

2012

活動 - 尊老敬賢：長者為精神健康領袖

Follow this and additional works at: http://commons.ln.edu.hk/apias_nlj



Part of the [Demography, Population, and Ecology Commons](#)

Recommended Citation

活動: 尊老敬賢: 長者為精神健康領袖 (2012)。亞太老年學研究通訊, 2, 14。檢自: http://commons.ln.edu.hk/apias_nlj/vol2/iss1/8/

This Chinese Article is brought to you for free and open access by the Asia-Pacific Institute of Ageing Studies 亞太老年學研究中心 at Digital Commons @ Lingnan University. It has been accepted for inclusion in Asia Pacific Institute of Ageing Studies Newsletter 亞太老年學研究通訊 by an authorized editor of Digital Commons @ Lingnan University.



尊老敬賢：長者為精神健康領航

知識傳承推動社區康健

回顧過去，檢視現在，才可展望將來；沒有過去，現在並不存在——我們是過去的延續。

歲月的洗禮代表著長者經驗和智慧的總結，是我們決定現在和打算未來的重要指引。然而，這並非意味著長者屬於過去的時光，他們是歷史的活見證，更可是主動將知識傳承至年輕一代的火種。為了提升年長一輩的存在價值，亞太老年學研究中心一直積極推動知識傳承的進程，透過在大學環境訓練長者成為導師，讓其將內化的知識在社區傳揚。

去年，我們與屯門社會福利署合作，推行「『屯』結長幼生命傳承計劃」，向社區推廣健康管理及疾病控制的資訊。以完成專業訓練之嶺南大學學生為訓練員，將所學健康相關知識轉授予更多的中學生。其後，中學生再將所學的健康知識授予長者學苑之學員。透過這樣的過程，我們希望長者與中學生將所知所學繼續向更多的社區人士散播。

培訓長者領袖，推廣精神健康

作為上述的項目的延續，我們推出



「『屯』結長幼生命傳承2011-2012」之「精神健康」領袖大使計劃。與之前略有不同的是，是次計劃不但強調健康的重要，更將焦點轉向「長者精神健康」及「防範虐老」兩方面。

要進行知識傳承，一眾長者先接受領袖才能及項目策劃的訓練，成為「精神健康領袖大使」。然後，他們與屯門官立中學、喬色園主辦可藝中學、鐘聲慈善社胡陳金枝中學以及釋慧文中學的學生，一同學習與長者精神健康相關的知識並接受訓練，正式成為「精神健康大使」。

長者領袖將帶領學生隊員準備、計劃及到訪屯門區內多家提供安老服務的非政府組織院舍進行義工服務，受助機構包括：明愛李嘉誠護理安老院、仁愛堂胡忠長者地區中心、萬國宣道浸信會田裕浸信會長者中心、東華三院戴東培護理安老院、仁濟醫院錢曼娟安老院、香港宣教會大興白普理老人中心和路德會友安長者中心。

透過將長者及青年人通力合作，為安老院院友服務，不但可以讓前者為後者提供指導、而年輕一輩亦可以透過溝通和互動為長者提供創意和新資訊。我們體現了「敬老」、「愛老」和「護老」的理念。通過是次計劃，知識不但得以從大學傳承至社區層面，我們亦增進了老人與青年人的相互了解，強化了長者的形象及社會地位。