



The Hong Kong Polytechnic University  
Department of Applied Social Sciences

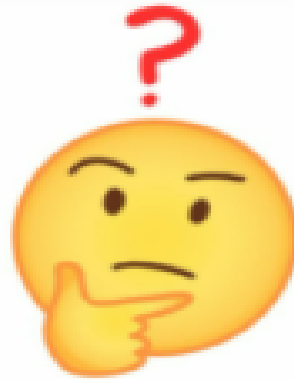
## Preparatory Workshops for BASW/MSW

### Service Overview

Ms. Osmund Kwok Yin Mei  
MSC in Forensic & Legal Psychology  
BA (Hons) in Social Work

# 貴庚數學題

- \* 請問你今年貴庚呢？
- \* 請問你2069年貴庚呢？
- \*  $?? + 48 = ??$



# 人口高齡化

- \* 65歲及以上人口數目未來變化
- \* 65歲及以上的人口: 137.7萬
- \* 2051年: 270.2萬

## 甲. 選定年份的人口特徵

### A. Characteristics of the population for selected years

統計時點 (年中) Reference time point (mid-year)	2019 (基準 Base)	2024	2029	2034	2039	2049	2059	2069
人口百分比 Percentage of population								
0 至 14 歲 Aged 0 – 14	12%	11%	10%	8%	8%	8%	7%	7%
15 至 64 歲 Aged 15 – 64	71%	67%	64%	63%	61%	59%	57%	58%
65 歲及以上 Aged 65 and over	18%	22%	26%	29%	31%	34%	35%	35%

# 長者服務IQ題

\* 每年11月第三個星期日?



# 長者地區中心

## 2019-20年度服務內容及統計數字

### 長者中心服務

長者地區中心（附設長者支援服務隊）、長者鄰舍中心及長者活動中心為長者及其護老者提供地區和鄰舍層面的社區支援服務，以便長者及其護老者可在鄰近其住所的中心接受多元化的服務，例如個案管理、社區及健康教育、護老者支援服務、社交及康樂活動、義工發展及外展服務。

長者社區支援服務	中心數目 〔截至2020年3月31日〕
長者地區中心	41
長者鄰舍中心	170
長者活動中心	1

# 長者地區中心

- \* 服務對象: 年滿60歲長者及護老者/50後  
會籍: 有效期為該年4月1日至翌年3月31日

## 直接服務

1. 認知訓練服務
2. 護老者支援服務
3. 隱蔽長者服務
4. 長者支援服務
5. 長者外展服務
6. 義務工作發展
7. 社區網絡工作
8. 教育及發展活動
9. 社交及康樂活動
10. 個案輔導服務
11. 社區及健康教育活動
12. 轉介社區資源
13. 飯堂、洗衣及浴室服務

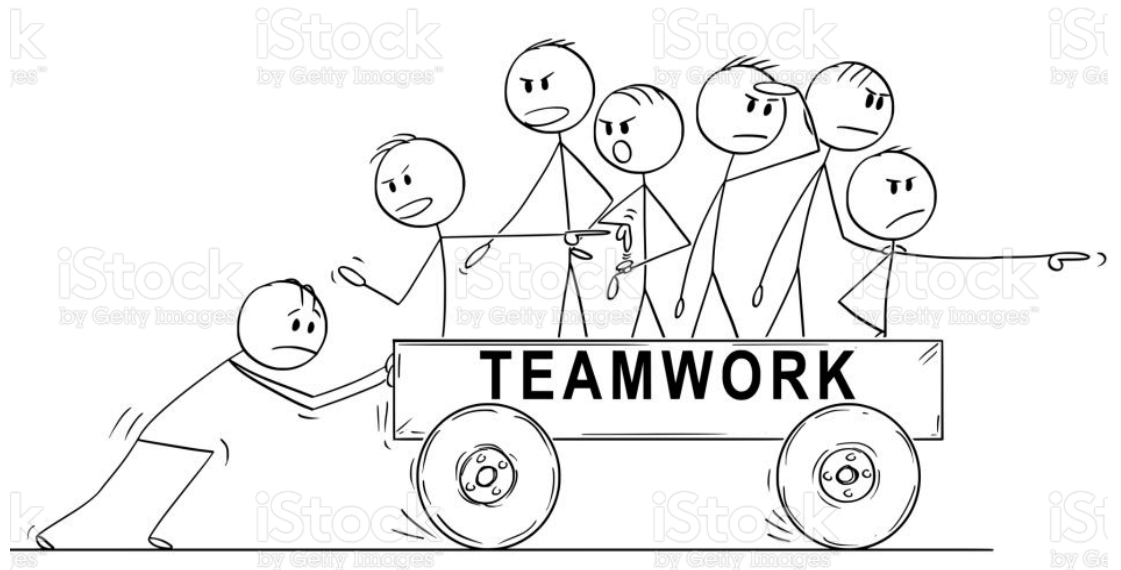
# 長者地區中心

## 非直接服務

1. 與跨界別社區持份者建立伙伴關係
2. 提供綜合服務和敬愛護老社區計劃
3. 支援區內安老服務單位並合辦長者服務計劃
4. 收集及發放安老服務和社區資源資訊予坊眾/  
跨界別社區持份者

# 長者地區中心人手及分工

- \* 長者支援服務隊
- \* 長者輔導及護老者支援部
- \* 教育及發展部
- \* 綜合家居照顧隊





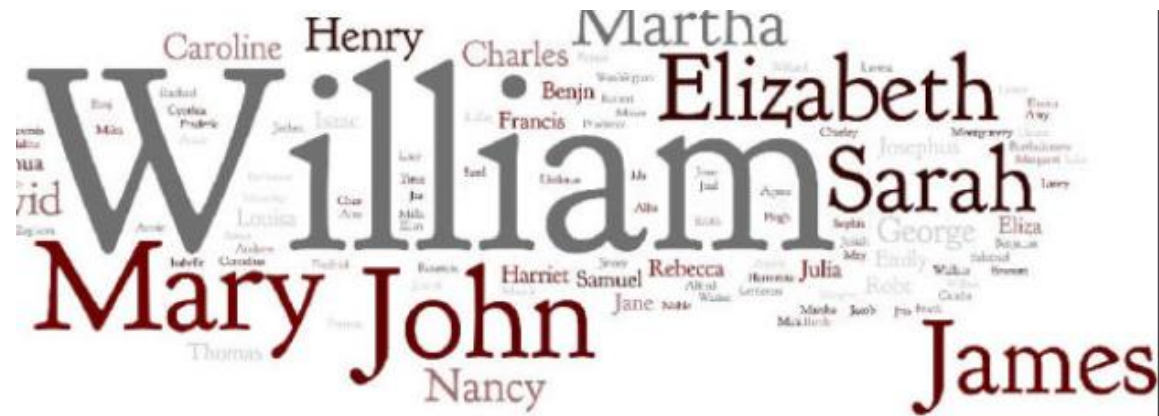
# 長者地區中心人手及分工

職級/職位	人手數目
社會工作主任	1
護士長 <sup>2</sup>	0.5
一級職業治療師或一級物理治療師	1
助理社會工作主任	5
高級社會工作助理	3
社會工作助理	5
高級福利工作員	1
福利工作員	1
個人照顧工作員	2
二級文書主任 / 助理文書主任	1
文書助理	1
二級工人	3

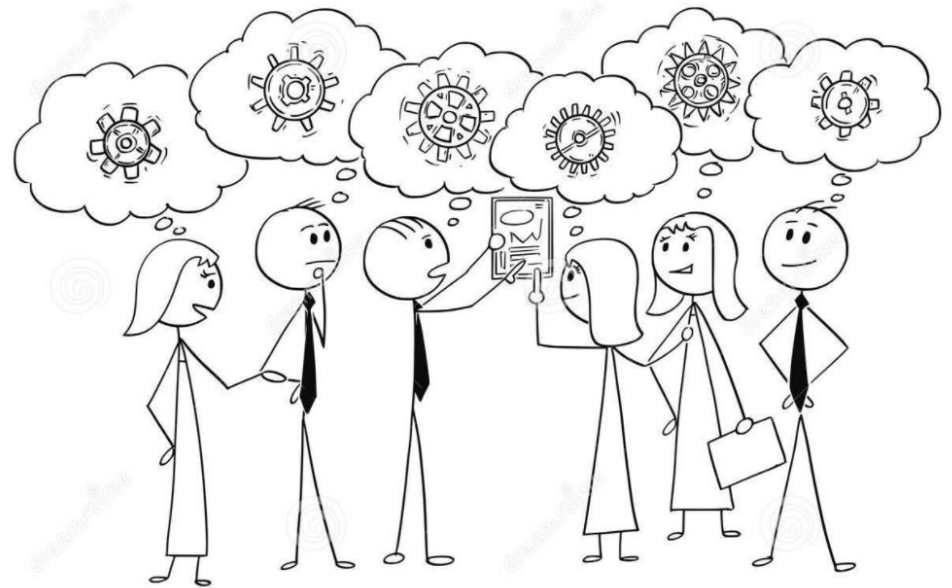
# Administration & Record



# Organizational Culture



# Challenges



# Changes under COVID-19

- \* Rules for Staff and Placement Students
- \* Health Declaration & Temperature Check
- \* Number of Participants & Social Distance
- \* Precaution Measures & Rules for Participants
- \* Implications on Plans & Activities
- \* Parallel by On-site & Online
- \* Ongoing Assessment & Modifications

# 因應疫情及社署指引 中心服務安排

- \* 個別預約服務如常
- \* (包括家訪)
- \* (疫廈則在確診7日後才提供,如情況特殊再商議)
  
- \* 預約的班組、活動、研討會,保持1.5米社交距離下,依照房間限定人數,以實體形式舉行
  
- \* 參觀活動,上限為25人  
停止一切有飲食的安排
  
- \* 參觀人士需到接待處登記姓名及電話,  
以便有需要時聯絡

# Applications

- \* Online Platforms (Zoom, WhatsApp Groups)
- \* Virtual Reality Games
- \* I-Pad
- \* Game Apps (e.g. 健腦遊戲 - 「智有腦」)
- \* 視像傳情
- \* Channel for Care Givers & Domestic Helpers
- \* e.g. 賽馬會流金頌護老有e道
- \* e.g. 長青護老頻道 - 簡體中文字幕版
  - 印尼文字幕版
  - 英文字幕版

# 賽馬會『抗疫同行』長者支援計劃

- \* 2020年11月起推行
- \* 支援獨居及兩老共住的長者
- \* 「2019冠狀病毒病」疫情
- \* 1) 電話關懷慰問
- \* 2) 社區實務支援
- \* 3) 專業健康服務及轉介
- \* 4) 募義工大使服務長者

香港仔坊會 AKA 社會服務 Social Service

香港賽馬會慈善信託基金

## 賽馬會 抗疫同行

### 長者支援計劃

健康有「里」，由您做起

**計劃背景** 在新型冠狀病毒病疫情下，本會社會服務開展為期18個月的健康支援及關懷服務。

**計劃對象** 居於南區60歲或以上獨居或兩老共住的長者

**計劃目的**

- ☑ 為長者提供適時的社區及健康支援服務；
- ☑ 應用資訊科技儀器，推廣積極樂齡年及健康生活模式；及
- ☑ 擴闊跨舍支援網絡，建立社區資本。

**計劃內容**

- 第一層面 電話支援**
  - ✓ 配對義工定期進行電話慰問
- 第二層面 社區服務支援**
  - ✓ 借用健康測量儀器
  - ✓ 送遞日常生活用品
- 第三層面 醫護及健康支援**
  - ✓ 專業醫療人員致電或探訪跟進需要

**查詢** 南區長者綜合服務處  
地址：香港華富邨華美樓419-432室  
電話：2554 4002 (伏姑娘/洪先生)



歡迎關注



# 「智友醫社同行計劃」

- \* 「智友醫社同行計劃」
- \* 食物及衛生局/醫院管理局/社會福利署
- \* 2017年2月推出
- \* 2年的「智友醫社同行」先導計劃
- \* 2019年2月起常規化
- \* 2019年5月擴展所有41間長者地區中心及7個醫管局聯網



# 全城「認知無障礙」大行動

- \* 2018年9月為期3年 公眾教育活動：
- \* 加強市民對認知障礙症的認識及關注
- \* 建立友善社區
- \* 「認知友善好友」簡介會
- \* 登記成為「認知友善好友」



- \* 關注認知障礙症錦囊(電子書)
- \* [https://www.swd.gov.hk/dementiacampaign/tc/doc/Dementia\\_Awareness\\_kit\\_tc.pdf](https://www.swd.gov.hk/dementiacampaign/tc/doc/Dementia_Awareness_kit_tc.pdf)

# 護老同行計劃

- \* 2018年10月開展為期3年的「護老同行」計劃
- \* 邀請各物業管理公司參與
- \* 為前線物業管理人員提供簡單培訓
- \* 掌握如何辨識及協助有需要的長者及護老者
- \*

# 外傭護老培訓試驗計劃

- \* 社署/衛生署/6間長者地區中心合作
  - \* 2018年3月推出18個月「外傭護老培訓試驗計劃」
  - \* 加強培訓外傭照顧體弱長者的基本知識和技巧
  - \* 300個免費培訓名額
- 
- \* 培訓內容：照顧長者的基本技巧
  - \*                   ：照顧認知障礙症及中風長者的選修科目

# 外傭護老培訓試驗計劃

- \* 第一期2019年5月完成
  - 招募375名學員
  - 344名學員完成課程
- \* 2019年7月將試驗計劃擴展至7個地區，延長計劃至2020年12月，額外提供合共950個培訓名額
- \* 第二期試驗計劃2021年10月開展
- \* 1350個培訓名額

# 「老有所為活動計劃」

- \* 1998-1999年推行
- \* 2003年4月起常規化
- \* 在社區倡導老有所為和尊長敬老的精神
- \* 社會服務機構、地區團體、教育團體
- \* 各類活動
- \* 推廣：終身學習
- \*       ：社區參與
- \*       ：長幼共融
- \*       ：跨代義工活動
- \* 2019-20年度368項活動參與長者人數超過11萬



# 「賽馬會『e健樂』電子健康管理計劃」

- \* 2016-2019推行
- \* 第2期計劃2020年2月
- \* 電子健康管理技術
- \* 社區關懷
- \* 專業團隊跟進
- \* 80間長者中心參與



# 「賽馬會『e健樂』電子健康管理計劃」

## \* 合作夥伴

- \* 香港中文大學賽馬會老年學研究所
- \* 香港中文大學賽馬會公共衛生及基層醫療學院
- \* 長者安居協會

## \* 目標：

- \* 應用電子及數碼化健康管理技術
- \* 促進長者中心成為長者健康首個接觸點
- \* 提升長者的健康管理能力
- \* 提升長者生活質素
- \* 透過數據收集及整合，分析長者的健康狀況





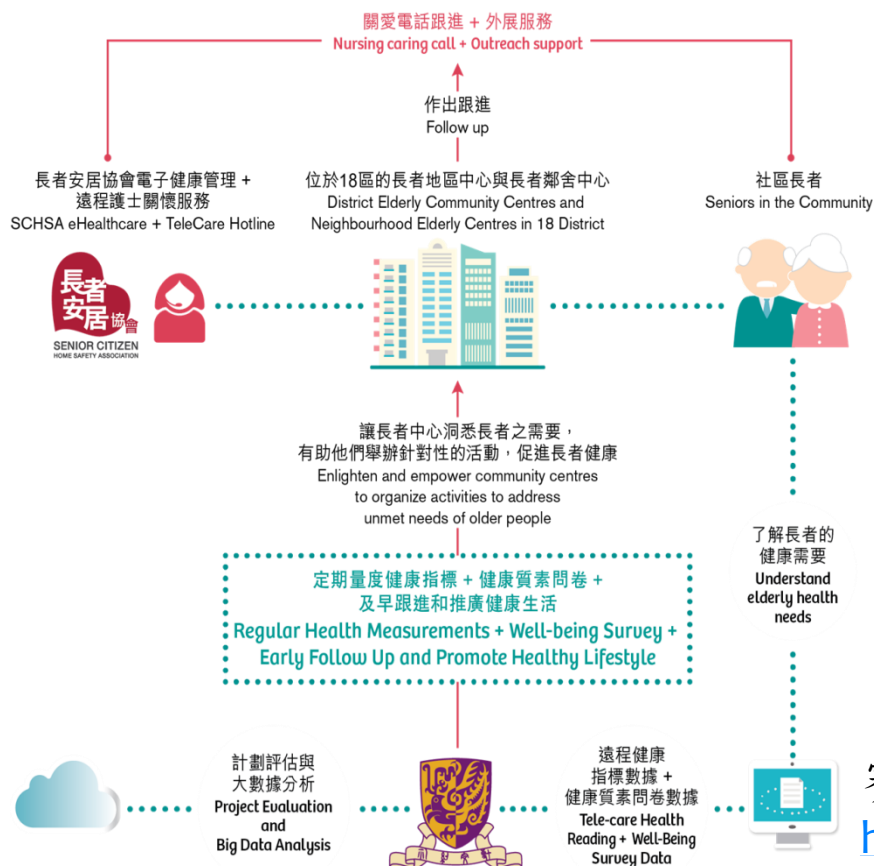
# 「賽馬會『e健樂』電子健康管理計劃」

- \* 服務流程:
- \* 長者中心安裝電子健康站
- \* 長者憑智能卡登入
- \* 經過訓練的中心工作人員或專業保健員協助進行血壓、血糖及體重等量度
- \* 健康數據會透過雲端傳送到長者安居協會作監察及分析
- \* 數據超出標準或長時間沒有量度，協會的護士團隊將致電長者了解及跟進
- \* 護士、保健員及社工組成的團隊定期到中心探訪，與長者分享健康資訊
- \* 研究所定期進行長者健康質素調查
- \* 解長者的需要，讓中心設計合適的活動及服務
- \* 研究所分析得出的數據，了解本港長者的健康狀況及趨勢



# 「賽馬會『e健樂』電子健康管理計劃」

## 服務流程 SERVICE FLOW



賽馬會「e健樂」計劃網頁

<http://www.jc-ehealth.hk/tc/index.html>

# 樂齡科技

- \* 人口老化現象而衍生的科技產品
- \* 互聯網技術、機械人技術、大數據分析及雲端運算
- \* 根據長者的個人需要研發創新產品
- \* 起居自主、健康檢測、家居安全、復康保健
- \* 提升長者生活質素和自理能力
- \* 減輕照顧者的壓力
- \* 科技產品(防遊走監察系統、升舉扶抱工具)

# 香港理工大學「賽馬會智齡匯」計劃 (Jockey Club Smart Ageing Hub)



賽馬會智齡匯  
Jockey Club Smart Ageing Hub



香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

# 香港理工大學「賽馬會智齡匯」計劃 (Jockey Club Smart Ageing Hub)

- \* 香港理工大學生物醫學工程學系
- \* 27/10/2018
- \* 為期5年
- \* 推廣智齡科技
- \* 提升長者的生活質素
- \* 香港賽馬會慈善信託基金撥款4,795萬港元

# 智齡科技「體驗中心」

- \* 親身體驗活動、工作坊及導賞參觀
- \* 展示智齡科技產品
- \* 蓋衣、食、住、行、個人護理、安全裝置、健康管理等十大類別
- \* 按典型住屋實際比例建成的智齡家居示範單位
- \* 客廳、廚房、浴室、睡房安裝了智齡科技產品



「智齡科技產品資源庫」：  
<https://www.polyu.edu.hk/Ageing/tc/reslibrary.php>

# 智齡科技「體驗中心」

- \* 「示範院舍」
- \* 與6家非政府機構合作設立
- \* 扶康會、基督教靈實協會、賽馬會耆智園、仁濟醫院
- \* 為院舍提供切合環境與需要的智能輔助工具
- \* 提高前線護理人員的工作效率
- \* 提升院友的起居安全
- \* 安排安老服務業界實地參觀示範院舍
- \* 鼓勵業界善用智齡科技



# 嶺南大學馬會樂齡科技與智能安老計劃



LU Jockey Club Gerontechnology  
and Smart Ageing Project

嶺大賽馬會樂齡科技  
與智能安老計劃

香港賽馬會慈善信託基金

- 2019至2022年
- 鼓勵樂齡科技
- 鼓勵智能安老社會創業發展
- 醫食住行為主題的活動及教育平台
- 培育樂齡科技人才
- 進行研究，建立樂齡科技產品研發

# 「嶺南大學賽馬會樂齡科技體驗館」



- 展示與醫、食、住、行相關的樂齡科技產品
- 增進公眾人士認識
- 提供體驗樂齡科技產品
- 提升長者及照顧者的生活質素
- 刺激創新技術
- 刺激社會企業家精神

# 樂齡科技博覽暨高峰會



樂齡科技  
博覽暨高峰會  
Gerontech and Innovation  
Expo cum Summit

3-6.11.2021

香港會議展覽中心  
展覽廳1A-C

博覽無需登記免費入場



香港會議展覽中心  
展覽廳 1A-C



高峰會：2021年11月2-4日 (星期二-四)  
博覽：2021年11月3-6日 (星期三-六)

訂閱我們的最新資訊：

輸入你的電郵

訂閱

全港最大型的樂齡科技公眾教育活動

2017年舉辦至今

香港特別行政區政府,香港社會服務聯會,香港科技園公司協辦

- 市民接觸及認識樂齡科技產品
- 推動本地安老及復康服務業積極應用有關科技
- 促成相關服務及計劃的開展
- 促進樂齡科技普及應用

# 賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃 服務中心



不知在何處購入器材?

不肯定產品是否合適?



未必有能力負擔產品售價?

# 賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃 服務中心

- \* 香港社會服務聯會主辦
- \* 香港紅十字會
- \* 基督教香港信義會社會服務部
- \* 聖雅各福群會
- \* 4年半的試驗計劃



# 賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃 服務中心

- \* 中心開放予公眾參觀
- \* 2021首階段
- \* 年滿60歲或以上在沙田區居住的長者
- \* 首要支援 - 剛出院的長者病人
- \* - 獨居長者
- \* - 雙老家庭
- \* - 有長期護老需要的長者



# 賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃服務中心

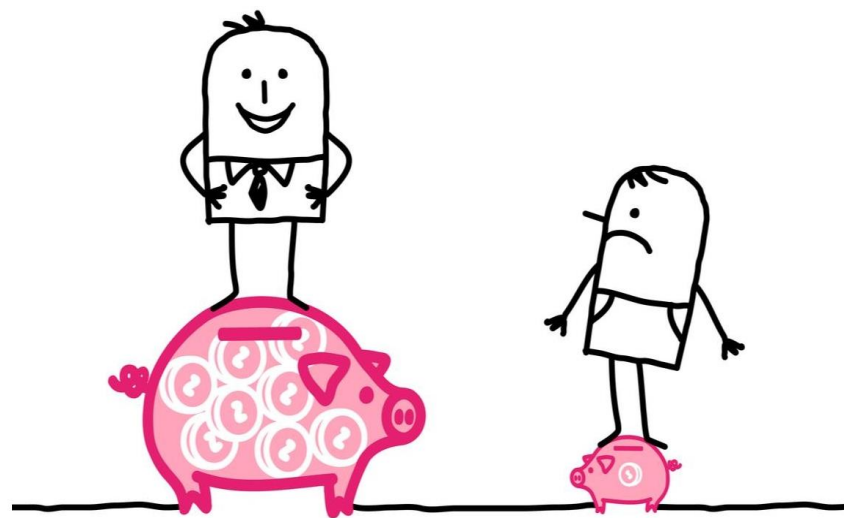
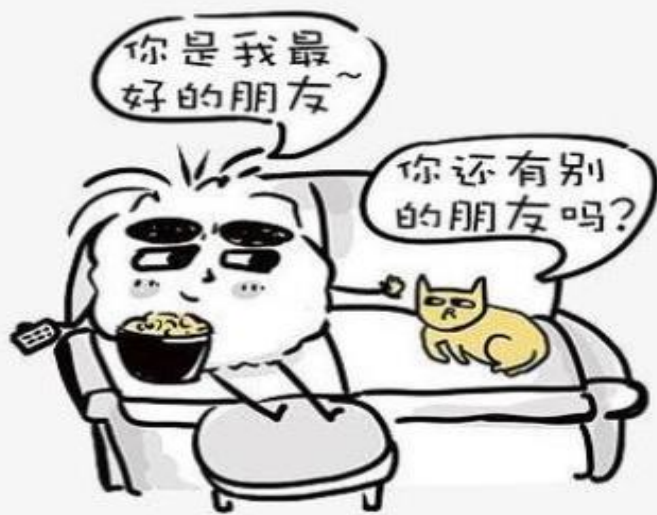
- \* 為長者提供包括評估、安裝及定期探訪的器材租賃服務
- \* 沙田賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃服務中心
- \* 火炭樂齡科技清潔及保養服務中心
- \* 超過20款、300多件樂齡科技器材租用
- \* 家庭收入釐定不同付款級別
- \* 網站：<https://ageathome.hk/>

# 長者特性和需要





# 改變



# 長者類別

- \* 認知障礙症長者
- \* 獨居長者
- \* 雙老家庭
- \* 抑鬱長者
- \* 自殺傾向長者
- \* 哀傷長者

# 護老者

- \* 夫婦伴侶
- \* 子女家人
- \* 鄰居
- \* 朋友
- \* 外傭

# 認知障礙症長者

全球  
每3秒  
新增1位患者

- \* 全球每3秒便有1人確診認知障礙症
- \* 2019年全球患者人數估計超過5千萬



香港:

- \* 香港 70 歲或以上的長者，有 10% 患者有認知障礙症
- \* 每年新增個案達 18,000 多宗
- \* 2036 年患者將高達 28 萬人，約佔全港人口 4%

# 認知障礙症嫲嫲與孫仔



# 「認知友善好友」全球運動



# 「認知友善好友」全球運動

- \* Dementia Friends (港譯: 認知友善好友)
- \* 2013
- \* 香港認知障礙症協會於2017年4月加入運動
- \* 運動標誌是一朵勿忘草  
(通稱: 毋忘我 Forget-me-not)
- \* 勿忘草提醒社會勿忘患者的需要





賽馬會友里蹤跡社區計劃

JOCKEY CLUB CARING COMMUNITIES  
FOR DEMENTIA CAMPAIGN





## 賽馬會友里蹤跡社區計劃

JOCKEY CLUB CARING COMMUNITIES  
FOR DEMENTIA CAMPAIGN

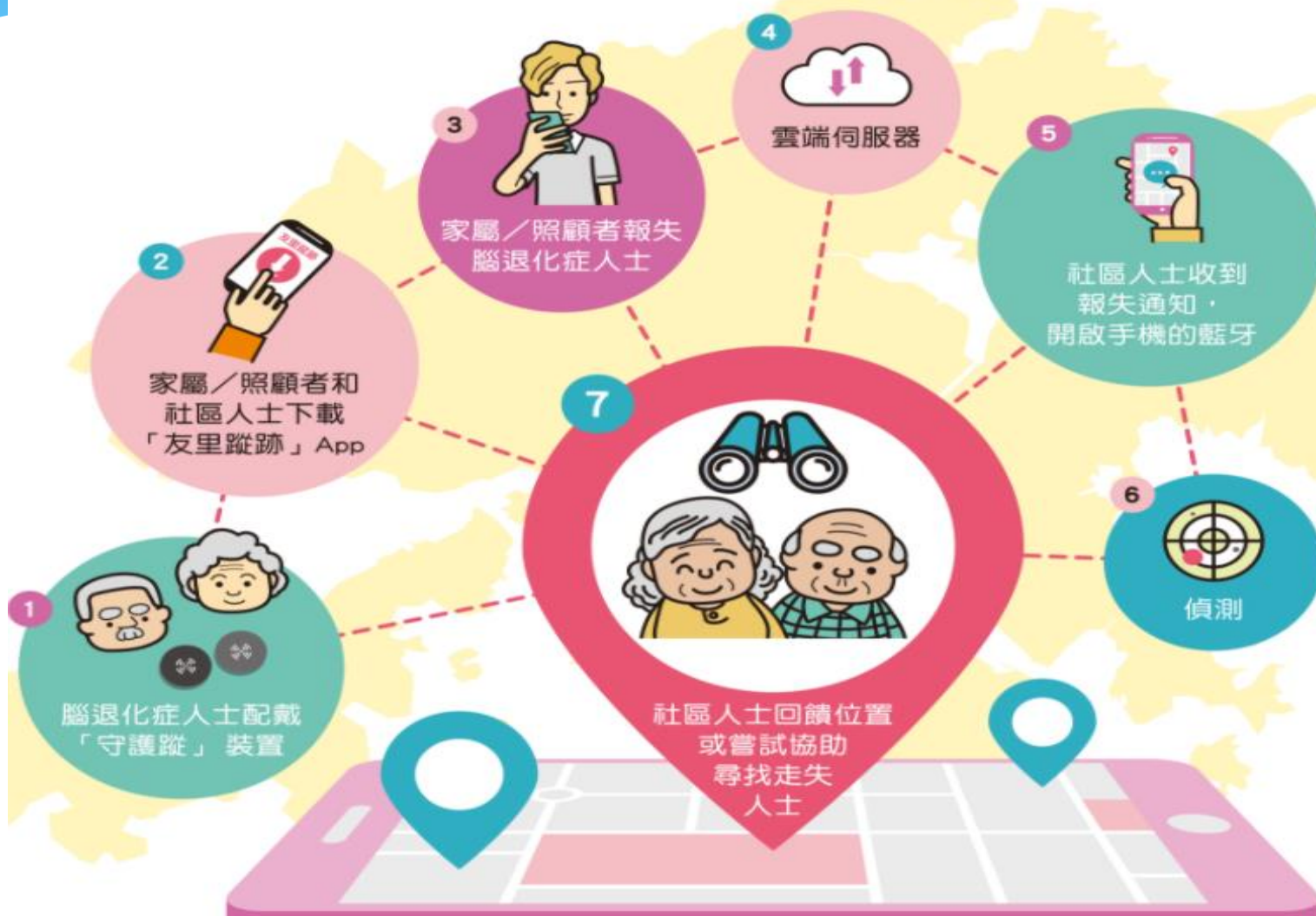
- \* 賽馬會耆智園 聯同聖雅各福群會及香港科技大學
- \* 2019年9月至2022年8月
- \* 「友里蹤跡」手機應用程式
- \* 加強公眾人士對腦退化症的認識和關注預防走失
- \* 建立網絡追蹤系統，提供多一個尋找走失腦退症人士的途徑
- \* 鼓勵大眾下載「友里蹤跡」APP，成為「耆跡天使」，以協助尋找腦退化症
- \* 長遠地建立腦退化症關愛社區





# 賽馬會友里蹤跡社區計劃

JOCKEY CLUB CARING COMMUNITIES





# 賽馬會友里蹤跡社區計劃

JOCKEY CLUB CARING COMMUNITIES  
FOR DEMENTIA CAMPAIGN

從心  
賽馬會  
關懷認知障礙症  
社區計劃



## 百搭卡片

可放於銀包或卡類物品，  
背面可張貼家人相片/長者喺。



開心  
卡卡笑

從心  
賽馬會  
關懷認知障礙症  
社區計劃



## 圓形匙扣

可自行換電，可自行配上鎖匙  
或八達通等；並有背夾，可百  
搭放置。



闔家  
團圓

從心  
賽馬會  
關懷認知障礙症  
社區計劃



## 手杖掛鈎

附於手杖上，不易鬆脫；  
適合慣於使用手杖的人士



得心  
應手



# 賽馬會友里蹤跡社區計劃

## JOCKEY CLUB CARING COMMUNITIES FOR DEMENTIA CAMPAIGN

腦退化症人士照顧者留意：



### 免費申請「守護蹤」電子裝置 流動車路線圖

協助尋找腦退化症人士  
友里相連 守護書跡



旺角 28/8 起點  
粉嶺 29/8

觀塘 30/8  
 旺角 31/8  
 荔枝角 1/9  
 新蒲崗 2/9  
 土瓜灣 3/9  
 尖沙咀 4/9  
 黃埔 5/9  
 屯門 6/9  
 荃灣 7/9

東涌 22/9  
 九龍灣 20/9  
 將軍澳 18/9  
 屯門 16/9  
 北角 14/9  
 銅鑼灣 12/9  
 元朗 10/9  
 上環 8/9

深水埗 23/9  
 太子 19/9  
 葵涌 17/9  
 柴灣 15/9  
 香港仔 13/9  
 葵涌 11/9  
 青衣 9/9

九龍城 24/9  
 天水圍 25/9  
 荃灣 26/9 終點

#### 分區查詢

##### 賽馬會耆智匯

電話：6804 6307  
 電郵：cod@jccpa.org.hk  
 網址：https://www.jccpa.org.hk

##### 聖雅各福群會

電話：8105 5818  
 電郵：dfriends@sjs.org.hk  
 網址：dementia.sjs.org.hk/sjs/tc



\*流動車路線及停泊點可能因應實際情況改變，敬請留意。

# 抑鬱長者

本港約有百分之十的長者出現抑鬱徵狀



**抑鬱症病徵**

- 情緒低落
- 不斷有自殺念頭
- 焦慮及驚恐失措
- 覺得孤立無援
- 失眠
- 頭痛
- 胃口差、體重直線下降。
- 失去活動動機，影響日常生活。

註：最少兩星期內，持續有以上特徵。

# 抑鬱長者調查(2020)



- \* 香港大學社會工作及社會行政學系研究團隊
- \* 2020年2至8月
- \* 調查長者在疫情下的行為和心理健康
- \* 電話訪問8,382名60歲或以上長者
- \* 93%長者減少社交活動
- \* 1成受訪者出現抑鬱、焦慮徵狀
- \* 60歲至79歲長者最高危
- \* 長者要照顧認知障礙症照顧者，  
患抑鬱癥狀較非照顧者高出1倍
- \* 女性出現抑鬱和焦慮徵狀比例亦較男性高



策劃及捐助 Initiated and Funded by:



香港賽馬會慈善信託基金

合作院校 Partner Institution:



Department of Social Work and Social Administration  
The University of Hong Kong  
香港大學社會工作及社會行政學系

## 關於賽馬會 樂齡同行計劃



## 項目團隊

策劃及捐助： 香港賽馬會慈善信託基金



香港賽馬會慈善信託基金

合作院校： 香港大學社會工作及社會行政學系



Department of Social Work and Social Administration  
The University of Hong Kong  
香港大學社會工作及社會行政學系

# 賽馬會樂齡同行計劃

- \* 2016年開始推行
- \* 香港賽馬會慈善信託基金撥款
- \* 協助改善晚年抑鬱問題
- \* 提高專業人員和非專業人員應對長者心理健康問題的能力
- \* 提高公眾對晚年心理健康的認識



# 賽馬會樂齡同行計劃

- \* 計劃2016至2019年
- \* 於葵涌、觀塘、深水埗和將軍澳4個地區進行試點
- \* 合作夥伴
- \* : 香港大學
- \* : 14間長者服務及精神健康服務的非政府機構
- \* 為受抑鬱徵狀影響的長者提供全面的支援

# 賽馬會樂齡同行計劃

- \* 截至2019年12月31日
- \* 計劃已接觸並篩查了超過9萬名長者
- \* 服務了超過4000名長者
- \* 其中3198名長者有抑鬱風險
- \* 1117名長者有輕度或以上的抑鬱徵狀
- \* 計劃培訓了21位項目社工和234位「樂齡之友」
- \*
- \* 2020年起
- \* 計劃分兩階段推展至全港18區
- \* 培訓5,000名長者義工
- \* 參加者網上修畢15小時精神健康急救證書課程和實習



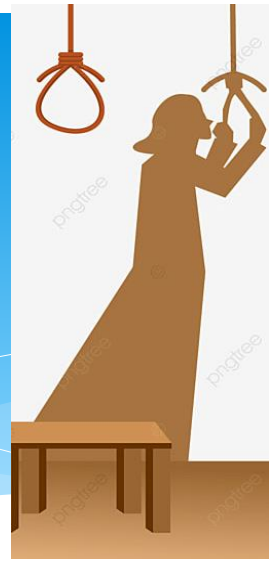


# 全球自殺個案

- \* 世界衛生組織 (WHO)
- \* 每年約有 80 萬人自殺身亡
- \* 平均每 40 秒就有 一個人自殺



# 香港自殺個案



- \* 香港長者自殺數字一直高居榜首
- \* 香港長者自殺率較西方國家高出3倍以上
- \* 15-24 歲的青年自殺個案自 2014 年起持續上升的趨勢

# 香港長者自殺個案(2020)

香港撒瑪利亞防止自殺會 (31/7/2021公布)

- \* 本港去年自殺死亡數字為1,019宗
- \* 60歲以上長者自殺死亡數字為438宗
- \* 數字創47年有紀錄以來最高
- \* 佔整體死亡數字4成3



The Samaritan Befrienders Hong Kong  
香港撒瑪利亞防止自殺會

# 「賽馬會擁抱生命系列」 「撒瑪利亞賽馬會跨代關愛生命計劃」

- \* 香港賽馬會慈善信託基金捐助
- \* 2020 至 2022 年間推行
- \* 提升青年人的心理質素
- \* 關愛長者為本
- \* 連結兩代
- \* 跨代交流
- \* 共同關注精神及心靈健康



# 「賽馬會擁抱生命系列」

## 「撒瑪利亞賽馬會跨代關愛生命計劃」

### \* 青年大使

- \* 15歲或以上的全日制學生
- \* 富責任心，願意主動聆聽和幫助情緒受困的人
- \* 承諾積極參與全期訓練，其後在學校推動情緒健康訊息
- \* 操流利廣東話優先

### \* 長者小組

- \* 本地長者中心或院舍的60歲或以上長者或照顧者
- \* 願意接受義工探訪
- \* 有情緒困擾跡象者優先



# 「賽馬會擁抱生命系列」 「撒瑪利亞賽馬會跨代關愛生命計劃」

- \* 青年大使
- \* 6節成長探索培訓及1次訓練營
- \* 8節跨代工作坊
- \* 校園「精神健康週」展覽及畢業禮
  
- \* 長者
- \* 8節正向輔導小組
- \* 青年大使提供4節跨代工作坊





# 「生命共行」外展長者服務

- \* 「生命熱線」
- \* 2006年10月
- \* 香港賽馬會慈善信託基金
- \* 2010年4月獲得「香港賽馬會社區資助計劃」捐助以繼續推展
- \* 外展形式
- \* 與地區機構協作
- \* 留意及支援有情緒困擾或自殺危機的長者
- \* 安排義工定期探訪及電話慰問
- \* 減低長者自殺風險



# 「生命共行」外展長者服務

- \* 探訪服務: 60 歲或以上長者(情緒受困擾或有自殺危機)
- \* 義工服務: 18 歲或以上人士
  
- \* - 探訪情緒受困/ 自殺危機長者
- \* - 優先探訪有自殺危機的個案
- \* - 強化地區義工在聆聽及紓緩長者情緒技巧的訓練
- \* - 發揮預防長者自殺的功效

網址：[www.sps.org.hk](http://www.sps.org.hk)





明愛賽馬會照顧者資源及支援中心  
Caritas Jockey Club Resource and Support Centre for Carers

\* 一站式全面服務

- ◇ 為不同需要的顧老者提供日常生活、情緒及社交支援
- ◇ 提供平台讓護老者得到服務資訊、專業評估、到戶服務、個別輔導及照顧技能培訓

\* 服務無疆界

- ◇ 全港所有護老者均能使用本中心之服務

\*

跨專業合作

- ◇ 團隊由專業人士組成，設計全方位的照顧計劃
- ◇ 明愛專上學院各學系合作，進行服務評估及推動創新服務



明愛賽馬會照顧者資源及支援中心  
Caritas Jockey Club Resource and Support Centre for Carers

\* 義工團隊

◇ 義工培訓及發展

研究及倡導

◇ 透過與明愛專上學院進行研究及促進護老者的參與，

\* 倡導支援護老者的服務政策

\* 地址：新界將軍澳調景嶺翠嶺里2號 明愛專上學院9樓

\* 護老者支援熱線：3892 0101

\* WhatsApp：5277 3500


\* 網頁：<http://sws.caritas.org.hk/carers>



明愛賽馬會照顧者資源及支援中心  
Caritas Jockey Club Resource and Support Centre for Carers

## \* 求助錦囊

### 精神健康求助錦囊


 明愛賽馬會照顧者資源及支援中心

以愛服務 締造希望

照顧者求助錦囊  
(精神健康篇)



### 認知障礙症求助錦囊

 明愛賽馬會照顧者資源及支援中心

以愛服務 締造希望

照顧者求助錦囊  
(認知障礙症篇)



### 中風求助錦囊

 明愛賽馬會照顧者資源及支援中心

以愛服務 締造希望

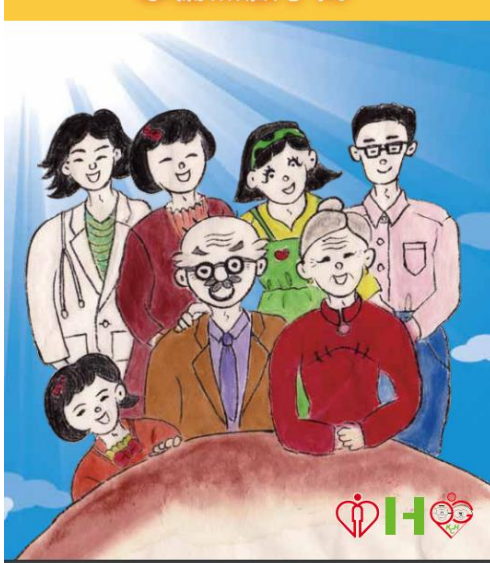
照顧者求助錦囊  
(中風篇)





醫院管理局  
HOSPITAL  
AUTHORITY

照顧患有認知障礙症長者  
家傭照顧手冊



[http://kch.ha.org.hk/form/Alzheimer's\\_disease\\_Cantonese.mp4](http://kch.ha.org.hk/form/Alzheimer's_disease_Cantonese.mp4)

[https://www.swd.gov.hk/dementiacampaign/tc/doc/Caring-for-Elderly-with-Dementia-Guide-to-Foreign-Domestic-Helper\\_TC.pdf](https://www.swd.gov.hk/dementiacampaign/tc/doc/Caring-for-Elderly-with-Dementia-Guide-to-Foreign-Domestic-Helper_TC.pdf)

# 長者服務資訊網站

## 社會福利署

香港特別行政區政府  
社會福利署

GovHK 香港政府一站通 繁體純文字 简体版 ENGLISH

搜尋 輸入查詢字串 網頁指南

主頁 > 公共服務 > 安老服務

- 簡介及目標
- 年度服務內容及統計數字
  - 長者社區照顧服務
  - 長者社區支援服務
  - 安老院舍照顧服務
- 年度服務重點
  - 長者社區照顧服務
  - 長者社區支援服務
  - 安老院舍照顧服務
  - 人手支援 - 培訓計劃及其他措施
- 資助長期護理服務中央輪候冊
- 長者服務統一評估機制
- 長者服務統籌及支援服務
- 長者地區中心
- 長者支援服務隊
- 長者鄰舍中心
- 長者活動中心
- 長者支援服務

公共服務 社會保障 ▶

地區資訊 家庭及兒童福利服務 ▶

非政府機構資料室 臨床心理服務 ▶

地理資訊地圖 醫務社會服務 ▶

下載區 康復服務 ▶

常見問題 安老服務 ▶ 簡介及目標

相關條例 青少年服務 ▶ 年度服務內容及統計數

# 認知障礙症資訊網站

\* 賽馬會耆智園

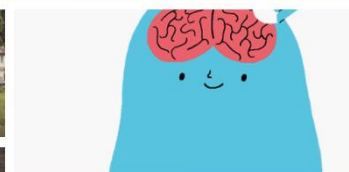
\* <https://www.jccpa.org.hk/tc/home/index.html>



環境設施 訓練中心 服務範圍 焦點項目 研究 腦退化症資訊 產品刊物 關於我們 社區資源 傳媒查詢



造優質生活 >





# 認知障礙症資訊網站

- \* 香港認知障礙症協會
- \* <https://www.hkada.org.hk/>

The screenshot shows the homepage of the Hong Kong Alzheimer's Disease Association. At the top left is the logo, which consists of two hands (one purple, one green) holding a green plant. To the right of the logo is the text '香港認知障礙症協會' and 'Hong Kong Alzheimer's Disease Association'. Below this is the tagline '本會為國際認知障礙症協會在香港的唯一會員機構'. On the top right, there is a Facebook icon and the text '捐款支持 網站地圖 中 Eng'. Below the header is a navigation menu with links: '主頁', '關於我們', '協會服務', '特別項目及資助服務', '最新消息', '六藝®健腦活動', '認識認知障礙症', '出版', '支持我們', '相關網站', '聯絡我們'. The main content area features a large graphic of a hand holding a plant, with the text '致力為受認知障礙症影響的家庭提供專業專門的全面支援服務'. Below this is a '查看詳情' button. To the right are four circular images showing people engaged in various activities: a woman and a child, a man and a woman, a group of people playing a board game, and a group of people holding a sign.

## 最新消息

認知障礙症  
照顧策劃師課程  
Certified Dementia  
Care Planner (CDCP)  
Course

認知障礙症照顧策劃師課程

課程大綱由香港認知障礙症協會轄下  
認知障礙症教育中心(CAPE)與國際認知

六藝®  
桌上遊戲

六藝®桌上遊戲

協會精心製作「六藝®」桌上遊戲  
及上腦遊戲，遊戲適合一般長者

流動  
認知障礙症  
服務站

流動認知障礙症服務站

透過走訪不同地區，與區內團體合



認知友善好友  
Dementia Friends  
Hong Kong

認知友善好友  
(Dementia Friends)

# 培訓教材資訊網站

\* 香港賽馬會「流金頌」

\* <https://www.cadenza.hk/index.php?lang=zh>

The screenshot shows the top section of the Cadenza website. On the left is the Cadenza logo with a musical note and the text '流金頌'. To its right are logos for project partners: The Chinese University of Hong Kong and The University of Hong Kong. Further right is the logo for the Hong Kong Jockey Club Charities Trust with the slogan '用心同步 與馬同行 RIDING HIGH TOGETHER'. In the top right corner, there are links for 'A A ENG' and 'contact us'. Below the logos is a horizontal navigation menu with the following items: 主頁, 流金頌簡介, 最新消息, 社區計劃, 公眾教育, 培訓計劃, 領袖培訓及科研, 資料庫, and 聯絡我們. The '培訓計劃' item is highlighted, and a dropdown menu is visible below it, listing '- 賽馬會流金頌護老有e道' and '- 培訓教材'. To the right of the dropdown, a large button labeled '培訓計劃' is visible.

## 培訓教材

Public Lecture card with a purple header and footer. The text reads: 公眾講座 (Public Lecture) and 對象: 市民大眾 (Target: General Public).

公眾講座

Workshop card with a green header and footer. The text reads: 工作坊 (Workshop) and 對象: 非正規及家庭照顧者 (Target: Non-formal and family caregivers).

照顧者工作坊

Specialized Course card with a blue header and footer. The text reads: 專業課程 (Specialized Course) and 對象: 醫護及社福界專職人士 (Target: Healthcare and social welfare professionals).

專業課程 (只提供英文版)

# 長者身體疾病資訊網站

- \* 社區健康醫學堂老友記健康大學實用手冊
- \* <http://www.hkma.org/communityhealthacademy/publication/phb/mobile/index.html#p=7>



## 目錄

老友記健康大學	6-7
身心健康課程-老年疾病課程	8-44
腎病及痛風	8-11
認知障礙症	12-15
老年抑鬱症	16-19
中風	20-23
腸胃及小腸氣	24-28
心臟疾病	29-31
長者防跌及骨科	32-34
泌尿疾病	35-37
糖尿病及高血壓	38-41
眼科疾病	42-44

身心健康課程-護理課程	45-68
吞嚥問題	45-47
家居安全	48-50
助行器具的使用及保養	51-52
老人營養學	53-55
認知障礙症患者行為與心理徵狀	56-57
生命表徵量度	58-59
藥物安全	60-61
長者常見的婦科問題及癌症	62-64
皮膚護理	65-66
口腔健康及牙齒護理	67-68
身心健康課程-社交及休閒課程	69-71
食療及養生	69-70
其他社交及休閒課程	71
護老者支援課程	72-73
認識「認知障礙症」訓練課程	74
鳴謝	75

# 精神病資訊網站

\* 青山醫院精神健康學院

\* [https://www3.ha.org.hk/cph/imh/mhi/index\\_chi.asp#2](https://www3.ha.org.hk/cph/imh/mhi/index_chi.asp#2)

The screenshot displays the website interface for the Institute of Mental Health (IMH) at Castle Peak Hospital. The header includes the organization's name in Chinese and English, along with a logo. A navigation menu contains links for '關於我們', '附屬小組', '精神健康教育資料', '活動快訊', '最新消息', '網站連結', and '聯絡我們'. The main content area is titled '精神健康教育資料' and features a sidebar with a list of resources such as '精神健康小貼士', '常見的精神健康問題', '濫用藥物', '治療精神師的方法', and '精神健康教育小冊子'. The main content area is divided into two sections: '精神健康小貼士' and '常見的精神健康問題'. The '精神健康小貼士' section lists topics like '如何擁有精神健康和克服精神病?', '壓力管理', '憤怒處理', '正向心理學', '失眠的處理', and '克服哀傷期'. The '常見的精神健康問題' section is further categorized into '常見的青少年及兒童精神健康問題', '常見的成人精神健康問題', and '常見的老人精神健康問題', each with a list of specific conditions and symptoms.

青山醫院精神健康學院  
Institute of Mental Health  
Castle Peak Hospital

關於我們 附屬小組 精神健康教育資料 活動快訊 最新消息 網站連結 聯絡我們

精神健康教育資料

精神健康小貼士

常見的精神健康問題

濫用藥物

治療精神師的方法

精神健康教育小冊子

Available on the App Store

Available on Google Play

英國皇家精神科學院

捐款

精神健康小貼士

- ▶ 如何擁有精神健康和克服精神病?
- ▶ 壓力管理
- ▶ 憤怒處理
- ▶ 正向心理學
- ▶ 失眠的處理
- ▶ 克服哀傷期

常見的精神健康問題

- ▶ 常見的青少年及兒童精神健康問題
  - ▶ 專注力失調過度活躍症
  - ▶ 自閉症
  - ▶ 對立性反抗症和品行障礙
  - ▶ 兒童及青少年情緒問題
  - ▶ 飲食失調
  - ▶ 智力障礙
  - ▶ 特殊學習困難
- ▶ 常見的成人精神健康問題
  - ▶ 思覺失調
  - ▶ 狂躁抑鬱症
  - ▶ 抑鬱症
  - ▶ 廣泛性焦慮症和恐懼症
  - ▶ 強迫症
  - ▶ 驚恐症
  - ▶ 創傷後壓力症 (創傷後應激障礙)
- ▶ 常見的老人精神健康問題
  - ▶ 認知障礙症 (老年癡呆症)
  - ▶ 急性精神紛亂 (譫妄)
  - ▶ 老人抑鬱症

香港醫院管理局  
Castle Peak Hospital

# 長者法律資訊網站

\* 長者社區法網

\* 長者社區法網

\* <https://www.s100.hk/tc/topics/Farewell-to-life/>

- ▶ 訂立遺囑及遺產分配
- ▶ 身後事的安排
- ▶ 人壽保險



# 防止自殺資訊網站

- \* 香港大學香港賽馬會防止防止自殺研究中心
- \* <https://wecare.csrp.hku.hk/>



危機評估  
Assessment



自殺因素及警號  
Factor & Warning

## 危機評估

如有人向你透露想自殺，要盡快找專業人士（例如：社工、輔導員、心理學家、醫生）協助，以下問題有助你評估即時的自殺風險：

念頭	· 對方有想過自殺嗎？
計劃	· 對方有自殺的計劃嗎？
工具	· 對方有自殺的工具去進行他／她的計劃嗎？
時間	· 對方已有進行自殺的時間嗎？

# 防止自殺資訊網站



長者服務

[https://www.sps.org.hk/?a=group&id=facts\\_about\\_distressed\\_elders](https://www.sps.org.hk/?a=group&id=facts_about_distressed_elders)



<https://www.sbhk.org.hk/images/small/b-7.pdf>

# 生死教育資訊網站

## 東華三院人生畢業錦囊



社會服務主頁 | 網站地圖 | 常見問題 | 私隱條例 | 免責條款 | 版權聲明 | 聯絡我們 | 東華三院主頁 | English



### 出版刊物

社會服務主頁 > 出版刊物 > 安老服務刊物 > 《人生畢業錦囊》後事規劃小冊子

### 《人生畢業錦囊》後事規劃小冊子

- > 出版刊物總覽
- > 安老服務刊物
- > 青少年及家庭服務刊物
- > 復康服務刊物
- > 其他刊物



下載

書名:	《人生畢業錦囊》後事規劃小冊子
作者:	東華三院社會服務科安老服務部圓滿人生服務
定價:	N/A
語言:	繁體中文
內容簡介:	鼓勵長者與親友透過此實用的小冊子，一起規劃自己的後事，並了解長者的意願，免卻遺憾。

[https://ecs.tungwahcsd.org/Attach/pdf/%E4%BA%BA%E7%94%9F%E7%95%A2%E6%A5%AD%E9%8C%A6%E5%9B%8A%E5%BE%8C%E4%BA%8B%E8%A6%8F%E5%8A%83%E5%B0%8F%E5%86%8C%E5%AD%90\\_PDF\(webversion\)\\_20181211.pdf](https://ecs.tungwahcsd.org/Attach/pdf/%E4%BA%BA%E7%94%9F%E7%95%A2%E6%A5%AD%E9%8C%A6%E5%9B%8A%E5%BE%8C%E4%BA%8B%E8%A6%8F%E5%8A%83%E5%B0%8F%E5%86%8C%E5%AD%90_PDF(webversion)_20181211.pdf)





# QR Code for Collecting Feedback



Thanks!

A simple, hand-drawn illustration of a smiley face with two dots for eyes and a curved line for a mouth. The face has two arms raised in a 'V' shape, suggesting a happy or grateful expression.

## Reference List

賽馬會耆智園 <https://www.jccpa.org.hk/>

香港認知障礙症協會 <https://www.hkada.org.hk/>

香港賽馬會流金頌 <https://www.cadenza.hk/index.php?lang=zh>

社區健康醫學堂老友記健康大學實用手冊

<http://www.hkma.org/communityhealthacademy/publication/phb/mobile/index.html#p=7>

青山醫院精神健康學院 [https://www3.ha.org.hk/cph/imh/mhi/index\\_chi.asp#2](https://www3.ha.org.hk/cph/imh/mhi/index_chi.asp#2)

長者社區法網 <https://www.s100.hk/tc/topics/Farewell-to-life/>

香港大學香港賽馬會防止防止自殺研究中心 <https://wecare.csrp.hku.hk/>

生命熱線長者服務 [https://www.sps.org.hk/?a=group&id=facts\\_about\\_distressed\\_elders](https://www.sps.org.hk/?a=group&id=facts_about_distressed_elders)

預防長者自殺手冊 <https://www.sbhk.org.hk/images/small/b-7.pdf>

明愛賽馬會照顧者資源及支援中心 <https://sws.caritas.org.hk/carer/>

東華三院人生畢業錦囊

[https://ecs.tungwahcsd.org/Attach/pdf/%E4%BA%BA%E7%94%9F%E7%95%A2%E6%A5%AD%E9%8C%A6%E5%9B%8A%E5%BE%8C%E4%BA%8B%E8%A6%8F%E5%8A%83%E5%B0%8F%E5%86%8C%E5%AD%90\\_PDF\(webversion\)\\_20181211.pdf](https://ecs.tungwahcsd.org/Attach/pdf/%E4%BA%BA%E7%94%9F%E7%95%A2%E6%A5%AD%E9%8C%A6%E5%9B%8A%E5%BE%8C%E4%BA%8B%E8%A6%8F%E5%8A%83%E5%B0%8F%E5%86%8C%E5%AD%90_PDF(webversion)_20181211.pdf)