

## 採訪通知

### 找回愛美天性 化妝療法讓失智症長輩自信當網美

你有沒有這樣的經驗？想幫家中長輩拍照留影時，總被「歹看啦！」、「毋拍啦！」連聲拒絕。對於失智症長輩而言，因為身體狀況，更容易對自己沒自信。統計發現，阿茲海默氏型失智及血管性失智症，同時併有憂鬱症的比率達 40~50%，是一般老年憂鬱的兩倍。因為自我功能或記憶退化，而自覺無價值感，憂鬱的情緒更可能與失智症狀相互加乘。

發現失智長輩對自己的沒自信，老五老基金會樂智學堂特別於今年 7 月-11 月為失智據點長者打造一系列化妝療法課程，在富邦公益大使計畫的支持下連結資生堂專業團隊，從保養、化妝再到精油按摩讓長輩看見自己、認識自己的身體變化。

今日 31 號是化妝療法課程成果發表日，老師特別帶領長輩為自己化妝，長輩紛紛拿出許久未穿上的「壓箱寶」衣服，包含唐裝、套裝與絲巾，動手裝扮自己、展現自信美！10 位失智症長輩與 11 位富邦志工隨後來到北投區知名外拍景點「新北投火車站」，長輩化身網美，留下珍貴紀錄，也走入人群，路過民眾也紛紛給予鼓勵。

回憶課程創立原因，老五老基金會黃鈺軒社工分享今年初在一次課程中位長輩塗上指甲油，經常忘記課程活動內容的 93 歲含笑阿嬤，在上課一周後主動竟然對社工說：「你要幫我指甲補色啦，擺落漆了！」這種對於美的記憶力，令社工與家屬都很驚艷，發現愛美是每個人的天性，也是是連結長輩回憶、創造快樂的最佳方式。

含笑阿嬤對於化妝療法非常投入，會覆誦老師的教學，將乳液用食指抹在自己臉上：「轉三圈」，老師還沒提到下一個步驟，就往下進行，產生身體記憶，有非常顯著的進步。

北投中心督導王琇婷表示：「除了身體照顧，失智症長輩的心理需求經常被忽略，我們發現透過化妝療法，幫助長輩找回自信，也加強自我整理的習慣，更讓長輩體驗自主操作的過程，達到大腦訓練的目的，希望大眾不要

忽略長輩既有的習慣與天性。」

- 活動時間：109年10月31日(星期六)
- 活動地點：北投老人服務中心(台北市北投區中央北路一段12號4樓)、新北投火車站

為此本會將以化妝療法做為基礎，帶領失智症長輩進行相關系列活動，總結系列課程目標：

- (1) 透過課程看見自己的容貌，促進失智症長輩自我認知與認同
- (2) 讓長輩動手裝扮自己、展現自己的美，提升失智症長輩自主生活能力與自信，降低退化失落感
- (3) 凝聚失智症照顧家屬，讓長輩與家屬有共通話題與活動，共同延緩長輩退化與邊緣化

## 壹、失智爺奶變網美-化妝療法系列活動規劃

老五老樂智據點化妝療法分為三大階段，分為懷舊與自我認知、化妝療法與成果展現三部分。

讓長輩接觸化妝前，更重要的是讓長輩認識自己，透過「懷舊課程」讓失智症長輩回想自己年輕喜愛的裝扮，建立據點成員間的共通話題，也刺激長輩的長期記憶。另外也會透過「自我認知」課程，讓長輩觀察自己的樣貌、畫自畫像等，增加失智長輩的定向感，同時帶領長輩認知老化帶來的自然變化，並鼓勵長輩看見自己的美。

進入化妝療法課程，讓失智症長輩學習如何為手足肌膚進行保養，保護年長後脆弱的肌膚。進一步學習臉部基礎彩妝，在課程與志工協助下協助嘗試裝扮自己。透過共同課程拿出自己的「壓箱寶」衣服，進行穿搭，並學習基礎美姿美儀。

最後的成果展現，本會將安排失智長輩到新北投捷運站附近進行外拍。讓長輩透過景點回味在地回憶，同時穿搭、裝扮長輩自己最自信的模樣，進行照片拍攝，留下珍貴回憶。透過三大階段的堆疊，讓系列課程更具效益。除了培訓外，本會也將也將結合不同角色、不同資源一起來支持，包含家屬、富邦企業志工、化妝療法團隊以及本會工作人員與志工。透過不同世代、領域的互動來喚起失智症長輩的快樂與自信。



臺北市北投老人服務中心——😊 覺得開心。

由Yu Hsuan發佈

10月31日下午7:22 · 🌐

感謝😊 富邦公益大使💪 鼎力相助💪

滿滿❤️🧡💛💚💜

帶長輩到北投區知名外拍景點「新北投火車站」，長輩化身網美，留下珍貴紀錄

👍，每位長輩都是🌟 Super Star🌟

志工服務  
SHISEIDO

化妝療法-關懷美容講座——在北投。

10月31日下午5:45 · 台北市 · 🌐

化粧療法的部份核心-擴展社交活動

晴朗的好天氣，妝扮美美一起出遊

去，看見長輩與家屬的笑容😊 內心好滿足喔

今天的長輩超嗨的...有那麼多的志工一起做公益，看見大家都願意付出的愛心，內心好暖❤️



留言.....



化粧療法的部份核心-擴展社交活動  
晴朗的好天氣，妝扮美美一起出遊去，看見長輩與家屬的笑容😊內心好滿足喔  
今天的長輩超嗨的...有那麼多的志工一起做公益，看見大家都願意付出的愛心，內心好暖❤️

#富邦證券、#老五老基金會聯手公益活動、加油💪

👍❤️ 你和其他103人 6則留言 2次分享

❤️ 大心

💬 留言

➦ 分享

