



「蹲點・台灣」服務成果報告書

有模有YOUNG

台灣老大人活力發展協會

梁容爾、蔡莘蕎

自我介紹



梁容爾 國立臺北大學 社會工作學系

「梁山聚好漢，容納龍與虎，爾等赤子心，留待史書評。」

來自臺北大學社工系的女孩，十八般武藝樣樣都只會一半，覺得生命就該浪費在美好的人事物上。夢想不因年齡性別而有局限，只要相信自己你也可以改變這個世界。

蔡莘蕎 中原大學 會計系

一個沉著冷靜的女孩，一直以來過著簡單樸實的生活，用真誠的心做好每一件事，在今年暑假決定突破以往，跨出自己的舒適圈，參與蹲點台灣這個活動，想要度過一個與眾不同的暑假！



服務成果

服務名稱：潮到出水

服務日期：2018.7.24~2018.8.9

服務方式：跳脫於以往大眾對於「服務」的定義，我們決定用創新方法來呈現，替協會拍攝宣傳MV，來推廣協會的宗旨理念。用「說唱」來表達，由長輩的角度出發，以嘻哈的節奏來說自己的想法，唱出自己的態度，展現出老人也能登上時尚潮流的自信。



服務成果

器材與設備：電腦(剪輯軟體)、相機。

來源：自己準備。

前置準備工作與時間：在協會連續十七天的生活，完全貼近的互動模式，將所見所聞融入歌詞，以及宣傳片的畫面呈現，與協會的長輩們討論，從協會的環境介紹，到以能代表協會特色課程為主軸，而帶出活到老學到老的概念，精彩過生活的想法實踐，推廣協會宗旨。

服務過程文字與影音記錄：提供長輩一個可以發光發熱的舞台，推動台灣老人生涯規劃，多樣化的課程設計，讓長輩能做選擇，與外界交流互動。大學生與長輩跨世代合作，一同創作而成，歌詞是以老人的視角敘述，以RAP的方式唱出老人對年輕人的心聲，說出「人生七十才開始」的想法，強烈的節奏感搭配流行的用語再加上影像的呈現，將協會的所有精華濃縮於MV當中。



服務成果

服務成果：顛覆一般人對於老人的刻板印象，宣揚「活到老，學到老」的理念，重新定義老人在現代社會的價值，再次展現生命活力，能夠徹底執行終身學習，帶領長輩們分享過往的經驗、以往的回憶，重現生命的意義，多采多姿的行程，不要因為年紀而有所侷限，懂得把握當下充實過生活！

連結網址：

《潮到出水》老大人活力發展協會
<https://youtu.be/QvOk1jEwLD8>

作詞：蔡莘蕎 梁容爾

作曲：Midi Mafia Turkey Burgers

演唱(rapper)：黃桂蘭

拍攝地點：老大人活力發展協會



其他成果



在協會舉辦的活動
中擔任志工與活動
記錄拍攝的角色



其他成果



課程中擔任小幫手，協助長輩們
解決疑難雜症

每次上課前幫長
被量血壓、提醒
注意身體健康



其他成果

帶協會的金釵志工
團姐姐們到台北的
華山文創園區參觀



禮拜二、四的
青銀共餐前我們
會帶活動與長輩
們一起遊戲

其他成果



除了每日的例行
打掃之外，也幫
廚房來了一次
大掃除

協會的長輩們都很
擅長廚藝，每當大
日子有客人來訪時
就會一起大展神技



附錄：《潮到出水》歌詞

Part1

春眠不覺曉 就是不服老
嘿 年輕人給我聽好
不要以為有了歲數就不嘻哈
不要以為上了年紀就只會蛤
抱持這種想法真可怕
刻板印象有夠瞎 看我歌詞多嗆辣
你給我過來 聽我隨便掰 不要機機歪歪
這是我人生第一次RAP 保證讓你聽到SHOCK

看我玩桌遊 年輕人要加油
跟著我登上熱門潮流 不要只會隨波逐流

不要說我LOW 我很會打LOL
別說我健忘 聽你在那邊汪
有種就上網 看我人氣有多旺

煮菜不夠鹹 記得加點鹽
我走在時尚尖端 這只是個開端

陽光 空氣 水 給花澆點水
沒事多喝水 看我潮到出水
你不要再說嘴

Part2

不要以為有了歲數就不嘻哈
不要以為上了年紀就只會蛤
抱持這種想法真可怕
刻板印象有夠瞎 看我歌詞多嗆辣

我走過最長的路 不是人生的道路 是阿依稀爹路(日)

我愛喝COFFEE 我還會SHOPPING
沒有唬你 這就是真理

我會RAP 我也懂科技
別問我行不行 只是雕蟲小技

不聽老人言 吃虧在眼前
世界瞬息萬變 不要遊手好閒
一生求新求變 看我七十二變 以不變應萬變

我不是古人 我在老大人 我們是一家人
老大人的老 老大人的老
多樣課程讓你欲罷不能
人生不黑白 整個城市都是我舞台
跟我一起來 勇敢走出來

