



澳門基金會支持本地團體赴外交流拓展視野。

銀髮新局 智慧未來 基金會助力長者服務創新 共建老有所屬共融社會

◆文:子祈 圖:受訪者提供

應對人口老齡化,已成為全球關注的重要議題,隨著老年人口遞增與人口結構轉變下,澳門特區政府相關部門緊密協作、攜手民間機構及社會各界,致力推動長者服務不斷進步。今年8月,特區政府公佈《2026至2035年長者服務十年行動計劃》,以“大健康”、“智慧科技”、“銀髮產業”和“長者友善共融環境”為四大重點發展方向,制訂96項涵蓋長者身心健康、樂齡生活、科技應用及無障礙環境建設等行動策略,構建“老有所養、老有所屬、老有所為”的共融社會。

步入退休生活,銀髮一族並非社會資源的單向依賴者,他們依然可活躍於公民事務,持續與社會互動。澳門基金會多年來透過各類資助計劃,鼓勵社服團體拓展多元長者服務與項目,提升長者生活品質,維持其社會參

與,營造年齡友善的共融環境。與此同時,基金會每年亦資助社服機構專業人員赴外交流,考察內地先進城市的養老服務模式與技術經驗,善用樂齡科技,回應未來老齡社會面對的挑戰與需求。

長者友善社區空間設計比賽

隨著醫療技術進步,人類平均壽命增加,當局預計,本澳老年撫養比率將於2040年達到“超老齡社會”的臨界點。面對人口結構的急劇轉變,聖公會澳門社會服務處獲澳門基金會資助,以設計比賽為契機,引導青少年結合科技與創意思維,代入長者生活視角,檢視社區環境對老年人融入社群的制約和盲點,為長者設計便利和友善的公共設施,提升長者社區參與的動機,促進長幼

共融，培養青年對社會議題的解難能力。該比賽名為“耆珍異寶”——長者友善社區空間設計比賽（下稱“耆珍異寶”系列設計比賽），至今已舉行至第三屆，吸引超過 200 名本澳中學生參加，設計出多項提升長者生活素質的產品。

賽前主辦方安排青少年參與培訓，探索長者生活需要，包括走進社區與長者互動交流、探訪院舍認識照護需要、參觀長者公寓及輔具資源中心等，讓青少年從多角度思考長者生活現況和需要；及後安排專家進行設計創作指導及科技應用技術指導，啟發青少年應用科技解決長者生活限制，最後完成模型作品並由評審選出優勝作品。“落區”與長者互動對青少年來說頗具挑戰，出發前由聖公會澳門社會服務處輔導員呂燕翀及導師向他們分享溝通技巧和模擬演練。呂燕翀稱，培訓讓青少年學習耐心聆聽和尊重：“我們會訓練青少年如何與長者打開話題、談吐方式和基本禮儀。雖然過程中他們有緊張和尷尬，但最重要是培養正確態度和同理心，讓他們學懂理解長者的想法與情感。”

跨代共融——理解未來的自己

就讀海星中學高二年級的龍嘉謙連續兩年參與比賽，他和組員們設計的作品“欲行又止”過路系統，設計概念是長者每次過馬路時可用長者卡轉換紅綠燈，並設有物理攔阻系統，以擋板分隔開行人和車輛，避



社服團體獲基金會支持開展多元長者服務，促進長幼共融。



“耆珍異寶”——長者友善社區空間設計比賽。



參賽者向長者介紹比賽作品。

免車輛在行人過路期間繞行，作品於 2025 年比賽獲季軍獎。與長輩同住的龍嘉謙每天在南區上學，經常有留意長者出行的情況：“過馬路是日常生活的重要部分，有時自己病了或是提著很多東西過路時，會非常不便，换位思考，長者平日如何安全和安心地過馬路？所以我設計了這個作品。”共同參與設計的組員楊雅萱形容，這次參賽讓她獲益良多：“報名時，我原以為只是構思長者生活便利的方案就可，沒想到原來要將構思製作成真實模型產品。比賽中累積的經驗，讓我對長者服務有了新的體會。”

參賽前，楊雅萱和組員們主要從學校周邊社區觀察長者生活形態來啟發靈感，然

而，經過專家指導與啟發，他們才意識到全澳不同區分的街道環境存在差異，開始認真思考自己設計的裝置應如何調整，才能適用於各區居民。主辦方亦邀請了不同社區中心的長者組成“社區評審團”為參賽作品投票及點評，選出最貼近實際使用者需求的設計作品。楊雅萱和龍嘉謙亦分享了自己理想中的長者友善社區：“我們認為，一個對長者友善的社區要有充足的綠化空間和寬廣的步行環境，同時要尊重長者的生活習慣和文化，主動向他們提供支援。”

龍嘉謙和組員們的電工知識和模型製作經驗尚淺，幸得導師指導下完成擋板的組裝。製作過程中，他們走進社區與長者交流，聆聽他們對作品設計的想法，把擋板改成透明材質，增強空間感。龍嘉謙稱，以往對長輩的印象總是“長氣（嘮叨）”和“慢吞吞（行動緩慢）”，參賽後慢慢了解本地長者服務，並學會理解他們“長氣”的叮囑，背後承載著滿滿的關愛。另一位同學楊雅萱沒有與長輩同住，日常較少機會與長者交流，參賽經歷卻讓她體會到跨代共融的意義：“在這個節奏急速的時代，老一輩往往很難適應，當缺乏家人陪伴時，只有看電視節目來解悶。如果我們年輕一代願意主動跟他們交流，其實是對未來的自己多一份理解，畢竟衰老是人生必經的旅程。”

多維度思考——培養青少年解難能力

澳門社會工作局於今年4月發佈《澳門特區家居環境適老化改造指引》，旨在推動長者家居環境優化，提升其居家生活的行動安全、舒適便利與自主獨立能力。參與制訂該指引的本澳學者、澳門大學科技學院機電工程系副教授黃承發，獲邀作為“耆珍異寶”系列設計比賽顧問，為參賽青年提供培訓與指導。黃承發以人因工程學角度出發，向參賽者講解適老化產品設計的核心原則——以人為本，設計須兼顧長者的安全需求與使用舒適度。當產品設計進入完成階段，黃承發會逐一為作品進行專業指導，協助參賽者結合本澳城市特性，拓展產品的應用層面，他指出：“同學們需充分考慮本澳環境的空間限制，遇上狹窄的街道，產品尺寸該如何調整？本澳氣候潮濕多雨，產品材質是否耐用？我們期望學生從多維度思考澳門實況，以未來能夠普及甚至走向市場為最終目標。”

比賽為兩代之間搭建了溝通橋樑，鼓勵青少年主動走進長者社群。黃承發認為，澳門基金會資助此類比賽不僅啟發青少年思考老齡化社會



聖公會澳門社會服務處輔導員呂燕翀。



工作人員帶領參加者認識長者友善城市概念。



參賽者到社區觀察及訪問長者。

的服務需求與挑戰,更引導他們以科學手段融入實際生活,從日常觀察中提煉對社會議題的認知,從而培養解難能力。他稱:“我時常鼓勵學生,發現社會問題時不要只懂投訴,要主動提出解決方案。這項比賽正是推動學生思考長者的生活限制,為長者創作具實用性的產品,在反覆驗證的過程中尋找答案。我相信,在人工智能時代,培養持續學習的精神和耐心,正是這比賽為社會帶來的正面效益。”

同耆共融——銀髮一族不是弱者

“要構建長者友善城市,需要不同部門及各界齊心協力,因此,我們希望透過比賽讓大眾更深入理解晚年階段的生活需要和身心狀況,激發更多創新思維,靈活地攜手迎接老龄化社會的到來。”統籌“耆珍異寶”系列設計比賽的聖公會澳門社會服務處協調主任岑麗嫦如此說。她指出,晚年生活並非只有“被照顧”的單一想像,身心機能健康的長者,仍可積極參與社會事務,活躍於社會舞台,讓退休生活兼顧質量與自主性。在澳門基金會支持



青少年參觀輔具資源中心。



黃承發認為,比賽有助提煉青少年對社會議題的認知,從而培養解難能力。



楊雅萱(左)和龍嘉謙(右)參賽後對長者服務有了新的體會。

下,本地機構和社團積極開展多元化社會服務,從幼兒到長者、從家庭到弱勢群體,為構建年齡友善社區持續注入動能。面對社會人口結構變化,該機構於2009年起在澳門基金會支持下,啟動青年與長者共融義工計劃,透過體驗活動深化跨代交流,提升青年與長者的能力感和公民參與機會,至今已培育超過3400名義工,期望他們成為帶動年齡友善城市的關鍵齒輪,促進社會永續發展。

岑麗嫦表示,透過義工體驗和設計比賽,青少年不再以“施予者、幫助者”自居,更懂得從長者視角出發,並察覺到不同群體之間共融的需要,她以比賽為例:“第一屆比賽時,參賽者對長者生活需求的想像大多停留在輪椅輔具;到第二屆開始關注長者的日常娛樂與社交;直到去年,參賽作品已能融合長者及殘疾人士的共同需要,提升不同社群之間的共融交流——這是我們見證的成果。”岑麗嫦續說,該機構致力促進社會共融與健康發展,培養青年關愛他人,多年來獲得本地學校及社會服務單位的協同支持,共同倡導關注“長者及年齡友善”的社會議題:“年齡友善社區的構建無法一蹴而就,在基金會的支持推動下,‘耆珍異寶’系列設計比賽以聯校形式發揮效

應,讓學生課餘時間接觸不同群體,期望從少年階段播下種子,使年齡友善的理念與價值融入其生涯規劃與興趣發展。”

赴杭考察——智慧養老創新高地

《2026至2035年長者服務十年行動計劃》提出,善用互聯網、物聯網、雲計算、大數據、人工智能等資訊科技和創新技術的優勢,進一步應用至家居生活、社區環境以及醫療護理等場景,同時推動居家養老、社區養老和機構養老相關智慧科技的創新。今年7月8日至10日,澳門失智症協會獲澳門基金會資助,組織本澳醫療衛生、社會服務、護理教育領域共36名專業工作者前往杭州,展開“失智症照護與智慧養老”交流學習之旅。行程涵蓋智慧科技企業、養老服務機構、高等院校及大型醫療機構,圍繞失智症早期篩查、認知介入、醫養結合、智慧居家養老及護理人才培養等議題進行深度交流。

杭州智慧養老服務早於2010年萌芽,以穩固的智慧城市建設基礎發展銀髮產業,多年來吸引眾多新興企業加入,為當地智慧養老產業累積了技術、人才和多元產品,至今杭州已作為全國養老服務領域的重要示範窗口。澳門失智症協會此行考察了濱江區的“綠康陽光家園”養老院,了解其“醫養結合”(“養老院-醫院-護理院”一體化)服務模式;又到訪“幸福薈”居家養老服務中心,觀摩康養產業智能技術如何應用在社區和居家養老;考察團並前往智慧科技企業“BrainCo 強腦科技”、浙江大學附屬第一醫院、杭州師範大學公共衛生與護理學院進行學術交流,收穫豐富。

失智症月——從交流到聯動合作

“我們交流團是帶著目標走出去,期望汲取經驗,喚起社會對失智症更廣泛的關注。”統籌是次考察活動的澳門失智症協會理事長李衛燕如此說。失智症是長者常見慢性疾病,患者與其家庭皆承受照護壓力。建構“失智症友善”社區不止於態度友善,更重要是營造理解與包容的社區環境,讓患者有權利和有能力自主生活。杭州考察期間,李衛燕一行到訪“綠康陽光家園”養



黃承發為參賽者設計作品提供應用技術指導。



岑麗嫦期望“耆珍異寶”系列設計比賽能為構建年齡友善城市持續注入動能。



澳門失智症協會組織36名專業工作者前往杭州考察當地智慧養老技術。



團員參訪“綠康陽光家園”養老院。

老院，院內設有認知症照護專區，提供從預防篩檢、診斷治療、復健訓練至長期照護的一條龍服務。她提及，院內食堂的智能化系統令團隊印象深刻：“食堂設有智能秤重和營養分析系統，長者可自選餐點份量，系統會提醒長者留意糖分、鹽分和熱量攝取，為長者提供個人化膳食建議，兼顧長者自我健康管理與科學指導。”李衛燕稱，“綠康陽光家園”採用蒙特梭利高齡照護理念，根據長者的人生經歷、興趣愛好設計專屬活動（如曾任護士者可模擬查房、曾任教師者可體驗授課互動），讓照護不止於滿足基本生活需求，更能維護長者的尊嚴與自我價值，令她深受觸動。

失智症並非正常老化過程，需要及早發現和治療，愈遲介入，患者的生活質量愈差。國際失智症協會將每年9月定為“世界失智症月”，呼籲公眾主動認識與關懷失智症群體。李衛燕表示，該會每年聯動社區力量，向公眾普及相關資訊，並獲澳門基金會資助赴杭州交流，放眼國家前沿智慧養老技術，她期望延續是次交流建立的合作網絡，深化經驗交流和學術合作：“國家科研實力位居世界前列，此行不僅讓我們接觸到養老服務及智能產品新



澳門失智症協會理事長李衛燕。

趨勢，更開啟我們與內地城市的合作契機，未來可望與灣區城市聯動，讓大眾減少對失智症的誤解，讓項目的影響力和效益發揮得更大。”李衛燕建議澳門基金會可持續支持更多跨代共融的社會項目，促進長者與青少年互動，提升長者的社會認同感。

物聯網——科技點亮銀髮生活

此次旅程又到訪了“幸福薈”三墩鎮居家養老服務中心，由科技公司與社服機構聯合承辦，以養老服務雲端數據為核心，透過物聯網技術為居家長者提供餐飲配送、復康護理、輔具租借、文化娛樂及緊急救援等服務，實現“足不出戶，服務到家門口”的社區養老智慧服務圈。身

兼長者服務機構管理層的劉詠詩，參與是次杭州交流學習之旅後分享：“此行令我深感原居安老與智慧科技必須並行，才能真正改善長者生活。親身到科技前沿企業考察，啟發了我們對樂齡科技的思維，為日後購置設備和應用提供了實務參考。”她表示，本澳社區嵌入式的護養服務和居家照護支援的需求日增，此類物聯網技術不僅能作為家屬堅實的支援後盾，同時凝聚了社會各界資源，為長者營造溫馨而多彩的晚年生活。

隨著人口老齡化加劇，長者的照護需求日趨複雜，服務機構須不斷吸收新知識來應對挑戰。“幸福耆”之行讓團隊實地觀摩和體驗到智慧養老的創新成果如何從機構、社區延伸到家庭，全面照護長者所需。劉詠詩表示，現時本澳院舍已應用跌倒偵測、走失定位、認知治療、電子健康檔案等智慧照護設備，例如長者接近危險區域時系統會作出警報，而“幸福耆”的居家智能系統“毫米波雷達”利用運動軌跡、距離、速度和角度等數據，全天候追蹤人體活動，能在預防和健康管理上發揮重要作用。劉詠詩稱，杭州之行每個參訪點都為她的工作帶來啟發，前線同業在旅程中深入交流，為本地服務創新注入新思維，亦



澳門失智症協會理事、長者服務機構管理層劉詠詩。

讓她深感國家對養老政策的重視：“此行我們認識到腦機接口技術在認知康復治療上的應用，而國家‘十五五’規劃亦將腦機接口列為未來產業之一，此舉對科技業界的產品研發方向、社服界的運作方向皆帶來深遠影響，我期待特區政府在第三個五年規劃中，進一步推廣樂齡科技，為長者締造安心、共融、優質的生活環境。”

平台搭建——基金會助深化學研合作

基金會充分發揮資源樞紐作用，搭建交流平台，透過支持本地社團外訪，促進前線實務經驗的碰撞，推動澳門與內地在養老科研的資源共享與優勢互補。交流團成員之一、澳門失智症協會副理事長吳建煒表示：“此行我深入了解腦機接口技術在認知功能評估、注意力監測、神經



當地機構介紹智慧照護設備。

康復及智慧健康等領域的應用，體會到科技在失智症照護方面具有龐大發展潛力，也為我在智慧養老及失智症照護的科研工作帶來很多新的思考。”

吳建煒是高校教師，近年聚焦失智症友善社區建設、失智症照護人才培育，以及智慧健康養老等研究。團隊到訪杭州師範大學公共衛生與護理學院時，吳建煒在會上分享澳門在失智症教育及科研方面的工作，雙方亦就老年護理教育、高仿真模擬教學及科研合作進行深入討論。及後，吳建煒邀請該校學者為本澳高校學生作失智症專題線上分享，為未來兩地高校開拓更多教學合作空間。吳建煒亦計劃將此行所見所聞融入課程設計，讓學生及早掌握智慧養老及失智症照護的新趨勢；同時期望未來透過高校間科研協作，探索人工智能及智慧科技在澳門失智症照護上的應用，推動科研成果真正服務社會。

澳門與內地城市的安老服務上各具優勢。吳建煒認為，內地養老服務規模、智慧養老及養老產業方面發展較成熟，能提供多元化的服務選擇；而澳門則具有完善社區網絡、服務覆蓋率高，以及醫療與社服緊密協作、人文關懷細緻等優勢，相信未來若兩地在人才培育、專業交流及資訊互通方面加強合作，將有助共同推動粵港澳大灣區養老服務協同發展。面對老齡化社會所帶來的挑戰，澳門基金會的“交流活動資助計劃”不僅鼓勵業界積極開拓視野，注入創新思維，並為澳門與



澳門失智症協會副理事長吳建煒。

內地學術研究合作搭建橋樑，吳建煒建議，基金會未來可促進本地社服機構與學術單位緊密協作，系統地梳理具澳門特色的長者服務經驗與成效，將澳門養老服務的實踐成果向外推廣，既為區域養老服務注入更多元的內涵，亦攜手共建共融共享的養老新生態。

澳門月刊



團員與浙江大學第一附屬醫院座談交流。