

第十九課：數碼共融、長者共享

長者為什麼要學習數碼科技？

1. 數碼科技能讓長者更便捷的處理日常生活的瑣碎，比如查看銀行賬單、繳交手機話費和水電煤氣費等
2. 數碼科技能讓長者保持與親友的聯繫，擴大朋友圈，比如可以通過電郵，社交網絡臉書（facebook），即時通訊 WhatsApp 輕鬆了解親友動態，促進相互關注、增進交流
3. 數碼科技能讓長者隨時隨地瀏覽政府網站、閱讀實事、財經新聞，搜尋下載健康娛樂資訊，與時俱進
4. 研究表明，長者學習使用數碼科技能提升認知能力、自我效能感、服務的使用、和生活滿意度¹

如何獲取數碼共融的資訊與服務？

明愛數碼共融服務²

明愛長青學院於全港兩間長者社區中心及十間長者中心，一直致力舉辦各類資訊科技電腦班組，五十五歲以上的長者便可參與各類課程。透過數碼共融基金及李嘉誠基金會香港仁愛香港計劃，明愛兩間長者社區中心於過去數年間舉行不同形式的數碼共融活動，對象甚至包括鄉郊長者、院舍體弱長者，並購買各種電腦及週邊設備，期望收窄數碼鴻溝。

參見 <http://www.caritasse.org.hk/services/focus/digital-inclusion-service.html>

政府資訊科技服務總監辦公室之長者數碼計劃和「智醒長者嘉許計劃」³

為鼓勵長者更廣泛使用資訊及通訊科技，提高他們使用資訊及通訊科技的興趣，並促進社會認同長者學習和使用數碼科技的能力，政府推出「長者數碼計劃」和「智醒長者嘉許計劃」。

- 於 2012-2013 年委託香港耆康老人福利會負責統籌推出「智醒長者嘉許計劃」。此計劃在共有 123 間長者中心參與。接近 2 000 位長者能於指定時間內完成要求，而分別獲頒發金、銀、銅獎和金鑽大獎。
- 2014 年再次推出「智醒長者 IT 耆星競選」，共收到 115 份提名，遴選小組從中選出 12 位「IT 耆星」。此外，在臉書（Facebook）專頁舉行了「我最 Like 的 IT 耆星故事選舉」，讓公眾投票選出最多讚好的 3 個故事。
- 政府資訊科技總監辦公室分別在 2014 年及 2015 年推出兩輪長者數碼外展計劃，作為一個有效的平臺，讓不同的長者社羣認識到資訊及通訊科技如何能改善他們的生活質素。

參見：<http://www.ogcio.gov.hk/tc/community/index.htm>

賽馬會數碼共融中心⁴

獲香港賽馬會慈善信託基金捐助而成立，中心於二零一一年正式投入服務。本著「數碼潛能、共融社群」的信念，讓長者、殘疾及有特殊需要人士能接觸數碼世界，發掘他們的潛能，提高他們的生活質素，以達致社區共融的目標。相關服務包括：

- 數碼診所，數碼長腦：為服務使用者提供個別評估及解決方案，以一站式的服務令他們能無障礙的使用資訊及通訊科技，數碼診所提供中心及到戶服務，以配合服務使用者的需要。利用資訊及通訊科技為有認知缺損的長者提供認知方面的訓練，以增強他

們的認知能力。服務由中心的職業治療師提供。

- 數碼工作室: 為服務使用者設計、製作及提供適合的軟硬件產品，令他們能無障礙地使用資訊及通訊科技，從而提高他們的學習興趣及生活質素。
- 數碼學堂：為服務使用者提供網上學習平臺及遙距課程，以增強他們在使用資訊及通訊科技所需的知識及技能，使學習的進度及不受地域與時間的限制。
- 數碼百科：為服務使用者提供一個方便使用及全面的網上復康服務資料庫，讓他們隨時隨地都能搜尋及選取所需的資料，以應付生活、工作及訓練上的需要。
- 電腦學習中心：定期籌辦多元化的電腦興趣及訓練班組予服務使用者。同時提供不同的輔助工具及儀器，供服務使用者使用。

參見：<http://jcdic.hk/intro.php> 電話: 2779 8333

相關政策與服務建議

1. 多提供長者學習數碼科技的機會或平臺
2. 數碼培訓課程應實用性和趣味性並重，增加長者學習興趣
3. 利用同輩群體影響，邀請學有所成的長者來教授其他長者，達至多贏
4. 鼓勵長者的家屬、或可考慮請年輕義工來擔任講師，同時促進跨代共融
5. 培育數碼大使，推動外展教授，力求數碼共融無死角
6. 投資開發適合長者使用的軟硬件和網站，幫助長者實現無障礙學習使用科技
7. 理解長者的差異性、尊重長者在資訊通訊科技學習上的不同態度和選擇

參考文獻：

1. Bai, X. (2016). Alignment or Struggle? Exploring socio-demographic correlates of individual modernity modes in Chinese older people. *Ageing and Society*, 36(1), 133-159.
2. 明愛數碼共融服務 <http://www.caritasse.org.hk/services/focus/digital-inclusion-service.html>
3. 政府資訊科技服務總監辦公室 <http://www.ogcio.gov.hk/tc/community/index.htm>
4. 賽馬會數碼共融中心 <http://jcdic.hk/intro.php>