

港島東醫院聯網 ~ 社區復康服務
 認知障礙症 (前稱老人痴呆症/腦退化症)
 轉介機構重點服務簡介 (2018 年 10-12 月)

	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
津助服務機構	香港耆康老人福利會「無憂照顧·樂社區」(SAGE)	智醒係你小組 幫助早期記憶問題的長者，透過多元訓練包括健腦活動及學習日常生活的記憶策略，改善專注力及記憶技巧。	柴灣： 18 年 10 月 26 日 (星期五) 18 年 11 月 23 日 (星期五) 18 年 12 月 28 日 (星期五) 下午 2:30-3:30	全免	適合輕度認知障礙長者參與，需為中心會員，並經評估後才能參加
	柴灣長者地區中心 地址：柴灣漁灣村漁豐樓地下11至18號 電話：2558 0187	健腦遊戲外借服務 長者或護老者可外借健腦遊戲回家作訓練，增加動腦筋的機會，寓訓練於遊戲中，讓長者生活過得更充實。	柴灣： 逢星期一至六，辦公時間內到中心借用。	全免	歡迎護老者及初期認知退化的長者借用
	東區長者地區中心 (北角) 地址：北角和富道 53 號和富中心第 2 期商場地下 電話：2563 0187	健智樂聚 透過健腦遊戲及分享，放鬆心情，減輕照顧者壓力。	柴灣： 18 年 11 月 15 日 (星期四) 下午 2:30 - 3:30 地點：柴灣漁灣邨漁安樓地面 32 號	全免	歡迎患有認知障礙症的長者及其護老者參與 有興趣請先向鄧姑娘聯絡
		智腦友-認知訓練 由已受訓的義工帶領初期認知障礙症之長者玩健腦遊戲，讓長者建立恆常認知訓練的習慣。	柴灣： 智腦友紅組：星期一、三及隔五 智腦友綠組：星期二、四及隔五 時間：上午 10 時至 11 時	全免	適合已確診輕度認知障礙長者參與 <u>需經社工接見及評估，視乎認知情況而分組</u>
		認知障礙症講座 由社工講解腦部健康的重要，並會介紹常見影響認知功能的疾病及成因，和日常生活小貼示。	北角： 18年11月3日(星期六) 上午9:30-11:00	全免	登記或查詢， 請致電2563 0187
		認知藝術小組 透過藝術活動為認知障礙症長者提供認知訓練等活動，例如畫畫、做手工、彈奏樂器等，訓練長者的認知能力及手部肌力，同時可以延緩腦部退化。	北角： 18 年 10 月 9、16 日、23 日及 30 日 (逢星期二) 上午 11:00 - 下午 12:30	\$40 (包括材料費用)	登記或查詢， 請致電2563 0187

津助服務機構	香港耆康老人福利會「無憂照顧·樂社區」(SAGE) 柴灣長者地區中心 地址：柴灣漁灣村漁豐樓地下11至18號 電話：2558 0187 東區長者地區中心 (北角) 地址：北角和富道 53 號和富中心第 2 期商場地下 電話：2563 0187	認知玩具外借服務 長者或護老者可外借認知玩具回家作訓練，增加動腦筋的機會，寓訓練於遊戲中，讓長者生活過得更充實。	北角： 護老者可於辦公時間內到中心借用，為期4星期。借用前請先致電查詢借用情況。	全免	適合喜愛動腦筋或希望訓練認知能力的長者會員參與。
		齊來動腦筋 透過數碼大電視機的電腦遊戲，供長者訓練手眼協調。	北角： 每月逢星期一、三、五 上午10:00-11:00 *歡迎即場參加	全免	登記或查詢，請致電 2563 0187
		「大腦健身室」健腦遊戲 由數碼大使陪同下使用網上健腦遊戲系統，透過生活化的遊戲，能活用大腦，訓練長者的記憶力、集中力、心算力、判斷力及手眼協調能力等。	北角： 每月逢星期一、三、五 上午10:00-11:00 *歡迎即場參加	全免	
		智趣天地 由「醒腦義工」鼓勵及教導長者透過實體玩具訓練大腦，同時享受與其他長者互動的樂趣。	北角： 逢星期二、四及六 下午2:00 - 3:00 *歡迎照顧者陪同	全免	
		智趣天地季賽 透過於智趣天地的實體玩具，長者互相比賽，以鼓勵長者積極參與智趣天地。	北角： 18年12月20日(星期四) 下午 2:00- 3:00	全免	
		照顧者互助小組-同路人 提供護老資訊增進護老知識；舒緩護老者的照顧壓力；讓護老者互相分享、彼此支持。 腦力訓練 由社工為認知障礙症長者提供現實導向、肢體運動，認知訓練等活動，延緩腦部退化。 此兩項活動以平衡小組形式舉辦，讓護老者及被照顧長者可同時參與活動，前者不會因沒有支援網絡而未能參與活動。	北角： 18年10月13日、10月23日、11月3日及12月8日 (星期二、六) 下午1:30 - 3:00 北角： 18年10月13日、10月23日、11月3日及12月8日 (星期二、六) 下午1:30 - 3:00	全免 全免	對象為認知障礙症的護老者 對象為輕度至中度認知缺損的長者

津 助 服 務 機 構	香港復康會社區復康網絡 (CRN) 地址：香港鯉魚涌康山花園 6座地下 電話：2549 7744	坐式健體運動班 (共三堂) 內容：由物理治療師教授坐著進行的健體運動，針對腰腹核心肌肉，肩膀穩定訓練及維持下肢肌力，讓體能較弱的參加者也可鍛煉體能，改善活動能力。	日期：14/11-21/11/2018 (逢星期三) 時間：下午 2:30-下午 5:00 地點：康山中心 對象：長期病患者 (輕度認知障礙症患者可由家屬陪同出席)	會員：\$20 非會員：\$30 綜援免費	1. 首次優先 2. 須評估 登記或查詢， 請致電 2549 7744
		照顧者鬆一鬆茶聚 內容：透過茶聚於同一路上的照顧者互相傾訴、支緩，為自己滿滿的照顧工作的時間裡，加入一些放鬆的時間，為自己叉叉電。	日期：11月19日 (星期一) 時間：下午 2:30-5:00 地點：康山中心 對象：長期病患者之照顧者	免費	登記或查詢， 請致電 2549 7744
		慢性勞損預防及應對工作坊 (共一堂) 內容：由職業治療師講解照顧長期病患時較常出現的勞損疾病，預防及應對方法。同時會教授關節保護與體力使用技巧，并介紹日常保護用具的選擇及應用。	日期：10月9日或12月11日 (星期二) 時間：下午 2:00-4:00 地點：康山中心 對象：長期病患者之照顧者	會員：\$10 非會員：\$15 綜援免費	先到先得
香港基督教女青年會 明儒松柏社區服務中心 (YWCA) 地址：香港西灣河鯉景道56 號康東邨康瑞樓地下 電話：2676 7067	智友流動支援站 (18年10月) 對象： 懷疑患有認知障礙症的長者；有需要之長者、照顧者 名額： 10人 內容： 由職業治療師為懷疑患有認知障礙症的長者進行認知障礙症檢測評估	日期： 2018年10月13日 (六) 時間： 上午 10:00-12:30 及 下午 2:00 至 4:30 地點： 西灣河鯉景道 56 號 康東邨康瑞樓地下	全免	(1) 登記或查詢， 請致電 2676 7067 林碧英姑娘 (2) 此活動由老有所為活 動計劃贊助	

津 助 服 務 機 構	香港基督教女青年會 明儒松柏社區服務中心 (YWCA) 地址：香港西灣河鯉景道 56 號康東邨康瑞樓地下 電話：2676 7067	五感認知訓練小組 (18 年 11 月) 對象： 輕度認知障礙症患者 名額： 10 人 內容： 以五感作為介入點，透過感官刺激，刺激長者的視覺、聽覺、味覺、嗅覺及觸覺，延緩退化	日期： 2018 年 11 月 2 日 至 12 月 21 日 (逢星期五) 時間： 上午 9:30-10:30 地點： 西灣河鯉景道 56 號 康東邨康瑞樓地下	\$20 (共 8 堂)	(1) 登記或查詢，請致電 2676 7067 林碧英姑娘 (2) 參加長者需要有基本表達能力，樂意參加群體活動 (3) 參加者於小組前、後均須接受評估 (4) 家人必須參與最後一節(12 月 21 日)，與長者一同互動，並學習使用「五感寶盒」，完成後可獲贈一套訓練教材 (5) 此活動由老有所為活動計劃贊助
		腦動耆玩天地 (10 月-12 月) 對象： 長者及其照顧者 內容： 中心購置有益身心的多元化遊戲，由「腦有記義工」鼓勵及教導長者使用各項玩具，動動腦筋、訓練手眼協調、肌肉鍛鍊及增加互動溝通，享受遊戲帶來的樂趣	日期： 2018 年 7 月 4 日至 9 月 27 日 (逢星期三) 時間： 下午 2:00 至 4:00 地點： 西灣河鯉景道 56 號 康東邨康瑞樓地下	全免	(1) 活動不需個別報名
		玩具帶回家 對象： 長者及其照顧者 內容： 提供家居訓練工具外借服務，將開心快樂和學習經驗帶回家延續下去	日期： 2018 年 7 月 4 日至 9 月 27 日 (逢星期三) 時間： 下午 2:00 至 4:00 地點： 西灣河鯉景道 56 號 康東邨康瑞樓地下	全免	(1) 活動不需個別報名 (2) 玩具借回家服務詳情請向職員查詢

津 助 服 務 機 構	東華三院 方樹泉長者地區中心 (TWGHs) 地址：香港筲箕灣寶文街 6 號東華三院方樹泉 社會服務大樓 1 樓 電話：2967 9211	復康輔助器材(輪椅/助行架)維修服務 為參加者的復康用品(輪椅/助行架)進行簡單檢 查及維修	2019 年 1 月 15 日(二) 上午 11:00 至下午 5:00 9 樓禮堂	*檢查復康用品後，參加者可自行決 定是否維修。 *如要維修，需由參加者支付所需的 零件費用。	電話：2967 9211 伍庭軒先生
		「腦友導航」 手機應用程式 本院首個專為認知障礙症患者及照顧者而設的 手機應用程式。期望透過各項支援功能，有效 讓護老者為患者提供適切的照顧，並提升長者 生活質素。 「腦友導航」六大實用功能包括：「認識·我」、 定位追蹤、用藥提示、尋人功能、智晴寶「認 知訓練」及生活實用貼士	「腦友導航」手機應用程式暫時 只支援 Android 版本。 歡迎大家於 Google Play store 搜 尋「腦友導航」，或掃描二維碼 下載用使 	費用： 全免	電話：2967 9211 黃雪晴姑娘
		護腦愛老新網絡- 互動網上平台 網站是一個為長者及照顧者而設的一站式資 訊、自我評估、訓練的網上平台。 特色： 創新一站式—自我評估平台 網上學堂—即玩即獎，定期更新，鍛煉大腦 長者自我管理—預防病症，保持健康 護老者支援—護老知識學習平台，提升生活質 素 產品及刊物—每月更新實用小貼士	http://fscdecc.tungwahcsd.org/clne	費用： 全免	電話：2967 9211 馬凱傑先生

津 助 服 務 機 構	香港認知障礙症協會 芹慧中心 (HKADA) 地址：灣仔皇后大道東 282 號鄧肇堅醫院一樓 電話：3553 3650	日間中心 認知訓練及 六藝健腦活動	星期一至五 全日：9:30am-4:30pm 半日：9:30am-12:15pm/ 1:30pm-4:30pm 星期六 半日：9:30am-12pm	日間中心服務： \$400 (全日) \$200 (半日) 會車服務： 星期一至五 每日\$90-\$135/來回	登記或查詢，請致電 3553-3650 或登入 www.hkada.org.hk
		六藝@健腦興趣班： 柔力球班	22/9-3/11/2018 *6/10 暫停 (逢星期六) (共 6 節) 10:15am-11:45am	\$1200 (全期) (1 位患者 + 1 位照顧者)	
		六藝@健腦興趣班： 音樂班	17/11-22/12/2018 (逢星期六) (共 6 節) 10:15am-11:45am	\$1200 (全期) (1 位患者 + 1 位照顧者)	
		家屬月會	27/10/2018 (六) 15/12/2018 (六) 2:30pm-4:30pm	免費	
基 督 教 靈 實 協 會 靈 實 長 者 日 間 暨 復 康 中 心 (港 島 東) (HOHCS) 地址：香港筲箕灣阿公岩道 25 號明華大廈 A 座 LG 樓 B 室 電話：2670 9025	<u>日間暫託服務</u> 以個案管理模式為長者提供身、心、社、靈的全人關顧及護理服務，為曾中風、患有帕金森、認知障礙及痛症的人士與照顧者提供支援	星期一至六 上午8:00至下午6:00	\$210-\$360 (視乎時數及照顧程度而定)	查詢電話：2670 9025 本中心是「長者社區照顧服務券試驗計劃」的認可服務提供者	
	到戶香薰治療	按預約時間	\$450-\$800 (視乎服務的需要而定)	查詢電話：2663 3001	
	到戶職業治療	按預約時間	\$1000 (評估費) \$1,000 / 45 分鐘 (由物理治療師提供) \$350 / 2 小時 (由保健員提供)	查詢電話：2663 3001	

津 助 服 務 機 構	靈實誌寶老人科診所及記憶護理中心(HOHCS) 地址: 香港銅鑼灣禮頓道 119 號公理堂大樓十七樓 電話: 2632 5598	7-9 月未有相關活動			
	循道衛理中心灣仔長者服務中心 (Methodist) 地址: 香港灣仔莊士敦道 211 號 1 至 2 樓 電話: 2527 4123	健腦蒼 內容: 透過桌上遊戲及其他活動, 建立多運用腦筋的習慣, 從而提昇記憶力。 對象: 有輕度認知及記憶問題的 60 歲或以上人士	15/10/2018 至 17/12/2018 (逢星期一) 5/11、3/12 暫停 上午 9:30 至上午 10:45 地點: 灣仔莊士敦道 21 號一樓飯堂	\$160, 全期 8 堂	葉韻如姑娘 (2527 4107)
		「腦友會」認知障礙症患者家屬月會 內容: 介紹社區資源、分享照顧經驗及互相支持。 對象: 患認知障礙症者之家屬及親友	13/10/2018(六) 10/11/2018(六) 8/12/2018(六) 下午 2:00 至下午 3:30 地點: 灣仔莊士敦道 211 號地下大廳	全免	葉韻如姑娘 (2527 4107) 備註: (1)月會日期或會因特別安排而改動, 欲參加者請先聯絡負責職員查詢; (2) 可安排認知障礙症患者於活動期間由中心義工協助看顧, 請預先聯絡負責職員以便安排。
	聖雅各福群會灣仔長者地區中心 (St. James' Settlement) 地址: 香港灣仔石水渠街 85 號 1 樓 電話: 2835 4324	『良師憶友』認知障礙症互助小組 (每月聚會) 內容: 每月設下主題介紹延智緩腦退化、分享體驗活動及社區資源介紹, 互相關顧。 名額: 15 名	日期: 10 月 26 日、11 月 30 日、12 月 28 日(星期五) 時間: 上午 9 時 30 分至 10 時 30 分 地點: 灣仔石水渠街 85 號 1 樓 102 室	全免	負責職員: 羅珮茵姑娘 28313225
	右腦左腦咕嚕轉 (桌上互動遊戲) 對象: 記憶力退減或患有早期認知障礙長者 內容: 由受訓練之右腦左老咕嚕轉特工隊義工為指導員, 將介紹不同健腦玩具激發腦部思維, 增加訓練記憶、反感靈活度及手眼協調, 並有助提升溝通社交能力, 有助延緩認知能力衰退及預防腦退化。	日期: 2018 年 10 月 24 日(星期三)、10 月 21 日(星期三)、12 月 12 日(星期三) 時間: 下午 2:00 至下午 3:30 地點: 灣仔石水渠街 85 號 3 樓視聽室	全免		

津助服務機構	<p>聖雅各福群會灣仔長者地區中心 (St. James' Settlement) 地址：香港灣仔石水渠街 85 號 1 樓 電話：2835 4324</p>	<p>飛鏢新手班 內容：由義工教授正確握、投、擲飛鏢技巧及姿態，從中訓練手力度，鍛練眼界，注意力，協調性及計算訓練等，一項左右腦平衡運動，各新手快來報名！ 人數：6 名 / 每班</p>	<p>日期：25/10,1/11,8/11,15/11,22/11 及 29/11(星期四・6 節) 時間：上午 10:00 至 上午 11:00 (A 班) 上午 11:00 至 中午 12:00 (B 班) 地點：灣仔石水渠街 85 號 1 樓 101 室</p>	<p>費用：\$ 20 (每班 6 節)</p>	
自負盈虧服務機構	<p>聖雅各福群會 灣仔健智支援服務中心 (SJS) 地址：灣仔堅尼地道 100 號 2 樓 電話：2596 2506</p>	<p>認知障礙症基本課程 內容：讓初為認知障礙症照顧者了解此病症的基本知識和照顧技巧 由灣仔健智支援服務中心個案經理 或 灣仔長者地區中心社工 主講</p>	<p>日期：6/10/2018(六) / 1/12/2018(六) 時間：下午 2 時 30 分 至 下午 4 時 地點：灣仔健智支援服務中心 名額：10 人</p>	<p>全免</p>	<p>查詢或報名： 請致電： 2596 2506 蕭先生</p>
		<p>家庭俱樂部(Sat Club) 對象：認知障礙症患者及其家屬 目的：為初期認知障礙症長者及家屬作服務介入：家屬互助小組照顧者工作坊；長者訓練小組等</p>	<p>日期： 8/9/2018 - 10/11/2018(共 10 堂) 及 24/11/2018 - 1/2/2019(共 10 堂) 時間：上午 9:30 - 中午 12:00</p>	<p>\$150/堂</p>	<p>查詢或報名： 請致電 2596 2056 與蕭先生聯絡 有意參加者需要先接受初步評估，收費為\$400</p>
		<p>認知障礙症專題講座 [如何從中醫解說、穴位與食療角度舒緩照顧者身心靈] 由註冊中醫(內科/針灸) 陳可昕醫師主講</p>	<p>日期：20/10/2018(六) 時間：下午 2 時至 4 時 地點：灣仔健智支援服務中心</p>	<p>全免</p>	<p>查詢或登記： 請致電： 2596 2506 蕭先生 2831 3220 林先生</p>
		<p>認知障礙症專題講座 [家居安全生活攻略] 由智友醫社同行計劃服務 一級職業治療師林慧心姑娘 主講</p>	<p>日期：27/10/2018(六) 時間：上午 10 時 至 中午 12 時 地點：灣仔健智支援服務中心</p>	<p>全免</p>	<p>查詢或登記： 請致電： 2596 2506 蕭先生 2831 3220 林先生</p>

自負盈虧服務機構	東華三院渣打香港 150 週年 慈善基金長者智晴坊 (TWGHs) 地址：北角道 16 號 蘇浙大廈地下 電話：2481 1566	<p>如何在家中訓練工作坊</p> <p>內容： 介紹在家中或日常生活中與認知障礙症患者作認知訓練的方法。</p> <p>對象： 有興趣參與的照顧者及社區人士</p>	<p>日期： 2018 年 10 月 11 日(四)</p> <p>時間： 晚上 7 時至 8 時</p> <p>地點： 本中心</p>	<p>免費</p> <p>查詢請致電： 李先生 2481 1566</p> <p>*參加者需預先報名</p>
		<p>自我運動工作坊</p> <p>內容： 由物理治療師教授保健運動，讓照顧者可以保持身體機能的健康及舒緩壓力。</p> <p>對象： 有興趣參與的照顧者及社區人士</p>	<p>日期： 2018 年 11 月 15 日(四)</p> <p>時間： 晚上 7 時至 8 時</p> <p>地點： 本中心</p>	<p>免費</p> <p>查詢請致電： 李先生 2481 1566</p> <p>*參加者需預先報名</p>
		<p>護老健腦樂心身講座</p> <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 介紹心身機能活性運動療法如何延緩認知障礙症的衰退情況。 ● 由物理治療師介紹合適認知障礙症患者的健腦及保健運動 <p>對象： 有興趣參與的社區人士</p>	<p>日期： 2018 年 11 月 26 日(一)</p> <p>時間： 晚上 7 時半至九時</p> <p>地點： 香港北角百福道 21 號 香港青年協會大廈 25 樓</p>	<p>全免</p> <p>查詢請致電： 冼先生 2481 1566</p> <p>*參加者需預先報名</p>
	循道衛理社區照顧中心（東區）(Methodist Centre) 地址：香港北角英皇道 388 號北港商業大廈 3 樓 A 室 電話：2570 0311	為認知障礙症長者提供全天或半天之日間暫託服務及認知訓練。	<p>星期一至星期六 上午 8:00 至下午 6:00</p> <p>地點：本中心</p>	<p>全日(包午餐)：\$340 半日(不包午餐)：\$160 午餐：\$20 會車服務： (灣仔至筲箕灣)單程\$30/ 來回\$50 (杏花村、柴灣及小西灣)單程\$40/ 來回\$70 上門送服務： 每次\$30</p>

自負盈虧服務機構	循道衛理盈智中心 (Methodist Centre) 地址：香港灣仔軒尼詩道 22 號 4 樓 402 室 電話：2527 2133	日間照顧服務 <ul style="list-style-type: none"> ● 認知訓練如現實導向訓練、多感官治療及懷緬治療等。 ● 多元化大腦刺激活動如音樂及園藝小組、社交康樂遊戲等。 ● 身心機能活化運動(Mind Body Exercise)。 ● 音樂照顧 (Music Care)。 	星期一至星期五 上午 9:00 至下午 5:00 地點：本中心	全日(包午餐)：\$340 半日(不包午餐)：\$160 午餐：\$20 會車服務： (灣仔至北角)單程\$30/ 來回\$50 (鯉魚涌至小西灣)單程\$40/ 來回\$70 上門接送服務： 每次\$30	鍾瑞平先生(2527 2133)
	循道衛理盈樂軒 (Methodist Centre) 地址：香港灣仔盧押道 18 號 5 樓 電話：2157 0951	為認知障礙症長者提供全天或半天之日間暫託服務及認知訓練。	星期一至星期六 上午 8:00 至下午 6:00 地點：本中心	全日(包午餐)：\$340 半日(不包午餐)：\$160 午餐：\$20 會車服務： (灣仔至北角)單程\$30/ 來回\$50 (鯉魚涌至小西灣)單程\$40/ 來回\$70 上門接送服務： 每次\$30	柳道賢先生(2157 0951)
	基督教宣道會翠樂長者睦鄰中心 (cmasshk) 地址：香港柴灣翠灣街 26 號翠樂邨翠祿樓地下 電話:2814 9701	智友天地半日組 內容:為輕度至中度的認知障礙症患者提供訓練活動。	日期:2018 年 10 月 3 日至 12 月 28 日(逢星期三及星期五) 時間:上午 8:45-12:45(包午餐) 地點:本中心	全免	查詢電話:28149701
智友俱樂部 內容:為 MCI(輕度記憶力缺損)的長者提供運動及記憶力訓練。		日期:2018 年 10 月 5 日至 12 月 28 日(逢星期五) 時間:上午 9:30-10:30 地點:本中心	全免	查詢電話:28149701	
智友桌上遊戲工作坊 內容:為 MCI(輕度記憶力缺損)的長者提供桌上遊戲訓練。		日期:2018 年 10 月 4 日至 12 月 27 日(逢星期四) 時間:下午 2:00-3:00 地點:本中心	全免	查詢電話:28149701	

*** 歡迎直接向各機構查詢及申請 ***
 (活動詳情以機構的最後公報作實)