Alzheimer's
LOS ANGELES

教育講座課程表

免費中文線上講座

線上或打電話都可以在家輕鬆學習

更多講座時間及資訊, 請上我們的網站
AlzheimersLA.org/chinese

有興趣參加我們的講座請直接線上報名
或打報名專線 (323) 930.6257
或寄電子郵件到 khuang@alzla.org

To RSVP workshops in Mandarin, please call (323) 930.6257 or email khuang@alzla.org

為確保有充足作業時間, 請於講座24小時前報名

講座約為 一 小時, 並有問與答時間

2022 年四月份講座時間表

記憶退化及阿茲海默症
Memory Loss & Alzheimer's (Chinese)

4/5, 星期二, 下午6點 Tuesday, April 5 at 6PM

本講座將簡單介紹阿茲海默症及其影響。我們也將探討記憶退化與失智的不同及就醫的時候所需的準備和應對。

如何保持頭腦的健康靈活
Keeping Your Brain Healthy (Chinese)

4/11, 星期一, 下午6點 Monday, April 11 at 6PM

你知道頭腦也是個器官嗎?隨著年紀增長, 我們可以做些什麼來維持記憶力呢?本講座將提供一些小秘訣包括如何吃得健康, 如何保持身體活躍以及如何挑戰腦力。講座也會有一些動腦小遊戲喔!

了解阿茲海默症行為及應對方法

Behaviors & Alzheimer's Disease (Chinese)

4/19, 星期二, 下午6點 Tuesday, April 19 at 6PM

有阿茲海默症的人會產生許多令家屬不了解的行為。本講座將教導大家使用 "IDEA 策略" 來探索為什麼會產生這個行為、了解行為背後的原因及如何應對的實用技巧。

認識及加強居家環境安全 (針對有失智症的人)

Making Home Safe (Chinese)

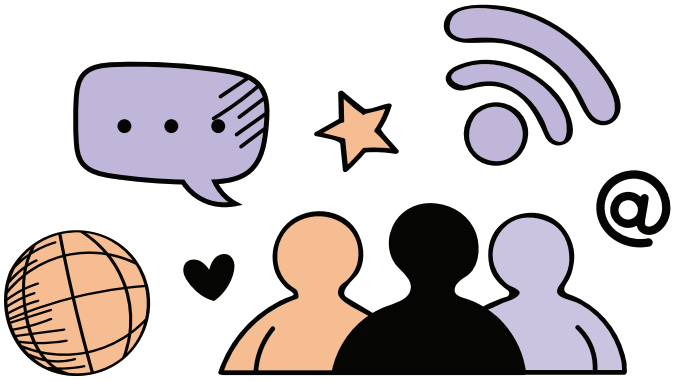
4/27, 星期三, 下午6點 Wednesday, April 27 at 6PM

學習如何使用簡單技巧及高科技產品為有失智症的人加強安全居家環境。

Alzheimer's
LOS ANGELES

其他免費線上/電話服務

2022 四月



中文家屬支持團體
Chinese Speaking (Mandarin) Dementia Caregiver Support Group

照顧失智症者是一個相當漫長的歷程, 在照顧的路上難免有些挑戰。家屬支持團體是讓照顧者有一個平台可以與其他照顧者交流。其中包含了資源、資訊和照顧經驗分享、學習他人照顧技巧以及傾吐心中的壓力。我們的活動時間是每個月的第二個星期三, 下午5 點到6點, 線上Zoom 舉行。如

社工諮詢

我們有專業社工提供失智症照顧者一對一的諮詢。不論您是與被照顧者同住還是居住在其他地方, 我們的社工人員都可以為您提供協助。社工人員將會提供教育資訊、資源, 諮商, 應對技巧及照顧者自我照護, 當然還有客製化的照顧計畫。社工諮詢服務可以透過視訊或是電話。目前我們的社工是講英文或西班牙文, 不過我們也有提供翻譯的服務, 或是您也歡迎邀請其他家屬或朋友幫忙翻譯。

線上講座及服務報名請洽: Kristy Huang-Arai (黃淳琦) khuang@alzla.org
或致電 (323) 930-6257. 所有其他最新資訊請上我們的網站: AlzheimersLA.org