



通訊 Newsletter

2024年7月 - 9月



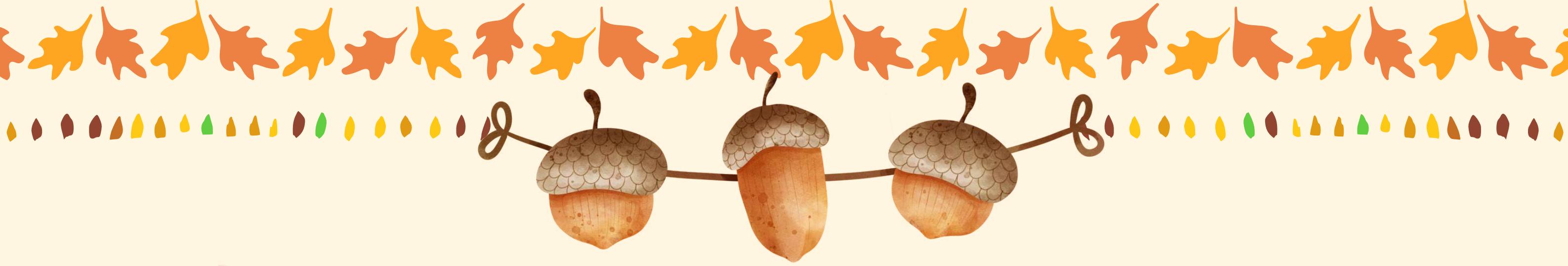
主任的話 Director's word

我們中心致力於創新研究，融合教育以及倡導活齡的循證實踐。中心人員積極參與不同的學術活動，制定研究項目方案，申請外部研究資助，以多種形式進行具有質量的研究，並產出具影響力的成果，包括學術期刊的發表、會議論文和專業展覽參與等。我們的研究範疇已從積極活齡擴展至更廣泛的家庭研究領域。

我很高興能在2024年7月獲得由香港賽馬會慈善信託基金撥款資助，於2024年8月1日啟動的新項目「Age-friendly Business Recognition and Capacity Building Programme」，這是一個為期三年半的全新項目，旨在提升長者的福祉。該計劃的目標包括增強年齡友好商業實踐的能力、促進利益相關者參與創建友善城市，以及提高公眾對這些倡議的認識。我們將開發一個新模塊，以研究銀髮市場及年齡友好的商業實踐，作為活躍老齡化面板研究的一部分。

白雪教授

香港理工大學樂齡與家庭研究中心主任
香港理工大學應用社會科學系教授
香港特別行政區安老事務委員會委員
香港特別行政區社會福利諮詢委員會委員



目錄

主任的話...P1

目錄...P2

中心動態...P3

項目動態...P4-7

「活學人生」課程...P8

「友導共學」培訓計劃...P9

旁聽生計劃...P10

聯絡我們...P11

中心動態

四川省健康委員會與 香港理工大學樂齡與家庭研究中心開展交流會談

2024年9月27日，香港理工大學樂齡與家庭研究中心與來訪的四川省衛生健康委員會黨組成員、副主任張峰一行開展交流會談。

張峰先生首先介紹了四川省衛生健康事業的發展現狀和合作意願，香港理工大學應用社會科學系副系主任及精神健康研究中心副主任陳涓教授介紹了最新教育和科研成果，樂齡與家庭研究中心主任白雪教授分享了研究中心的相關項目開展情況、學術和科研成果。雙方聚焦于深化倡導健康生活、促進健康樂齡及慢性病管理等关键領域的合作，探討了在人員交流、學術互訪、聯合研究等多方面的交流機會，旨在共同提升老年健康領域的研究與服務水平。

本次會談為內地與香港在健康樂齡領域開展合作提供了寶貴機會，在全球人口結構變化的背景下，展現了雙方攜手共進，共享智慧與資源應對老齡社會的共同願景。

會談尾聲，雙方舉行了禮贈儀式，並合影留念。



項目動態

i-GESS跨代共學5Cs班

獲得李錦記家族基金及擇善基金會資助的「i-GESS跨代共學5Cs班」計劃，第十七期i-GESS跨代共學5Cs班已在七月圓滿結束。本期計劃中，中心及浸會大學與文理書院(香港)三度合作，由活齡人士及大學生共同設計跨代共學活動，與中學師生一同交流與學習，促進跨代關係及理解。

本期活動的主題為「生涯規劃」，並移師至理工大學校園進行，參加者為中二及中三學生，正面對選修科目的難題。作為過來人，活齡人士與大學生，一同與中學同學交換經驗與分享建議，更加帶領中學師生，參觀了理大的校園，共度了充實與愉快的一天。

通過本期的活動，中學同學反映能看到年長人士活躍和積極的一面，打破了他們的固有思維。而活齡人士也十分讚賞年輕人認真又成熟態度，提升了跨代間的互相理解。

下期活動將於十月再度展開，繼續推動多代的和諧關係。



項目動態

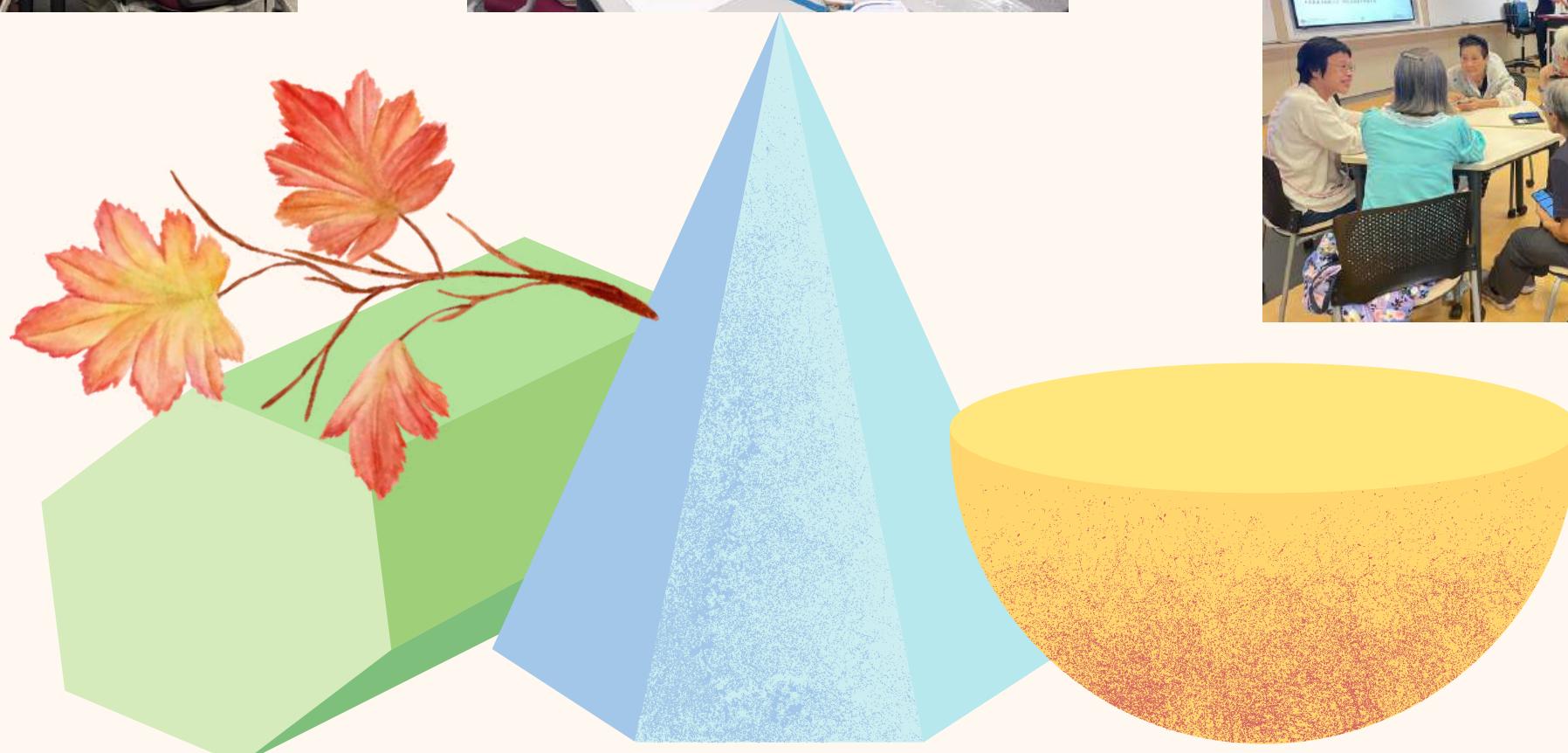
數碼縱橫：暢遊資訊及通訊科技終身學習課程

本計劃獲得數字政策辦公室「長者進階數碼培訓計劃」資助，為已具備基本數碼知識的活齡人士提供免費的正向教育數碼培訓課程。本計劃於2024至2026年期間分7期（Q2-Q8）攜手合作之長者中心開辦12款課程。

7月至8月完成Q2「A1智能電子政府服務-日常篇」、「B2手機初班：智能保健」、「B1手機初班：網絡安全至重要」三款實用課程。期間，邀請香港網絡安全事故協調中心的分析員為學員介紹使用行動支付的網絡安全小貼士，透過實例講解，提升長者學員對於行動支付安全的了解和認識。

Q3的四款課程於8月招生，期間超過300位活齡人士報名。9月，開始Q3第一款課程「B5手機中班：流動支付及電子錢包」。課堂中，學員帶著問題投入學習，積極參與小組討論。導師與兩位青年義工助教耐心解答長者學員的問題，學員反饋收穫良多。

欲了解最新課程資訊，請留意本中心會員電郵及Facebook。



項目動態

樂齡生活規劃

面對人口老化和人均壽命延長的趨勢，為樂齡生活做好準備有助提升生活質素。香港理工大學樂齡與家庭研究中心主任白雪教授開展的「樂齡生活規劃研究」，旨在比較影像發聲結合動機式訪談法與自主學習影片觀賞對香港50-70歲人士的樂齡生活規劃效果，探索有效模式。

參加者將分為兩組：

- 影像發聲結合動機式訪談組：
 - 透過動機式訪談和影像發聲，幫助參加者探索理想的樂齡生活規劃。
- 教育資訊組：
 - 觀賞影片，自我學習樂齡生活規劃的資訊，並反思期望和可行的規劃。

研究顯示，參加者在五大面向的退休生活規劃上均有提升，並在活動後一個月內持續存在。參加者普遍認為該項目使他們對退休生活規劃有更系統的了解，並激發他們探索更多準備，以實現更滿意的退休生活。

 THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學

 Research Centre for Gerontology and Family Studies (GFS)
樂齡與家庭研究中心

樂齡生活規劃 (Later Life Planning) 項目招募

項目目的
面對人口老化和人均壽命延長的趨勢，為樂齡生活需要預早準備將有助達致積極樂齡的生活。香港理工大學樂齡與家庭研究中心希望透過此項目，促進參加者反思對自身樂齡生活的期望和需要，並探索如何透過規劃以達致理想的樂齡生活。

參加事項
參加對象：50-70歲之樂齡人士
參加條件：能夠聆聽並以廣東話作溝通較佳
參加地點：香港理工大學
參加名額：60人

費用全免
活動時段：2024年8月至9月份
報名截止日期：2024年7月31號



項目內容
參加者將被隨機分配至：影像發聲結合動機式訪談組(A組) / 自主學習影片觀賞組(B組)

- **A組：**以動機式會談法和影像發聲 (透過拍攝之相片表達對樂齡生活的想法和需要) 作為手法，促進參加者探索如何透過規劃以達致理想的樂齡生活 (如訂立理想樂齡生活的目標、了解不同樂齡生活規劃的選項並作出選擇，構思具體執行計劃等)。
- **B組：**以觀賞影片和學習樂齡生活規劃的資訊，反思樂齡生活的期望和可行的規劃。

A組

- 3節互動小組：參加三節小組的活動 (約3小時)
- 1節個人訪談：參加一節個人訪談 (約3小時)
- 3次問卷調查：需在活動前 (前測)、活動後即時 (後測)、活動後一個月 (隨訪) 填寫三次問卷

B組

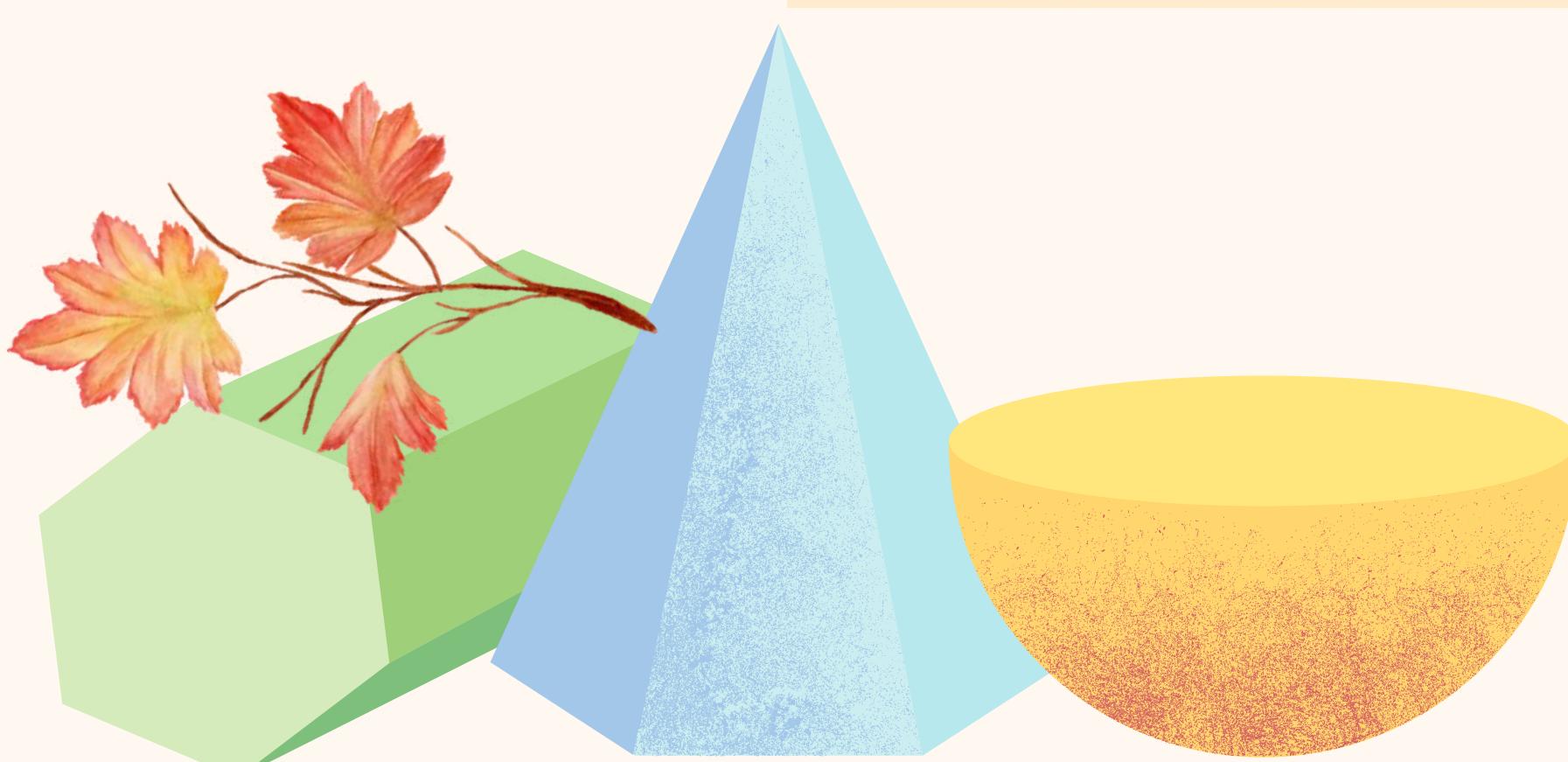
- 2節觀影：參與觀賞影片並分享討論 (約3小時)
- 2節自我學習：在家進行兩節自我學習
- 3次問卷調查：需在活動前 (前測)、活動後即時 (後測)、活動後一個月 (隨訪) 填寫三次問卷

參加完所有活動並填完三次問卷調查可獲得\$400超級市場禮券

如對項目有任何興趣可掃描海報之二維碼報名參加，或歡迎致電 3400-3026 (葉先生) 或 2766-5718 (黃小姐) 聯絡。

此項研究已經香港理工大學人體實驗對像操守小組委員會審批 (參考編號：HSEARS20240706001)





項目動態

僱員再培訓局「意見調查訪問員基礎證書」

「意見調查訪問員基礎證書」（課程編號：AA001DS）由僱員再培訓局撥款，委託香港理工大學樂齡與家庭研究中心開辦，是為中年人士及較年長人士而設的「就業掛鉤課程」。

該課程上課時數為120小時，內容包括意見調查的不同調查方法及種類、進行街頭或電話調查的技巧及模擬訪問等。第12班計劃於近期啟動面試程序，如對意見調查員工作有興趣，請透過ERB網站或本中心官方Facebook留意有關課程資訊，符合資格之申請人將獲安排面試。



ERB 僱員再培訓局 - 就業掛鉤課程

意見調查訪問員基礎證書（課程編號：AA001DS）
適合中年或以上人士課程 - 費用全免

課程目標：讓學員掌握進行意見調查的知識和技巧
協助學員入職意見調查員或相關工作

入讀資格

- ◆ 年齡50歲或以上、以及學歷在副學位程度或以下、失業、待業或失學的香港合資格僱員，並須具就業意欲
- ◆ 中五學歷程度；或中三學歷程度及兩年或以上工作經驗
- ◆ 能閱讀及書寫一般中文及英文
- ◆ 對意見調查員工作有興趣
- ◆ 須通過入學試及面試
- ◆ 具良好溝通技巧

課程內容

- ◆ 意見調查的不同調查方法及種類
- ◆ 進行街頭/上門/電話調查的技巧
- ◆ 處理「拒絕回應」及衝突技巧
- ◆ 意見調查常見用語及詞彙
- ◆ 個人素養及求職技巧
- ◆ 模擬訪問：實用調查技巧

上課時數：120小時（包括全日和半日上課，訓練期約7週）

上課形式：面授

申請途徑：掃瞄 QR code 網上填表



（申請詳情請瀏覽 [ERB網站](#)，符合資格之申請人將獲安排面試）

電話：2766 7713 / 3400 3011

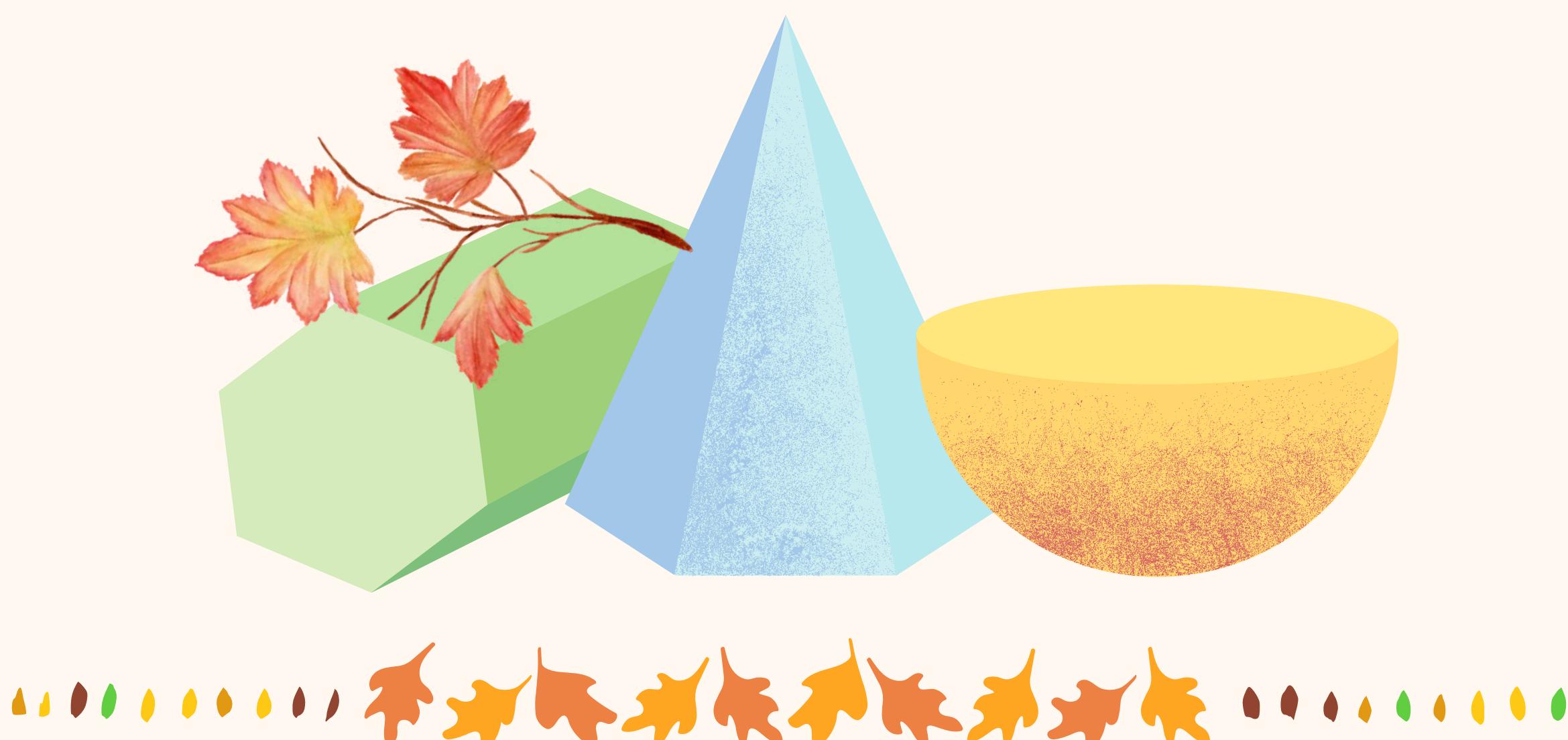
電郵：dhiaa@polyu.edu.hk

網址：<http://www.polyu.edu.hk/apss/iaa/>

Facebook：[香港理工大學樂齡與家庭研究中心](#)



ERB是撥款及監管機構，委託約80間
培訓機構開辦培訓課程



項目動態

「活學人生」課程

「活學人生」課程透過舉辦不同的課程及活動，豐盛各位活齡人士的生活，幫助他們拓寬社交圈子，重拾學習興趣，並提升實用知識。課程種類內容豐富，包括有文化，語文，運動，舞蹈，個人理財，插花藝術，美術，書法等範疇。

新一期的活學課程於2024年10月28日(星期一)開辦，如有興趣報讀之會員，請先以電話或電郵報名留位。

報名日期：2024年10月7日(星期一)

截止報名日期：每科開班前三個工作日

報名方法：致電 3400 8970 / 3400 8369 / 電郵 amyyh.wong@polyu.edu.hk

課程資料：請掃描下頁二維碼



註：每個課程開課前7個工作天以收到報名學員的課程費用作實。若未能收到已報名人士的費用，則當作自動放棄。報名後如要取消，請來電或電郵通知本會職員，以便將位置騰出給予其他欲報讀之會員，不要在上課前一兩天才通知。

溫馨提示：

如未續會的舊會員和報名後未入會的人士，請自行登入本中心以下網址進行續會或入會手續，會籍有效期至 2024 年 12 月 31 日(今年免會費)。



項目動態

「友導共學」培訓計劃

「友導共學」培訓計劃專為「活學人生」課程而設，望能使活學人生計畫的課程持續運作且不斷推陳出新。該計劃旨在強化並提升具備一定技能的50+人士的教學技巧、溝通技巧以及課程設計能力，讓他們積極參與到後續和其他傳遞知識和技能的活動中，充分發揮朋輩引導的作用，成為彼此的良師益友。

開課日期：

2024年11月26日 - 2024年12月5日

時間：

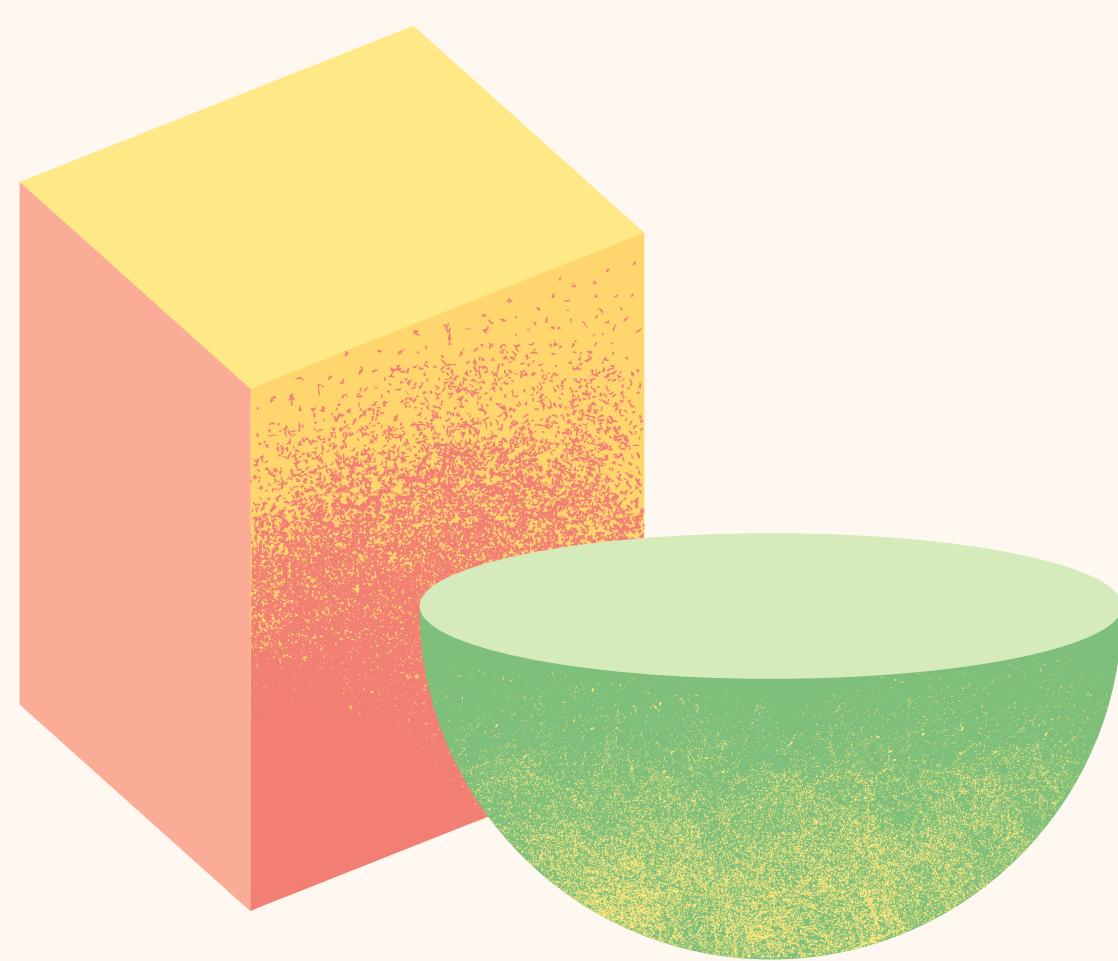
逢星期二、四，上午10:00 - 11:30

費用：

免費

上課地點：

待定



項目動態

旁聽生計劃

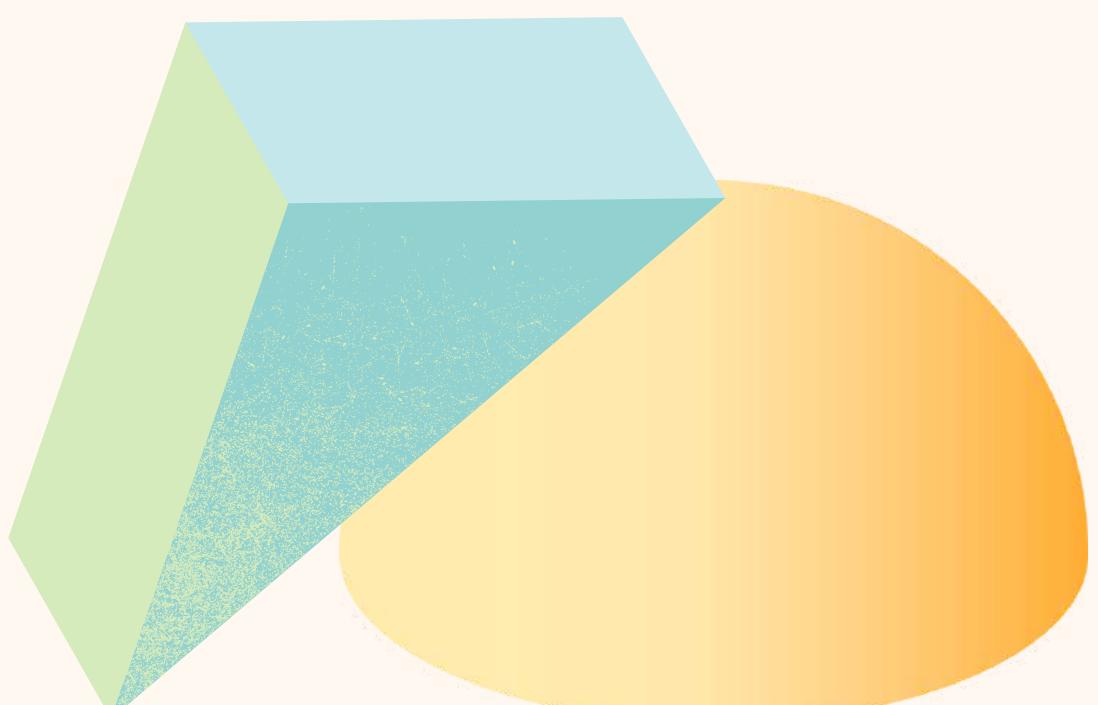
旁聽生計劃讓參加者於學期內走進課室，作為旁聽生身份與香港理工大學的學生一起上課，在不需要完成功課及考試下輕鬆學習新知識。此計劃能滿足那些仍然保持著熱切求知欲，追求終生學習的活齡人士的需求。

下期的旁聽生課程將於2025年1月開課，並且會增加新的課程給會員參與。新的課程會使用Infusion Active Ageing Education (IAAE) 模型，增加者與大學生的互動。

想參與此項目的會員記得關注中心電郵及Facebook有關下一期報名的信息。

上課日期：2025年1月至2025年4月

報名方法：會員請留意 2025 年 1 月之電郵



聯絡我們

聯繫香港理工大學樂齡與家庭研究中心

地址：理大樂齡與家庭研究中心陳鮑雪瑩樓R505室

電話：3400-8970

Email : dhiaa@polyu.edu.hk



官方網站



FACEBOOK



**通訊
NEWSLETTER**



成為活齡匯會員





THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學



Research Centre for
Gerontology and Family Studies
樂齡與家庭研究中心

