

家庭照顧者心理支持中心簡介

家庭照顧者心理支持中心以提供家庭照顧者心理支持及建構照顧者支援體系為目的。以期能減低照顧者心理壓力，提升其心理健康，協助照顧者能夠持續且健康的提供家人所需的長期照顧。



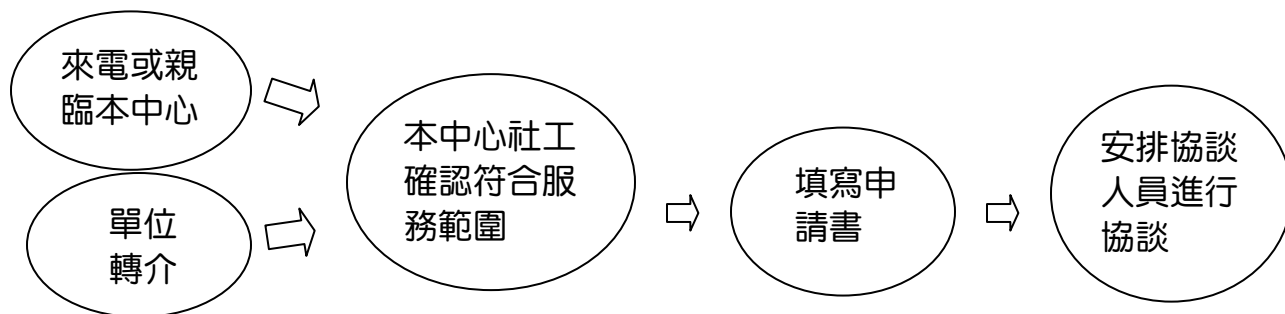
- ✚ 服務對象：家庭照顧者(包括剛結束照顧生涯者)。
- ✚ 我們的服務：



1. 心理協談 (1-8 次)

- (1) 協談主題包括人際互動、家庭關係、照顧壓力調適、被照顧者逝去的悲傷壓力調適、過渡時期壓力調適、結束照顧、生涯規劃協談等。
- (2) 協談方式為當面協談或電話協談(不方便出門及外縣市的照顧者)，包括個人協談及家族協談(家族協談以當面協談為原則)

- ✚ 協談服務申請流程：



- ✚ 費用：本中心協談費用由公益彩券盈餘支付，不另收費。

家庭照顧者諮詢專線 0800-580-097 (我幫您, 您休息)

2. **0800 諮詢專線**—提供相關社會資源介紹及轉介、照顧服務介紹及轉介、心理支持及傾聽、其他照顧者所需資源等。



3. **抒壓室**—在這裡我們提供飲料、音樂、按摩器材、書報雜誌、文康器材等抒壓用品。免費提供照顧者一個放鬆的空間。



4. **舉辦各種照顧者支持活動**，提供同樣心情的照顧者一個彼此分享交流的空間。包括：
- (1) 家庭照顧者關懷活動—有照顧技巧、壓力調適、情緒管理、家庭溝通、社會資源運用等課程。
 - (2) 照顧者支持團體。
 - (3) 各種抒壓活動及課程。



✚ 服務洽詢時間：**週一至週五**上午 9：30～12：30，下午 1：30～6：30。
0800-580-097 (我幫您, 您休息)



中華民國家庭照顧者關懷總會 劃撥帳號：18924659
地址：10442 北市中山區長安東路一段 56 巷 1 弄 57 號 3 樓
<http://www.familycare.org.tw>