

慢性病自我管理課程(The Chronic Disease Self Management Program) ,

由美國史丹佛大學病人教育研究中心製作，並是史丹佛大學與北加利福尼亞洲凱澤佩爾納醫療護理計畫合作研究的成果。

以隨機方式在一千多人中，把參加課程及未參加課程的人比較，結果發現參加課程的人在健康行為上（如：運動、運用心智處理症狀、應付問題、與醫生溝通等）及個人的健康狀況（如：自我評估的健康、疲勞、失能狀況、社交活動及健康帶來的困擾等）都有改善。

- 主辦單位： 天主教失智老人基金會、 臺北市萬華老人服務中心
 天主教長期照顧機構協會、 國立臺北護理健康大學
 安聯人壽、 United Way  中華社會福利聯合勸募協會
- 帶領人：美國史丹佛大學慢性病自我管理課程合格帶領人
- 對象：**失智症照顧者**或對**慢性病自我管理有興趣**之民眾
 ※每梯次限 16 名
- 上課日期：**2022 年 11/6、11/13、11/20、11/27、12/4、12/11**
- 課程時間：每週日下午 2:00~4:30，共 6 週，總計 15 小時
- 上課地點：天主教失智老人基金會(台北市萬華區德昌街 125 巷 11 號)
- 課程費用：免費(惟需收保證金 1,000 元，缺課一次內可退)
 ※若因疫情嚴峻，擬改採 LINE 線上視訊辦理
- 報名方式：線上表單報名，請掃右方 QR CODE
- 歡迎來電 02- 2332-0992 分機 152 葉企劃 洽詢，
 謝謝!!!



↑ 第 31 梯次報名請掃我 ↑

預約一個不失智的未來，就從慢性病自我管理作起^^