

「行無礙、動健康」 樂齡增能關懷服務計畫

新北市身心障礙者
體育運動總會

新北市政府社會局創新補助案

新北市身心障礙者體育運動總會

手搖車

● 輪椅舞蹈

地板冰壺

地板滾球

輪椅羽球

輪椅網球

游泳

攀岩

射箭

保齡球

飛盤

飛鏢

漆彈

旋風球

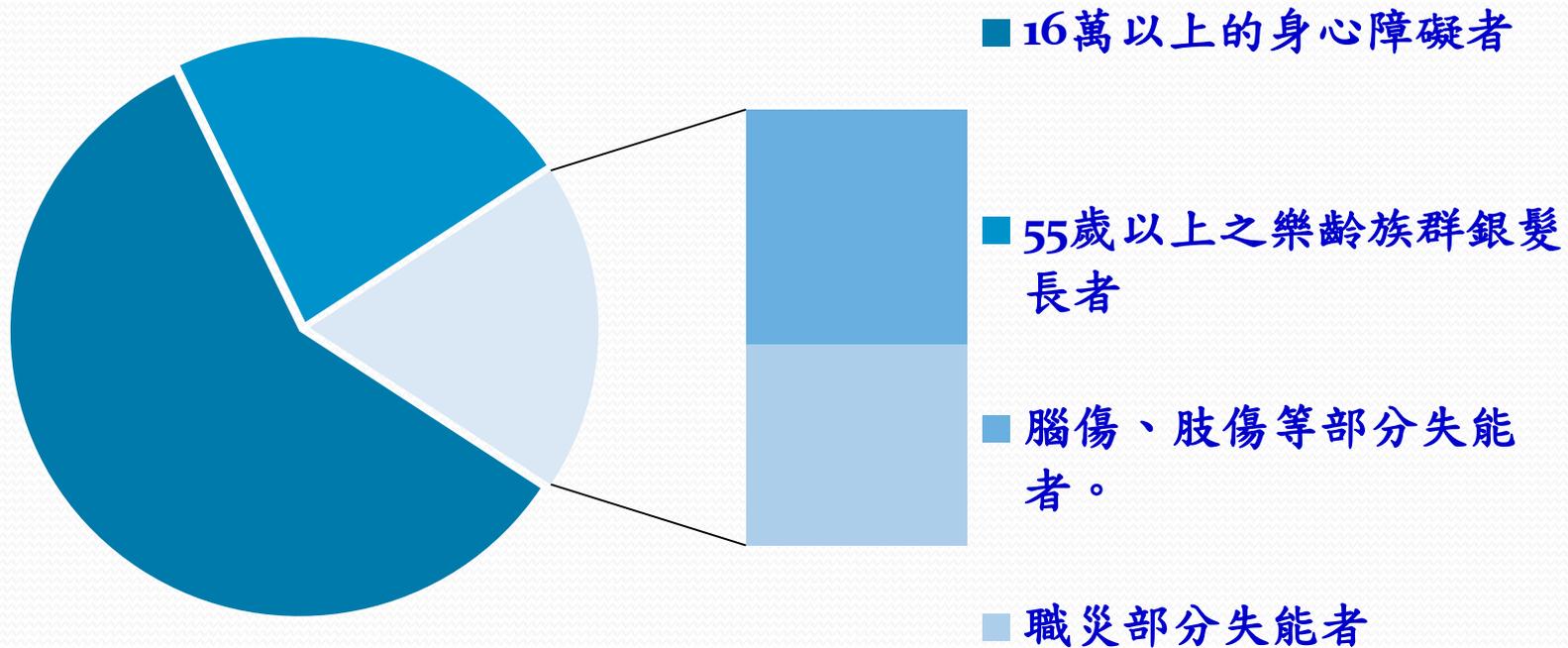


+ ? ? ?

服務對象

(以新北市29個行政區為主)

增能關懷族群分布



執行內容及方法

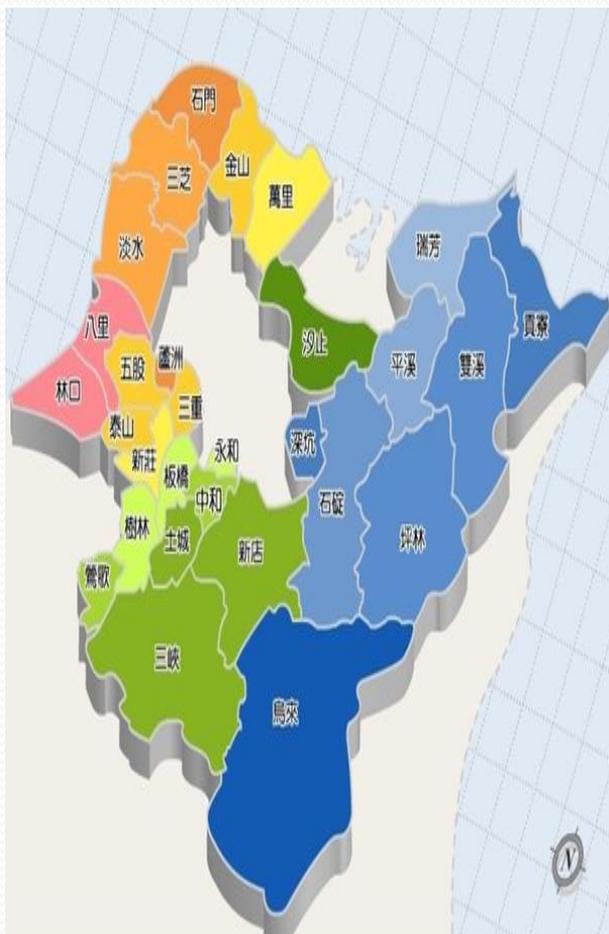
一、增加適合多元的**身心障礙者運動**休閒活動，體驗規劃及推展，加強體能運動健身；例如：**身障地板排球、手搖車競速、水上排球、攀岩、射擊、彈弓、肌力訓練**等。

二、藉由推廣身心障礙者運動延伸對**樂齡族群**的**適合的復康活動**規劃及推展，使年長者接受適合的運動，更能減緩老化，促進健康。

三、藉由推廣身心障礙者運動延伸，對於**腦傷、職災的部分失能者**體現的復健運動，使其恢復健康



辦理課程內容及時程



月份	區域	日期	時程	內容	備註
01月	<div style="background-color: red; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> 因新冠疫情 COVID-19 停止一切社交活動 </div>			體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
02月				體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
03月				體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
04月				體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
05月				體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
06月	三峽	06月24日	10:00~12:00	體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
07月	五股、泰山、泰山、樹林	07月04、16、22日	09:00~12:00	體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
08月	烏來、新店	08月12、27日	09:00~12:00	體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
09月	瑞芳、貢寮、金山、汐止	09月8、10、16日	09:00~12:00	體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
10月	土城、汐止	10月21、23日	09:00~12:00	體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
11月	板橋、新莊	11月12日	09:00~12:00	體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	
12月	淡水、八里	12月05日	09:00~12:00	體驗手搖車、地板冰壘、輪椅羽球、飛盤、飛鏢、旋風球	

愛心專車載運器材



手搖車增能體驗活動





手搖車增能體驗活動





手搖車增能體驗活動



手搖自行車增能體驗



手搖自行車增能體驗



地板冰壺增能體驗



地板冰壺增能體驗



地板冰壺增能體驗



輪椅羽球增能體驗



輪椅羽球增能體驗



飛鏢增能體驗活動





飛鏢增能體驗活動



飛鏢增能體驗活動



飛盤增能體驗活動



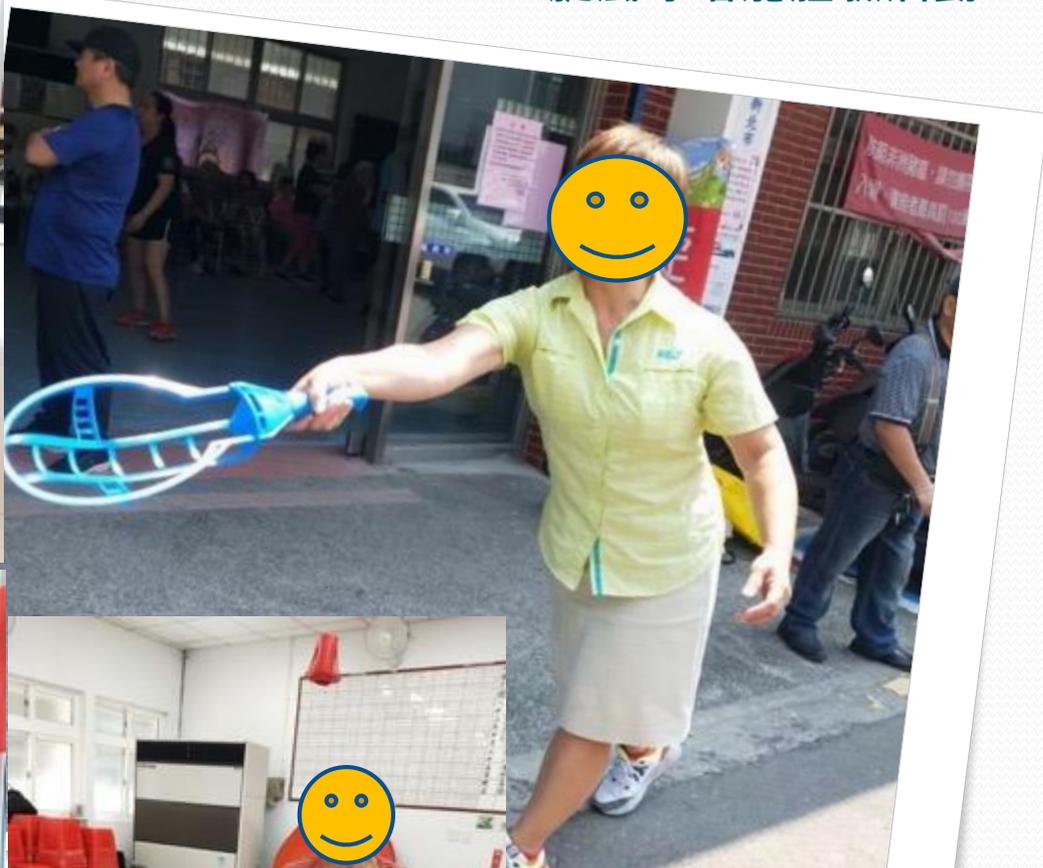
飛盤增能體驗活動

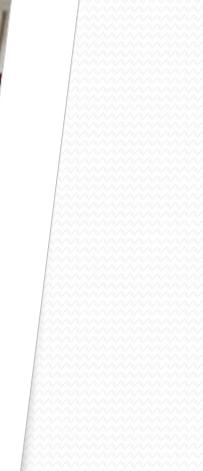


旋風球增能體驗活動



旋風球增能體驗活動





質化效益

- 1、各項運動實務教練協同體驗教學，配合在安排各項運動之推展活動，實質增加身障者、樂齡族群及腦傷、職災等部分失能者運動復健的機會；促進參與者之間專業的溝通與互動；協助建構創新性關懷服務計畫。
- 2、透過體驗各項運動，可導引出參與者主動運動的動機技巧的熟練，避免運動傷害；在觀摩、交流、及自我訓練方面，經由教練的示範、藉此運動體驗達到體能上的改善與進步。
- 3、促進體驗者與社區鄰里間的良性互動與互助學習，減少參與長者體驗過程時的恐懼與焦慮感，增加身心障礙者與銀髮長輩對運動的自信心。
- 4、落實促進社區銀髮長輩及弱勢族群要強健體魄，落實『社會參與、能力發展、全民運動』創新性計畫之目標。

量化效益

- 1、帶動參與運動使身心障礙者走出來，預計受益2,000人次。
- 2、促使樂齡族群藉由適當的運動獲得身心協調，預計受益人次800~1000人次。
- 3、為腦傷如中風患者及部分職災患者提供多元的復健體驗，獲得康復回歸社會，預計受益人次500人次。
- 4、本計劃執行完成時，對於腦癱、罕見疾病患者及部分職災患者，針對運動神經不協調提供運動復健體驗，迅速獲得康復增加自信心，預計受益人次200人次。
- 5、每月體驗人數平均達200人次。
- 6、每月諮詢人數平均達100人次。
- 7、體驗完成課程後，投入規律運動者可達500人。

媒體露出

http://www.twpowernews.com/home/news_pagein.php?iType=1010&n_id=187195 勁

家和有線電視

大新店有線電視

【身障體總走入樹興里 銀髮族動腦顧健康/中嘉新聞 樹林報導】

→ 官網新聞連結

http://www.nvwtv.com.tw/zh_TW/localnews_content/id/14210

→ 中嘉新聞粉絲團

<https://www.facebook.com/bbcatv/videos/2697318510545915>

→ 大新店有線電視

<https://youtu.be/ryf-k17lp58>

自由時報

<https://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/3280068>

https://www.idn.com.tw/news/news_content.aspx?catid=4&catsid=2&catdid=0&artid=20200903hsieh001 自立晚報

<http://www.mypeople.tw/index.php?r=site/article&id=1630309> 民眾日報

http://www.greatnews.com.tw/home/news_pagein.php?iType=1010&n_id=217731 大成報

報