

臺北市觀音線心理暨社會關懷協會

中高齡者自殺防治與財務使用計畫書

一、計畫目標：

根據行政院衛生署於102年公布之自殺統計資料顯示，依自殺年齡組分，就死亡人數部分，101年自殺人數最多，而銀髮族占18.6%，所以中年照顧者與銀髮族的自殺防治與財務使用計畫書協助。

觀音線成立長達25年，但隨著高齡化的社會變遷，觀音線的服務也隨著與時並進，目前老年人口在2008年已高達10.4%，2029年後，65歲以上人口將全台灣人口數的1/4，也就是四位人口就有一位長者。2005年的7.5比1的「扶老比」預估2015年會上升到3.3比1，2051年將可能提高到1.5比1，有就是1.5位青壯人口要照顧一位老人，扶養負擔明顯地加重，所以此方案目標是加強守護中年照顧者與銀髮族的心靈健康服務。

二、目的：

籌募壹佰貳拾萬元整，以利透過五個子計畫可以多方面協助自殺率偏高的老人與中年照顧者，得到即時與長期的心靈關懷協助，而進行自殺防治，以及降低憂鬱情緒，而能擁有尊嚴自信，安享晚年與照顧持續的力量。

三、工作內容及服務對象：

(一) 透過電話心理協談關懷中年照顧者與銀髮族的心理健康

以半專業志工固定配對一對一電話協談，協談焦點為提高與求助者正面互動，給予溫暖的陪伴與傾聽同理以及宣導自殺防治訊息。

(二) 關懷訪視獨居長輩與安養機構長者

由半專業志工透過精心設計的社會參與活動以及靜心活動，提高長者與人互動，另外也親自探視並陪伴長者，透過長期傾聽長者的生命故事，以及建立似親人的關係，提供溫馨關懷與靈性關懷，降低其孤單與憂鬱的情緒。

(三) 自殺防治與自我照顧巡迴講座暨身心靈成長團體

協助社區民眾透過講座與成長團體了解憂鬱症、自殺的徵兆與防治方法、如何照顧自己的身心靈健康以避免自殺的悲劇。

(四) 志工教育訓練

「救心救命」自殺防治方案必須投入大量的志工進行電話關懷、訪視關懷長者，為提升服務品質以有效執行自殺防治的效能，本會特別重視志工的教育訓練，期能有效建構長期性的自殺防治網絡。

(五) 招募「自殺防治守門人」志工培訓課程

「救心救命」自殺防治方案需要招募更多志工投入，本會將「自殺防治

守門人」的概念放入課程中，期能借助志工關懷與社會大眾的大量人際接觸機會中，協助自殺防治工作的高危險群篩選與辨認，以及進一步作電話關懷與訪視關懷。

四、經費用途：作為執行本計畫經費支應。

五、預定勸募金額：新台幣 120 萬元整。

六、經費概算：

項目	明細說明	金額
文宣品	宣傳單張 10 元× 1500 張	15,000 元
求助電話小卡片	5 元×5000 張	25,000 元
拍攝宣導短片		130,000 元
雜支	影印、文具、郵電等 零星支出	10,000 元
關懷中年照顧者與 長者電話費	3000 元×12 月	36,000 元
關懷長者勸募活動 必要支出	活動材料費、講師 費、小禮物、自殺防 治宣導文宣等 5000 元×12 月×3 處 服務據點	180,000 元
課程講師費	1600 元×210hrs	336,000 元
課程講師交通費	1180 元×6 人次	7,080 元
課程志工交通與誤 餐費	500 元×8 人次	4,000 元
場租費	禮堂 3600 元×44 場次	158,400 元
	團體室 1600 元×16 場次	25,600 元
課程誤餐費	80 元×420 人次	33,600 元
宣傳單張文宣品	10 元×1500 張	15,000 元
會刊	10 元×4000 張	40,000 元
行政管理費	影印、文具、郵電、 水電、房租等支出	184,320 元
總計		1,200,000 元

80,000

七、經費使用：依活動經費概算項下專款支付。

八、預定經費使用期限：108年12月31日前完成。

九、預期效益：

(一) 透過電話心理協談關懷中年照顧者與銀髮族的心理健康

服務人次：2500 人次

(二) 關懷訪視獨居長輩與安養機構長者

服務人次：1500 人次

(三) 自殺防治與自我照顧巡迴講座暨身心靈成長團體

服務人次：300 人次

(四) 志工教育訓練

志工經過完整的課程訓練，將增進對中年與老人身心靈需求的了解，而可以提供有品質的服務。

預計受訓人次：800 人次。

(五) 招募「自殺防治守門人」志工培訓課程

志工接受訓練後，懂得如何辨認自殺行為，志工對有自殺風險者可以做適當的回應或轉介。

預計受訓人次：500 人次。