



聖公會聖匠堂長者地區中心
認知障礙症長者及護老者支援服務
2018年10-12月份

活動 情報



活用樂齡科技，照顧與時並進



「人口高齡化」是全球共同面對的重大議題，我們都希望身邊日漸年老的親人可以生活得更舒適。時代進步，愈來愈多的科技幫助長者及其照顧者生活得更好，當中可以是令人意想不到的「大意念」，也有不少是源於細心觀察、配上簡單技術得出來的「小工具」。國際間對人口高齡化科技應用有不同的名稱，華人社會稱作「樂齡科技」。

為支持政府正面回應本港人口急劇老化，推動落實健康積極晚年的政策，香港特別行政區政府聯同香港社會服務聯會於 2017 年 6 月 16 至 18 日合辦了首屆樂齡科技博覽暨高峰會議，參觀人次高達 43000 人。

為繼續讓更多人認識樂齡科技，社聯亦安排於 2018 年 1 月至 10 月期間在不同地區的社區會堂、學校或商場等地，舉辦「樂齡科技與創新一地區巡迴展覽」，展出與長者生活息息相關的樂齡科技產品。透過與地區的合作，凝聚地區中心及區內長者認識及體驗樂齡科技產品所帶來的好處，協助改善長者生活及其照顧者有更佳的方法照顧他們的家屬，協助社區積極回應老齡化的挑戰。另外，於 2018 年 11 月 22 日至 25 日在香港會議展覽中心將舉辦 2018 樂齡科技博覽暨高峰會議讓更多不同人士認識及體驗樂齡科技。本中心亦計劃於 2018 年 11 月 22 日(四)下午與護老者一同參與 2018 樂齡科技博覽暨高峰會，希望為大家帶來一些新資訊。

聖公會聖匠堂長者地區中心
認知障礙症長者及護老者支援服務
活動情報 (2018-19 年度 10-12 月)

印刷品

督印人：林偉峰(高級服務經理) 印刷數量：250

如未能投寄，敬請退回：紅磡戴亞街一號地庫 聖公會聖匠堂長者地區中心

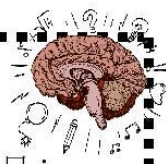
活動情報(一)

玩轉腦友 (前稱智醒小站)



日期：2018年10月10、24日及31日；
11月14、21及28日；
12月12、19日(三)
時間：下午2:00-3:00 地點：活動室1-2
對象：一般長者或輕度認知障礙症長者
內容：透過桌上遊戲、交流合作活動讓參加者既可訓練腦筋，又可以認識新朋友，開開心心歡度一個下午。
負責職員：吳智敏先生

「腦友學堂」 認知障礙症小組



日期：2018年10月10、24日及31日；
11月14、21及28日；12月12、19日(三)
時間：下午3:00-4:00 地點：活動室1-2
對象：患有早期認知障礙症長者
內容：透過音樂、懷緬、遊戲及現實導向等治療手法，訓練長者認知及溝通能力，減慢或改善腦退化情況。
負責職員：吳智敏先生
如有興趣者，需向職員報名，並為長者進行認知評估

衛生署講座

減低家中護老者的精神壓力

日期：2018年10月26日(五)
時間：下午2:30-3:30
地點：活動室1及2
內容：講解護老者壓力的主要來源及應對方法，並示範鬆弛精神的方法。
講者：衛生署外展隊 註冊護士
負責職員：賴秀梅姑娘



「護」「里」同行同學會

日期：2018年10月31日、11月28日及
12月12日(星期三)
時間：下午2:30-3:30
地點：副堂
名額：20名
內容：與護老者探討有關護老的不同話題，分享照顧之道，互相學習如何支援自己的長者，並推動組員之間的互助互愛精神。
負責職員：蕭俊文先生



護老鬆一鬆 護眼養神

日期：2018年11月9日(星期五)
時間：上午10:00-11:15
地點：活動室1-2
名額：10名 費用：\$10
內容：由香薰治療師以香薰營造舒適的環境，教授眼部穴位，並一起敷眼膜，讓護老者從中鬆一鬆！
講者：註冊香薰治療師 區女士
負責職員：賴秀梅姑娘



每月講座 預設醫療指示

日期：2018年11月16日(五)
時間：下午2:30-3:30
地點：活動室1-2
名額：20名
費用：全免
內容：講解預設醫療指示目的、申請方法及需注意事項。
負責職員：蕭俊文先生



護老隊考考你：

中心將於那天與護老者一同參與 2018 樂齡科技博覽？

2018年11月22日(星期四)

2018年12月22日(星期六)

~答對者可得禮物乙份~



活動情報(二)

社區服務體驗 · 2018 樂齡科技博覽

活動日期：2018年11月22日(星期四)

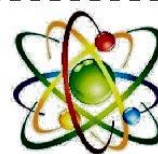
活動時間：下午 1:00-4:30 集合時間：下午 12:00 集合地點：中心休閒閣

名額：15名 收費：免費(包旅遊巴接載)

地點：香港會議展覽中心 HALL 1A 及 1B

內容：藉著參觀提昇護老者認識及體驗樂齡科技產品所帶來的好處，有助改善長者生活及讓照顧者有更佳的照顧方法。

負責職員：賴秀梅姑娘



有興趣之護老者需於 9/11/2018 下午 6:00 前向職員登記報名，
12/11 以抽籤形式確定參加者，並以電話個別通知中籤者參與活動。

護老者 · 放鬆 D 之「足浴梳乎您」

日期：2018年12月10日(一)

時間：下午 2:30 至 4:00 地點：活動室 1-2

對象：護老者 收費：\$10 名額：8人

內容：以香薰精油配合按摩一起浸泡雙腳，透過學習按摩雙腳，讓護老者放鬆身心。

講者：註冊香薰治療師 區女士(Elaine)

負責職員：賴秀梅姑娘

備註：參加者需自備毛巾一條

有興趣之護老者需於 20/11/2018 下午 6:00 前向職員登記報名，
21/11 以抽籤形式確定參加者，並以電話個別通知中籤者及繳費。



【護老同 FUN · 聖誕派對】

日期：2018年12月13日(星期四)

時間：下午 2:30-4:00

地點：活動室 1-3 名額：30名

對象：護老者及其長者 費用：\$20

內容：透過遊戲、食物分享與護老者及其長者一起歡度聖誕節。

負責職員：蕭俊文先生、賴秀梅姑娘

有興趣之護老者需於 16/11/2018 下午 6:00 前向職員登記報名，

19/11 以抽籤形式確定參加者，並以電話個別通知中籤者及繳費。



衛生署講座

中風之病患者物理治療

日期：2018年12月14日(五)

時間：下午 2:30-3:30

地點：活動室 1 及 2

內容：教授幫助中風患者保持正確坐臥姿勢的方法、示範轉換患者的姿勢及扶抱技巧。

講者：衛生署外展隊 註冊護士

負責職員：賴秀梅姑娘



護老工作坊

互動教室

日期：2018年12月19日(星期三)

時間：下午 2:30-3:30

地點：副堂 名額：10名 費用：全免

內容：透過職業治療師教授實務照顧技巧，讓護老者更有信心及能力照顧身邊的長者。

主題：防跌與扶抱技巧

負責職員：蕭俊文先生



外傭護老培訓試驗計劃

計劃目標：

- 1)教授外傭照顧體弱長者的基本知識和技巧；
- 2)培訓外傭協助長者建立健康的生活模式，減少潛在風險；
- 3)透過受培訓外傭的照顧和支援，提高長者在社區生活的質素。

對象：已獲聘而現正或將會照顧長者的外傭

名額：每班 20 人

費用：全免

全期節數：共 5 節，課堂時數約 15 小時(第二期將於 10 月 7 日舉行)

備註：

*培訓內容涵蓋常見的護老課題及照顧技巧，另有教授有關照顧認知障礙症及中風長者的技巧之選修主題。

*各項培訓課程由衛生署轄下的護士、營養師、物理治療師及職業治療師等擔任導師。課程以英語或廣東話主講(如有需要，可在課堂上安排菲律賓、印尼及泰國語傳譯服務)講義備有中、英、菲律賓、印尼及泰文版本。

*外傭在完成培訓後，會獲頒發出席證書。

*為鼓勵外傭參與培訓，長者地區中心將為有需要的長者在其外傭參加培訓時段安排相關的照顧服務或活動。

~詳情可致電 2362 0301 與護老隊負責職員蕭俊文及李嘉華先生查詢及報名~



護老者定義：需要照顧「在家居住」長者的家人、親屬或朋友。

申請方法：符合本中心護老者定義，並填妥及簽署「護老者會員登記表」，本中心會發出會員證。

退出方法：可親身向本中心提出申請。

服務時間：星期一至六，上午八時至下午六時(星期日及公眾假期休息)

中心地址：九龍紅磡戴亞街一號地庫(即紅磡街市後面)

聯絡電話：3960 4309

傳真號碼：2356 1997

護老隊職員：蕭俊文先生(社會工作員) 賴秀梅姑娘、李嘉華先生(助理程序幹事)

認知障礙症服務：吳智敏先生(社會工作員) 聯絡電話：3960 4333

