



Hong Kong Career Alliance for Dementia

全港認知障礙症照顧者聯盟有限公司

九月期刊

主席感言


大家好！我們送走炎熱的夏天，迎接秋天的來臨。

雖然新冠疫情未減，我相信大家都已無奈地習慣每日的確診數字報告。今次的經歷令大家感受到“帶口罩、限社交距離、打疫苗和停止參加長者中心和家庭聚會等”措施所帶來的沖擊。這些限制都會直接和間接地影響個人健康和社會的發展。

無論疫情走勢如何，聯盟仍持守本會宗旨，在可行的情況下舉行小型聚會，希望可以為家屬照顧者和患者保持社交接觸，期望給予大家一個可以放鬆心情和參與活動的機會。經過各委員努力支持下，我們圓滿完成今年第一個十五周年慶祝活動，並將當日的活動照片上載聯盟網頁，讓大家欣賞和了解。

聯盟的籌款活動仍未停止，希望各家屬會員繼續踴躍捐款支持，讓聯盟有足夠資源繼續舉辦不同類型的活動給腦友記和家屬照顧者。

一年一度的論壇已經籌備得如火如荼！我們很快會送出宣傳單張和參加表格給大家報名。今年我們有幸邀請到



香港老年學會和工聯會的康齡社成為新的合作機構。希望大家預留時間參與論壇。詳情如下:

日期：十二月三日（六）

時間：早上九時至下午四時

地點：香港社會服務聯會，香港灣仔軒尼詩道 15 號，
溫莎公爵社會服務大廈 11-13 樓

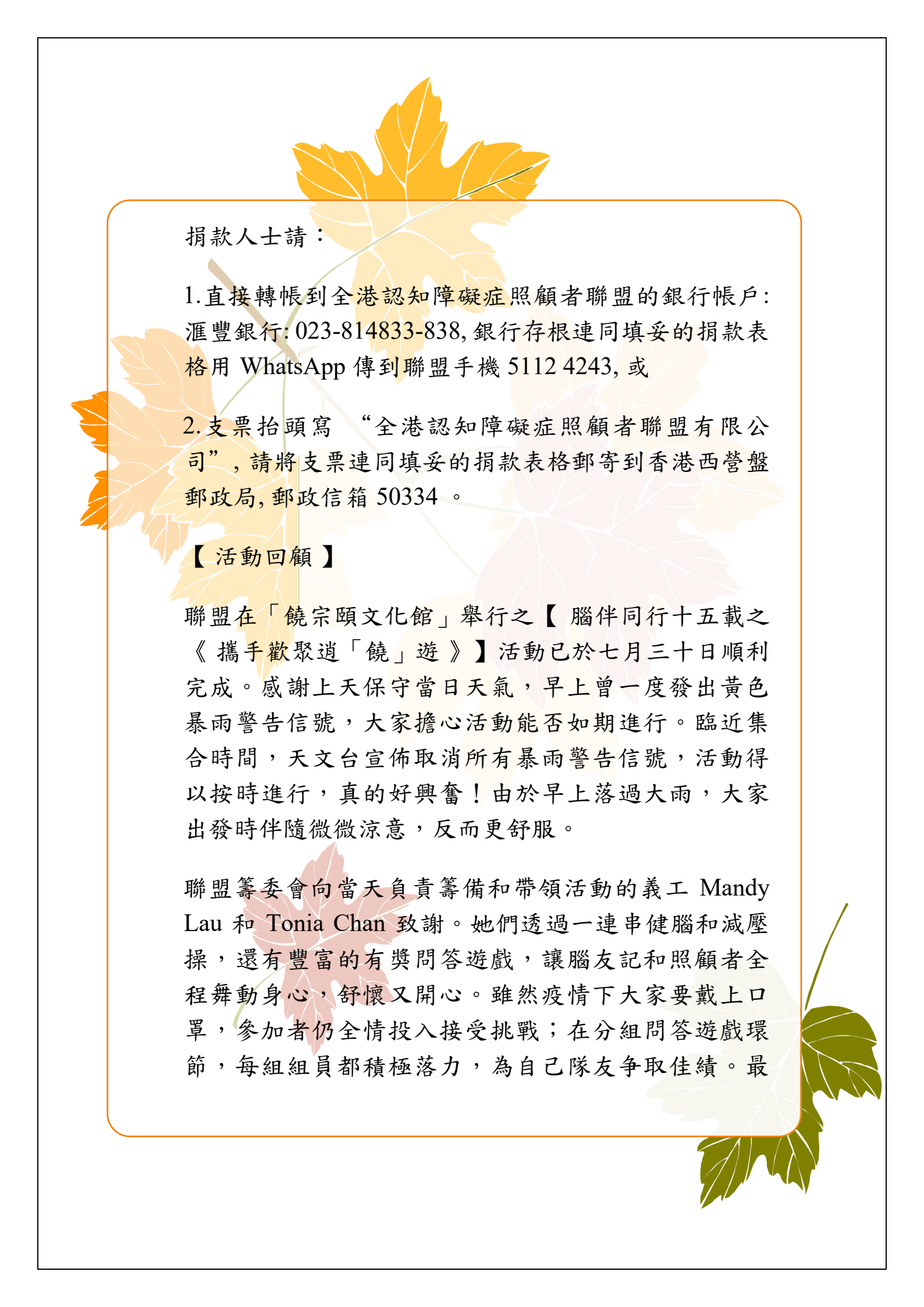
我們明白大家的心情:你們盡力保護自己和身邊的被照顧者，以免被病毒感染，結果出現憂慮情緒和心理壓力係令人理解。始終香港只係一個小城市，人口密度高，但過份的負面思維和情緒行為會影響日常生活和社交活動。聯盟希望大家可以學懂如何「識」放手，逐漸回復過正常的生活。新冠將會成為風土病，高危人士，如：長者和幼童，每年都要定期接種疫苗。我們都要接受這個事實。

如果你有需要詢問有關家居照顧的問題，可以隨時致電聯盟熱線、發信息到 WhatsApp 群組或電郵聯絡我們，我哋會盡快回覆你。聯盟期待十二月論壇跟大家見面!

通訊地址：香港，西營盤郵局，郵箱號碼 50334

聯絡電話：5112 4243

電郵地址：hkcafdsec@gmail.com



捐款人士請：

1. 直接轉帳到全港認知障礙症照顧者聯盟的銀行帳戶：
滙豐銀行: 023-814833-838, 銀行存根連同填妥的捐款表格用 WhatsApp 傳到聯盟手機 5112 4243, 或

2. 支票抬頭寫 “全港認知障礙症照顧者聯盟有限公司”，請將支票連同填妥的捐款表格郵寄到香港西營盤郵政局, 郵政信箱 50334。

【活動回顧】

聯盟在「饒宗頤文化館」舉行之【腦伴同行十五載之《攜手歡聚逍「饒」遊》】活動已於七月三十日順利完成。感謝上天保守當日天氣，早上曾一度發出黃色暴雨警告信號，大家擔心活動能否如期進行。臨近集合時間，天文台宣佈取消所有暴雨警告信號，活動得以按時進行，真的好興奮！由於早上落過大雨，大家出發時伴隨微微涼意，反而更舒服。

聯盟籌委會向當天負責籌備和帶領活動的義工 Mandy Lau 和 Tonia Chan 致謝。她們透過一連串健腦和減壓操，還有豐富的有獎問答遊戲，讓腦友記和照顧者全程舞動身心，舒懷又開心。雖然疫情下大家要戴上口罩，參加者仍全情投入接受挑戰；在分組問答遊戲環節，每組組員都積極落力，為自己隊友爭取佳績。最



感動筆者的就是，不論勝負，大家都發揮團體守望相助的精神，無分彼此。

活動接近尾聲的時候，還有更感人的場面，就是有家屬會員遠道由將軍澳推著坐輪椅的媽媽過來，為的只是讓媽媽走一轉，為母女留下美好的回憶。當日很多照顧者和長者都克服出外活動時的種種不便，不讓自身限制成為自設界限；反而想盡辦法，即使辛苦，都希望陪伴患者四處活動，增加生活情趣。筆者看見他們面上滿足的笑容，令人想起一句名言：「腦退化不可怕，只要愛不退化。」

今次活動能夠安全進行，除了得到家屬會員身體力行支持外，亦有賴當天負責駕車接送長者和推輪椅的委員和義工的積極協助，全程陪伴長者安心參與活動。

活動完畢，天色已轉晴。大家都急不及待要到室外影將大合照留念。感謝大會攝影師 Francis 全程為每位參加者拍照，讓大家在鏡頭前留低珍貴時刻。最後，聯盟再一次感謝會員出席今次活動。