

週一晨間活動觀後感

1. 影片名稱：諧謔社會-如何共創老年價值

2. 人物姓名：林秉憲

3. 最令你感動的一句話：害怕進入的洞穴，就有我們需要的寶藏

4. 150 字以上觀後感：

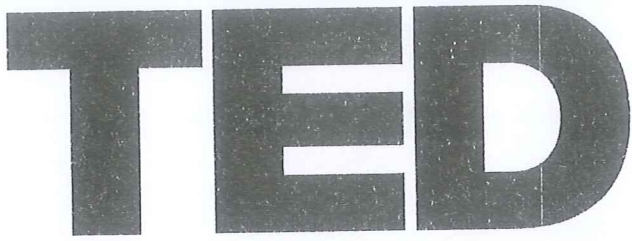
◎ 班級：E-乙 學生姓名：陳碩碩 座號：24

全球的老年人口比例的增多是未來的人類不可輕視的一個「重大」的未來+幾年內一定會面對問題，今天早上的講師林秉憲先生提出並用了實行動去證明了可行方法搖滾爺奶給小孩子們講故事，用生動的方式去讓本來是在諷刺人們面對未來沒有做抗爭眼看要被吃了也沒有反抗，如此的故事老人們以不輸小朋友的活力以互動的方式小朋友開心老人們也開心。在我看來老人們不是沒有能力且饒，是人們的固有思想固化了老人讓他們感覺自己只可以在家中，在我看來老人們是思想最成熟的人也是最有智慧的人，他們就是我們的寶藏。今天的演講讓我受益良多，希望以後可以聽到更多的與我們未來有關的演講。

very good!
記嘉禮1支!

導師簽章：

廖仲良



週一晨間活動觀後感

1. 影片名稱：高齡社會如何共創老年價值

2. 人物姓名：林宗憲(巧克力)

3. 最令你感動的一句話：有付出就能有所得

4. 150 字以上觀後感：

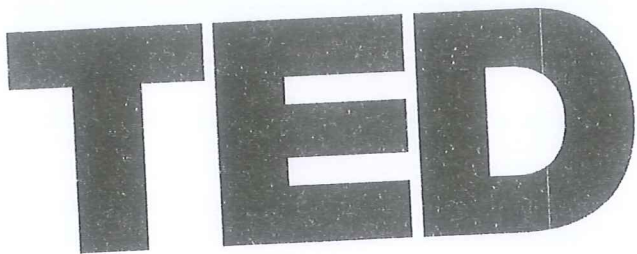
◎ 班級：建築乙 學生姓名：蔣孟誼 座號：9

不是老了就一定要待在家裡，只能整天在家待著看電視、睡覺...，適時的走出來，與社會連結，老年的人們也是需要和年輕人多多互動，他們也可以培養興趣，做自己想要做的事情，在林宗憲創構的搖滾爺爺奶奶的社團下，引導熟齡高齡族群找到自我的價值，讓他們培養自己的興趣，能上臺表演自己，不是要讓臺下看爺爺奶奶表演的人覺得他們專業，而是要肯定他們很棒，讓他們能繼續人生的伸展臺，有付出就有所得，同時令爺爺奶奶有一份收入也令他們重拾自己的興趣。

very good!

記嘉獎1支

導師簽章：陳淑芬



週一晨間活動觀後感

1. 影片名稱：高齡社會-如何共創老年價值？

2. 人物姓名：林宗憲(巧克力)

3. 最令你感動的一句話：創造的是熟齡，高齡族群社會參與的機會，體現「老有所用」的精神。

4. 150 字以上觀後感：

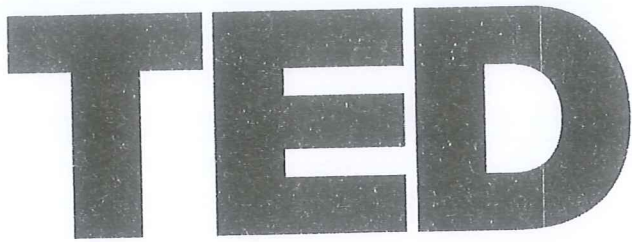
◎ 班級：貿一甲 學生姓名：林鈺婷 座號：22

我們都應該對老產生一種想像，而在台灣這樣的一個寶島最適合做這樣的想像，心裡健康處境在我們的國家裡面我們很少不願意去面對這件事情，老化生產他有一個很重要的是有付出就有所得，人人都應該退而不休，不要太早退休應該想辦法做自己想做的事情，害怕進入的洞穴就藏有需要的寶藏，阿茲海默並不可怕他在教我們是怎麼溫柔接納自己；你也可以溫柔接納別人，都有能夠掌握自己的命運的方式，你都能夠自己對年老的想像；踏上自己英雄的旅程，每個人都被這個社會灌「應該」怎樣，我們都應該走出自己的舒適圈去突破自己心裡面的心魔，我不是要每個觀賞故事的人覺得他們是專業的表演者，我要每一個觀眾聽完他們的故事之後願意把自己的家人叫出來讓他也可以進行銀髮人力活化的任何事情，例如做志工、領工讀金都可以，還是要回到社會的體系更應該跟社會產生連結，要繼續保持心態的健康，開放跟新世代可以繼續接觸。

導師簽章：朱名培

very good!

記嘉獎一支



週一晨間活動觀後感

1. 影片名稱：高齡社會-如何共創老年價值

2. 人物姓名：林東憲

3. 最令你感動的一句話：讓老年生活活的有價值

4. 150字以上觀後感：

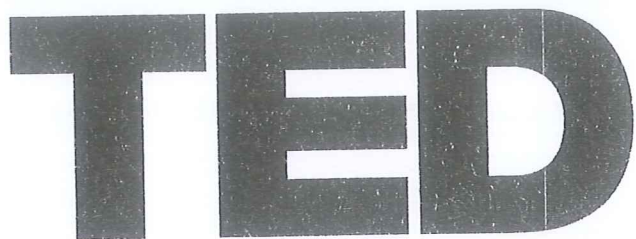
◎ 班級：17二甲 學生姓名：王 佩佳 座號：1

人一定都會有生老病死，無一不例外，從一生出到學生時期再到人生最長的就業時期再慢慢到人生的盡頭。一生能停下腳步休息的日子，好像只剩退休了。聽到很多人說退休了之後要去踏遍世界的每個角落，但不可能都把時間拿去玩吧！總有些時間是要在家裡的。我們總有些刻板印象，退休的老人只能待在家裡看電視、帶小孩？何不出去走走，做些喜歡的事，充實自己，不要局限自己。確切於自己已經變老了，沒有用了，老了的歲月就是要去做還沒做的事，年輕時想做的事。如果心態健康、身體也會跟著健康。常常在網路上看到一些人分享他們的爺爺奶奶，我看過最酷的是一個奶奶在夜店裡當DJ！她刷著碟盤，和年輕人們一起跳舞。所以我覺得年紀大了是一回事，只要有一顆永遠不老的心就好！)

very good!

記嘉祥1支

導師簽章：王佩佳



週一晨間活動觀後感

1. 影片名稱：高齡社會-如何共創老年價值

2. 人物姓名：林宗憲

3. 最令你感動的一句話：走出自己的舒適圈

4. 150 字以上觀後感：

◎ 班級：P=乙 學生姓名：郭珮萱 座號：20

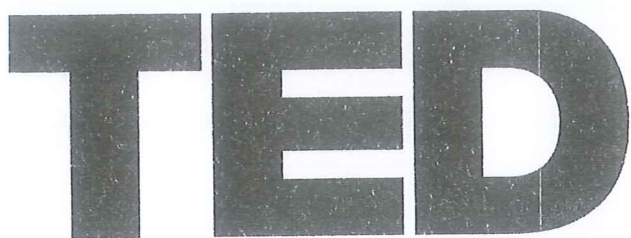
聽完這次演講之後，我覺得他的作法真得蠻好，因為近幾年的老年化趨勢越來越明顯，甚至照他說的話來看，2025年台灣的老年化將會上升到20%，而以前的想法都是老了就應該退休、就應該休息、好好養老，但是總是覺得自己應該這樣、應該那樣的話，反而會約束到自己，而不能好好的過生活。我認同作者的一句話就是「走出自己的舒適圈」。我認為老年人不是一定要能在家裡養老而已，也能做些適合自己的工作，像作者開的故事屋也是，可以雇用一些爺爺奶奶說故事給小孩子聽，不僅爺爺奶奶過得快樂充實，小孩子也開心。

very good!

記得1支!!

導師簽章：

彭凱伶



週一晨間活動觀後感

1. 影片名稱：如何共創老年價值—高齡社會
2. 人物姓名：林宗憲
3. 最令你感動的一句話：不要把什麼事情都貼上"你應該要"的標籤
4. 150字以上觀後感：

◎ 班級：J-2 學生姓名：賴家凱 座號：42

看完今天的TED之後我得到了很多啟發，影片中一直提到這個社會的一些議題，例如每個年輕人要照顧4個老人，還有2025年老人比例為20%、少子化等等……這些問題都是我們要去面對的，不只是現在的高齡化社會，未來我們自己也會變老，要學會照顧自己而不是整天只會依靠別人，有一句俗話說得很好：活到老學到老，以前聽到這句話都沒有什麼感覺，但是現在卻覺得這句話非常實用，在你老的時候培養一個專長來賺錢養活你自己也可以找一些事情做，當成休閒娛樂、興趣，但更重要的是在你年輕時努力工作，老的時候就不用這麼辛苦了。

very good!

記支體1支

導師簽章：BGM