

第二十課：跨代共融遊（一）

背景：年長遊客的增長，社會經濟條件轉變，如旅遊機會增加、較佳的退休保障，長者有能力在退休後去旅行。長者衣食無虞之下，由基本的生理需求，進而追求更高層次的心理需求滿足。旅遊除了在本地外，亦可到外地。

長者旅行的意義

個人：1 健康享樂：增加閱歷，趁著身體還可以，到外面走走看看；觀光、購物、嘗試不同美食；健康活動；2 心靈：休息、放鬆心情；接近大自然；3 學習：接觸當地文化，發現生活意義；4 社交：拜訪親朋好友；認識新朋友；話題；5 肯定自我：犒賞自己；增加自我實現的能力；分享旅遊經驗

社會：減低醫療與社會照顧成本；促進消費

跨代共融遊：增加長幼共融，建立互相學習、溝通、分享的橋樑

好處

1. 個人：自我成長，提昇生活品質滿意度、質素，促進積極樂頤年
2. 家庭：促進長幼互動；學習如何與長者在家以外的環境相處
3. 社會：發展敬老護老的社會；減低醫療與社會照顧成本；促進經濟活動；長幼共融（家庭及社會）：促進跨代溝通；照顧長者在體能及行動上的需要，

特別注意事項

1. 行程：不同景點之間，提供足夠時候休息時間；交通時間不宜太長
2. 安全：街上、住宿、交通、詐騙/偷竊；緊急聯絡電話；旅遊保險

本地共融遊例子

1. 暑期服務研習所

對象：長者；香港大學生；東南亞（中國、印尼、印度、新加坡、日本、韓國、台灣等）大學的交流生

目的：探討積極樂頤年（及社會企業）

長者角色：設計了一天的香港遊活動，帶領學生暢遊香港，介紹聚星塔、屏山文物徑、流浮山等；與學生文化交流及分享

2. 文化承傳計劃—服務研習藝行大使

對象：120位來自長幼三代（長者、大學生、小學生）＝「服務研習藝行大使」

目的：提倡長幼共融，發揚「老有所為、終身學習」的精神

長者角色：身體力行，尋找新界西北區（包括屯門、元朗及天水圍等）具價值的文化故事；分享歷史、傳統文化、手藝

延伸活動：長者擔任「校園導賞員」，為學生介紹嶺大校園，協助學生創作遊記