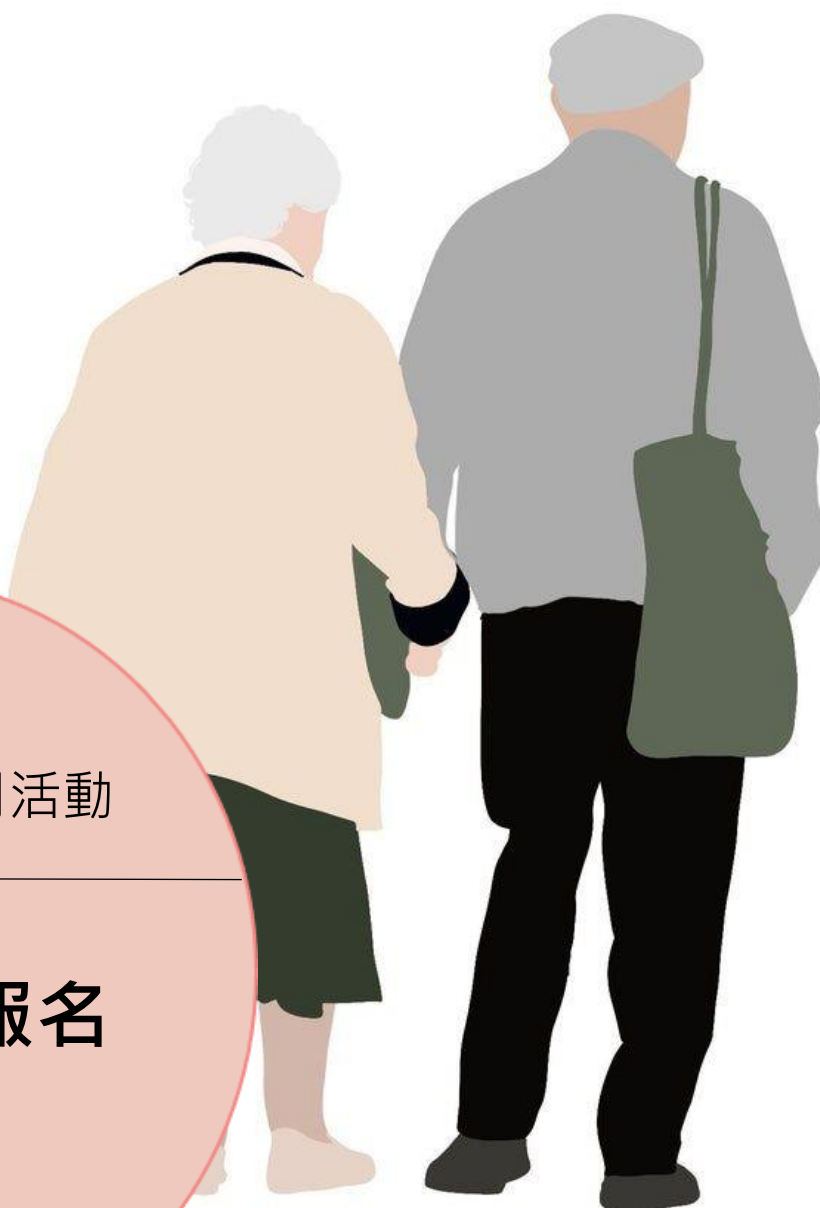


長者及照顧者心理健康服務  
Elders and Caregivers  
Mental Health Service

2022年9至10月



2022年9至10月活動

現正接受報名





Sep

## 談死論生工作坊:生命燭福

日期：2022年9月7日 (星期三)

時間：上午10:00-12:00

地點：香港國際社會服務社-深水埗（南）綜合家庭服務中心  
(地址：深水埗南昌邨南昌社區中心高座地下)

內容：透過製作香薰蠟燭，引導參加者思考生命的價值，並反思死亡的意義。

對象：深水埗區長者及照顧者

名額：15人

費用：全免

負責職員：陳姑娘

報名連結：此活動與香港國際社會服務社 - 深水埗（南）綜合家庭服務中心合辦。

如欲報名，請先致電2482 1302查詢。



2482 1303



9254 8512



hkfwsacp



Sep

## 社區教育活動: 預設照顧計劃講座

日期：2022年9月19日 (星期一)

時間：上午10:00-11:30

地點：香港基督教服務處 家情綜合家庭服務中心  
(地址：九龍深水埗石硤尾邨23座219-235室)

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

對象：公眾人士，長者及照顧者優先

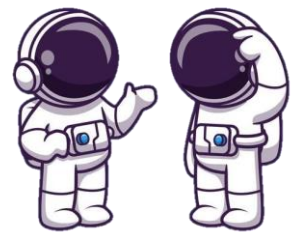
名額：20人

費用：全免

負責職員：陳姑娘

報名連結：

<https://forms.office.com/r/4Qp4fHgimm>





Sep

## 談死論生工作坊:凝視生命

日期：2022年9月27日 (星期二)

時間：下午2:30-4:30

地點：耆康會香港西北區扶輪社長者鄰舍中心  
(地址：荃灣石圍角邨石蓮樓地下31-38號)



內容：透過製作水晶球，引導參加者回顧一生，並展望將來，好好為將來的生活做預備。

對象：耆康會香港西北區扶輪社長者鄰舍中心會員

名額：15人

費用：全免

負責職員：陳姑娘

報名連結：此活動與耆康會香港西北區扶輪社長者鄰舍中心合辦。

如欲報名，請先致電2482 1303查詢。



Oct

## 談死論生工作坊:走過生死大地

日期：2022年10月 (日期待定)

時間：下午1:00-5:00

地點：鑽石山火葬場及鑽石山殯儀館

內容：透過參觀火葬場殯儀館，讓參加者反思死亡意義，並為自己預早規劃

對象：長者及照顧者

名額：20人

費用：全免

負責職員：陳姑娘

報名連結：

<https://forms.office.com/r/igbvJU7WzF>



2482 1303



9254 8512



hkfwscap

# 特別推介



Oct

## 「預設照顧計劃 如何踏前一步？」社區論壇

日期：2022年10月6日(星期四)

時間：下午2:30-5:15 (2:00登記入座及參觀展覽)

地點：香港灣仔軒尼詩道15號溫莎公爵社會服務大廈禮堂

### 內容：

本論壇旨在提升業界同工及公眾人士對預設照顧計劃的認識及關注，將邀請各方專家分享相關議題的最新發展，鼓勵同工經驗交流、社區人士積極參與，一同探討預設照顧計劃如何在社區實踐得更好。

對象：相關專業同工及有興趣人士

### 嘉賓講者：

林啟忠先生（醫務衛生局顧問）、梁萬福醫生（香港老年學會會長、老人科專科醫生）、梁萃明律師、陳裕麗教授（香港中文大學那打素護理學院教授）

(\*本會預設照顧計劃由維拉律敦治·荻茜慈善基金贊助)

### 報名連結：

<https://forms.office.com/r/MTZZnNyCeb>



2482 1303



9254 8512



hkfw sacp



「護老者月」活動

# 預設照顧計劃

## 如何踏前一步？」社區論壇

面對人口老化及疫情，社會大眾皆非常關注如何可以及早為自己及家人作好準備，達至善終善別。近年「預設照顧計劃」被廣泛討論，這個服務如何可以在社區實踐得更好？

日期：2022年10月6日(星期四)

時間：下午2:30至5:15 (2:00開始登記入座及參觀展覽)

地點：香港灣仔軒尼詩道15號溫莎公爵社會服務大廈禮堂

對象：相關專業同工及有興趣人士

### 內容

《有關預設醫療指示和病人在居處離世的立法建議》進展

—— 林啟忠先生 (醫務衛生局顧問)

《預設醫療指示的實踐及推廣》

—— 梁萬福醫生 (香港老年學會會長、老人科專科醫生)

從《持久授權書》到《持續授權書》

—— 梁萃明律師

《從研究到實踐》

—— 陳裕麗教授 (香港中文大學那打素護理學院教授)

《預設照顧計劃在社區的實踐經驗、推行方法與困難》

—— 家福會預設照顧計劃  
社工及服務使用者

《交流討論及台下問答時間》

—— 主持：香港家庭福利會  
高級經理黃愛球女士

### 報名方法

網上報名



電話報名

2482 1303



截止報名日期 2022年9月20日

查詢及聯絡

香港家庭福利會

2482 1303

hkfws.org.hk

預設照顧計劃

acp@hkfws.org.hk

https://www.fb.com/hkfwsacp

本計劃由維拉律敦治·荻茜慈善基金贊助

# 活動介紹



Sep-  
Oct

預設照顧關懷專線 (電話：24821307)

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

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

對象：18歲以上、成熟及有志服務本計劃之人士

負責職員：陳先生

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



hkfw sacp



## 「長者外出活動技巧義工訓練」

很多長者的晚期心願都希望外出走走，有的是重遊舊日有深厚感情的地方，或是一些從未去過的地方，甚至只是簡單如到樓下的公園逛逛。但是，身體的限制卻成為他們和這些心願中間的隔膜。

本計劃「晚晴圓夢」服務志在替長者完成心願，而我們也有幸招募到一群有心有力希望陪伴長者圓夢的義工。為了幫助義工們更掌握陪伴長者外出的技巧，以確保長者外出的安全，我們特定邀請了專業職業治療師講解有關技巧，令義工們更有信心成為長者們圓夢的小夥伴。



除了理論外，義工們更有機會實習一下使用輪椅的技巧。

原來，輪椅也有不同種類，我們在街上看到的輪椅，操作上來都有些特別技巧呢！

秋天快來了，又是外出的好季節，祝願各位陪同長者外出走走時都更得心應手！



## 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





# 護老者月 2022

為護老者集氣!

1+1>2

香港家庭福利會(家福會)基於「以家為本」的信念，致力為香港的家庭及大眾謀福祉，培育一個互相關顧的社會。基於人口高齡化，生育率下降，護老者如欠缺支援，將面對沉重壓力。為喚起社會對家庭護老者福祉的關注，今年家福會的長者服務將推行「護老拍住上」一系列護老者支援服務，以「為護老者集氣！1+1>2」為主題，亦將於本年10月舉行「護老者月」，呼籲每一個支持護老者的我們，攜手建立一個護老者友善的社會，發揮一加一大於二的影響力。

## 「護老者需要」網上問卷調查

為喚起公眾關注護老者的需要，本會正進行一項名為「護老者需要」網上問卷調查。

請鼓勵護老者於8月31日或之前，掃描右列QR Code，花15-20分鐘回答問卷，匯聚更多力量，推動政府制定政策及呼籲各界提供支援措施，提升照顧者的家庭福祉。

提供資料絕對保密。



## 「護老情珍」徵文及「護老者生活珍·相」攝影比賽

日期：2022年7月20日至9月20日

記錄長者與護老者的故事及感人時光。喚起社會人士對護老者的關注。

徵文比賽



攝影比賽



## 護老者論壇

日期：2022年10月21日

時間：上午10:00至中午12:30

地點：基督教靈糧世界佈道會主恩靈糧堂  
(九龍土瓜灣九龍城道141號新城中心一樓B座)  
集結護老者及持份者，了解護老者支援的建議、推展及討論相關議題。

護老者論壇



## 「預設照顧計劃 如何踏前一步？」社區論壇

日期：2022年10月6日

時間：下午2:30-5:15

地點：灣仔軒尼詩道15號溫莎公爵社會服務大樓  
集結護老者及持份者，了解預設照顧計劃在社區的推展及討論相關議題。

預設照顧計劃



## 護老者喘息活動

讓護老者短暫休息放鬆一下，透過積極參與活動享受屬於自己的Me Time。

喘息活動



護老拍住上



香港家庭福利會 九龍城活齡中心

電話：2711 2488 傳真：2711 0925 電郵：kcaa@hkfws.org.hk

網址：www.hkfws.org.hk 地址：土瓜灣九龍城道55-61號 同興花園第二座一樓

## 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](mailto:acp@hkfws.org.hk)

網址：[www.hkfws.org.hk](http://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

### 長者及照顧者精神健康諮詢

#### 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

## 長者及照顧者精神健康諮詢

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





## 服務簡介

### 「躍動啟情」情緒健康支援計劃

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。當長期累積照顧壓力而未 1 能得到適當處理，照顧質素將會受到負面影響。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佳維護。

#### 計劃目的

提升社區人士關注長者的情緒健康及照顧者的需要；協助長者及照顧者重建社區連繫、開展愉快活動、學習解決問題的能力，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





# 服務簡介

## 「躍動啟情」情緒健康支援計劃

### 計劃內容

#### 「躍動啟情」情緒健康管理計劃（個案服務）

目的：提升處理情緒能力、照顧雙方共建正面生活

對象：50歲以上、受情緒困擾的中老年人士及其照顧者

內容：

- 1) 探索處理情緒困擾和解決困難的方法
- 2) 個案輔導、重整生活規律、連繫資源

形式：

- 1) 社工及義工透過上門探訪/視像/電話方式接觸
- 2) 小組/活動
- 3) 生活實踐
- 4) 服務轉介

節數：10節

#### 「躍動啟情」 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

#### 其他活動

目的：提升社區人士關注長者及照顧者的情緒健康對象  
對象：公眾人士

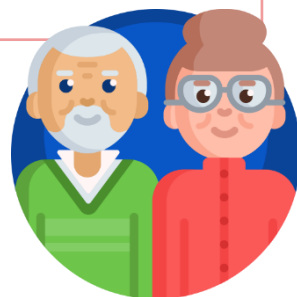
- ◇ 社交心理活動
- ◇ 教育活動
- ◇ 義工招募及服務
- ◇ 教育資訊

### 計劃協調中心

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

服務查詢電話：2793 2922





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](mailto:ecmhs@hkfws.org.hk)

本會網址：[hkfws.org.hk](http://hkfws.org.hk)

{取消接收}

本會為註冊之有限公司  
2022年8月出版(電子版)