麼要當失智症家庭義工輔導員

首先是爲了感恩。2007年當我發現養母老年癡呆症的症狀(失智症) 越來越嚴重時，感到非常焦慮和無奈。當時我在一個社區醫療中心從事亞裔外展服務，因工作關係認識了Fanny劉太，她是當時阿茲海默症協會紐約市分會 (現稱阿茲海默症關愛服務CaringKind) 的華人外展經理，所以我很幸運得到了這個機構很多的幫助 (如參加支持互助小組活動、免費的迷路長者安全返家手鏈以及律師咨詢等)，特別重要的是機構提供了許多有關阿茲海默症的咨詢及學習資料，給予我精神上極大的支持直到2015年我養母去世。爲了感恩，爲了幫助其他失智症患者及其家庭，我將養母遺留在她的保險箱裏的錢全部捐給了這個機構。

其次是爲了延緩罹患老年癡呆症。2017年我退休了。作爲一個曾經的失智症照顧者，我非常擔憂的一件事就是：如果自己得了失智症怎麼辦？所以我特別關注有關失智症醫學研究方面的進展，努力學習和瞭解有關延緩衰老預防失智症的知識。我知道退休了不能老呆在家裏無所事事，應該勤動腦，多學習，積極參與社會活動，有一分熱發一分光。所以我選擇在CaringKind阿茲海默症關愛服務當一名義工。

去年11月，由哥倫比亞大學社會工作學院劉金玉博士帶領的研究團隊制訂了一個名爲"同伴輔導項目的試點研究方案"。我毫不猶豫地報名參加了這項研究活動。農曆新年過後，我們八位志願輔導員參加了梅桂老師執教的爲期五週的培訓課程。3月初便開始了我們每週一次的"同伴輔導"電話陪伴。輔導對象是現任失智症家庭照顧者 (簡稱照顧者)。

因爲我們輔導員基本都是曾經的照顧者，所以在通話中對照顧者在現實生活中面臨的困難和承受的壓力"感同身受"。輔導員與照顧者在電話陪伴中相互交流護理經驗和減輕心理壓力的方法。我們還會談一些個人愛好、健康養生及家庭趣事。輔導員們真正成爲照顧者的積極聆聽者和情感支持者。通過3個月每週一次的電話陪伴，輔導員與照顧者從素不相識而成爲了知心的朋友。在這個項目研究即將結束時，許多照顧者表示今後還要與輔導員繼續保持聯係。大家盼望疫情過去以後能有機會再相聚。

在每兩週一次的由石蔚靜老師主持的督導會上，我們八位輔導員跟項目研究團隊匯報及分享了各自不同的案例，討論交流解決方法，3個月以來，我們在石老師的指導下，相互鼓勵，相互支持，不斷提高自己的專業能力，增加了知識，擴大了視野，豐富了人生。

在阿茲海默症關愛服務主辦的歡慶雙親節的大會上，我們受到了機構的表彰。我在這裏代表受到表彰的八位志願輔導員感謝哥倫比亞大學社會工作學院劉金玉博士及研究團隊；感謝石老師及梅桂老師；感謝參加協助該項目研究的工作人員以及在百忙中抽出時間配合項目研究的失智症家庭照顧者！是你們給予我們一次很好的學習機會。今後，我們還會繼續努力，幫助失智症家庭做阿茲海默症關愛服務CaringKind的好義工。

阿茲海默症華裔社區活動花絮

農曆新年慶祝活動

雙親節慶祝活動

手工藝術班

caringkind
The Heart of Alzheimer's Caregiving
阿茲海默症關愛服務

阿茲海默症關愛服務中文刊物
2021 夏季版

/caringkindnyc @caringkindnyc @caringkindnyc

健康日外展活動

社區機構為失智症家庭捐贈口罩

阿茲海默症關愛服務資訊

華語家庭照顧者互助支持小組

阿茲海默症關愛服務華語家庭照顧互助小組每月活動一次，以粵語或國語進行。照顧阿茲海默症及相關失智症患者的親友將會面對獨特的挑戰和難言的苦衷及困惑。我們互助支持小組為照顧者提供一個安全的地方，互相傾訴心聲和分享經驗。

粵語組：布碌崙小組—每月活動兩次週四下午2時至4時
曼哈頓小組—每月活動一次，第二個週二下午2時至4時
國語組：法拉盛小組—每月活動一次，第三個週日下午2時至4時
請電詢石小姐 646-744-2951 再加入小組活動。

免費中文教育講座

1. 什麼是失智症？

講者：石蔚靜，阿茲海默症關愛服務華人外展經理、社工碩士

2. 法律常識及未來財務規劃

講者：精通老人法的華人律師鄺艷蓮

詳情請電詢石小姐 646-744-2951 或電郵 wshi@cknyc.org

失智症專業護理人員、家庭照顧者中文 (國語)免費培訓課程和講座

該培訓和講座課程是專為照顧失智症患者的護理員或親友而設置的，以幫助他們提高照顧失智症患者的技能技巧，提升照顧質量。**常年有班**。詳情及報名請與華人培訓專員詹梅桂老師聯繫，電話：646-744-2976 或電郵：mjan@cknyc.org

阿茲海默症關愛服務2021現場步行籌款活動

布碌崙步行

9月26日週日，康尼島浮板路，9時入場，10時步行儀式開始

曼哈頓步行

10月10日週日，曼哈頓中央公園，9時入場，10時步行儀式開始

欲知詳情請撥打華人專線 646-744-2951 或 646-744-2976

華裔失智症家庭手工藝術課程 (在線)

每個月的第四個星期三，上午10時至12時

報名資訊：石小姐 646-744-2951, wshi@cknyc.org