

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 (2022 年 1-3 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) 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	柴灣長者地區中心： 智醒係你小組 為有輕度認知缺損的長者，提供多元訓練包括健腦活動及學習日常生活的記憶策略，改善其專注力及記憶技巧。	2月16日 3月30日 逢星期三 共8堂 上午10:00-11:00	全免	適合輕度認知障礙長者參與 報名前，長者需接社工評估及登記成為本中心認知障礙症支援部會員
	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	柴灣長者地區中心： 健腦天地-外借健腦遊戲服務 中心搜羅多款健腦遊戲予長者或護老者借用。 除於中心使用外，亦可借回家，寓訓練於遊戲中，並透過遊戲與家人樂聚天人倫	逢星期一至六 上午9:00-下午5:00 公眾假期除外	全免	借用者須為本中心會員或護老者會員，並請親蒞中心辦理手續
		柴灣長者地區中心： 智腦友-認知訓練小組 由已受訓的義工帶領輕度至中度認知障礙症長者進行桌上健腦遊戲，讓長者建立恆常認知訓練的習慣。	紅組： 星期一/三/五 (其中一天) 下午2:00-3:30 綠組： 星期二/四/五 (其中一天) 上午9:30-11:00	全免	適合輕度至中度認知障礙長者參與 報名前，長者需接社工評估及登記成為本中心認知障礙症支援部會員
		教育講座(2月) 由資深護師主講認知障礙症藥理認識 對象：照顧認知障礙症患者人士及家屬	北角： 2月16日 (星期三) 上午9:30-11:30	全免	查詢及登記 請致電 2563 0187 與 認知障礙症支援部聯絡
		教育講座(3月) 由職業治療師主講認識遊走問題、「行為心理徵狀」成因及處理方法 對象：照顧認知障礙症患者人士及家屬	北角： 3月23日 (星期三) 上午9:30-11:30	全免	查詢及登記 請致電 2563 0187 與 認知障礙症支援部聯絡
		認知訓練工具外借服務 長者或護老者可外借認知工具作家居訓練，增加動腦筋的機會，寓訓練於遊戲中，維持或增加長者的認知能力 對象：適合喜愛動腦筋或希望增加認知訓練的長者使用	長者或護老者可於辦公時間內到中心借用，為期兩個星期 借用前請先致電查詢借用情況	全免	查詢及借用 請致電2563 0187

	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	香港復康會社區復康網絡(CRN) 地址：香港鰂魚涌康山花園6座地下 電話：2549 7744	「耆幻藝行」計劃 - 藝術治療課程 (共八堂) 透過不同的藝術創作媒介(如：繪畫、圖像、聲音、音樂等)，增強參加者對自己的認識，透過創作的過程，表達個人的感受，改善抑鬱情緒，和促進個人成長	2月7日至 4月4日 (逢星期一) (2月28日除外) 下午2:00-4:00 地點：康山中心	免費	需評估 報名或查詢 請致電 2549 7744
		照護聊天室-徵狀護理篇(視像) 長期病患者的常見徵狀包括氣促、暈眩及水腫等。由護士講解護理方法，讓照顧者明白良好的照顧方法和矯正謬誤，也可交流照顧心得。	3月5日(六) 下午2:00-3:30 形式: ZOOM	會員\$10 非會員\$15 綜援免費	先到先得 首次優先 報名或查詢 請致電 2549 7744
		肌筋膜放鬆及伸展運動工作坊 本體驗班重於伸展運動和筋膜放鬆，參加者將消除身體緊繃、提高身體靈活度。 (活動會包含東區地區康健站服務介紹)	2月22日(二) 上午11:15 - 下午12:45 地點:康山中心	免費	與東區地區康健站合辦 東區居住或在職照顧者優先 先到先得 參加者需合適進行健能活動 報名或查詢 請致電 2549 7744
		便秘防治工作坊 由註冊護士講解便秘的成因、徵狀及藥物治療，並認識非藥物治療方法以助舒緩便秘問題。	3月3日(四) 下午14:30 - 17:00 地點：康山中心	會員\$10 非會員\$15 綜援免費	先到先得 參加者可帶同服用的舒緩便秘藥物出席 報名或查詢 請致電 2549 7744
	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	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	逆境同行 為港島區居住及患病的中年人士提供日間護理、家居支援、醫療諮詢，義工探訪等服務，讓病者及其照顧者得到全人關顧，減少憂慮，過渡患病的艱難時刻。	即日起至 2022年8月31日	全免	對象：40-64歲港島區居住的基層中年人士 服務需要經本中心社工評估 查詢及報名， 請致電 2527 4107 黃姑娘/曾姑娘
		「健腦·護老有辦法」 認知障礙症照顧者資源冊 長者在護老者的協助下，在家接受認知訓練，內容包括：現實導向、邏輯運用、數字應用等。	星期一至六 上午9:00 -下午5:00 星期日及公眾假期除外	全免	查詢及報名， 請致電：2527 4123 莊子蔚姑娘

	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	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	認知訓練遊戲外借服務 提供各式各樣的桌上遊戲給長者及護老者外借回家。	星期一至六 (星期日及公眾假期除外) 上午 9:00 - 下午 5:00	全免	查詢及報名，請致電：2527 4123 莊子蔚姑娘
		智樂無障礙計劃 十二節認知障礙網上課堂 由社工講解，長者及護老可以更深入認識認知障礙症的知識，隨時隨地透過網上影片觀看。	星期一至六 (星期日及公眾假期除外) 上午 9:00 - 下午 5:00	全免	查詢及報名，請致電：2527 4123 莊子蔚姑娘
		拾趣園地記憶評估 初步評估認知障礙症，有需要時安排跟進	每月 3 個名額(早上時段舉行)	免費	查詢及報名，請致電：2527 4123 曾姑娘
	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	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	「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」手機應用程式設有 IOS 及 Android 版本供下載，歡迎大家於 Google Play store/ apple store 搜尋「腦友導航」，或掃描二維碼下載使用 (Android 版本)  (IOS 版本) 	全免	電話：2967 9211 馬凱傑先生
		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	全免	電話：2967 9211 馬凱傑先生

	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	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	評估檢測服務 為長者提供初步認知評估，及早識別認知障礙症徵狀，並提供專業意見作適當跟進。	星期一至六 (星期日及公眾假期除外) 上午9:00-下午5:00 需致電預約安排評估	全免	電話：2967 9211 馬凱傑先生
		居+智友趣訓練小組 (ZOOM) 由同工透過 ZOOM 視像軟件帶領包括：健腦運動、現實導向訓練、健腦訓練等延緩參加者認知能力的退化，並每星期會寄發一份認知教材套裝。 對象：輕度／中度認知障礙症患者。	訓練時間為星期四 設有上午及下午之選 請先致電馬凱傑先生查詢及報名。	\$200/8 節 每節 1 小時	電話：2967 9211 馬凱傑先生
	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	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	「腦」朋友俱樂部 由專業同工透過一系列小組活動，包括：健腦運動、現實導向訓練、益智遊戲等延緩參加者認知能力的退化、建立社交生活等。 形式：中心小組形式 對象：輕度／中度認知障礙症患者，能適度自理。	訓練時間為星期一、二或三 設有上午及下午之選 請先致電馬凱傑先生查詢及報名。	\$600/12 堂 綜緩使用者 \$300/12 堂	電話：2967 9211 馬凱傑先生 活動會因應疫情情況作出調整。
		居家認知訓練教材套 讓長者們有持續的認知訓練，每月以郵寄方式發放教材套，訓練內容包括現實導向、記憶能力、知識運用、解難能力、懷緬活動等，讓護老者們安排時間從旁指引長者完成。	星期一至六 (星期日及公眾假期除外) 上午9:00-下午5:00	\$60/半年	電話：2967 9211 馬凱傑先生
		千棋百趣外借服務 提供不同的桌上遊戲供護老者外借回家，讓長者可以持續鍛鍊腦筋。 借用守則： 每位護老者可帶同護老者証到中心辦理借用手續，每次只限借用 2 款遊戲，借用期為兩星期。	星期一至六 (星期日及公眾假期除外) 上午9:00-下午5:00	全免	電話：2967 9211 馬凱傑先生
		頌硯舒壓工作坊 與護老者分享及體驗頌硯舒壓方法。 名額：10 名 (人多抽籤)	1月21日(五) 晚上7:30-8:30	全免	電話：2967 9211 馬凱傑先生

	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	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	智友舒壓半天遊 與護老者一同暢遊香港行山徑 名額：10名 (人多抽籤)	1月15日 (六) 時間：待定	全免	電話：2967 9211 馬凱傑先生
		智友鬆一 ZONE 與護老者分享有關認知障礙症法律 相關資訊。 名額：10名 (人多抽籤)	3月12日 (六) 下午 2:30-3:30	全免	電話：2967 9211 馬凱傑先生
	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	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)WC514/21 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。	1月28日、2月25 日、3月25日(星期 五) 共3節 上午9:30至10:30 地點：總會1樓101 室	免費	羅姑娘 28313225
		『智』享生活講座 WC586/21 1. 認識認知障礙症 2. 如何透過多元的生活方式延緩 認知衰退 3. 障礙症人士如何規劃未來(包括 財政預算，法律及醫療)	3月24日 (星期四) 上午10:00-12:00 地點：總會3樓302 室	免費	羅姑娘 28313225
		腦練棋兵——桌遊練腦工作坊(二) WC585/21 由青年義工大使擔任桌上遊戲大 使,設計好玩的遊戲,體驗手眼觸感 的協調與彈性	2月26日及3月5 日 (星期六·2堂) 下午1:30-下午 3:00 地點：總會3樓 301室	免費	羅姑娘 28313225
	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	循道愛華村服務中心社 會福利部 興華耆樂中心 地址：香港柴灣興華 (二)邨樂興樓 215至218室 電話：2558 3338	「健·智」樂天地 透過認知訓練及健體運動，改善記 憶力、平衡力及四肢協調能力 地點：柴灣興華(二)邨樂興 217室	1月4日-3月31 日 A班：逢星期二： 下午2:30-4:00 逢星期四： 上午10:00-11:30 B班：逢星期三： 上午10:00-11:00	全免	先致電負責職員，留名 登記及了解需要後，再 確實報名 請致電 2558 3338 鄭姑娘

	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	循道愛華村服務中心社會福利部 興華耆樂中心 地址：香港柴灣興華(二)邨樂興樓 215 至 218 室 電話：2558 3338	「認知刺激治療」小組 透過富趣味的多元智力遊戲，改善患者的認知功能、社交與溝通能力。 地點：柴灣興華(二)邨樂興 218 室	1月7-28日 星期五 下午 2:30-3:30	\$20	先致電負責職員，留名登記及了解需要後，再確實報名 請致電 2558 3338 鄭姑娘
		「桌遊護腦」介紹及體驗日 介紹簡單有效的護腦貼士，進行認知刺激遊戲，提高長者對腦退化的認知。 地點：柴灣興華(二)邨樂興 217 室	1月15日 (星期六) 下午 2:30-4:30	全免	登記或查詢，請致電 2558 3338 鄭姑娘
		「智友同行」計劃-- 認知障礙症篩查評估 由社工為懷疑有認知障礙症的長者進行評估 地點：柴灣興華(二)邨樂興樓 218 室	1月24日 或 3月28日(星期一) 下午 2:00-4:30	全免	先致電負責職員，留名登記及了解需要後，再確實報名 請致電 2558 3338 鄭姑娘
		認知障礙症工作坊 「開心活腦操」 教授開心活腦操，讓長者進行運動鍛鍊。 地點：柴灣興華(二)邨樂興樓 218 室	1月29日(星期六) 下午 2:30 至 4:00	全免	登記或查詢 請致電 2558 3338 鄭姑娘
		預防走失「守護蹤」介紹及派發日 介紹預防走失裝置，協助走失人士安全回家 地點：柴灣興華(二)邨樂興樓 218 室	2月26日(星期六) 上午 10:00-11:30	全免	登記或查詢，請致電 2558 3338 鄭姑娘

	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
<p>津助服務機構</p> <p>因應疫情情況不穩，活動或會因此有所改動，如有任何疑問，請先向負責職員查詢，謝謝！</p>	<p>香港基督教女青年會 明儒松柏社區服務中心 (YWCA)</p> <p>地址： 香港西灣河鯉景道 56 號康東邨康瑞樓地下</p> <p>電話：2676 7067</p>	<p>護老者加油站之 「防跌·扶抱」你要知</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 防跌方法及防跌家居環境設計 ● 簡單扶抱技巧 <p>對象： 照顧認知障礙症患者的護老者（須已登記護老者會員）</p> <p>名額： 15 人(實體) / 不限(ZOOM)</p>	<p>1 月 15 日(六)</p> <p>上午 10:00-12:00</p> <p>實體 / 以 ZOOM 形式進行</p>	<p>全免</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 林碧英姑娘 / 鄧事領姑娘</p> <p>報名 Qr-Code： </p>
		<p>護老者加油站之 資源百寶袋</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 安老服務資源介紹 ● 申請安老院舍注意事項 <p>對象： 照顧認知障礙症患者的護老者 (須已登記護老者會員)</p> <p>名額： 15 人(實體) / 不限(ZOOM)</p>	<p>2 月 19 日(六)</p> <p>上午 10:00-12:00</p> <p>實體 / 以 ZOOM 形式進行</p>	<p>全免</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 林碧英姑娘 / 鄧事領姑娘</p> <p>報名 Qr-Code： </p>
		<p>護老者加油站之 好有「口」感</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 口腔護理的重要性 ● 認知障礙症患者的口腔護理 ● 認知障礙症患者的牙齒護理 <p>對象： 照顧認知障礙症患者的護老者（須已登記護老者會員）</p> <p>名額： 15 人(實體) / 不限(ZOOM)</p>	<p>3 月 19 日(六)</p> <p>上午 10:00-12:00</p> <p>實體 / 以 ZOOM 形式進行</p>	<p>全免</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 林碧英姑娘 / 鄧事領姑娘</p> <p>報名 Qr-Code： </p>
		<p>腦動「開箱」天地</p> <p>透過互動及即時體驗，教導護老者與其長者一同參與及使用各款玩具，鼓勵多元化訓練</p> <p>對象：護老者家庭</p> <p>名額：每月一次、每次 8 個家庭</p>	<p>1 月 12 日(三)、 2 月 23 日(三)、 3 月 16 日(三)</p> <p>下午 2:30-3:30</p>	<p>全免</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 林碧英姑娘</p> <p>每個月之活動以上個月 未有參與之家庭優先</p>

	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
<p>津助服務機構</p>  <p>因應疫情情況不穩，活動或會因此有所改動，如有任何疑問，請先向負責職員查詢，謝謝！</p>	<p>香港基督教女青年會 明儒松柏社區服務中心 (YWCA)</p> <p>地址： 香港西灣河鯉景道 56 號康東邨康瑞樓地下</p> <p>電話：2676 7067</p>	<p>健腦 90 分鐘</p> <p>透過音樂、運動、懷舊、創意、日常生活等多元化主題，針對認知、社交、專注力、生活技能及協調能力等方面，與長者一同進行 90 分鐘健腦訓練，保持腦筋活躍；照顧者同時能藉此獲得休息的機會</p> <p>對象：患認知障礙症長者</p> <p>名額：8 人 (每班)</p>	<p>(A 班)逢星期一 上午 9:00 - 10:30</p> <p>(B 班)逢星期三 上午 9:00 - 10:30</p> <p>(C 班)逢星期五 下午 2:00 - 3:30</p>	<p>\$100 / 堂 以月費形式繳交</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 梁惠芳姑娘/ 林碧英姑娘</p> <p>參加長者需要有基本表達能力，樂意參加群體活動</p>
		<p>【靜心·伸展·舒壓】工作坊</p> <p>透過靜心與身體伸展的練習，紓解生活與照顧壓力，達致身心健康</p> <p>對象：已登記護老者</p> <p>名額：10 人</p>	<p>1 月 15 日(六) 下午 2:30 至 3:45</p>	<p>全免</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 梁淑華姑娘</p>
		<p>【新春添喜慶·賀年手工】工作坊</p> <p>護老者及長者一起製作賀年作品，為家中增添新年的氣氛</p> <p>對象：護老家庭 (護老者及長者)</p> <p>名額：8 個</p>	<p>1 月 21 日(五) 下午 2:30 至 4:00</p>	<p>全免</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 梁淑華姑娘</p> <p>活動由新域保險贊助</p>
		<p>護老者新鮮人·照顧好幫手</p> <p>與新手護老者分享實用電子資源平台，讓他們掌握全面和簡易的照顧資訊，在照顧路上更得心應手</p> <p>對象：已登記護老者</p> <p>名額：20 人</p>	<p>1 月 22 日(六) 上午 10:00 至 11:15</p>	<p>全免</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 梁淑華姑娘</p>
		<p>五感認知訓練小組</p> <p>配合創新服務模式，運用「五感寶盒」，透過感官刺激，為長者提供五感認知訓練小組，有助延緩退化</p> <p>對象：輕度認知障礙症長者</p> <p>名額：8 人</p>	<p>1 月 6 日至 1 月 27 日 (逢星期四) 上午 10:00-11:00</p>	<p>\$200 / 人 (共 4 堂)</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 林碧英姑娘</p> <p>參加長者需要有基本表達能力，樂意參加群體活動</p>
		<p>伴你啟航·護同行</p> <p>每月的最後一個星期四與各位護老者一同聚首一堂，分享及傾訴彼此照顧心得及感受</p> <p>對象：已登記護老者</p> <p>名額：10 人</p>	<p>1 月 27 日(四) 下午 2:30-3:30</p>	<p>全免</p>	<p>登記或查詢請致電 2676 7067 鄭寶龍先生</p> <p>中心設有長者暫託時段供有需要護老者使用，如有需要可向負責職員了解</p>

	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	衣食住行好貼士 透過「衣食住行」四方面，讓護老者在照顧長者時可以更得心應手，減輕照顧上的壓力 對象：已登記護老者 名額：10 人	1 月 11、25 日 及 2 月 8、22 日(二) 下午 2:00:3:30	全免	登記或查詢請致電 2676 7067 鄭寶龍先生 中心設有長者暫託時段 供有需要護老者使用， 如有需要可向負責職員 了解
因應疫情情況不穩，活動或會因此有所改動，如有任何疑問，請先向負責職員查詢，謝謝！		「想你抖一抖」長者暫託服務 為護老者提供中心模式長者暫託服務。讓護老者可於暫託時段處理個人事務或參與社交活動，放鬆自我 名額：6 人	1 月 11 日、 1 月 25 日 第二及第四個 星期二 下午 2:00-4:00	全免	登記或查詢請致電 2676 7067 鄭寶龍先生
		花花世界由我創 為護老者提供中心模式長者暫託服務。讓護老者可於暫託時段處理個人事務或參與社交活動，放鬆自我 名額：12 人	2 月 12 日(六) 上午 10:00-12:00	\$25/人	登記或查詢請致電 2676 7067 鄭寶龍先生
		宜居宜家·宜整理 - 有「捨」才有「得」 了解「斷捨離」的意義，學習篩選及收納的實務技巧。透過整理家中物品，同時整理人生，讓生活重新聚焦到自己身上，發掘自己喜歡的生活方式 對象：已登記護老者 名額：8 人	3 月 2 日(三) 下午 2:30-4:00	全免	登記或查詢請致電 2676 7067 王敏珊姑娘
		緩痛百寶袋 介紹常見的痛症類型及非藥物治療的緩痛方法及技巧，一同體驗透過運動如何有助舒緩痛症 對象：護老家庭 名額：8 個家庭	3 月 12 日(六) 下午 2:30-4:00	全免	登記或查詢請致電 2676 7067 梁淑華姑娘

	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
自負盈虧服務機構	東華三院西市鮮魚行商會智晴坊(TWGHs) 地址：北角道 16 號 蘇浙大廈地下 電話：2481 1566	<p>認知障礙症多元治療</p> <p>由社工簡介認知障礙症及針對認知障礙症不同類型的非藥物治療。同時，介紹由日本引入的「心身機能活性運動療法」如何改善認知障礙症人士的情緒予參加者認識。</p> <p>服務對象：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 患有認知障礙症的人士及其照顧者； ● 有興趣了解認知障礙症的社區人士；及 ● 社會服務業界同事 	<p>1月15日 (星期六)</p> <p>下午 3:00-5:00</p> <p>地點： 香港北角百福道 21 號香港青年協會大廈 10/F 會議室</p>	全免	<p>查詢及報名可致電 2481 1566</p> <p>或於網上直接報名： https://whatstarget.com/sm/b9UUIB6xp</p> <p>*講座同時以網上直播形式進行* (每位現場參加者可獲贈由東華三院西市鮮魚行商會智晴坊出版的認知訓練卡套裝乙份，座位有限，把握機會)</p>
		<p>由中醫角度如何「健腦」減慢腦部退化</p> <p>由專業中醫師與大家分享及介紹從中醫層面如何在日常生活中「健腦」的好方法，包括以藥膳湯水及穴位按壓等方法以減慢腦部退化。</p> <p>服務對象：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 患有認知障礙症或體弱的人士及其照顧者； ● 有興趣了解認知障礙症的社區人士 	<p>2月26日(星期六)</p> <p>上午 11 時至 12 時 30 分</p> <p>講座以視像 (ZOOM)形式進行</p>	全免	<p>查詢及報名請致電 2481 1566 李先生</p>
		<p>腦友義工招募</p> <p>讓義工認識更多認知障礙症的知識，如與認知障礙症人士的相處及溝通技巧、處理各類因認知障礙症引起的行為及心理徵狀。</p> <p>而是次工作坊更會讓義工有機會學習帶領由日本引入的心身機能活性運動療法，此療法是東華三院專利，有助改善長者/認知障礙症人士腦、心、身三方面的機能。</p> <p>服務對象： 任何對長者服務有興趣的人士</p>	<p>2月11日、 2月18日、 2月25日及 3月4日 (逢星期五)</p> <p>下午 2::30-5:00</p> <p>地點： 北角社區會堂 北角渣華道 123 號 一樓會議室 (北角地鐵站 A1 出口，步行約 3 分鐘)</p>	全免	<p>查詢及報名可致電 2481 1566</p> <p>或於網上直接報名： https://forms.gle/dvfr17GcgAn59iSVA</p>

		<p>伴你音樂訓練初階小組</p> <p>透過由瑞典引入的特製樂器伴你音樂結他(BUNNE)的音樂活動接觸,能夠加強認知障礙症人士的認知能力,延緩其退化情況</p> <p>服務對象: 患有初期認知障礙症的人士</p>	<p>1月6日、 1月13日、 1月18日、 1月20日 及2月10日 逢星期二及四, 共5堂</p> <p>小組(A): 下午2:00-3:00</p> <p>小組(B): 下午3:00-4:00</p> <p>小組(C): 下午4:00-5:00</p> <p>地點: 北角社區會堂</p>	\$25	查詢及報名請致電: 冼先生 2481 1566
	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
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 (St. James 'Settlement)</p> <p>地址: 灣仔堅尼地道 100號2樓 電話: 2596 2506</p>	<p>家庭為本到戶支援服務 (本服務蒙維拉律敦治·荻茜慈善基金贊助)</p> <p>對象:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 確診認知障礙症的長者 ● 居住於灣仔、東區及中西區 ● 沒有使用正規的社會服務,或缺乏支援服務 <p>服務為期半年,內容包括:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 到戶認知訓練 ● 照顧者支援服務 ● 中心暫託服務 	<p>計劃由2020年1月至2023年9月</p> <p>星期一至五</p> <p>上午9:00 - 下午6:00</p>	<p>到戶服務: 每節\$50</p> <p>照顧者活動 (e.g 小組、講座、工作坊) 每節\$20</p>	查詢或申請 請致電 2596 2506 馬姑娘聯絡
	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
自負盈虧服務機構	<p>香港認知障礙症協會 芹慧中心 (HKADA)</p> <p>地址: 灣仔皇后大道東 282號鄧肇堅醫院一樓 電話: 3553 3650</p>	日間中心 認知訓練及六藝健腦活動	<p>星期一至五 全日: 上午9:30 - 下午4:00</p> <p>半日: 上午9:30 - 下午12:15 或下午1:30 - 4:00</p> <p>星期六 半日: 上午9:30 - 下午12:00</p>	<p>日間中心 服務 \$420(全日) \$210(半日)</p> <p>會車服務 星期一至五 每日 \$90-135 (來回)</p>	請致電 3553 3650 或登入 www.hkada.org.hk

	六藝@健腦興趣班 非洲鼓班	2月5日-3月22日 逢星期六 共6節 上午11:30 - 下午12:30	\$1,440(全期) (1位患者 + 1位照顧者)	請致電 3553 3650 或登入 www.hkada.org.hk
	家屬月會 日常生活照顧技巧	1月22日(六) 下午2:30 - 4:00	免費	請登入 www.hkada.org.hk 於 WhatsApp 6227 0658 報名

	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
自負盈虧服務機構	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	日間照顧服務 為有需要的人士提供日間照顧服務。在中心長者可以進行認知訓練、復健運動和社交小組等等，有助提升長者的身心健康，也可以減輕家人的照顧壓力。	星期一至六 全日： 上午8:30 - 下午6:00 半日： 上午8:30 - 下午1:00 或 下午1:00-6:00	日間中心服務 \$320(全日) \$160(半日) 午餐 每餐\$20 會車服務 每程 \$40 來回 \$70 上門接送 每次 \$30	歡迎致電 2570 0311 了解和查詢。需經社工接見及評估是否適合參與。
		智能導向班 利用平板電腦和樂齡科技產品等，進行現實導向訓練，維持和促進長者的認知能力，舒緩不安情緒。	逢星期二 上午11:00- 12:00	免費	適合輕度至中度認知障礙長者參加。歡迎致電 2866 9019查詢，需經社工接見及評估是否適合參與。
	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
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 為有需要的人士提供日間照顧服務。在中心長者可以進行認知訓練、復健運動和社交小組等等，有助提升長者的身心健康，也可以減輕家人的照顧壓力。	星期一至六 全日： 上午8:30 - 下午6:00 半日： 上午8:30 - 下午1:00 或 下午1:00-6:00	日間中心服務 \$320(全日) \$160(半日) 午餐 每餐\$20 會車服務 每程 \$40 來回 \$70 上門接送 每次 \$30	歡迎致電 2866 9019 了解和查詢。需經社工接見及評估是否適合參與。

		Music Care 音樂樂悠遊 音樂活動以刺激長者的大腦，改善其語言、認知及感知功能。樂器合奏讓長者宣洩情緒，安定心靈，並促進長者之間的互動。	逢星期五 上午10:30-12:00	免費	適合輕度至中度認知障礙長者參加。歡迎致電2866 9019查詢，需經社工接見及評估是否適合參與。
	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
自負盈虧服務機構	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	日間照顧服務 為有需要的人士提供日間照顧服務。在中心長者可以進行認知訓練、復健運動和社交小組等等，有助提升長者的身心健康，也可以減輕家人的照顧壓力。	星期一至六 全日： 上午 8:30 - 下午 6:00 半日： 上午 8:30 - 下午 1:00 或 下午 1:00-6:00	日間中心服務 \$320(全日) \$160(半日) 午餐 每餐\$20 會車服務 每程 \$40 來回 \$70 上門接送 每次 \$30	歡迎致電 2157 0951 了解和查詢。需經社工接見及評估是否適合參與。
		樂齡健體班 利用樂齡科技產品輔助並帶動長者做運動，以更有效地加強長者的平衡、伸展及協調能力，恢復身體機能。	星期一 上午 10:30- 12:00	免費	

	機構名稱/地址/電話	活動名稱	日期/時間	費用	備註
自負盈虧服務機構	香港耆康老人福利會方 樹泉中心 - 睿智坊 (SAGE) 地址：香港柴灣杏花邨 第39座地下（杏花邨港鐵站A1出口步行3分鐘） 電話：2558 7608	睿智坊 以「深化照顧模式」為藍本，為有認知缺損的長者提供認知訓練、社交、運動及團體活動小組。	星期一至五上午 10:00 至中午 12:00 星期一至六下午 1:00 至下午 5:00	月費計劃 (96 小時)： \$4680 半月費計劃 (48 小時)： \$2460 4 小時收費： \$220	報名或查詢 請致電 2558 7608
		免費認知檢測服務 為有需要長者進行免費認知檢測，瞭解自身有沒有患認知障礙症的風險。	有興趣人士可致電中心預約服務	全免	

*** 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)