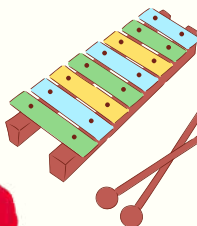




通訊 Newsletter

2025年10月-12月



主任的話 DIRECTOR'S WORD

白雪教授

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。

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



賽馬會齡活城市「全城·長者友善」計劃2024/2025嘉許禮將於2026年1月19日假香港理工大學舉行。嘉許禮上合共頒發六項特別大獎，包括齡活就業大獎、齡活設施大獎、齡活創新大獎、齡活協作大獎、友善人情大獎及我最喜愛的「全城·長者友善計劃」大獎，表揚在不同範疇推動長者及年齡友善文化上有傑出表現的公司及機構。本屆計劃吸引超過400間公司及機構成為「齡活夥伴」，參與數目再創新高，涵蓋大型企業、中小企、社企及政府部門，顯示愈來愈多不同界別的機構積極將長者友善元素融入產品、服務及日常營運。衷心感謝來自不同行業的公司/機構的支持！



目錄

Catalog

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

「支援情緒困擾的長者：家人篇」講座

本中心於2025年10月22日舉行「支援情緒困擾的長者：家人篇」講座。是次講座邀請臨床心理學家分享如何識別長者的情緒問題、如何與受情緒困擾的家人溝通及家庭支援技巧等話題，希望進一步支援受情緒困擾的長者及其家庭，協助他們建立信心。



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」

賽馬會齡活城市「全城·長者友善」計劃2024/2025嘉許禮將於2026年1月19日假香港理工大學舉行。嘉許禮上合共頒發六項特別大獎，包括齡活就業大獎、齡活設施大獎、齡活創新大獎、齡活協作大獎、友善人情大獎及我最喜愛的「全城·長者友善計劃」大獎，表揚在不同範疇推動長者及年齡友善文化上有傑出表現的公司及機構。本屆計劃吸引超過400間公司及機構成為「齡活夥伴」，參與數目再創新高，涵蓋大型企業、中小企、社企及政府部門，顯示愈來愈多不同界別的機構積極將長者友善元素融入產品、服務及日常營運。

「長者及年齡友善企業培訓計劃」

2025年10月至12月，「長者及年齡友善企業培訓計劃」為中國工商銀行(亞洲)和啟勝管理服務有限公司舉辦共25節培訓，參與人次超過560。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，以及員工與人事培訓等。

培訓計劃持續進行中，於下一季度亦會再次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。有興趣人士可留意本中心的報名資訊。





項目動態

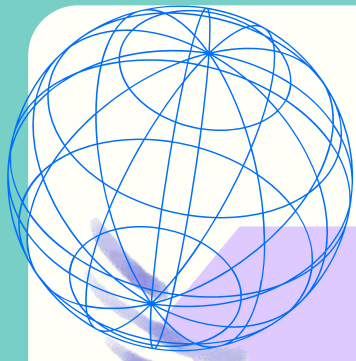
獨居及雙居長者的退休和未來照護規劃



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「退休和未來照護規劃」研究項目。該項目採用動機式訪談法、影像發聲和教育資訊等多元化服務模式，為55+獨居及雙居長者提供為期5週的介入服務，旨在幫助社區長者提升在退休生活和未來照護規劃五大方面：健康、經濟、社會參與、家庭生活及長期照護的態度和行為，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，已在24間長者中心開展活動，以長者地區中心及長者鄰舍中心為主，分佈於港九新界不同地區。整體而言，參加者積極參與小組討論、分享見解，現場氣氛踴躍，當中更有長者表示活動令他們獲取更多相關資訊，促使其反思規劃的重要性，並願意嘗試將活動中的知識與技能運用於日常生活中。本項目冀能持續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

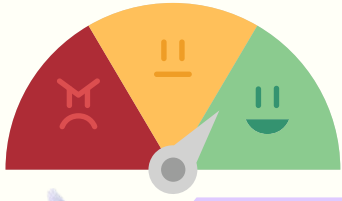
本計劃獲得數字政策辦公室「長者進階數碼培訓計劃」資助，為已具備基本數碼知識的活齡人士提供免費的正向教育數碼培訓課程。

10月至11月，分別完成Q7五款課程，包括三款實體課程「B5手機中班：流動支付及電子錢包」、「B7 手機中班：相片後期及視頻製作」和「C2 AR擴展實景與VR虛擬實景的應用」，以及兩款網上課程「B6手機中班：數據傳輸及雲端技術」和「B4手機中班：智能理財」。課堂中，學員積極投入，導師和義工助教熱心協助學員解決在實踐中遇到的問題。

Q8的四款課程於11月開展招生，獲逾500位活齡人士報名。12月，課程「B8手機中班：中國內地常用程式」開班，課堂中學員互相分享經驗，互學互助。

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」

由香港理工大學樂齡與家庭研究中心主辦的ERB「意見調查訪問員基礎證書課程」（課程編號：AADD105）第14班已於2025年11月20日順利開課，並於2026年1月6日圓滿結束。19位學員經過一個多月的學習與實踐，全部成功通過考核，獲頒證書，並運用所學知識積極重新投入職場。

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

「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2026年1月19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: 2025年12月29日(星期一)

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

課程資料:

請掃描右側二維碼



註: 每個課程開課前5個工作日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個工作日通知本會職員(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：

2026年2月26日 - 2026年3月3日

時間：

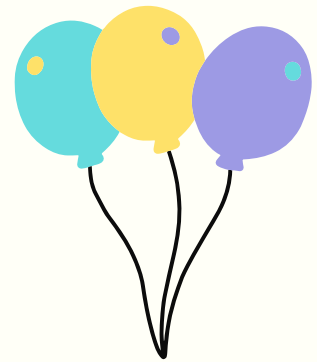
星期一至五(除星期三外)，上午10:00-11:30

費用：

免費

上課地點：

理工大學課室待定



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2026年1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：2026年1月至4月

截止報名：2026年1月13日（星期二）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



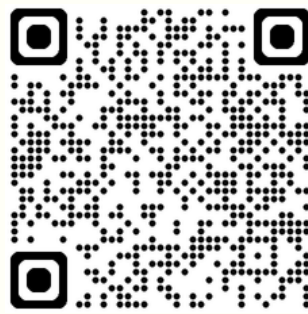
Email：dhiaa@polyu.edu.hk



官方網站



Facebook



Newsletter



成為活齡匯會員

