



香港賽馬會慈善信託基金於2015年策劃及捐助推行「賽馬會齡活城市計劃」（計劃），聯同本地四間大學的老年學研究單位，於全港18區提倡長者及年齡友善文化，透過由下而上、地區為本的獨特模式，與社會各界攜手建構香港成為適合不同年齡人士生活的地方。計劃於2022年5月起出版一連六期的「齡活城市通訊」，分享計劃的最新發展及建設長者及年齡友善社區的良好案例，供社區持份者閱覽和參考，共建可持續的「齡活城市」。

[按此](#) 參閱其他「**齡活城市通訊**」

「賽馬會齡活城市計劃」最新發展

賽馬會齡活城市「全城·長者友善」計劃嘉許禮

第三屆賽馬會齡活城市「全城·長者友善」計劃嘉許禮於2023年5月11日圓滿舉行。嘉許禮由香港特別行政區政府勞工及福利局局長孫玉菡先生及香港賽馬會慈善事務部主管（豐盛耆年及長者服務）王兼揚先生主禮。

嘉許禮上合共頒發六項特別大獎，包括齡活就業大獎、齡活設施大獎、齡活商業創新大獎、齡活協作大獎、友善人情大獎及我最喜愛的「全城·長者友善計劃」大獎，表揚在推廣長者及年齡友善文化上有傑出表現的公司及機構（[按此](#) 瀏覽特別大獎得主）。今屆計劃共吸引近300間公司及機構參與，較上一屆增加逾一倍，當中有超過三分之二是首次參與，表示愈來愈多不同界別的公司及機構都在熱心推動長者友善措施。

計劃特刊：[按此](#)



社區小改變·齡活大意義：「齡活大使」成果分享會

社區小改變·齡活大意義：「齡活大使」成果分享會已於2023年5月2日圓滿舉行。嶺南大學副校長莫家豪教授及嶺南大學亞太老年學研究中心總監陳澤群教授出席活動，與地區夥伴機構單位共同見證了來自港九新界逾130位「齡活大使」成為「齡活導師」的歷程。

莫家豪教授和陳澤群教授頒發「齡活導師」襟章及嘉許狀予「齡活大使」，表彰他們積極參與和實踐為期十個月的「齡活大使」訓練課程，並熱心策劃及執行「社區小改變·齡活大意義」地區行動計劃，展現了以「由下而上、地區為本」方式推動「長者及年齡友善城市」的良好實例，共創可持續發展的「齡活」城市。「賽馬會齡活城市計劃」自2015年起，共培訓超過2,750位「齡活大使」。



在成果分享會中，「齡活大使」分享參與計劃的點滴及心路歷程，透過參與不同的活動為自己居住的社區作出貢獻，建設長者及年齡友善的環境。而長者中心的社工亦強調地區長者往往最能觀察到社區需要，動員他們積極參與地區改善計劃是恆之有效的方法。



「社區小改變·齡活大意義」計劃詳情及成果短片：[按此](#)

最新出版 — 《建立長者及年齡友善城市的策略：以香港為案例》

香港中文大學賽馬會老年學研究所整合了「賽馬會齡活城市計劃」於過去七年多推動建立長者及年齡友善城市的經驗，編寫書籍《**建立長者及年齡友善城市的策略：以香港為案例**》，詳細探討長者及年齡友善城市概念的由來、在全球及香港的發展概況、計劃所採取的策略及社會影響，並對未來長者及年齡友善城市的發展方向提出建議。

[按此](#)閱讀（只有英文版）



「賽馬會流金頌護老有e道」計劃

為了提升專業醫護人員和家庭照顧者照顧長者的知識和技能，香港賽馬會慈善信託基金於2018年撥款推行「賽馬會流金頌護老有e道」計劃，向專業人員、照顧者及大眾提供**15個免費網上護老培訓課程**，及製作一系列**護老小貼士教學動畫**，期望透過全面和多元化的照顧長者資訊、真實的生活示範片段，提高公眾意識，令長者在日常報告中獲得最好的支援。

計劃同時開發「**健康寶**」自我健康篩檢測試應用程式，讓長者及照顧者可以隨時隨地就健康狀況進行測試，完成後程式會自動提供篩檢報告、相關教育資訊及社區資源。

Jockey Club
Caenza e-Tools
for Elder Care
賽馬會流金頌護老有e道



「賽馬會眾心行善」計劃

參與義工服務對個人和社會有莫大裨益，更有助長者持續融入社區生活，有見及此，香港賽馬會慈善信託基金於2023年策劃及捐助推行「**賽馬會眾心行善**」計劃，與12間機構合作，透過一系列以科技及創新為本的參與模式，為學生、50+及退休人士，與社會大眾設計義工服務項目，共創全城行善文化。

計劃的內容包括：

- **義工推廣校園夥伴計劃**：於中小學推行義工體驗式學習課程
- **50+社群及退休人士義工推廣計劃**：以多元化的義工培訓及服務機會，鼓勵50+社群及退休人士，參與並帶領義工活動
- **眾心行善平台**：與6間合作夥伴聯手，提供一站式整合體驗，讓義工既可於平台上發掘不同義工服務，更可整合自己的服務紀錄，當中所累積的義工時數將可以解鎖不同成就嘉許，以回饋義工的參與（於2023年底推出）

**賽馬會
眾心行善
JC VOLUNTEER
TOGETHER**



詳情請瀏覽計劃網站 www.jcvolunteertogogether.hk

香港社會服務聯會制訂全港首份「照護食標準指引」

香港步入高齡化社會，因年紀老邁及各種病患而引致吞嚥困難的患者數目亦將逐漸上升，如何為他們提供合適膳食不單是照顧者的難題，更是社會的挑戰。

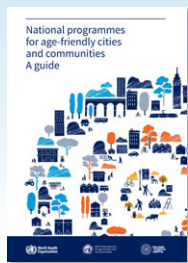
香港社會服務聯會與香港中文大學食品研究中心及香港大學吞嚥研究所合作，以「國際吞嚥障礙飲食標準」(IDDSI)為基礎，制定一套統一、清晰及本地化的《**照護食標準指引**》，同時附加本地照護食菜式的烹調方法給各界參考，供家庭照顧者及不同專業人士使用，滿足吞嚥困難人士的基本膳食需要。社聯亦推出「**照護食一站通**」，為吞嚥困難人士、照顧者、業界及關注此課題的人士，提供一個專業全面、資訊豐富的網上平台，增加公眾對照護食的認識。



世界衛生組織 — 全球長者及年齡友善城市及社區網絡最新發展

世界衛生組織最新出版了**長者及年齡友善城市及社區設計及推行全國性計劃的指南**(只有英文版)，為「全球長者及年齡友善城市及社區網絡」成員設計及推行全國性的長者及年齡友善計劃提供實用指引。

現時香港18個地區已加入世衛的「**全球長者及年齡友善城市及社區網絡**」，可[按此](#)瀏覽各區及其他城市的長者及年齡友善良好方案。



歡迎分享「**齡活城市通訊**」給相關持份者和社區人士，共建長者及年齡友善城市。

此為最後一期「**齡活城市通訊**」，如欲了解更多有關長者及年齡友善城市的資訊，請瀏覽「**齡活港**」網上資源平台。

策劃及捐助：



香港賽馬會慈善信託基金

製作：



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學
賽馬會老年學研究所
CUHK Jockey Club Institute of Ageing