

【長照 3.0 實務路徑沉浸式考察團】報名簡章

失智照護 × 社區自主 × 智慧健康

深入荷蘭！走進失智小鎮與 Buurtzorg，探索落地實踐模式

當臺灣邁向長照 3.0，積極推動社區整合照護、失智友善環境與醫養協作，國際上有哪些成熟模式值得借鏡？當國內在面對「三班制護病比」新制帶來的人力調度與排班挑戰時，世界領先國家又是如何做到提升照護品質，同時減輕第一線負擔？



「看見未來」+「解決問題」+「標竿現場」

這次我們借鑒世界領先國家的成熟案例，深入了解荷蘭如何建構兼具包容性、安全性與生活便利性的高齡友善城市，親自探索他們是如何在「居家照護自主化」與「社區支持體系」實踐成果，這將對於我國完善長照 3.0 體系具有高度參考價值。

行程將走訪國際知名的失智照護典範 **The Hogeweyk**、全球創新社區照護代表 **Buurtzorg**，以及高齡友善城市典範 **Utrecht**。對於臺灣高度關注的「三班護病比」議題，盼與當地智庫及 Health Hub Utrecht (HHU) 體系等單位進行深度交流。如何透過「小組自主運作」與「精實管理系統」，在降低行政管理負擔的同時，提升護理人員的專業價值與工作滿意度，進而化解人才留任痛點。

透過第一線觀察、專業座談與實務交流，讓照護機構經營者、管理者及政策推動者掌握國際趨勢，期望建構高齡者能安心生活、持續參與社會的友善空間環境，將荷蘭經驗轉化為符合臺灣需求的創新策略與落地模式。

● 考察重點與特色

1. 三班護病比與護理人力新探討

聚焦臺灣當前最關鍵的人力議題，深入了解荷蘭如何透過自主團隊、跨域協作與數位管理機制，提升照護品質、減輕第一線負擔，並強化人才留任與組織韌性的多元實務配套。

2. 失智症去機構化模式

全日深度參訪與專人導覽全球失智照護標竿「The Hogeweyk 失智小鎮」，學習國際具代表性的失智照顧模式，理解如何透過生活化環境設計與自主支持機制，維護長者尊嚴與生活品質。

3. 高齡友善城市與社區創新活化治理

走進烏特勒支，觀察政府、社區、商業服務與科技樞紐資源如何共同打造高齡友善環境，實踐社區共融與創新治理，促進跨領域社區營造之創新數據治理實踐。

4. 社區自主照護實務

拜會荷蘭居家護理 Buurtzorg 總部並與創辦人、高層團隊座談，深入了解自主管理團隊的運作機制與跨專業合作，帶回高階團隊及實務工作者第一線居護賦能的精實管理模式。

● 主辦單位：財團法人中衛發展中心

- **報名方式**：一律採線上報名，即日起至7/15（三）止，若額滿將提早截止，報名網址：<https://forms.cloud.microsoft/r/bBEkhg2SBg>。報名後請於五天內（含假日）完成繳款；匯款帳號如下：

匯款帳號：624-54-133567-8
 匯款銀行：中國信託商業銀行 承德分行
 銀行戶名：財團法人中衛發展中心

- **行程安排**：
 - 考察日期：2025年9月12日(六)至9月20日(日)
 - 考察行程表 (本次行程精實學習，並有**當地領隊兼翻譯隨行**)

天數	日期	考察行程與地點	
1	9/12 (六)	19:20 抵達阿姆斯特丹，由專車接往飯店辦理入住休息，為接下來精實行程養足精神。 入住 Radisson Hotel Amsterdam Airport Schiphol Hoofddorp 或同等級旅館	
2	9/13 (日)	阿姆斯特丹 → 沃倫丹 → 羊角村 → 茲沃勒 高齡友善城市考察 荷蘭北海著名漁村沃倫丹高齡友善社區考察 綠色威尼斯之稱的羊角村宜居環境巡禮 茲沃勒友善城市風貌與生活機能體驗 入住 Bilderberg Grand Hotel Wientjes 或同等級旅館	
3	9/14 (一)	茲沃勒 → 阿爾默洛 → 阿姆斯特丹 專業考察 Buurtzorg 總部 參訪荷蘭居家護理巨頭 Buurtzorg 總部，與創辦人、高層團隊深入對談第一線居護賦能精實管理模式。 入住 Radisson Hotel Amsterdam Airport Schiphol Hoofddorp 或同等級旅館	
4	9/15 (二)	阿姆斯特丹 → 烏特勒支 → 阿姆斯特丹 專業考察 Health Hub Utrecht (HHU) 。 旗下「健康轉型學校」(HTSU) 是一大核心，專為醫療與健康領域專業人士打造的創新學習計畫，非傳統教授，而是培訓醫護人員成為「變革代理人」(Change Agents)，教授「創意領導力」以克服體制內的轉型阻力，讓臨床人員具備跨領域思維。 入住 Radisson Hotel Amsterdam Airport Schiphol Hoofddorp 或同等級旅館	
5	9/16 (三)	阿姆斯特丹 專業考察 The Hogeweyk 失智小鎮 全日深度走進全球知名的 The Hogeweyk Dementia Village 失智症照護社區，以專人導覽了解包括 Hogeweyk 的照顧理念、沉浸式親身體驗超市、俱樂部	

天數	日期	考察行程與地點	
		部、劇院、花園與廣場等公共區域； 入住 Radisson Hotel Amsterdam Airport Schiphol Hoofddorp 或同等級旅館	
6	9/17 (四)	阿姆斯特丹 → 海牙 → 鹿特丹 → 阿姆斯特丹 高齡友善城市巡覽 海牙和平宮認識荷蘭社會治理與共融發展理念 海牙國會大廈周邊廣場了解高齡友善空間規劃 參訪鹿特丹立體方塊屋參考未來高齡宜居住宅 鹿特丹拱廊市場體驗便利完善生活服務自主機能 鹿特丹小孩堤防巡禮打造全年齡層共享友善環境 入住 Radisson Hotel Amsterdam Airport Schiphol Hoofddorp 或同等級旅館	
7	9/18 (五)	阿姆斯特丹 高齡友善城市巡覽 梵谷博物館參訪，體驗文化參與與終身學習環境 海尼根體驗館考察，觀察創新互動與友善設計應用 阿姆斯特丹王宮巡禮了解古蹟維護與無障礙設施共存 水壩廣場漫遊體驗活躍老化、高齡友善公共空間規劃 入住 Radisson Hotel Amsterdam Airport Schiphol Hoofddorp 或同等級旅館	
8	9/19 (六)	阿姆斯特丹 高齡友善城市巡覽 從文化參與、社會共融、活躍老化及無障礙環境等面向觀察荷蘭如何打造適合高齡者生活的城市環境 前往機場，搭機返台	
9	9/20 (日)	抵達台灣 溫暖的家 或 持續於荷蘭停駐 度過恬靜美好的中秋連假，停駐荷蘭的推薦行程： ● 米菲兔博物館(Nijntje museum)從米菲兔的故鄉烏特勒支的中央火車站 (Utrecht Centraal) 散步約 20分鐘即可抵達。米飛兔簡約、直覺且溫暖的設計風格，是跨世代的療癒象徵。 ● 庫勒慕勒美術館 (Kröller Müller Museum) 隱藏在荷蘭梵谷國家公園內的藝術瑰寶，擁有多幅梵谷曠世巨作，如《夜間咖啡館》、《播種者》。 ● 安妮之家 (Anne Frank House) 位於阿姆斯特丹，探索歷史教育、人權推廣與反思戰爭的歷史傳記博物館。 ● 莫瑞泰斯皇家美術館(Mauritshuis) 從「貴族豪宅」成為「國家級美術館」，其收藏大量黃金時代極品，最著名的是維梅爾《戴珍珠耳環的少女》。 ● De Librije隱身於改建的修道院圖書館內，為荷蘭最	 

天數	日期	考察行程與地點	
		具代表性的米其林三星頂級餐廳，長年穩居米其林三星及世界前五十最佳餐廳之好評。 ● 魯爾蒙德名品暢貨中心(Designer Outlet Roermond) 是歐洲規模最大的購物天堂，環境猶如童話小鎮，匯聚約200家國際與歐洲在地品牌。	

※以上拜訪單位均已進行聯繫，主辦單位保留依實際狀況調整、變更、替換行程內容、活動安排及取消之全部權利。

● **費用說明**：由財團法人中衛發展中心開立考察研習「發票」；

類型	說明
金額 (含稅價)	早鳥價 ：總額新台幣 183,000 元 (需於 7/3 前完成報名，方享有此優惠) 原價：總額新台幣 188,000 元 ※費用包括以下
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 旅館：4星級國際連鎖旅館或歐式4星旅館，二人一室含早餐及當地稅金及城市稅金。 <ul style="list-style-type: none"> ➢ 荷蘭-阿姆斯特丹住宿旅館：Radisson Hotel Amsterdam Airport Schiphol Hoofddorp或同等級、Bilderberg Grand Hotel Wientjes ➢ 單人房需額外加價28,000元。 2. 交通：全程安排中型20座巴士接送團體，行程中所有停車費及過路費用已內含。 3. 保險：三萬歐元海外申根醫療險、500萬旅行責任險+20萬意外醫療險、3000萬旅行業履約險。(不含個人旅行平安險) 4. 導遊：安排專業當地領隊9/13- 9/19全程隨團服務。(來回搭機無領隊隨行) 5. 餐食：全程安排7*午餐+6*晚餐;共13餐。團體餐食將依行程內容精心搭配，安排中式料理、西式餐點及當地特色風味料理交替享用，讓團員於旅途中品味多元美食體驗。 6. 機構訪問費及其他門票：The Hogeweyk失智小鎮(全日專人深度解說)、博祖克訪問費(創辦人對話及全日專人深度探討)，以及其他機構訪問費與景點門票費用。(※若參訪單位提出之其他之衍生費用，亦將於出團前告知，敬請保留約300歐元。) 7. 小費：當地司機之每日小費及每日車上提供每人二瓶飲用水。
	提醒：費用「不包含」以下內容 <ol style="list-style-type: none"> 1. 臺灣往返荷蘭機票費用。 2. 護照工本費、其他地點出發之費用、機票升等價差、單人房價差、床頭小費/行李小費等私人開銷小費、個人因素所產生之消費，如飲料、酒類、私人購物費、燙洗衣、網卡、行李超重等額外費用。 3. 本行程表上未註明之各項開銷，建議、自費或自由行程所衍生之任何費用。 4. 個人旅遊平安保險，依規定旅客若有個別需求，得自行投保旅行平安保險及旅遊不便險。

● **建議航班時間** (※以下為參考航班，可能因航空公司實際航班時間可能有所調整)

天數	航段	航班	出發時間	抵達時間
DAY 1	台北(TPE) / 阿姆斯特丹(AMS)	BR-075	07:50	19:20
DAY 9/10	法蘭克福(FRA) / 台北(TPE)	BR-076	21:40	20:10 (+1)

- ✧ 中華CI航空台北-阿姆斯特丹/法蘭克福-台北。
- ✧ 託運行李：建議航班之經濟艙託運行李來回**每人免費託運二件**，每件不超過23公斤。

● **沉浸式考察團之聯絡人**

單位 (電話/分機)	聯絡人	Email
財團法人中衛發展中心 (02-6605-7528*1541)	李小姐	c1541@csd.org.tw

● **沉浸式考察團【注意事項】**

1. 本次行程若因個人因素造成脫隊或未能參與行程中的部分活動，包括但不限於餐食、旅遊、住宿將視為自動放棄該部分服務相關費用亦不予退還。變更行程所須增加之費用由個人自行負擔。
2. 團員於本團行程開始後，未能及時參加排定之行程項目或未能及時搭乘飛機、車、船等交通工具視為自動放棄權利不得向本中心要求退費或任何補償。
3. 各航空公司或其他運輸公司依其個別條例直接對乘客及行李負責行程如有交通延誤、行李損失或意外事件等情事悉由各該運輸公司依其所訂之條例直接對團員負責。
4. 本次考察行程表所列之行程，主辦單位保留依實際狀況調整、變更、替換行程內容、活動安排及取消之全部權利。
5. 最低組團人數：10(含)人。如低於10(含)人，中衛保有最後出團之決定權。
6. 如報名後不克參加，請書面方式通知主辦單位，退費比例如下：
 - 8/2前取消者，收取手續費 40,000 元。
 - 8/2-9/3 通知取消者，每人退費繳交費用之 50%。
 - 9/3 後告知取消、或未通知取消、或自旅程中退出者，恕不退費。
7. **敬請務必詳讀並知悉，下列參團須知：**
 - 不同國家有程度高低的旅遊風險，為考量旅客自身旅遊安全並顧及同團其它團員的旅遊權益，若有慢性疾病、年滿70歲以上、行動不便等狀況，請主動告知，且需有家人或友人同行，方可 接受報名。如未告知身體特殊狀況以致無法成行或衍生其他問題，旅客需自行負責。

- 團費報價以雙人房(二人一室)為主，歡迎結伴參加。若單人報名，須付擔全程單人房差額 NTD28,000元。原則上會協助安排同性團友共用一室，若順利調整，則免收單人房差額。
- 單人房加價係指「單人指定入住一間單人房之房價差」，而不是付房價差即入住雙人房型，單人房為一人使用空間，通常較雙人房小。
- 飯店的團體房無法指定連通房、同行親友指定住在同樓層或鄰近房間，會向飯店提出您的需求，但無法保證飯店一定會提供，敬請見諒。
- 飯店建築常遇房間規格差異，或飯店善意升等造成房間大小不一，此非本公司所能掌控，亦無差別待遇，敬請旅客諒察。
- 歐洲餐食口味偏重、葷食多肉、素食的選擇性較低，如有特殊餐食之需求者請於報名時告知，恕無法指定餐食，僅能根據過敏及特殊飲食禁忌替換可能之選項。不吃肉食之貴賓餐食會以素食替代，無法保證一定有海鮮可替代提供，敬請見諒。
- 有關房型與特殊餐食需求，我們將盡力協助，但無法保證皆可調整。因國外飯店與餐廳於旺季 時極度忙碌，難以接受短期內的調整，但仍會盡力達成貴賓的需求。
- 因環保及氣候特性冬季寒冷時間較長，夏季炎熱時間較短，且夏季日夜溫差大夜晚涼爽，因此，歐洲飯店房間有的僅設置冬天必備之暖氣設備，並無冷氣設備，敬請諒察。
- 本行程視飯店之確認及當地節慶保有調整之權利，若遇商展或節慶，將會尋找同等級替代飯店及住宿點，敬請包涵，行程/飯店/餐食以「行前說明資料」所列資料為準。



財團法人

中衛發展中心

Corporate Synergy Development Center

長照 3.0 實務路徑沉浸式考察團

