

# 高美館 x 七分熟

## 113 年創齡福祉初階專業人才培力

### 一、簡章內容

世界衛生組織 WHO 於 2019 年 11 月公布歷年來規模最大的綜合分析報告〈藝術作為促進健康與幸福的全面性報告〉，從 2000 年開始花費 20 年的時間，彙整橫跨歐洲超過 3500 項公開研究及 900 篇以上的出版文獻。

分析顯示，藝術在生理和心理健康上具有相當重要的影響，從胎兒到臨終者，藉由各種藝術參與，能正面地影響身心健康，比起傳統醫學治療，藝術參與更能有效減少醫療成本達到預防之效。其中博物館、美術館、藝文中心等更是成為無論任何身心情況，最適合一起成長共學，甚至是促進身心健康與福祉的場域。

因此，本次系列工作坊以培養高雄市立美術館為基地的創齡跨域專業人才為目標，藝術推廣的協作與同理為主軸，發展出具「美術館創齡福祉」和「教育推廣服務設計」的系統化課程，建立以美術館為資源的藝術推廣運用可能，落實美術館成為每個人長大變老路上，維持身心健康與幸福感的重要關鍵。歡迎來自衛福醫療、社會照顧、高齡長照、藝文教育等，有志於投入創齡實務者，懷抱開放、平等、創新的一顆心，與我們攜手同行。

招募對象：高美館館員與志工；南部藝文、衛福、教育等跨域且有志於創齡之實踐推動者

報名資格：能完整參與六堂課者，優先錄取

錄取名額：30 名

課程費用：免費但真心無價，請共同珍惜

授課地點：高雄市立美術館 (高雄市鼓山區美術館路 80 號)

主辦單位：高雄市立美術館

計畫統籌：周妮萱

報名連結：<https://forms.gle/GsmpNcnXVZ1z6v2C8>

(報名日期，即日起至 3/30 止，如額滿將提早截止報名)

注意事項：1. 午餐需自理 (當日上午 9:30 前登記，可協助代訂便當)。

2. 各課程當日上午 9:10 開放於高雄市立美術館 美術資源教室報到。

3. 為響應環保，教室有飲水機設備，請自備環保杯取用。

4. 報名不代表錄取，將依您填寫的報名內容及可參與的程度進行遴選，請等候通知，謝謝。

5. 活動當日若有異動，如遇高雄市政府發佈全市停班停課（如颱風、豪雨等不可抗力天災），活動延期辦理，以當天公告為準。
6. 相關活動資訊請上本館官網/活動資訊查詢(<https://reurl.cc/N48oV9>)，活動內容若有異動，以官網公告為主。

聯絡窗口：高雄市立美術館 助理專員 郭靜宜 07-5550331#247 chingyi336@gmail.com

## 二、課程大綱與講師介紹

堂次	日期	時間	講師	課程內容	地點
1	04/02(二)	0930-1630	周妮萱	創齡與教育推廣服務設計	展場、美術資源教室
2	04/09(二)	0930-1630	李育芳	推廣現場的戲劇力	
3	04/12(五)	0930-1630	鄭琬蓓	在聆聽中成為他者- 聲音藝術的探索與實踐	
4	04/19(五)	0930-1630	張書婷	用藝術創作看展覽	
5	04/26(五)	0930-1630	蔡宛凌	藝術治療或藝術療癒？藝文場域的思維與實踐	
6	04/30(二)	0930-1630	陳懷萱	展齡有「關係」：在生命交會處創造舞台的藝術魔法	

### ● 創齡與教育推廣服務設計 04/02(二) 09:30-16:30

#### ◎課程綱要

長大變老的旅程，如何擁有真正的健康與幸福？鍛鍊「心智肌耐力」正是不二法門！本堂課將以中高齡在生理、心理、社會參與的演變發展為基礎，介紹創齡 ( Creative Ageing ) 與健康福祉的共創方法。同時講師也將運用自身開發的教育推廣服務設計 ( Service Design )，引領學員學習如何與藝文場館攜手打造有溫度的協作模式與方法，推動具個體與社會影響力的創齡教育推廣方案。

#### ◎講師介紹

周妮萱/七分熟創齡推動發展平台創辦人

資深創齡福祉設計師，古稀創意研發長及藝術教育推廣工作者。30歲前開始經歷長照，曾經是個家庭照顧者，因著走過照顧路途的機緣，藉由「創意健康」( Creative Health ) 的福祉新思維，透過「創齡教育推廣的服務設計」，建立「藝術」結合「科學」的教育推廣心法。現正結合神經美學與社會處方箋，持續推動創齡福祉的跨界創新與自由環境。著有《創齡學》、《藝術與高智》等書及相關高齡議題專欄文章。

## ● 推廣現場的戲劇力 04/09(二) 09:30-16:30

### ◎課程綱要

戲劇是關於表現人類行為的一門藝術，而表演則是關於「人」的一門技藝。這次的課程我們將以表演練習提煉學員的感知及表現力，並透由扮演、場景練習創造戲劇世界，從中增強換位思考的能力。

### ◎講師介紹

李育芳/戲劇編導、國家兩廳院合作講師

國立臺北藝術大學戲劇系畢業，資深戲劇表演教學與創作工作者。2013年創辦木子遊藝室，擔任編導，作品主題多與臺灣社會議題有關。同時亦擔任動畫影像創作、配音及表演指導，著有《中小學生認識戲劇的第一本書》，獲選文化部第41次中小學生讀物選介。

## ● 在聆聽中成為他者- 聲音藝術的探索與實踐 04/12(五) 09:30-16:30

### ◎課程綱要

在快速變遷的社會中，人們經常忘記好好呼吸、靜心聆聽。聽覺是一個伴隨自己最久的感官，聲音也是滋養人們的重要能量。本堂課將帶領參與者從聲音藝術領域中，探索以聲音作為媒材的創作行為，並在聆聽中學習觀照自身、連結他人與環境。讓「聆聽」成為探索美術館場域中的重要實踐。

### ◎講師介紹

鄭琬蓀/聲音藝術家

倫敦藝術大學聲音藝術 ( sound arts ) 碩士。著迷於聲音的稍縱即逝特性而開始研究「聆聽」的各種現象。擅於透過田野錄音素材、物件聲響裝置與電子合成音的組合，改變聽者對於聲音的想像。近年來以聲音採集工作坊走跳於台灣各個城市，其創作主題圍繞在長者族群、社會事件、文化觀察、記憶與聲音的感知性。現為《聆聽老靈魂- 長者藝術創作聚落》計畫主持人與聲音藝術家。

## ● 用藝術創作看展覽 04/19(五) 09:30-16:30

### ◎課程綱要

本工作坊從體驗創作時生理功能的老化現象開始，連結到美術館藝術教育推廣及美術館對於創齡之意義，並以館內展品為案例，實際經歷藝術家所設計之創作規畫，操作、探索適合各齡層的創作媒材，以激發未來設計創齡活動的各種想像。

### ◎講師介紹

張書婷/獨立藝術家與藝術教育工作者

畢業於國立臺北藝術大學美術學系、藝術與人文教育研究所。曾參與臺北市立美術館、奇美

博物館等創齡公眾推廣計畫。近年致力於高齡族群藝術教育之推廣，含社區樂齡課程、長照機構、安寧病房等。擅長藉由低門檻且多元媒材的視覺藝術教學，拉近與藝術的距離，並帶領長者透過藝術創作梳理生命經驗與故事。現就讀於國立臺灣師範大學藝術學系博士班。

### ●藝術治療或藝術療癒？藝文場域的思維與實踐 04/26(五) 09:30-16:30

#### ◎課程綱要

從治療與療癒的差異出發，建立基本認知並分享藝文場館如何結合資源、運用資源，發展屬於藝文場域的藝術療癒力。除了思考受眾需求，同時須納入對文化背景、社會議題的關照，建構屬於場域中獨有的推廣脈絡及工作模組。讓藝文場域成為日常中的必要，發揮社會影響力。

#### ◎講師介紹

蔡宛凌/行動藝術治療師

英國瑪格麗特皇后大學藝術治療碩士，取得英國藝術治療師證照。曾於英國及臺灣之場館、學校、藝文中心、社區機構等處進行藝文參與及藝術治療工作，持續嘗試及探索表演藝術跨入不同領域的可能性

### ●展齡有「關係」：在生命交會處創造舞台的藝術魔法 04/30(二) 09:30-16:30

#### ◎課程大綱

藝術是舞台也是對話媒介。在藝術裡相遇的你我，透過藝術體驗打開了重新整理與定義意義的可能性，在傾聽與表達的共做共創過程中，從我到我們成為豐富彼此人生的色彩。這場活動將帶領大家一起思索創齡活動生命經驗對話交流對於促進高齡福祉的意義與價值。

#### ◎講師介紹

陳懷萱/國立臺灣大學創新設計學院創新領域學士學程專案助理教授

現任臺灣大學創新設計學院專案計畫助理教授，現同時擔任台北銀髮服務新創活力中心計畫協同主持人。兼具戲劇與人類學背景，喜歡觀察人的相遇互動，創造連結的舞台，期許自己是推廣人類學視野的社會實踐者。目前核心的關注是在地老化與以戲劇為方法的青銀共融設計。