

**賽馬會齡活城市計劃**  
**八個先導地區的第二批地區計劃一覽表**

(更新日期: 2018年2月14日)

策劃及捐助:



香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust  
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

項目總數：20個

計劃推行日期：於2017年6月起陸續展開，大部分項目於2018年1月前完成

總資助金額：約港幣400萬元

預計總直接受惠人數：超過 20,000人

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善 社區範疇	直接 受惠人數	獲批 款項
<b>(一) 沙田</b>						
1.	賽馬會齡活城市計劃－「見習無限耆」：社福服務體驗之旅	基督教香港信義會沙田多元化金齡服務中心	<p>1. 招募金齡人士 (50 歲以上) 及齡活大使成為實習生，參與職前訓練，內容包括：認識認知障礙症長者類別、病因、徵狀及評估，以及認識和應用不同的認知障礙症活動治療方法等</p> <p>2. 安排實習生進行為期 16 個星期 (每星期 6 小時) 的實習，地點為沙田區不同的長者服務單位，例如長者地區中心和長者鄰舍中心等。單位會提供最少每個月兩次的督導，以提升他們的工作技能</p> <p>3. 活動完結後舉辦嘉許禮，肯定各實習生的努力，主辦機構亦會按實際情況聘請實習生</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 社區與健康服務</li> <li>• 公民參與和就業</li> </ul>	2,716人	\$260,769

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
2.	賽馬會齡活城市計劃－耆青共樂 Fun Fun Fun	香港青少年服務處	<p>1. 招募 30 名青少年、12 名年輕長者友師及 3 名長者導師，參與年輕長者友師工作坊，裝備年輕長者成為計劃友師義工，與街頭青少年共融</p> <p>2. 青少年及年輕長者友師一同參與義工訓練營，透過遊戲及活動，讓他們了解弱勢長者的困難和需要。年輕長者亦會發揮友師的角色，向青少年分享人生經驗</p> <p>3. 青少年及年輕長者友師共同參與跨代共融義工訓練平台，訓練項目包括家居維修、寵物義工及長者剪髮造型</p> <p>4. 組成家居清潔維修隊、寵物義工隊及長者剪髮造型隊，上門為區內長者提供服務</p> <p>5. 活動完結後舉辦嘉許禮暨分享會，嘉許及鼓勵參與計劃之青少年、年輕長者友師及長者導師</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 公民參與和就業</li> <li>• 尊重和社會包容</li> <li>• 社會參與</li> </ul>	191人	\$214,500
<b>(二) 大埔</b>						
3.	賽馬會齡活城市計劃－「埔訊」	伸手助人協會 樟木頭老人度假中心	<p>1. 招募並培訓義工，讓他們認識長者及年齡友善的概念，以及長者友善手機程式的應用和推廣技巧。義工們參與社區考察，以「吃喝玩樂」為題，發掘區內長者及年齡友善的設施和地方</p> <p>2. 透過開發適合長者使用的手機應用程式，推介大埔的長者及年齡友善社區設施，包括適合長者遊覽的景點及長者友善營舍，並向大埔居民推廣此應用程式</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 信息交流</li> </ul>	320人	\$130,000

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
4.	賽馬會齡活城市計劃－「相中情」社區共融計劃	東華三院許麗娟安老院	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 長者和年青人利用攝影作為溝通媒介，參與攝影小組學習拍攝技巧。長幼間互相合作，並以長者活力、健康及友善為題進行拍攝活動，讓他們可發揮自己的創意及能力完成作品。參加者的相片會結集並印製成 300 本作品集派發予社會服務單位及學校</li> <li>2. 於社區會堂及商場舉行相片展暨共融嘉年華會，與社區人士分享成果</li> <li>3. 於區內 8 至 10 個不同地點進行巡迴相片展，並以導賞形式向參觀者介紹</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 尊重和社會包容</li> </ul>	1,052人	\$185,000
5.	賽馬會齡活城市計劃－拾星耆緣	仁愛堂彭鴻樟長者鄰舍中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過社區服務單張向大埔區長者介紹區內的長者服務資料，讓他們知悉獲取服務的途徑</li> <li>2. 招募長者及社區人士參與義工訓練，學習長者友善社區概念、與長者相處技巧、家居安全及營養評估等</li> <li>3. 透過「社區遊戲日」，讓曾參與義工訓練的學員實踐所學，同時希望提供機會讓有服務需要的長者可以離開住所，豐富社交生活，打破相處隔閡</li> <li>4. 舉行「社區服務日」，協助居於社區有服務需要的長者解決生活小困難，如：代購生活必需品、安排接送服務及陪診等</li> <li>5. 為曾參與「社區服務日」／「社區遊戲日」的有需要長者提供專業人士支援服務，如：職業治療及物理治療</li> <li>6. 透過社區分享會，邀請服務受眾／義工／社區持份者分享活動的成效及可優化的部份</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 社區與健康服務</li> <li>● 信息交流</li> <li>● 尊重和社會包容</li> <li>● 社會參與</li> </ul>	140人	\$184,938

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
<b>(三) 中西區</b>						
6.	賽馬會齡活城市計劃－「家在西城」長者及年齡友善社區推廣計劃	香港聖公會西環長者綜合服務中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 由註冊職業治療師及社工教授齡活大使家居安全的知識，共同製作「家居安全」檢視表，讓他們成為「家居安全」大使協助進行社區推廣</li> <li>2. 由專業劇團導師教授長者義工話劇技巧，共同編制劇本，排練後於地區作巡迴表演，推廣長者及年齡友善社區</li> <li>3. 於區內舉行話劇表演，並將話劇攝錄成短片於網上廣播，藉此向社區人士宣揚建立長者及年齡友善社區的重要性</li> <li>4. 透過社區講座，由「家居安全」大使向區內學校或社會服務中心介紹長者及年齡友善社區的概念及「家居安全」檢察表，推廣長者及年齡友善社區</li> <li>5. 由註冊職業治療師及社工為個別長者進行家居安全評估，幫助有需要的長者改善家居環境</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 房屋</li> <li>• 社會參與</li> </ul>	1,910人	\$200,000
7.	賽馬會齡活城市計劃－中西區長者友善城市博覽－讓長者生活變得更美好	香港基督教女青年會西環松柏中心	舉辦「讓長者生活變得更美好」博覽會，設立「長者便利生活」、「城市無障礙」、「長者自造者社群參與」、「民間傳統體驗」等不同主題的場館，以及「長者友善社區的發展歷程」展覽區，讓社會大眾認識、了解並推廣長者及年齡友善社區的訊息，同時鼓勵社區人士積極發表對年齡友善社區的意見	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 信息交流</li> <li>• 社會參與</li> </ul>	1,200人	\$100,000

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
8.	賽馬會齡活城市計劃－齡活友善在我「家」	聖雅各福群會中西區長者地區中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 由建築師義工培訓長者齡活大使，讓他們認識基本的家居維修保養知識及技巧，以及家居安全的重要性</li> <li>2. 由建築師義工和長者齡活大使探訪區內有需要的長者，為他們進行家居安全評估，亦會派發單張以提升長者對家居安全的意識</li> <li>3. 由建築師義工檢視所探訪長者的家居維修需要，為他們提供度身訂造的家居改善方案</li> <li>4. 為有需要的長者住戶進行家居維修，並提供保養及改善家居安全的資訊</li> <li>5. 透過社區講座或展覽，由長者齡活大使向不同團體（如長者中心、青年中心或學校）推廣家居安全的訊息</li> <li>6. 舉辦重聚活動，讓受惠長者、義工和長者齡活大使一同以短片作回顧，並頒發嘉許狀予建築師義工和長者齡活大使，以及進行經驗分享和總結</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 房屋</li> <li>• 信息交流</li> </ul>	435 人	\$200,000

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
<b>(四) 灣仔</b>						
9.	齡活傳承關愛計劃	循道衛理灣仔長者服務中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>帶領長者齡活大使考察及參觀交通工具公司，讓長者了解交通運作，從而鼓勵他們提供友善交通環境的意見</li> <li>製作一條關愛微電影，上載於社交媒體平台，並在不同交通工具上作推廣，以宣揚關愛及讓座文化</li> <li>舉辦計劃分享會，為關愛微電影作首映，讓長者齡活大使分享社區及交通考察後的觀點和意見，同時向參加者派發「讓座提示物品」</li> <li>透過電車巡遊及街站，宣揚關愛長者的訊息</li> <li>於灣仔區中學及小學舉辦講座，提升學生對關愛及讓座文化的認識及實踐，鼓勵學生在日常生活中多向他人表達關愛</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>交通</li> <li>尊重和社會包容</li> </ul>	4,290 人	\$250,000
10.	賽馬會齡活城市計劃－灣仔區共建長者安樂家居計劃	聖雅各福群會灣仔長者地區中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>為灣仔區內 60 歲或以上有需要的長者進行簡單家居改善工程，包括安裝扶手架、加高式廁板、多層層架、閃燈門鐘、浴缸防滑地墊、一般門鐘及抽水馬桶等安全便利設施，提升受惠長者的家居安全及生活質素</li> <li>義工會到長者家中實地視察及拍攝，並派發禮品包。義工會於工程完結後訪問受惠長者，以了解活動的成效</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>房屋</li> </ul>	200 人	\$250,000

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
<b>(五) 離島</b>						
11.	賽馬會齡活城市計劃－創造耆景2.0	香港聖公會東涌綜合服務	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 招募及培訓齡活大使，發掘資深及有願景的組員擔任領袖及策劃角色，並透過定期會議及分享會，提出符合長者友善元素的建議</li> <li>2. 招募區內不同年齡層(長幼)的義工，參加專業劇場培訓，並於離島區進行公開演出，推廣長者友善社區概念</li> <li>3. 擺放街站，發放社區服務的資訊，並運用流動資訊科技協助長者，例如利用平板電腦協助長者了解不同資訊及預約公共服務</li> <li>4. 由專業人士(例如職業治療師)探訪較少外出及有需要的長者及進行評估，其後由受訓義工推行到戶服務，包括向長者傳遞資訊、進行健腦遊戲、教授健體運動等</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 房屋</li> <li>• 社區與健康服務</li> <li>• 信息交流</li> </ul>	855 人	\$189,525
12.	賽馬會齡活城市計劃－大澳齡活社區	香港基督教女青年會大澳社區工作辦事處	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 訓練婦女、退休人士或其他社區人士，了解長者友善社區的概念，並學習如何為長者進行家居環境評估</li> <li>2. 經訓練的義工將以洗樓的形式，利用問卷為居於大澳的長者進行初步的家居環境及電力安全評估，其後安排職業治療師、電工或裝修師傅，為長者進行詳細的家居環境評估或電力檢查，以及進行改善工程</li> <li>3. 透過講座為區內長者提供家居安全的資訊，並且提供長者用品銷售服務</li> <li>4. 讓長者討論社區問題的情況、成因、改善建議及跟進方法，整理有關意見後轉交相關政府部門或區議員跟進</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 房屋</li> <li>• 信息交流</li> </ul>	275 人	\$166,600

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
13.	賽馬會齡活城市計劃－樂活人生II	離島婦聯有限公司	<p>1. 招募及培訓年輕長者、退休人士和婦女成為齡活大使，當中包括了解健康資訊、認識長者防跌和家居安全的注意事項等</p> <p>2. 探訪獨居和雙老居住的長者，提供家居改善工程和派發禮物包</p> <p>3. 退休人士、婦女或青年人教授年輕長者智能手機通訊程式的使用方法，其後由年輕長者運用所學習的知識，設立通訊群組，向居住附近的高齡長者發放社區資訊和提供支援</p> <p>4. 舉行參加者及義工分享嘉許禮，鞏固義工助人自助的理念，鼓勵他們繼續服務社區</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 房屋</li> <li>● 信息交流</li> <li>● 尊重和社會包容</li> <li>● 社會參與</li> </ul>	100 人	\$143,350
<b>(六) 荃灣</b>						
14.	賽馬會齡活城市計劃－無痛樂『荃』城	仁濟醫院陳馮曼玲睦鄰社區服務中心	<p>1. 由社工統籌面見及評選合適的長者，接受由中醫提供的舒緩痛症治療</p> <p>2. 透過保健知識講座及養生運動指導，讓參加者學懂保持個人健康，減少或避免引發痛症的情況</p> <p>3. 由社工擔任長者個案管理員，協助長者實踐自我痛症管理，並為有特別需要的長者提供專業輔導及舉行互助小組</p> <p>4. 舉辦地區工作坊及推廣活動，由齡活大使向地區人士宣揚長者友善社區的理念，對象包括長者、其家屬、學生及其他社區人士。社區推廣內容包括：簡介賽馬會齡活城市計劃、世界衛生組織有關長者及年齡友善城市的八大範疇，以及荃灣區的長者及年齡友善情況分析結果。希望透過有關推廣活動，加強長者信息交流及社會參與</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 社區與健康服務</li> <li>● 信息交流</li> <li>● 尊重和社會包容</li> <li>● 社會參與</li> </ul>	1,040人	\$500,000



	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善 社區範疇	直接 受惠人數	獲批 款項
<b>(七) 九龍城</b>						
15.	賽馬會齡活城市計劃－九龍城全民健康大搜查及研討會2017	建設健康九龍城協會	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 舉辦專題講座及印製健康專題單張及小冊子，提升區內長者的個人健康意識</li> <li>2. 邀請區內非政府機構、醫療團體、西醫公會、藥劑師會及護士協會等提供資訊攤位，包括健康檢查和測試及具教育性質的攤位</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 社區與健康服務</li> <li>● 信息交流</li> <li>● 公民參與和就業</li> <li>● 尊重和社會包容</li> <li>● 社會參與</li> </ul>	500 人	\$91,000
16.	賽馬會齡活城市計劃－九龍城友善社區應用程式：交通	聖公會聖匠堂長者地區中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 收集長者對區內交通資訊的意見，以撰寫九龍城區獨有的交通資訊應用程式</li> <li>2. 舉辦應用程式教學班，教授長者使用應用程式，並鼓勵他們以此接收資訊</li> <li>3. 於三間長者地區中心舉辦地區為本的推廣活動，向長者示範應用程式的使用</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 交通</li> <li>● 信息交流</li> </ul>	1,800 人	\$190,800
17.	賽馬會齡活城市計劃－耆青健體運動推廣計劃	香港家庭福利會(九龍城)長者中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 招募 12 至 25 歲年青人及 50 歲或以上年輕長者成為齡活大使，服務社區內有需要的長者</li> <li>2. 為齡活大使提供訓練，包括由物理治療師帶領的橡筋帶運動工作坊、由中醫主理的手部穴位按摩工作坊，以及由社工帶領的與長者溝通技巧工作坊</li> <li>3. 齡活大使為隱蔽、獨居或雙老共住長者提供不少於 4 節的家訪，並於區內體育館舉行「齡活運動日」，鼓勵長者善用社區設施</li> <li>4. 齡活大使在社區內派發「齡活運動小冊子」及於「齡活分享日」與區內長者一同回顧計劃的點滴和成果，藉此宣揚健康生活的訊息</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 社區與健康服務</li> <li>● 尊重和社會包容</li> <li>● 社會參與</li> </ul>	550 人	\$74,000

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
18.	賽馬會齡活城市計劃－培領安裝腳踏門吸計劃 2017	培領社會服務聯會有限公司	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 進行義工培訓，教授家居安全知識及探訪技巧</li> <li>2. 義工聯同水電師傅探訪區內長者，為每戶有需要的長者家庭安裝一個腳踏門吸（門腳掣），並向長者講解家居安全知識及派發安全守則</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 房屋</li> <li>• 社區與健康服務</li> <li>• 信息交流</li> <li>• 社會參與</li> </ul>	1,020人	\$143,300
<b>(八) 觀塘</b>						
19.	賽馬會齡活城市計劃－躍動觀塘健步行 (第二期)	基督教家庭服務中心	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 舉辦路線設計工作坊，讓長者及社區人士參與設計理想的市區健步行路線</li> <li>2. 邀請長者、學生及社區人士參與導賞員訓練，帶領長者進行導賞活動</li> <li>3. 義工為每條健步行路線進行評估調查及提出改善建議。評估數據、資料及改善建議會輯錄於報告書內，派發予計劃參加者、各區長者服務單位、屋邨互委會、區議會及有關政府部門</li> <li>4. 將健步行路線資料整合於手機應用程式內，並舉行推廣活動</li> <li>5. 舉行發佈會，分享評估調查結果，並鼓勵社區人士多用智能科技走出社區</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 室外空間和建築</li> <li>• 社區與健康服務</li> <li>• 信息交流</li> </ul>	1,000 人	\$250,000

	項目名稱	主辦機構	主要元素	長者及年齡友善社區範疇	直接受惠人數	獲批款項
20.	賽馬會齡活城市計劃－「耆想的天空 V」觀塘東長者友善社區	保良局劉陳小寶長者地區中心	<p>1. 組成「耆想的天空 V」觀塘東長者友善社區委員會，透過長者委員定期籌集居民對區內房屋及社區環境的意見，在友善社區委員會的會議上反映</p> <p>2. 舉辦「長者友善社區」委員培訓坊及「友善家居」遊學團，以加深長者委員對長者及年齡友善城市的認識，並舉辦「長者友善社區齊建設」講座，推廣年齡友善概念及收集居民對房屋方面的意見</p> <p>3. 長者委員進行社區實地考察及探訪活動，透過家訪獨居長者或雙老長者，推廣長者友善居所的訊息及維修服務資訊，並進行家居評估，為有需要的長者添置家居友善設施，包括防滑墊、擴音大字電話、扶手及家品等</p> <p>4. 舉辦發佈會，展示計劃推行的成效，以及嘉許長者委員於計劃的付出及參與</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 房屋</li> <li>• 社區與健康服務</li> <li>• 信息交流</li> <li>• 尊重和社會包容</li> </ul>	888 人	\$250,000