東華三院方樹泉長者地區中心

Tung Wah Group of Hospitals Fong Shu Chuen District Elderly Community Centre

居家認知訓練教材套

第五期

聯絡資料：

地址：香港筲箕灣寶文街六號方樹泉社會服務大樓一樓

電話：2967 9211

傳真：2915 3477

電郵：fscdecc@tungwah.org.hk

前言：

因應新型冠狀病毒 (COVID-19)，2 月份中心暫停了認知訓練小組。為了讓長者們有持續的認知訓練，我們特意準備「居家認知訓練教材套」，為一眾長者及護老者提供不同的訓練。

我們每月都會不定期發放 2-3 次教材套，希望護老者們安排時間從旁指引長者完成。我們職員亦會定期致電慰問，關心長者們於訓練時的情況。如對教材套內容有任何疑問，歡迎致電 2967-9211 與護老者及認知障礙症服務隊的職員聯絡。

訓練內容：

包括：現實導向、記憶能力、知識連用、解難能力、懷緬活動等

訓練原則：

1. 訓練過程中尊重長者的個別性，如性格、能力等，讓長者發揮其能力 / 強項。
2. 因應長者的專注力和精神狀態，提供小休時間。
3. 給予長者正面鼓勵：多鼓勵 / 讚賞長者；避免「打擊」長者的自信。
4. 訓練由淺入深，增加長者的成功感及滿足感。
5. 訓練開始前，應詳細解釋其做法，並確保長者清楚明白內容，有需要可作示範。
6. 務求營造一個「開心」的訓練環境。

日期：

_____年_____月_____日

訓練 1：連線

請順序把數字連在一起完成圖案。

日期：

_____年_____月_____日

訓練 2：找不同

請圈出 5 個不同之處:

東華三院方樹泉長者地區中心
Tung Wah Group of Hospitals Fong Shu Chuen District Elderly Community Centre

日期：

_____年_____月_____日

訓練 3：請把下圖相隔時間寫出

上午開始　正午結束

1）____小時

正午開始　下午結束

2）____小時

上午開始　下午結束

3）____小時

上午開始　下午結束

4）____小時

上午開始　正午結束

5）____小時

上午開始　下午結束

6）____小時

正午開始　下午結束

7）____小時

上午開始　下午結束

8）____小時

訓練 4：互動環節

眼明手快

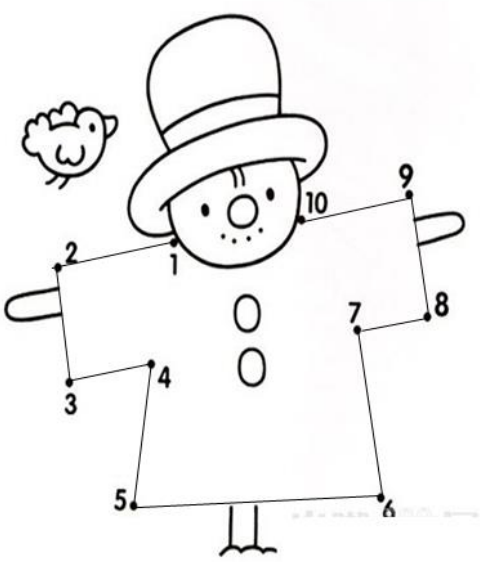
所需工具：撲克牌

遊戲玩法：

1. 最少 2 人參與活動。
2. 將整副撲克牌面朝上在桌面上鋪好。
3. 依照順序輪流喊牌，除喊牌的人以外，其餘的人搶牌
4. 最先搶到 5 張的人獲勝

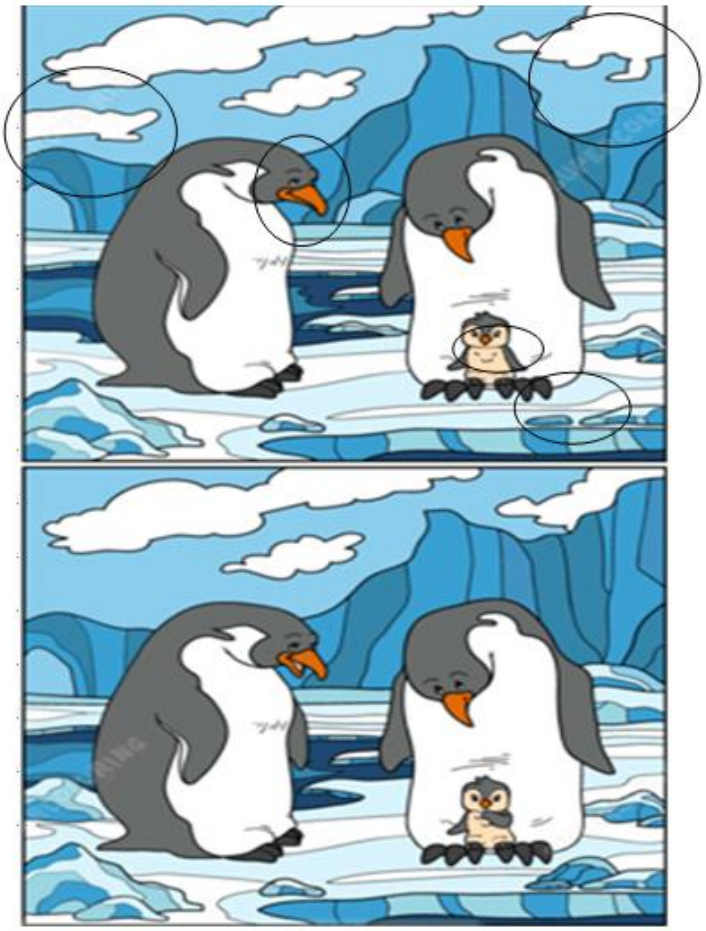
網上短片參考：https://www.youtube.com/watch?v=PWfOGDj4QfQ

請順序把數字連在一起完成圖案。

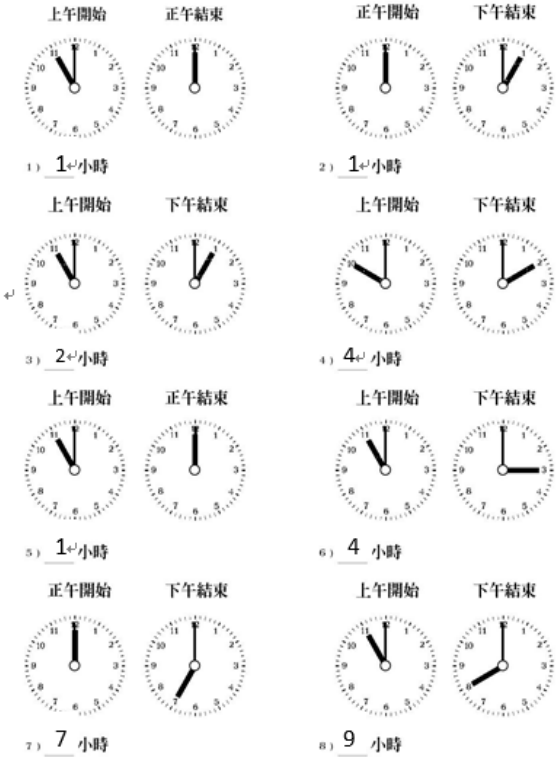


訓練 2：找不同　　_____年_____月_____日

請圈出 5 個不同之處:



訓練 3：請把下圖**相隔時間**寫出



東華三院 Tung Wah Group of Hospitals 15周年 ANNIVERSARY 方樹泉長者地區中心

香港筲箕灣寶文街 6 號
方樹泉社會服務大樓 1 樓