

香港中文大學 那打素護理學院
「流金頌」培訓計劃

CTP 005 – 社區及院舍的長者照顧

非正規及家庭照顧者訓練工作坊(一)

嶄新科技與長者照顧

14/6, 21/6, 28/6, 5/7, **12/7**



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

網上學習平台

- 健康資訊
- 一站式長者資訊網站
- 長者學習

長者健康資訊

- 一般健康資訊
- 專科健康資訊

長者一般健康資訊

醫院管理局 智友站

<http://www.ha.org.hk>

醫院管理局 智友站

- 理想 BMI 防病工程

$$\text{BMI} = \text{體重(公斤)} \div \text{身高(米)} \div \text{身高(米)}$$

醫院管理局 智友站

慢性疾病特區

醫院管理局 智友站

互動遊戲

長者一般健康資訊

衛生署長者健康服務 (<http://www.elderly.gov.hk>)

衛生署長者健康服務

DIY自助式健康自學教材

- 健康生活模式
- 常見的疾病
- 長者的心理狀況

長者疾病健康資訊

長者與疾病

- <http://healthyageing.sphpc.cuhk.edu.hk/main.htm>

長者營養健康資訊

營養標籤 (<http://www.cfs.gov.hk>)

老人痴呆症

大腦健身室 (<http://www.loveyourbrain.org.hk>)

一站式長者健康資訊

elderlyservice.com

一站式長者健康資訊

網上遊戲

一站式長者健康資訊

房協長者通 (<http://www.hkhselderly.com>)

長者學習

老友網 (<http://hk1001.com>)

長者學習

長者學苑 (<http://www.elderacademy.org.hk>)

長者學習

香港電台網上廣播(<http://programme.rthk.org.hk/channel/radio/index.php?c=radio5>)