



香港賽馬會慈善信託基金於2015年聯同本地四間大學的老年學研究單位推行「賽馬會齡活城市計劃」(計劃)，於全港18區提倡長者及年齡友善文化。透過由下而上、地區為本的獨特模式，與社會各界攜手建構香港成為適合不同年齡人士生活的地方。計劃於2022年5月起出版一連六期的「齡活城市通訊」，分享計劃的最新發展及建設長者及年齡友善社區的良好案例，供社區持份者閱覽和參考，共建可持續的「齡活城市」。

## 「賽馬會齡活城市計劃」最新發展

### 《一起樂活耆年》短片系列及小冊子 – 長者及年齡友善城市的八個範疇

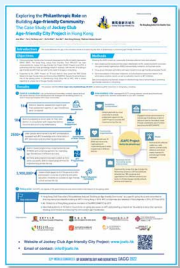
《一起樂活耆年》短片系列由著名演員黃淑儀和麥洛新及年輕演員黃溢濠和郭爾君以輕鬆手法介紹「長者及年齡友善城市」的八大範疇，讓公眾可以由淺入深，認識「齡活城市」的概念。



小冊子整合了不同範疇的實踐案例，介紹社會各界如何共同推動本港長者及年齡友善措施的實踐及發展。

# 於國際老年學及老年醫學協會研討會2022介紹 「賽馬會齡活城市計劃」

**第二十二屆國際老年學及老年醫學協會研討會** (International Association of Gerontology and Geriatrics World Congress) 於2022年6月12至16日透過網上平台舉辦，讓來自世界各地的參加者就老年學的相關主題交流知識和經驗。



有關「賽馬會齡活城市計劃」的論文獲選以海報展示形式於研討會的網上平台發表，題目為「**探討慈善組織在建立長者及年齡友善社區的角色：以香港「賽馬會齡活城市計劃」為案例分析**」，與不同國家及城市的專家及學者分享計劃的實踐經驗及成果。



## 齡活大使地區參與活動

新一輪的「**齡活大使計劃**」於2022年起在全港展開，在6月至7月期間，嶺南大學亞太老年學研究中心聯同香港理工大學活齡學院為百多位「齡活大使」進行第一階段訓練課程，完成了「長者及年齡友善城市」概念培訓。

接下來，計劃將進行一系列的「齡活學堂」訓練課程，透過工作坊、社區體驗活動、及參觀活動等方式，全方位提升「齡活大使」的信心以及策劃地區計劃的能力，推動「由下而上」的參與，讓社區共建「長者及年齡友善城市」！

計劃詳情，可瀏覽「**賽馬會齡活城市 — 齡活大使**」網上專頁。

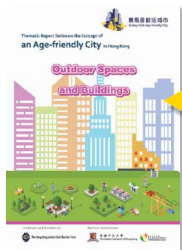


於疫情前拍攝

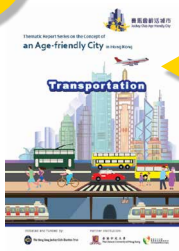
在本年6月至7月已順利舉辦了兩次的線上及線下「長者及年齡友善城市」概念培訓。

# 長者及年齡友善城市專題報告系列 (只有英文版)

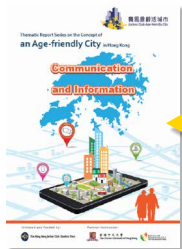
香港中文大學賽馬會老年學研究所根據計劃於全港18區進行的「長者及年齡友善終期研究結果」，編寫四份專題報告，詳細探討長者及年齡友善城市的四個範疇，包括室外空間和建築、交通、信息交流以及社區與健康服務。每份報告涵蓋該範疇的長者及年齡友善情況，以及香港的相關政策和措施，並提出改善建議，給予政府和其他相關持份者作參考。



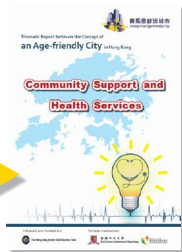
長者及年齡友善城市  
專題報告 —  
室外空間和建築  
(只有英文版)



長者及年齡友善城市  
專題報告 —  
交通  
(只有英文版)



長者及年齡友善城市  
專題報告 —  
信息交流  
(只有英文版)



長者及年齡友善城市  
專題報告 —  
社區與健康服務  
(只有英文版)

## 賽馬會齡活城市計劃一家 + 再想像！

「家 + 再想像」是「賽馬會齡活城市計劃」推出的長者及年齡友善家居設計流動應用程式，由香港理工大學活齡學院專業支援團隊製作。程式利用擴增實境（AR）技術，讓長者透過遊戲式的體驗，設計理想的家居環境佈置，從而反思他們的家居需要。

團隊亦透過舉辦工作坊，讓不同的社區持份者（如青年人和專業人士）與長者一同體驗此應用程式，從中了解長者對理想家居的期望和需要，推廣長者及年齡友善家居的訊息。



於疫情前拍攝

## 「創科樂『耆』中」樂齡科技設計比賽

香港房屋協會於2020年起舉辦「創科樂『耆』中樂齡科技設計比賽」，至今已完成兩屆活動。活動分別設有中學生組及大專學生組，並分為兩個回合，參加隊伍先透過不同活動了解長者的需要，並提交初步設計。而入圍第二回合的隊伍將有機會聽取專家意見及經驗分享，並透過探訪活動進一步認識長者實際日常所需，以提升其作品的實用性。

活動鼓勵青年人運用創意及科技與老年學的知識，創造提升長者生活質素的產品，締造長者友善社會之餘，亦推動樂齡科技的發展。



## 「智對酷熱」社區參與計劃

香港天氣越來越熱，長者因為身體機能出現轉變，更成為酷熱天氣下的高危一族，增加患上高溫相關疾病和死亡的風險。香港中文大學未來城市研究所與賽馬會老年學研究所於2020年展開「智對酷熱」社區參與計劃，透過研究及教育宣傳，提升大眾認識酷熱天氣對長者構成的健康影響，並加強長者應對酷熱天氣的能力。

計劃製作了一系列**教育影片**及**小冊子**，讓公眾人士及社區持份者了解酷熱天氣為長者帶來的影響及應對方法。



## 「智齡消費教育大使計劃」

消費者委員會於2021年3月推出「智齡消費教育大使計劃」，為50歲或以上人士提供消費者教育培訓，增進他們的消費權益知識，並鼓勵他們參與「智齡消費支援網絡成員」，為社區內長者分享最新的消費資訊、加強人際網絡支援。

部份參加者更會接受進階培訓，成為「智齡消費教育大使」，於社區為長者主持消費權益講座，協助參加者提升自我保護能力，避免跌入消費陷阱。此外，更於今年1月推出「智齡消委會熱線」：21102288，為年長消費者提供友善而直接的客戶服務。



歡迎分享「齡活城市通訊」給相關持份者和社區人士，  
共建長者及年齡友善城市。

策劃及捐助：



香港賽馬會慈善信託基金

製作：



香港中文大學  
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學  
賽馬會老年學研究所  
CUHK Jockey Club Institute of Ageing