

長者及照顧者心理健康服務
Elders and Caregivers
Mental Health Service

2022年7至8月

2022年7至8月活動

現正接受報名





July

談死論生工作坊: 電影看人生

日期：2022年7月15日(星期五)

時間：下午2:30-4:30

地點：香港聖公會竹園馬田法政牧師長者綜合服務中心
(地址：九龍黃大仙竹園北邨蕙園樓地下)

活動內容：

透過觀賞生死相關的電影，引導參加者思考生死話題。

負責職員：陳姑娘

對象：長者

費用：全免

名額：50人

報名連結：<https://forms.office.com/r/v8jCE0ky9t>

**此活動與香港聖公會竹園馬田法政牧師長者綜合服務中心合辦



2482 1303



9254 8512



hkfwscap



July

義工訓練及服務機會: 陪伴長者外出技巧義工訓練

日期：2022年7月21日(星期四)
時間：下午3:00-4:30
地點：香港家庭福利會 長亨服務中心
(地址：新界青衣長亨邨亨業樓地下)



活動內容：

本計劃「晚晴圓夢」服務為長者完成晚晴心願，當中有不少長者希望外出暢遊香港或舊地重遊。故此，義工需要具備陪伴長者外出的技巧，以保障長者安全，共同締造美好回憶。此訓練會邀請專業職業治療師講解帶體弱長者外出時的注意事項使用助行器具及輪椅的技巧，並有實習環節。

負責職員：薛姑娘

對象：本計劃義工、18歲以上、成熟及有志服務本計劃之人士

費用：全免

名額：20人

報名連結：<https://forms.office.com/r/RzTCgq68We>



2482 1303



9254 8512



hkfwacp



July

社區教育活動: 預設照顧計劃講座

日期：2022年7月25日(星期一)

時間：下午2:30-3:30

地點：明愛麗閣長者中心

(地址：深水埗東京街麗閣邨麗荷樓3樓307-310室)

活動內容：

1. 認識「預設照顧計劃」
2. 平安四寶簡介
3. 家福會「預設照顧計劃」介紹及資源分享
4. 問答時間



負責職員：薛姑娘

對象：公眾人士(60歲以上長者及護老者優先)

費用：全免

名額：30人

報名連結: <https://forms.office.com/r/6eAnUb6zpd>

**此活動與明愛麗閣長者中心合辦



2482 1303



9254 8512



hkfwscap



Aug

社區教育活動: 預設照顧計劃講座

日期：2022年8月5日 (星期五)
時間：下午2:30-4:30
形式：網上Zoom會議



活動內容：

1. 認識「預設照顧計劃」
2. 平安四寶簡介
3. 家福會「預設照顧計劃」介紹及資源分享
4. 問答時間

負責職員：薛姑娘

對象：公眾人士(60歲以上長者及護老者優先)

費用：全免

名額：50人

報名連結: <https://forms.office.com/r/sdwaE8bLqK>



2482 1303



9254 8512



hkfw sacp



Aug

社區教育活動: 預設照顧計劃講座

日期：2022年8月6日(星期六)

時間：上午10:00-11:30

地點：仁濟醫院楊溫先生夫人長者鄰舍中心

(地址：新界葵涌葵盛東邨盛豐樓地下G1及G3室)

活動內容：

1. 認識「預設照顧計劃」
2. 平安四寶簡介
3. 家福會「預設照顧計劃」介紹及資源分享
4. 問答時間



負責職員：陳姑娘

對象：公眾人士(60歲以上長者及護老者優先)

費用：全免

名額：20人

報名連結：<https://forms.office.com/r/B9tCVRUxBR>

**此活動與仁濟醫院楊溫先生夫人長者鄰舍中心合辦





Aug

談死論生工作坊:「與生命對話」工作坊

日期：2022年8月22日（星期一）

時間：下午2:30-4:30

地點：香港家庭福利會 九龍城活齡中心

(地址：九龍土瓜灣九龍城道55-61號同興花園第2座1樓)



活動內容：

與參加者一同討論及分享對生死議題的想法，撰寫個人的預設照顧手冊。

* * 參加者會獲得本計劃出版之「安樂人生」小冊子

負責職員：梁姑娘

對象：香港家庭福利會九龍城活齡中心會員

費用：全免

名額：15人

報名連結: <https://forms.office.com/r/8hzbJBefSw>

**此活動與香港家庭福利會九龍城活齡中心合辦



2482 1303



9254 8512



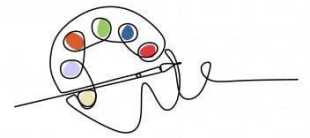
hkfwsacp



Aug

談死論生工作坊:「流金歲月」談生死工作坊

日期：2022年8月26日（星期一）
時間：下午2:30-4:30
地點：明愛鄭承峰長者社區中心（深水埗）
(地址：深水埗保安道383號麗寶花園商場上層)



活動內容：
透過流體畫創作，與參加者一同反思生死議題，並一同討論及分享對生死議題的想法。

負責職員：薛姑娘
對象：長者及照顧者
費用：全免
名額：15人

報名連結: <https://forms.office.com/r/s490AQ70HT>

**此活動與明愛鄭承峰長者社區中心（深水埗）合辦





Aug

預設照顧關懷專線

日期：逢星期一至星期五

時間：上午10:00-12:00或下午2:30-4:30

地點：新界青衣長亨邨亨業樓地下

活動內容：

電話關懷、協助活動報名、文書工作、活動構思和美工設計等等

負責職員：陳先生

對象：18歲以上、成熟及有志服務本計劃之人士

報名連結：<https://forms.office.com/r/SRBzF4si2b>

我們會計算你的義工時數，完成每節我們會派出 \$50 超市現金券答謝。服務達20小時後可獲發義工證書。



2482 1303



9254 8512



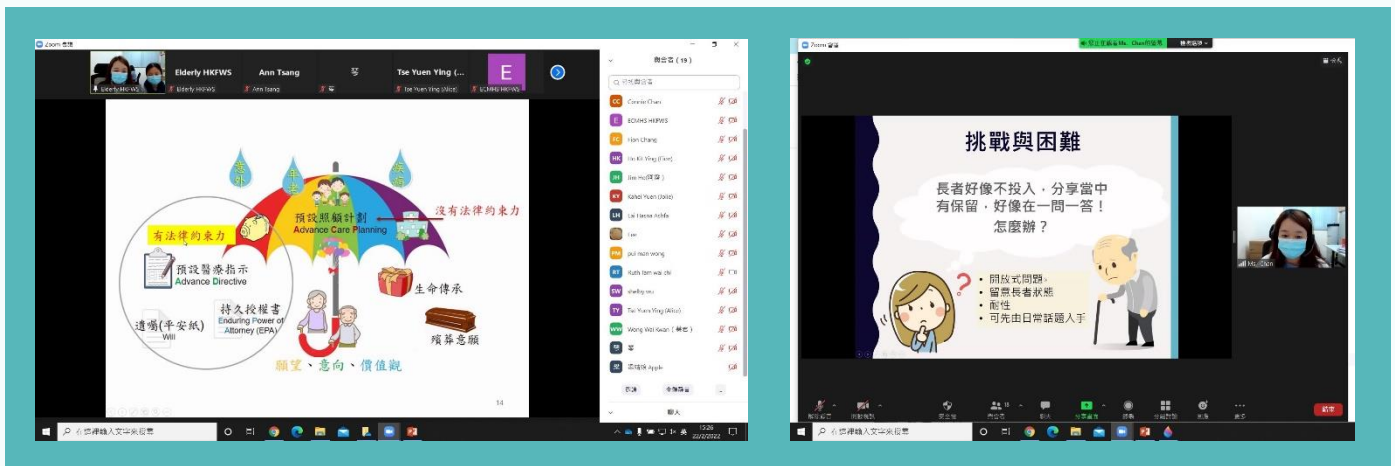
hkfwscap

「長者圓夢義工訓練」



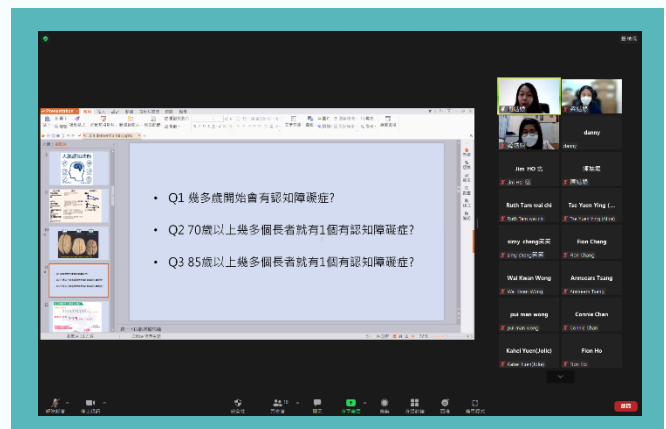
儘管疫情肆虐，但亦無阻一群有心有力的義工參與義工訓練。人人皆有夢想，即使年紀漸長，心願也應被重視。

一連四節的義工訓練除了由計劃三位社工介紹預設照顧計劃和為長者圓夢的技巧分享外，更請來正在幫長者製作生命故事的資深義工分享服務過程點滴，不但讓義工更近距離了解圓夢過程的苦與樂，更促進義工之間的經驗交流。



此外，我們也請來富有豐富服務認知障礙症患者經驗的資深社工何欣佩姑娘和義工們分享和特殊需要長者的溝通技巧，義工們都表示獲益良多！

現在，一群新晉義工已經開始服務，祝願他們成功協助長者圓夢！



預設照顧計劃

本會自2017年開展預設照顧計劃，並於2021年獲額外撥款資助擴展服務。本計劃旨在提昇服務使用者對預設臨終照顧計劃的認識及為生命的終結作出準備，以減少遺憾和家人壓力。

預早想 放心講

什麼是預設照顧計劃？

年老、患病或意外可能會讓人突然或慢慢難於做出相關的照顧或醫療決定。

預設照顧計劃是一個晚期照顧的事先及全面溝通過程，讓精神上仍有能力自行做決定的人士，預先向家人或/及醫護人員表達當日後不能自決時的醫療及個人照顧計劃，當事人可預設「照顧代理人」日後代表他/她執行意願。探討範圍可包括醫療取向、財產分配、殯葬喪禮意願、器官捐贈、與親友惜別等等。

預設照顧計劃強調**自主和溝通**，當事人可隨著其身體狀況及處境改變而作出修訂。



預設照顧計劃的好處

- 為生命的終結作出準備，減少遺憾
- 自主決定，提升照顧質素
- 減輕家人為長者晚期照顧做決定的困難、壓力及爭執

服務對象

在社區居住的

- 60歲以上的人士，患有致命疾病，例如：初期認知障礙症、腦血管病、癌症、心臟病、慢性阻塞性肺病、腎病；或
- 80歲以上高齡長者
- 領取綜援或長者生活津貼人士優先

服務費用

免費

服務區域

葵青、深水埗、觀塘、將軍澳、九龍城及港島東

報名方法

自行申請
由專業人士及機構轉介

預設照顧計劃

服務內容

- 制訂預設照顧計劃方案
- 促進家庭溝通
- 轉介/資助相關資源

預設照顧計劃個案
服務



- 促進/資助長者圓夢，減少長者及家人的遺憾
- 例如：製作生命故事、攝錄留念、重遊舊地、惜別會

「晚晴圓夢」計劃



- 透過不同活動，協助參加者打破忌諱，談論死亡，反思生命

「談死論生」

工作坊



- 為義工提供培訓及服務機會，協助計劃推行

義工訓練及服務



- 透過多元化的活動，例如：講座、參觀、工作坊、外展街站等，提昇公眾人士對預設照顧計劃的認識

社區教育



- 由受訓義工接聽簡單查詢、提供情緒關懷及協助活動報名

預設照顧關懷專線

2482 1377



聯絡我們

香港家庭福利會 預設照顧計劃

長亨服務中心

地址：新界青衣長亨邨亨業樓地下

電話：2482 1303 WhatsApp: 9254 8512

傳真：2436 3661

電郵：acp@hkfws.org.hk

網址：www.hkfws.org.hk



計劃網頁



計劃服務正陸續展開，請大家緊貼計劃網頁及facebook
期待你的參與！



服務簡介

長者及照顧者的情緒健康

病向淺中醫

在香港這個社會，沉重的生活壓力使市民受到不同程度的精神困擾。可悲的是遇上問題的市民往往將精神困擾與暴力傾向或「靚線」等負面標籤混為一談，導致病情惡化。相反，若能做到「病向淺中醫」，受助者痊癒的機會便能大為提高，更能在親友及專業人士協助下，有效地處理困擾的情緒，解決面對的困難，重投正常的社會生活。

長者及照顧者精神健康諮詢

由專業精神科醫生及資深社工共同向有需要人士及其家人提供諮詢、評估和轉介服務，希望透過一個非標籤的環境，鼓勵疑似出現精神健康及情緒困擾的人士及早求助，以免情況惡化。





服務簡介

長者及照顧者的情緒健康

日期：每逢雙月第二個星期二下午

地點：香港家庭福利會 - 深水埗(西)綜合家庭服務中心

地址：九龍深水埗元州邨元謙樓 2 樓 204 室(長沙灣地鐵站 A3 出口)

對象

- ✧ 年齡 55 或以上出現精神或情緒困擾症狀；
- ✧ 未曾接受精神科治療及
- ✧ 拒絕、不願意或有困難前往醫院、診所求診的人士

服務內容

- ✧ 由專業精神科醫生及資深社工提供諮詢評估服務
- ✧ 轉介往醫療及社會服務機構作適切的長期跟進

服務形式

- ✧ 提供諮詢評估服務；
- ✧ 轉介往醫療及社會服務機構作適切的長期跟進

申請方法

有需要人士可通過下列人士轉介：

本會註冊社工

社會福利署或志願機構之社會工作人員

臨床心理學家

醫務人員

其他精神科專業人士

申請或轉介

協調中心：香港家庭福利會-葵芳服務中心

查詢電話：2426 9666

歡迎致電查詢



長者及照顧者的情緒健康

長者面對老年的適應、健康轉差、親友離世等等，可能較容易產生負面情緒。雖然一般人也會出現情緒起伏，但長期的情緒低落並非正常的老化過程。如果忽略這些警號或處理不當，可能會引致嚴重的情緒問題，並增加身體不適、罹患疾病、甚至輕生的風險。根據研究顯示，協助長者重建生活規律、增加正面經驗、加強解決問題的能力、有助改善情緒。

照顧者在照顧過程中往往會面對許多挑戰。當長期累積照顧而來的壓力而未能得到適當轉化，照顧者的照顧質數將會受到負面影響。因此，適切的支援不僅保障照顧者的情緒健康，而照顧雙方的關係也得到更深維護。

計劃目的

提升社區人士關注長者抑鬱及照顧者角色和需要；協助長者及照顧者重建社區連繫、開展愉快活動、加強解決問題的能力，從而改善負面情緒，建立照顧雙方的正向互動。

計劃時期

2022年4月至2024年3月

服務範圍

港島、九龍、離島區



「躍動啟晴」情緒健康支援計劃

計劃內容

「躍動啟晴」情緒健康支援計劃 (個案服務)

目的：提升處理情緒能力、增強心理抗逆力

對象：50歲以上、受情緒困擾的長者或照顧者

服務內容：

- 1) 加強處理情緒困擾能力和尋求解決難題能力
- 2) 設定目標、連繫資源、照顧雙方共建正面生活

形式：

- 1) 社工及義工透過探訪/電話/視象方式接觸
- 2) 中心活動
- 3) 生活實踐
- 4) 服務轉介

節數：10節

費用：免費

「躍動啟晴」情緒健康計劃關懷專線 2793 2822

由受訓義工接聽有關長者及照顧者情緒健康的服務查詢，並提供情緒支援及生活資訊

申請方法

1. 由機構/專業人士/社區人士轉介
2. 自由申請

報名方法

1. 直接致電本中心登記及申請
2. 填妥本申請表(亦可從本會網站下載)，郵寄或傳真到以下中心

協調中心

香港家庭福利會 愛東服務中心

地址：香港筲箕灣愛東邨愛善樓1樓101室

查詢電話：2793 2922 傳真：2564 7486

電郵：sap@hkfws.org.hk

網址：www.hkfws.org.hk



香港家庭福利會

長者及照顧者心理健康服務

Hong Kong Family Welfare Society

Elders and Caregivers Mental Health Service

長者及照顧者精神健康諮詢

查詢電話：2426-9666

「躍動啟晴」情緒健康支援計劃

查詢電話：2793-2922

預設照顧計劃

查詢電話：2482-1303



hkfwscap

長者及照顧者心
理健康服務

電郵：ecmhs@hkfws.org.hk

本會網址：hkfws.org.hk



{取消接收}

本會為註冊之有限公司
2022年6月出版