

所屬系所	健管系
社群名稱	老人健康與保健-中風體驗裝
指導老師	簡慧雯老師
成員	李俐萱、賴憬儒、羅玟昕
主題類型	課堂中-中風體驗

### 1. 讀書會/學習社群介紹

為了能夠更了解中風者又或者是身心障礙人士的不便，因此我們穿上了體驗裝體驗，親身體驗更能夠體會，就如同「讀萬里書，不如行萬里路」一般，沒有親身體驗，就只是聽口述，一定有落差，也很榮幸福樂多能夠為我們上了這堂寶貴的課。

### 2. 反思心得

俐萱：多虧有第2次的體驗活動，我對中風者又有更深的了解，也能夠講出某些設施設計對中風者十分地不利及不便。因此，我們更應該以他們的角度設計東西，例如改良設施設備，讓中風者覺得這社會對他們還有愛與支持，幫助的不只是他們的家屬，因為我們是有能力可以互助的人。

憬儒：在這次的體驗過程中讓我了解到身體健康是件多麼重要的事情，透過這次的中風體驗裝體驗，讓我意識到要從年輕就好好保養自己的身體，不要到真正患有疾病之後才後悔莫及，也讓我更加認識原來社會上中風弱勢族群是有多麼的不便，不僅身體不便，還會受到旁人異樣的眼光看待，弱勢族群也更需要被大家重視，盡量努力改善他們的環境及不變性，更讓我覺得關懷弱勢族群並不只是政府的工作，也是社會大眾皆須具備的關懷力。

玟昕：中風的人真的很辛苦，想我們平常每天都會做得”起床”這個動作，就做得好累，使不上力，既然讀了這個科系，能有這樣的活動體驗他們的辛苦是很有意義的，未來是老人的世界，就算是健康的老人，身體仍然會受到限制，如何讓生活像年輕時一樣好，不為最基本的生活而困擾是我們第一步最該改善和進步的問題。

### 3. 指導老師的話

同學的討論的確比去年成熟許多且更加深入，這是最棒的經驗，特別是從事健康服務事業相關領域的專業人員，處處能為服務使用者思考，這是成功的第一步，老師相信你們的課堂及同儕學習是非常有意義的，非常高興可以跟你們一起分享次心得，繼續加油！

### 4. 學習討論照片



(上圖)病患試著坐起來



(上圖)患者試著用左手夾豆子以及用平常我們所使用的筷子



(上圖)患者使用投幣機



(上圖)患者試著從洞口拿飲料