

綠園校友社會服務正式啟動

文：陳美蘭 78 正

畢業 26 年之後的某一天，我突然接到一通電話，來電者是一位久未謀面的北一女同學，在電話這頭的我，聽到同學的問候，眼淚突然奪眶而出。因 LINE 和 FB 的迅速發展，讓我跟許久未見的北一「正」妹迅速有了連結的平臺。之後，我在校友會網站上，得知校友會的活動平臺。在參與活動中，看到學姊們為校友的付出和溫馨的關懷，我也開始參加校友會及學姊們主辦的各項健行、藝文活動，並投入協助活動的前置工作，向學姊們學習付出。

一、選擇加入校友會的社會服務組

105 年底，接到馮燕學姊的邀約，

參與校友會新成立的《社會服務組》。北一女校友人才濟濟，在長期照顧產業服務的校友專業人士，也都願意付出時間和心力，來協助校友會完成第一階段的人力協助及籌備工作。我投入長期照顧產業，已經有 30 年之久，自然是義不容辭的答應參與社會服務團隊。

106 年初，陳藹玲會長、陳怡芬副會長和方一菁副會長持續這項感動人的服務的籌組、規劃及執行，目標是讓學妹們在各項活動及生活上，加入關懷邁入高齡生活圈的校友們。關懷服務其實可以不拘形式，小到貼心的關懷問候，舉辦活動時的協助、拍照、指引，大到組成關懷志工團隊，提供各樣的關懷活動。



▲社服組也要給自己滿滿愛的能量與鼓勵

春風又生綠園草 時雨更育北一人



▲傳達校友之愛正是社服組重要任務

二、關懷活動的規劃與開展

綠衣學姊總是心繫綠園，參與校友會活動的學姊們，多數是參加過 30 重聚大會，才開始漸漸參加校友會舉辦的各項活動，年齡層介於 48 歲到 78 歲不等，亦即在準備退休前 10 年到退休後 20 年的範圍內。因此，關懷高齡校友的工作，顯得更為重要。一般來說，關懷活動規劃可以分成食、醫、住、行、育、樂等方面。

(一) 食的方面：可以開辦營養餐食課程、舉辦共餐聚餐活動等。

(二) 醫的方面：陪同就醫、到居家關懷訪視及陪伴等。

(三) 住的方面：無障礙空間的檢視、短期居住或 long stay 的協助等。

(四) 行的方面：陪同外出、陪同旅遊、協助訂車或共乘聯絡等。

(五) 育的方面：開辦身心靈健康提升的各式課程、協助文書、健康操等。

(六) 樂的方面：辦理各種知性之旅等。

30 重聚會之外，還有 40 重聚會、50 重聚會、60 重聚會一起舉辦，此時，學妹協助學姊的關懷工作，更為重要。在活動前的聯絡與準備、在活動進行中的拍攝協助與動線引導、在活動結束後



▲社服組規模愈來愈大



▲會議中馮燕前會長說明如何進行熟齡校友關懷服務

的交通搭乘及引導，都是關懷工作項目。

其他還包括校友會或是綠衣次團體的健行活動，都是需要學妹協助學姊整隊、帶隊和押隊的工作。協助拍攝工作，是因為照相是學姊們的最愛，為學姊們留下美好回憶，達到樂活生活的目的，是關懷小組的工作目標。

在北一女就讀時，總是受到學姊們照顧的學妹們，此時是我們報答親愛的學姊們的時候了，不要猶豫，一起來參加綠園校友社會服務團，一起完成感動人的服務，一起學習付出，一同投入幫助學姊們迎向活躍老化的高齡生活，讓每一屆的校友進來學習，為校服務。■