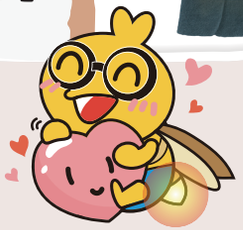
家庭照顧者支持性服務

不論是順流還是逆流
別讓自己一個人獨自奮戰

長照專線
1966
照顧疑難雜症，
一通電話找到神隊友！

（台語：有您真好）
撥打0800-507272
專線人員聽你訴苦



運用政府資源，
找到照顧替手，
協調家庭安排，
做聰明照顧者！

家庭照顧者支持據點：
服務時間：上班日08:00-17:00

◆ **紅十字會家照據點**
服務區域：楊梅區、龍潭區、龜山區
電話：03-332-7609 #79
03-485-5785 #16

◆ **士林靈糧堂家照據點**
服務區域：觀音區、新屋區、大園區
蘆竹區、中壢區
電話：03-287-5161 #14、11

◆ **旭登家照據點**
服務區域：桃園區、八德區
電話：03-376-1385
03-357-1310

◆ **怡德家照據點**
服務區域：中壢區、蘆竹區
電話：03-491-0826
03-491-0827

◆ **寬福家照據點**
服務區域：桃園區
電話：03-370-2321 #401、402、403

◆ **愛鎮家照據點**
服務區域：大溪區、復興區
電話：03-388-9125

◆ **真善美家照據點**
服務區域：平鎮區、中壢區
電話：03-462-5558
03-462-6002

指導單位 / 衛生福利部 Ministry of Health and Welfare　桃園市政府 TAOYUAN CITY GOVERNMENT　桃園市議會

主辦單位 / 桃園市政府社會局
（居家及社區長照服務科）
電　　話 / 03-332-2101 分機 6461、6462
地　　址 / 桃園市桃園區縣府路 1 號 8 樓

桃園市政府社會局
Department of Social Welfare, Taoyuan

114年4月印製
廣告

服務對象：

設籍或居住於桃園市，長照2.0服務對象的主要家庭照顧者(每周實際照顧20小時以上)。

服務內容：

(1) **個案服務**：經社工到宅訪視評估，提供個別服務計畫。

(2) **志工問安關懷服務**：由志工提供電話關懷、提供福利資訊及邀約活動，提供照顧者情緒支持。

(3) **諮詢服務**：提供家照者資源及長照服務諮詢，並協助轉介。

(4) **到宅照顧技巧指導**：由實務指導員到宅提供最多12小時的指導服務。

(5) **轉介心理輔導、諮商服務**：由諮商輔導人員提供最多9次的一對一協談，協助解決因照顧產生之衝突、壓力、罪惡感等情緒和問題。

(6) **情緒支持團體**：連續性參與團體活動，讓有相似經驗的照顧者，彼此分享及互相支持。

(7) **長照知識或照顧相關訓練課程**：強化家庭照顧者照顧知能、社區照顧資源簡介、照顧者壓力調適、照顧者友善職場與照顧不離職等內涵。

(8) **被照顧者安全看視及陪伴**：於家庭照顧者參加課程或團體辦理期間，由志工或臨時人力提供被照顧者安全看視及陪伴。

(9) **就業轉介**：協助至就業服務站媒合就業。

照顧負荷評估量表

我們想要瞭解您現在照顧他/她的感覺，請問您會不會因為照顧他，而……

	從未	很少	有時	常常
01、使您身體疲倦，精疲力竭	0	1	2	3
02、使您的身體健康變壞	0	1	2	3
03、使您感覺生氣或發脾氣	0	1	2	3
04、您覺得沒有能力再長久照顧他	0	1	2	3
05、您與親友之間交往受到影響。	0	1	2	3
06、您出外旅行受到影響。	0	1	2	3
07、您必須時時刻刻注意他。	0	1	2	3
08、使您沒有時間做自己想做的事。	0	1	2	3
09、日常生活作息受影響，整個家庭需重新適應。	0	1	2	3
10、因為照顧他，您覺得很難去安排或計劃您的未來。	0	1	2	3
11、您平日的生活安排必須全部依照他的需要來決定。	0	1	2	3
12、為了照顧他，家人之間的關係惡化。	0	1	2	3
13、無法兼顧他及其他家人之照顧。	0	1	2	3
14、其他家人嫌您照顧的不夠好	0	1	2	3
15、因為他的行為讓您覺得不好意思。	0	1	2	3
16、使您覺得自己很重要。	3	1	2	0
17、使您受到別人的讚賞及尊敬。	3	1	2	0
18、使您覺得盡了義務，感到心安。	3	1	2	0
19、照顧他的花費很大，使您付不起。	0	1	2	3
20、因經濟受影響，得省吃儉用，節省開銷。	0	1	2	3
21、看到他的健康情形變差及衰老，使您感到難過	0	1	2	3
22、您覺得您做得不夠多，對不起他	0	1	2	3

21分以下為低負荷；22分至43分為中負荷；44分以上為高負荷。