

淡江大學 108 學年度重點研究計畫

執行成效報告

第二類：深耕「共創大淡水，智慧大未來」

— 共創大淡水計畫 —

計畫名稱：銀髮閃耀大淡水：高齡社會正向發展計畫

計畫主持人 簽章：徐佐銘

日期：109 年 8 月 20 日

一、正向心理組執行成果

(一)執行成果

張貴傑所開設學習學門動機與壓力管理課程，邀請社區銀髮族進班級，與本校學生共同完成園藝治療手做活動。本課程邀請在地淡水社區之中華種子教育與關懷協會銀髮志工、正德里里長黃俊雄共 6 名，與現場 40 位學生一起以園藝 DIY 迎接後疫情時代的新生活。



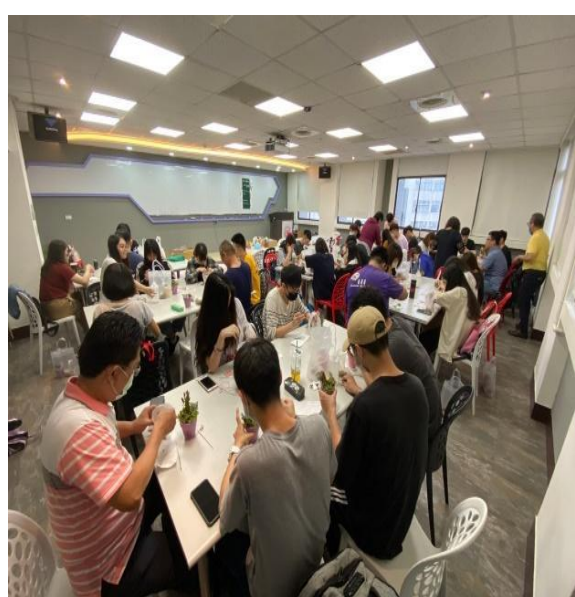
二、活動剪影

青銀共學：園藝動手做

<p>園藝一起動手做</p> <p>領導團隊: 中華種子教育與關懷協會銀髮志工</p> <p>時間: 6月8日(星期一) 15:10~17:00</p> <p>地點: T505</p> <p>主辦單位: 淡大通核中心</p> <p>銀髮閃耀大淡水: 高齡社會發展計劃</p>	<p>活動海報</p>
---	-------------



園藝治療師的講解



大家一起動手做



青銀共學



分組共學



專心聽講

二、青銀共榮組執行成果

(一)三芝採茶與製茶體驗(2020 年 6 月 27 日)

本組與淡水新興里吳錦泉里長試辦三芝採茶與製茶體驗活動，讓銀髮族體驗採茶與製茶的過程，並了解有機野放種茶的環保意義。本活動不但兼具知性與感性，同時也讓銀髮族親近大自然、適度活動身體、並促進社交，達到健身與養性的多重養生效果。

