

## 【論壇】護理學院蔡佩珊院長：從「孤獨老」到「獨立老」，高齡友善社會的共同實踐

2024-08-15

整齊的麵團在烤箱中緊倚，隨著溫度增加逐漸蓬鬆舒展，濃郁的肉桂香氣在揭開烤箱的瞬間瀰漫在整個工作坊內。這不是什麼私人烘焙手作教室，而是由惠安里長者主導，在社區據點替北醫學生開設的「肉桂捲點心工作坊」。

臺北醫學大學護理學院取得教育部大學社會責任計畫，長期關注高齡與獨老、失智議題，並帶領學生在信義區場域深耕，在計畫執行中，團隊發現許多長者比起被動受協助，其實更願意主動擔任協助他人的角色。譬如前文提及的肉桂捲工作坊，由長輩領導的教學工作坊，不僅可以促進長者和學生之間的交流，更翻轉長者角色，由被動「孤獨老」提升為主動的「獨立老」，進一步建構高齡長輩社區參與的新模式。

此外，計畫目標也包括建立社區照護網路、促進友善失智環境以及推展健康促進活動，結合高齡健康暨長期照護學系課程，帶領學生進入場域，讓學生協助發掘出長者的特殊專長。專長範圍多元豐富，從前面提到的點心製作，到傳統書法技藝等，由學生引導、培訓具備專長的長者，擔任特殊技藝傳承的講師。除了傳統技藝的傳遞外，銀髮講座對象涵蓋其他社區長者、學生乃至全齡社區角色，在過程中，達成跨世代之間彼此交流共容社會，以計畫為本，共築高齡友善城市，全方位提升社區長輩的生活品質與幸福感。【下圖：北醫大護理學院舉辦端午高齡聯歡會，促進跨世代交流，前排中為護理學院蔡佩珊院長】

