

# 通訊 NEWSLETTER

2025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。

我們中心於2025年3月至6月，應半島青年商會邀請，參與「灣區·安居」工作計劃，協助完成問卷設計及數據分析，探討香港長者及其家庭對大灣區安老的了解，以及家庭在規劃過程中的重要角色。研究成果已於2025年7月5日在「大灣區安老博覽會」上發佈。我們中心致力於推動香港家庭的晚年生活規劃，本次研究成果為中心一貫倡導的長者與家庭成員主動溝通、共同協商方式進一步提供了證據支持。此外，中心持續與多間地區長者中心及鄰舍中心合作，驗證教育工作坊、動機式訪談等專業介入模式的成效。社福界亦可透過社區活動及相關方法，協助家庭展開灣區安居的對話，共同制定最切合家庭需要的晚年生活規劃。

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

## CATALOG

主任的話...P1

目錄...P2

中心動態...P3 - 5

項目動態...P6 - 10

「活學人生」課程...P11

「友導共學」培訓計劃...P12

旁聽生計劃...P13

聯絡我們...P14

# 中心動態

## 第七屆攝影創作課程師生作品展



第七屆攝影創作課程師生作品展得到樂齡與家庭研究中心主任白雪教授的支持，已於2025年7月22日至2025年7月24日期間在香港文化中心舉行，並順利完成。

今次展覽由導師陳策樑先生帶領21位學員共同展出220張作品。開幕儀式由中心助理教授（研究）蔡昕昕博士蒞臨主持。



# 中心動態

## 第十屆黃金時代展覽暨高峰會

第十屆黃金時代展覽暨高峰會於2025年8月2日圓滿落幕。我們衷心感謝主辦單位、義工、同事們的支持，讓本次活動圓滿成功。



# 中心動態



## 鑽的（香港）有限公司

### 「退而不休，讓價值如鑽石般閃耀」講座



本中心與鑽的（香港）有限公司合作，於2025年8月19日舉行「退而不休，讓價值如鑽石般閃耀」講座。相信透過本次講座，大家找到了另一種豐富退休生活的方式，退休人士可以替自身的價值、知識、生活經驗，再次找到合適發揮的舞台，讓自己的價值更加閃耀。



- 成為鑽的司機
- 擔任休娛主任

# 項目動態

## 「賽馬會齡活共創計劃」



「賽馬會齡活城市『全城·長者友善』計劃」受颱風影響，原定於2025年9月23日舉辦的賽馬會齡活城市「全城·長者友善」計劃 2024/2025 嘉許禮將改為2025年11月28日舉行。嘉許禮除了頒發獎項給各行各業的公司/機構外，也特設主題研討環節，邀請各界代表分享其「齡活」策略及實踐案例。屆時將會邀請中心會員出席，請密切留意中心的通知！

### 「長者及年齡友善企業培訓計劃」

2025年7月至9月，「長者及年齡友善企業培訓計劃」為南豐集團和唯港薈舉辦共15節培訓，參與人次接近250。培訓內容涵蓋「長者及年齡友善營商」不同主題，重點探討長者在老齡化過程的不同需要、如何針對長者需要提供貼心服務、前線員工面對不同突發情況時的處理技巧，以及退休生活規劃等。

培訓計劃持續進行中，並繼續招募第三齡人士擔任計劃大使，以「用家」身份與公司/機構分享意見，共創改善方案。有興趣人士可致電黃小姐（3400 8967）查詢。



# 項目動態



## 獨居及雙居長者的退休和 未來照護規劃

香港理工大學樂齡與家庭研究中心主任白雪教授於2025年至2026年期間推出「退休生活規劃（PREP-ME）」研究項目。該項目採用動機式訪談法、影像發聲及教育資訊等多元化服務模式，旨在為55歲以上的獨居及雙居長者提供為期5週的介入服務。主要目的是幫助社區長者在退休生活和未來照護規劃的五大方面提升其態度和行為，包括：健康、經濟、社會參與、家庭生活及長期照護，並檢驗不同手法的成效。

此項目由香港政府研究資助局資助。截至目前，已招募24間長者中心，主要以長者地區中心及長者鄰舍中心為主，並於2025年3月在社區推出第一期活動；目前已在18間中心開展活動。此外，在2025年8月下旬，我們邀請了合作中心的社工參加退休生活規劃（PREP-ME）的項目中期分享會。該項目將持續在不同長者中心開展，推動樂齡人士進行多面向和全方位的退休生活規劃。



# 項目動態

## 正向教育數碼培訓課程



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。

7月至8月，分別完成**Q7五款課程**，包括兩款網上課程「B1 手機初班：網絡安全至重要」和「C1 大數據與你息息相關」，以及三款實體課程「B2手機初班：智能保健」、「B3 手機中班：社交媒體及即時通訊」和「B8手機中班：中國內地常用程式」。

**Q7的五款課程於8月招生，獲超過450位活齡人士報名。9月，開始進行**Q7的三款課程**，包括兩款網上課程「B6手機中班：數據傳輸及雲端技術」和「B4手機中班：智能理財」，以及實體課程「B5手機中班：流動支付及電子錢包」。課堂中，學員主動參與小組討論和實踐，組員之間互相協助，共同進步。**

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



## 「意見調查訪問員基礎證書課程」

由香港理工大学乐龄与家庭研究中心主办的ERB 「意见调查访问员基础证书课程」（课程编号：AA00105）第13班已于7月7日顺利开课，並於8月11日圆满结束。20位学员經過一个多月的学习与实践，全部成功通过考核，獲頒證書，並运用所学知識積極重新投入职场。

如您已報名或有意申請本課程，敬請密切留意本中心的最新消息。如有任何查詢，歡迎致電3400 3011或2766 4223與我們聯絡。



# 項目動態

## 「2025/2026接待家庭計劃」

由學生事務處主辦、樂齡與家庭研究中心協辦的「2025/2026接待家庭計劃」WELCOME PARTY，已於9月6日順利進行。在本屆計劃中，中心成功招募10個家庭，接待來自世界各地的新入學學生，除了宣傳本地文化、讓學生體驗香港風俗人情外，亦讓新生感受家庭關心。

在WELCOME PARTY，接待家庭與學生首先見面，以及透過不同的遊戲與活動互相認識，打破隔閡。當日更邀請了連續數年擔任接待家長的VINCENT及MANDY，介紹參加計劃的點滴和收穫；亦有上屆參與計劃的非本地學生，分享得著和感受。

隨著派對在歡笑中結束，10個家庭將會在本學年繼續接待同學，帶來溫暖。



# 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2025年10月15日(星期三)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:** 2025年9月24日(星期三)

**截止報名日期：**每科開班前四個工作日

**報名方法:**

請致電3400 8369 / 3400 8970 / 3400 8967 或  
電郵 [amy.yh.wong@polyu.edu.hk](mailto:amy.yh.wong@polyu.edu.hk)

**課程資料:**

請掃描右側二維碼



**註:** 每個課程開課前 5 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。報名後如要取消報讀，請開課前 5 個工作天通知本會職員(電話或電郵)，以便將位置騰出給予其他欲報讀之會員。

**溫馨提示：**

如未續會的舊會員和報名後未入會的人士，請自行登入本中心網址進行續會或入會手續，會籍有效期至2025年12月31日。

# 項目動態

## 「友導共學」培訓計劃

「友導共學」培訓計劃由「長者學苑計劃」資助，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。

「長者學苑計劃」由勞工及福利局和安老事務委員會在2007年聯合推出，讓長者可以在學校環境下學習。計劃旨在推動「積極樂頤年」，鼓勵長者投入社區，透過終身學習實踐老有所為。有關計劃詳情，請瀏覽「長者學苑計劃」網站  
(<https://www.elderacademy.org.hk/tc/>)。

開課日期：

2025年11月11日 – 2025年11月21日



時間：

逢星期二、五，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

旁聽生計劃由「長者學苑計劃」資助，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。

「長者學苑計劃」由勞工及福利局和安老事務委員會在2007年聯合推出，讓長者可以在學校環境下學習。計劃旨在推動「積極樂頤年」，鼓勵長者投入社區，透過終身學習實踐老有所為。有關計劃詳情，請瀏覽「長者學苑計劃」網站(<https://www.elderacademy.org.hk/tc/>)。

下期的旁聽生課程將於2025年9月開課。課程會使用Infusion Active Ageing Education (IAAE) 模型，增加參加者與大學生的互動。

上課日期：2025年9月至2026年1月

截止報名：2025年9月25日(星期四) 中午12:00



# 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](mailto:dhiaa@polyu.edu.hk)



官方網站



Facebook



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

