

## 溫馨送慈心

在今天我們帶老人活動，我們也學到了很多，也體會到了很多東西。一開始我們進去的時候看到很多老人都坐在輪椅上昏昏沉沉的，沒有精神，後來我們一開始，先放一些輕柔的音樂，讓老人慢慢醒過來。



接下來我們開始，帶老人做暖身操。一開始，頭部360度輕微轉動，為了讓各位老伯伯的脖子周圍血管循環加快，頭轉幅度越來越大。

然後讓老伯伯舉起雙手，開始拍打手心，慢慢地從手掌心往上移動一直到肩膀，為了加速手臂的血液循環。最後，讓他們用手拍打自己的雙腿，從大腿往下打至小腿，有助於他們腿部的肌肉放鬆。

接著，我們開始幫老伯伯按摩。先從肩膀開始，再從第一段脊椎兩側開始按摩輕輕的按著兩邊穴道，讓老伯伯肩膀緩緩放鬆，讓老伯伯更好的享受我們所帶來的服務，然後我們慢慢地往下，按摩第二段脊椎

在脊椎兩側，用適當力道去按壓穴位，讓脊椎感到放鬆



按摩完之後，是魔術社帶來的精采表演。魔術師讓老伯伯舉起他們的雙手，然後，雙手反扣，再轉回來。可是有些人轉不回來，而魔術師卻轉回來了，讓榮民伯伯感到很疑惑，魔術師就說這就是magic!

然後告訴我們這個魔術的秘訣，讓我們感到很驚訝。隨後他又表演了一項魔術，就是把水從杯子裡變雪花。他找了一位觀眾來配合魔術，拿了一個杯子給觀眾，在他的杯子裡倒滿了水，把水遞給觀眾又喝了瓶子裡的水，已表示水沒有問題是正常的水，叫觀眾默唸一段咒語

水就消失變雪花。



之後當觀眾把杯子翻轉過來口朝下，倒出來的不是水而是雪花，這場魔術表演讓所有人感到驚訝，覺得很精彩，大家都拍手叫好，想要繼續讓魔術師表演其他的魔術，可惜時間不夠，只能期待下次。

之後我們和榮民老伯伯玩遊戲，名字叫比手畫腳，我們拿出了一疊題目，讓老伯伯猜題目，第一個題目是雨傘，工作人員做出下雨天撐雨傘的樣子，讓老伯伯猜，他們很踴躍的發言，最後被其中一位老伯伯猜到。第二題是杯子，工作人員這次用語言提示，形容出杯子的作用和它的形狀，沒有人猜得出來，最後工作人員講出了關鍵字他們才猜出來。



第三題的題目是帽子，工作人員指了自己頭上的帽子，老伯伯就很快的猜了出來。最後一題衛生紙工作人，很賣力地形容那個形狀，可是老伯伯猜不出來，後來講到它的用處，老伯伯一下子就猜了出來了

最後，我們一起和老伯伯拍照留念，為這次的服務學習畫下圓滿的句點，大家都很开心，希望下次可以再來。

攝影/撰文：熱舞社