

臺北市社會局照顧資訊小站招募說明

「73歲顧百歲…一張長照傳單 拯救她的人生」

「73歲黃小姐獨自照顧百歲的失智失能先生5年，照顧負荷及經濟拮据雙重壓力，讓她一度想帶先生走上絕路。某天她在信箱看見一張傳單，從中找到長照服務資源，還完成了騎哈雷重機的梦想，人生翻轉。新聞來源：聯合者記者鄧桂芬 108年7月10日報導」

照顧資訊小站成立緣由為希望在社區裡的廣布放置家庭照顧者服務資訊地點，讓資訊隨手可得，希望一張家照宣導單，拯救一個家庭。

2019.7.18

<p>什麼是家庭照顧者呢？</p>	<p>如自己照顧中風、臥床或失智長者，或自己照顧身心障礙者，即是家庭照顧者。</p>
<p>臺北市對家庭照顧者提供什麼服務？</p>	<p>臺北市有4處家庭照顧者支持中心，提供家庭照顧者福利諮詢、關懷服務、紓壓活動、喘息服務、支持團體、心理協談、照顧技巧指導等服務，如有服務需求，可致電家庭照顧者支持中心。</p> <ol style="list-style-type: none">1. 北投、士林、內湖(士林靈糧堂承辦): (02)2838-1571 轉 252、258、2142. 中山、松山、南港(健順養護中心承辦): (02) 7703-19723. 大同、萬華、大安(立心慈善基金會承辦): (02)2308-57394. 中正、信義、文山(台北市婦女新知協會承辦): (02)2311-4678
<p>為什麼要有照顧資訊小站呢？</p>	<p>因為常有家庭照顧者不知道政府有什麼資源可協助，自己照顧到身心俱疲，故希望廣布照顧資訊小站，增加資訊傳遞管道。</p>
<p>照顧資訊小站在做什麼？</p> 	<p>只要有架子或桌子可擺放長照或家庭照顧者相關DM，並在架子或門口貼上照顧資訊小站貼紙，即可成為照顧資訊小站。</p>

	
<p>如果索取民眾看了DM有問題該如何回答?</p>	<p>請民眾參考DM聯絡資訊，依居住地找家庭照顧者支持中心聯繫方式，並致電詢問家庭照顧者支持中心。</p>
<p>若DM發完該跟誰聯絡?</p>	<p>請洽所在地之家庭照顧者支持中心。</p>
<p>如果我發現民眾急需要家庭照顧服務資源，可以怎麼辦?</p>	<p>請洽所在地之家庭照顧者支持中心。</p>

臺北市照顧資訊小站申請表

單位名稱	
聯絡電話	
單位地址	
聯絡人	
是否需提供DM架	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否

填寫完成後請掃描以電子郵件或以傳真方式提供申請表。

EMAIL：hsuiting@mail.taipei.gov.tw

傳真電話：02-27581841

聯絡電話：1999 轉分機 1694 許小姐

臺北市家庭照顧者支持中心 DM(A4 三折頁)



臺北市 家庭照顧者 支持中心

親愛的家庭照顧者
您有以下的
狀況嗎?

- 疲勞 辛酸 吃不下
- 時常擔心 常常想哭
- 憤怒 心煩 睡不著
- 想到要照顧人就覺得累
- 對許多事物缺乏興趣
- 覺得自己越來越沒有耐心
- 覺得沒有自己的時間，時間都用在照顧別人

衛生福利部補助 廣告

讓我們來陪伴您

找到自己居住區域的
家庭照顧者支持中心
我們就在您身邊
和我們聯絡

找支持中心

服務區域 中山區、松山區、南港區	
承辦單位 健順養護中心 聯絡方式 (02)7703-1972	
服務區域 大同區、萬華區、大安區	
承辦單位 台北市立心慈善基金會 聯絡方式 (02)2308-5739	
服務區域 中正區、信義區、文山區	
承辦單位 婦女新知協會 聯絡方式 (02)2311-4678	
服務區域 北投區、士林區、內湖區	
承辦單位 士林靈糧堂 聯絡方式 (02)2838-1571 # 252 # 258 # 214	

您是家庭照顧者?

您現在是哪個角色?

夫妻 同居人
 父母 姪子/女
 兒女 樓上樓下的鄰居
 朋友 阿姨、舅舅
 叔叔、伯伯 其他角色

然後您為 他/她做了

- 煮飯、打掃家裡!
- 洗澡和穿衣服!!
- 為了要照顧他/她而搬到對方家裡或是請對方搬來和自己住!!!
- 每天打電話給他/她，只為了能及時照顧!!!!
- 雖然沒有血緣/親戚關係，但因為關心他/她而經常帶去就醫!!!!
- 當然還有更多例子……

給家庭照顧者的 良方

在照顧上有許多要知道的事
和可提供協助的資源，
您都知道了嗎?

找資訊

- *確定被照顧者的診斷/疾病
- *了解被照顧者的疾病變化，以及如何隨著疾病的不同階段做不同的照護和心理準備
- *在照顧的時候會產生什麼樣的身體負擔
- *規劃財務/財產的使用和分配，並且了解相關的社會福利資源
- *了解在居家附近的照顧資源(例如日間照顧機構、石頭湯等)

「休息是為了走更長遠的路，照顧他人的同時，更要懂得照顧自己。」

——照顧新概念

臺北市家庭照顧者 支持中心的服務內容

福利諮詢、關懷服務、紓壓活動
喘息服務、支持團體、心理諮談
照顧技巧指導

找喘息

- *紓壓：按摩、芳療，或其他有益身心的方式
- *和朋友聊天
- *在住家附近走走
- *參加自己有興趣的課程
- *尋找照顧替手，讓其他人來協助照顧




家庭照顧者關懷專線 DM(A4 三折頁)

長照四包錢線上試算

為幫助民眾善用長照2.0服務，本會特別研發線上試算程式，請輸入身分別、失能等級、居住地、是否聘用外籍看護工等條件，即可了解如何搭配服務及試算自負額。



長照四包錢線上試算程式: <http://www.familycares.com.tw/>

「爸爸就要出院了，但回家後該怎麼照顧？」
 「沒人可以照顧失智的媽媽，我應該辭掉工作嗎？」
 「照顧臥床的先生已經十年，真的好累！」

照顧病倒的家人，您辛苦了！

請撥打家庭照顧者關懷專線

0800-50-7272

(服務時間：上班日上午9時至下午17時)

提供長照資源轉介、照顧技巧指導、情緒支持、
喘息服務、經濟補助資源

總會地址：台北市中山區撫順街8號4樓之A
 官網：<http://www.familycare.org.tw>

官方網站



FB粉絲團



指導單位： 衛生福利部
 辦理單位： 家庭照顧者關懷總會

2018.11 (國文)

長照四包錢

您家如何聰明用？



什麼是「長照四包錢」？

自107年1月起，長照2.0提供「照顧及專業服務」、「交通接送服務」、「輔具服務及居家無障礙環境改善服務」、「喘息服務」等四大類給付額度，簡稱「長照四包錢」。

 <p>照顧及專業服務</p> <p>依失能等級 每月給付10,020~36,180元</p> <p>一般戶自負額： 16% 中低收入戶自負額： 5%</p>	 <p>交通接送服務</p> <p>依城鄉距離 每月給付1,680~2,400元</p> <p>一般戶自負額： 21~30% 中低收入戶自負額： 7~10%</p>	 <p>輔具及居家無障礙環境改善服務</p> <p>每3年 最高給付40,000元</p> <p>一般戶自負額： 30% 中低收入戶自負額： 10%</p>	 <p>喘息服務</p> <p>依失能等級 每年給付32,340~48,510元</p> <p>一般戶自負額： 16% 中低收入戶自負額： 5%</p>
---	--	--	--

■ 以服務提供為主 ■ 低收入戶由政府全額補助，免部份負擔 ■ 超過政府補助額度者，由民眾自負負擔

誰可以申請長照四包錢？

經醫師評估，失能、失智或身心障礙狀況，持續已達或預期達六個月以上者，並經各縣市長期照顧管理中心(簡稱：照管中心)評估符合長照2.0給付資格者。

如何申請四包錢補助？

- 1 撥打長照專線1966(手機、市話)。
- 2 出院前，向醫院詢問是否可協助銜接長照2.0出院準備服務。

將由各縣市長期照顧管理中心受理申請後，指派「照顧管理專員」到府評估，建議家人務必陪同接受評估，並準備好相關資訊，包括：長輩有哪些照顧需求(例如沐浴、備餐、陪伴外出等)？家庭照顧人力？家庭經濟條件？愈清楚的資訊，能加速照顧管理專員判斷與協助。

請注意！外籍看護工家庭也可申請使用

聘僱外籍看護工家庭也可申請「長照四包錢」給付，「交通接送服務」、「輔具及居家無障礙環境改善服務」並無差別，但「照顧及專業服務」給付額度為未聘僱家庭額度的百分之三十，並限用於復能服務、進食與吞嚥照護、營養照護等「專業服務」項目，不得使用居家服務、日間照顧中心等。

「喘息服務」限外籍看護工無法協助照顧持續一個月以上方可申請，但失能等級為7至8級者，且為獨居(僅與外籍看護工同住)或主要照顧者70歲以上，不受此限，仍可申請。

若有任何問題
歡迎洽詢家庭照顧者關懷專線

0800-50-7272

台語：
有你真好

照顧資訊小站貼紙

