



協助社區上的腦友寶寶（答案）

- 1) 19 個
- 2) 例如：有時會迷路、思想簡單直接（詳見 P.10）
- 3) 友善地提議腦友寶寶先吃完枱上的食物，再決定要不要加菜
- 4) 告訴寶寶現在是深夜，協助聯絡家人並建議先回家
- 5) 協助找出「八達通」或車票
- 6) 把他帶回行人路／協助他安全地橫過馬路
- 7) 幫忙計算應付金額
- 8) 放慢語速／以「選擇題」代替「開放題」
- 9) 例如：有一顆樂於助人的心、能理解腦退化症人士的需要、觀察力強（詳見 P.11）
- 10) 電子版「耆跡社區」



謝謝大家伸出援手！

以上只是建議答案，相信大家會有更多貼心的建議。您的援手能為腦友寶寶製造許多歡愉的記憶。這些情感記憶會更長久地存在他的腦海中！

歡迎您將這個遊戲分享給親友，讓他們也為如何協助腦退化症人士提供更多有用建議。



如果您認識腦退化症人士和他們的照顧者，
立即寫下您的關心語句為他們打氣吧！



唔知好男婦定好笑

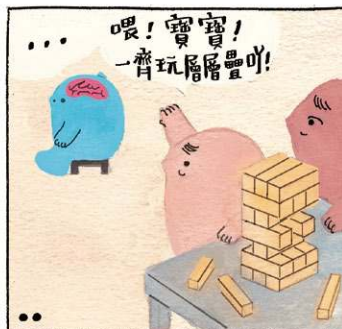


Jockey Club Centre for Positive Ageing

有無照顧者遇過類似的情況? 你如何應對?



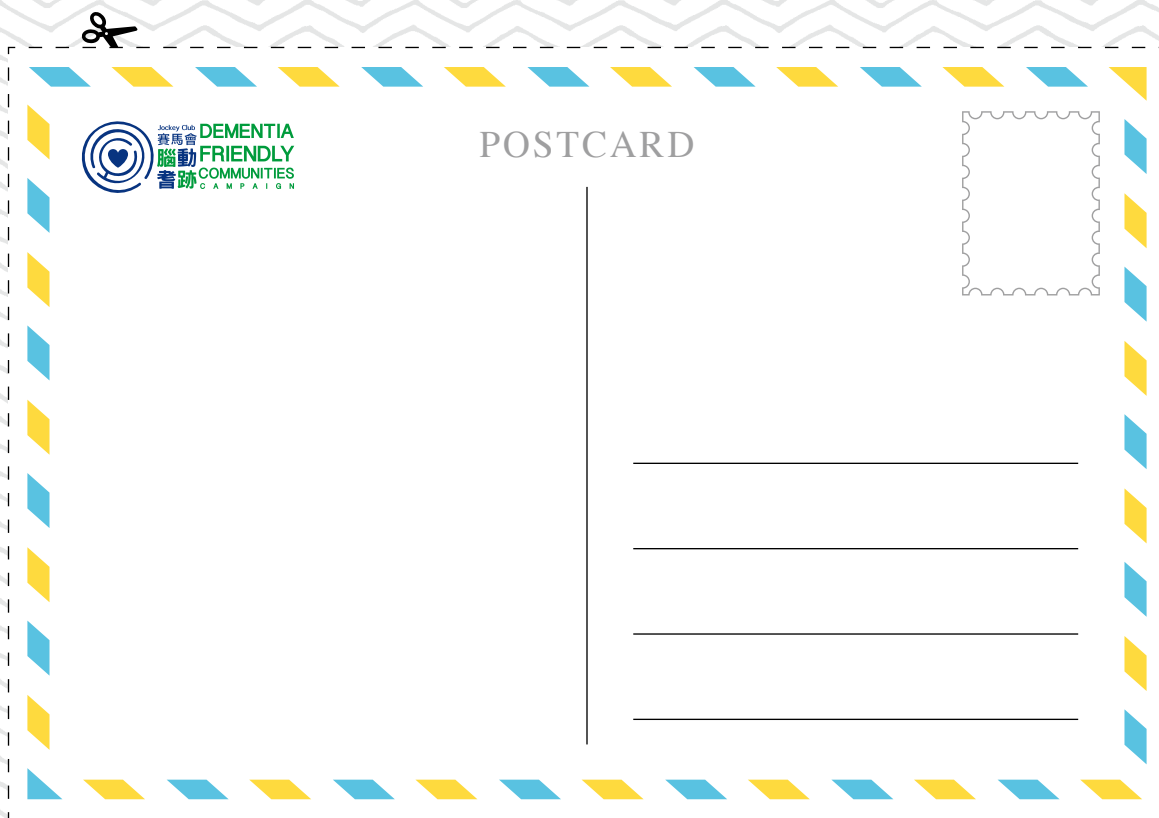
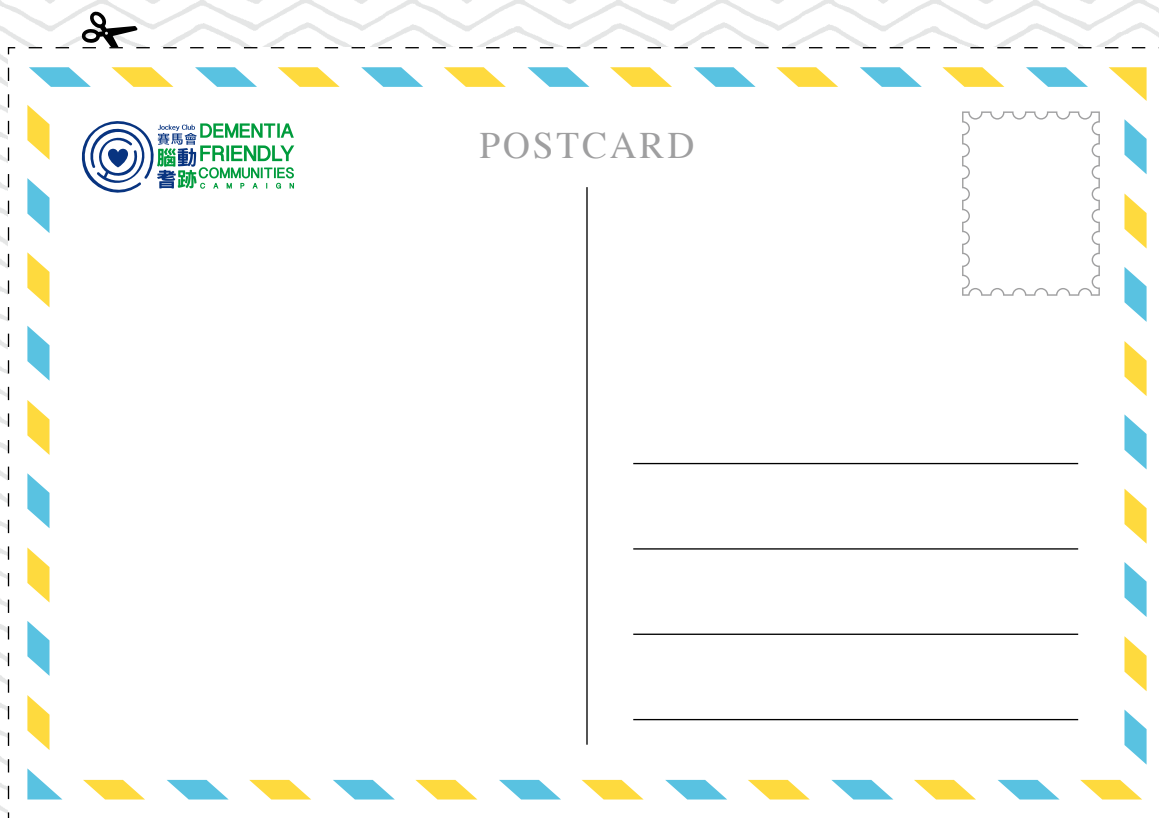
喜好



Jockey Club Centre for Positive Ageing

投其所好，
安排活動就更容易。





腦退化症冷知識

腦退化症「冷知識篇」短片以街頭訪問形式，了解坊間對腦退化症的認識及受訪者的一些迷思：

- 您知道甚麼是腦退化症嗎？
- 打麻雀對腦退化症有沒有幫助？
- 有哪些食物可以預防腦退化症？
- 腦退化症人士失蹤多久，親友才可以報警？
- 等等……

立即掃描 QR Code
觀看短片！

腦退化症冷知識



 YouTube



鄰居篇

遠親不如近鄰！作為鄰居，只要我們多走一步，就可以成為共建腦退化症友善社區的「同路人」。如您認識患有腦退化症的鄰居，請多加慰問和留意，在遇到以下情況時伸出援手：

- 傾談時，如果他／她未能清楚表達想法，提供兩至三個可能的答案讓他／她選擇
- 在街上遇到顯得茫然和不知所措的長者鄰居時，主動上前了解情況和提供協助，盡量別讓其自行離開，因為這可能會增加走失的風險
- 如不清楚鄰居的家人有否注意到其出現了腦退化症的徵狀，尋找合適的機會提醒其家人，但要避免長者在場，以免他／她感到難受
- 與長者鄰居的家人交換電話號碼，以便遇上緊急情況時，馬上聯絡對方



關心愛心滿社區
全靠您我好鄰居



立即掃描 QR Code
觀看短片！

腦友寶寶走失了

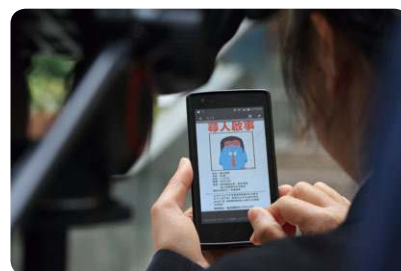
上集



下集



感謝領展房地產投資信託基金及城巴有限公司及新世界第一巴士服務有限公司提供拍攝場地，並感謝領展的物業管理職員參與拍攝。



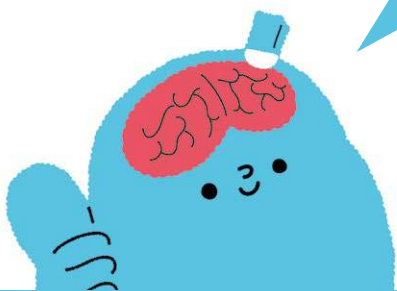
交通篇

公共交通工具是腦退化症人士經常會使用的服務，因此無論您是交通工具的職員或乘客，遇到以下情況時，都可以主動伸出援手：

- 當他們出入閘或拍卡時遇到困難，請給予耐心和協助其找出八達通或車票
- 當他們嘗試求助，但無法清楚告知自己的情況或是目的地時，宜先安撫其情緒，盡量別讓長者獨自離開，因為這可能會增加走失的風險
- 當長者表現異常疲憊或漫無目的地於車站徘徊時，請上前了解他們的情況，有需要時應尋求警方的協助



有您幫忙不用愁
長者外出樂悠遊



立即掃描 QR Code
觀看短片！

輪椅劍擊運動員
余翠怡
真人真事篇
助耆為樂幫助
腦退化症人士回家



YouTube

感謝香港鐵路有限公司提供拍攝場地，以及余翠怡小姐參與演出。



購物篇

便利店、超級市場和雜貨店等，均是我們日常購物的地方，無論您是職員或顧客，當見到腦退化症人士有以下情況時，請伸出援手：

- 當他們無法表達想購買甚麼物品時，提供兩至三個可能的答案，以協助他們作出選擇
- 當他們在付款和數算零錢時出現困難，職員可以友善地協助他們，例如：「不如我同您一齊數，好嗎？」
- 萬一他們在店內不斷徘徊，表現焦慮、不安或驚慌，應上前了解他們的需要。在可行的情況下請其坐下，並嘗試聯絡其家人
- 職員和顧客的耐心和理解是對他們最大的幫助

立即掃描 QR Code
觀看短片！

關注腦退化症——
超市篇



YouTube

感謝百佳超級市場提供拍攝場地，以及藝人潘雲峰（糖兄）參與演出。



耐心提醒說幾遍
友善社區齊共建



銀行篇

銀行是許多長者存放財產的地方，作為銀行職員，如您發現他們的行為有異，可多問幾句，避免他們的損失。遇到以下情況，您可以伸出援手：

- 當長者客戶短期內重複地提取現金時，可以多問幾句
- 當長者客戶提款或過戶時表現驚慌失措，應嘗試了解情況
- 當長者客戶使用銀行服務或提款機時出現困難，可以提供適當協助
- 當長者言談間說話零碎，無法清楚表達意思，可以提供兩至三個選擇

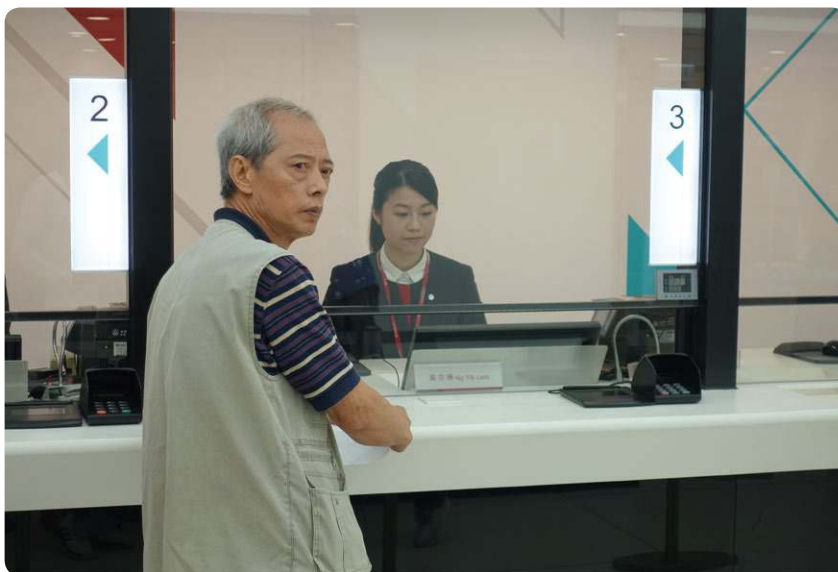
立即掃描 QR Code
觀看短片！

關注腦退化症——
銀行篇

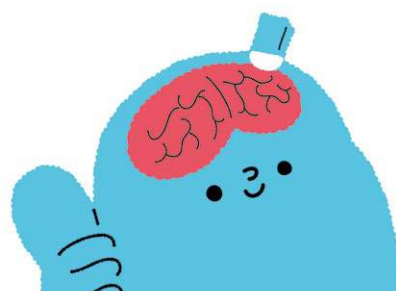


YouTube

感謝中國銀行（香港）提供拍攝場地及安排職員參與拍攝。



長者小本金
有您守護更安心



食肆篇

腦退化症人士會經常光顧食肆如酒樓、快餐店等，無論是食肆職員或是店內的顧客，都可以主動為腦退化症的顧客提供協助，適時伸出援手：

- 若顧客無法清晰地表達自己的意思時，耐心聆聽他的需要
- 當顧客在點餐時遇到困難，可給予兩至三個選擇，例如：「您想要叉燒飯還是海南雞飯？」
- 當顧客重複點相同餐點時，可以提醒他們
- 如顧客於付款或找續時遇到困難，技巧地提供協助，例如：「不如我幫您一齊數一數，好嗎？」



立即掃描 QR Code
觀看短片！

關注腦退化症——
茶樓篇



 YouTube

感謝煌府婚宴集團提供拍攝場地。

協助顧客飽口福
適時助人好滿足



物業管理篇

物業管理人員把守出入大廈的必經之路，亦往往是住戶外出時第一個遇到的人，當腦退化症的住戶有異常的出入情況而保安員能多問一句，就可大大減低他們走失的機會。保安員可在以下情況對有腦退化症的住客伸出援手：

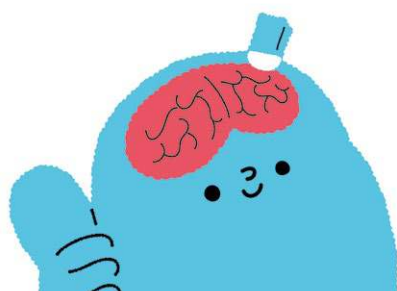
- 要多加留意，如該住客獨自外出，嘗試了解情況及提供協助
- 盡量別讓長者自行離開，這可能會增加他走失的風險
- 當住客表現焦慮、緊張、甚至驚慌時，應先安撫其情緒，協助他回家或聯絡家人

立即掃描 QR Code
觀看短片！

關注腦退化症——
管理員篇



YouTube



多問一句不麻煩
守護長者「無得彈」

巴士巡遊公眾教育活動

患有腦退化症的腦友寶寶走失了！充滿愛心的朋友，是時候出動成為耆跡天使，協助尋回腦友寶寶！

為令更多公眾人士認識腦退化症，以及希望更多有愛心人士成為耆跡天使，計劃於2017年11月18日舉行「耆跡天使招募日」。當天，腦友寶寶登上了巴士後，便「迷失」於香港、九龍及新界，幸而有大批願意尋找走失腦退化症人士的熱心人成為耆跡天使，一同協助尋回腦友寶寶。



● 一起成為耆跡天使，是一項絕佳的親子活動。



● 腦友寶寶登上了巴士，等待熱心人成為耆跡天使。



● 透過魔術表演吸引公眾人士了解腦退化症的資訊。



● 襟章製作，寓意時常將耆跡天使的使命「掛在身上」。



● 小朋友透過參與刮刮畫及填色活動，了解腦退化症人士的特徵和需要。

一天快閃 腦友寶寶互動公眾教育活動

2018年4月14日，腦友寶寶相約一群耆跡天使於旺角進行快閃活動。耆跡天使製作了大型時鐘並於4時響起，提醒公眾每天下午4至6時是腦退化症人士最容易走失的時間。另外，他們又以拍子舞形式，呼籲公眾關心身邊家人及朋友，留意腦退化的早期徵狀。

當天亦有派發腦退化症的傳單及紀念品，而腦友寶寶更與在場朋友進行互動及合照，氣氛熱鬧。



● 小朋友與腦友寶寶互動，開心合照。



● 腦友寶寶與一眾耆跡天使於旺角進行快閃活動。



● 耆跡天使提醒公眾——每天下午4至6時是腦退化症人士最容易走失的時間。



● 耆跡天使以拍子舞形式，呼籲公眾關心身邊家人及朋友。

「#我係耆跡天使」行動

「只要有『三心兩意』：愛心、耐心、同理心、留意和誠意，人人都係耆跡天使」，計劃推出了「#我係耆跡天使」行動，發掘社區中的有心人，隨時支援有需要的腦退化症人士。

行動甫推出便得到不同界別人士及市民的支持。大家身體力行拍照上傳到自己的社交平台及網絡，呼籲親友加入耆跡天使的行列。而一眾藝人及知名人士更身體力行宣傳關注腦退化症的訊息，並透過其影響力提升社會人士對腦退化症的關注。

感謝各位成為耆跡天使，全賴有您的關心和援手，我們將有一個腦退化症友善社區。





賽馬會「腦動耆跡」計劃圓滿閉幕



- 一眾主禮嘉賓及支持伙伴代表上台，一同參與簡單而隆重的閉幕儀式。



- (左起) 輪椅劍擊運動員、「耆跡天使」余翠怡小姐、賽馬會耆智園總監郭志銳教授、「榮譽耆跡天使」葉德嫻女士、賽馬會慈善事務部主管(長者及家庭)陳載英女士、勞工及福利局副局長徐英偉先生及安老事務委員會主席林正財醫生一同主持閉幕儀式。

為分享「腦動耆跡」計劃的成果，大會於9月11日在荷里活廣場舉行閉幕禮，主禮嘉賓包括：香港賽馬會慈善事務部主管(長者及家庭)陳載英女士、勞工及福利局副局長徐英偉先生、安老事務委員會主席林正財醫生、賽馬會耆智園總監郭志銳教授、「榮譽耆跡天使」葉德嫻女士，以及輪椅劍擊運動員、「耆跡天使」余翠怡小姐。支持伙伴亦派出代表一同出席典禮，為計劃畫上圓滿句號。



- 支持伙伴新巴城巴總公眾事務主任尹慧嫻小姐（中），以及中國銀行（香港）機構業務部總經理陳文先生（右），暢談參與講座的感受及如何透過支持「腦動耆跡」計劃推動建立腦退化症友善社區。

是日，超過 30 位支持伙伴派出代表參與簡單而隆重的閉幕儀式。眾支持伙伴代表逐一把「愛心」投進貼上社區地圖的愛心箱，象徵把愛心、耐心以及同理心投入社區，讓愛與支持常伴腦退化症人士左右，一同共建「腦退化症友善社區」。



- 安老事務委員會主席林正財醫生呼籲大家在生活中多留意身邊有需要的長者，並主動提供協助。



- 勞工及福利局副局長徐英偉先生希望大家在社區中多走一步，持續推廣關愛文化。



- 香港賽馬會慈善事務部主管（長者及家庭）陳載英女士表示：「馬會重視長者需要，盼將香港建設成為世界衛生組織認可的長者及年齡友善城市。」



- 輪椅劍擊運動員、「耆跡天使」余翠怡小姐，分享自己真人真事的「耆跡天使」故事，協助走失的腦退化症婆婆尋回家人。



- 「榮譽耆跡天使」葉德嫻女士為公眾介紹「尋耆跡」APP，呼籲大家加入成為「耆跡天使」，在日常生活中實踐「三心」和「兩意」，讓社區的關愛力量得以延續。

榮譽耆跡天使



黎耀祥先生



葉德嫻女士

計劃成果

承蒙各界支持，「腦動耆跡」取得超越預期的理想成績：

支持伙伴：共**56**間



政府機構



公共事業



慈善團體



餐飲業



金融及
銀行業



教育界



運輸業



物業
管理業



零售業

參與講座人數

4,067 人

「耆跡天使」

24,255 人

媒體報道

網上及社交平台 93
電視台及電台 27
報紙及雜誌 33

受惠人次

39,392 人

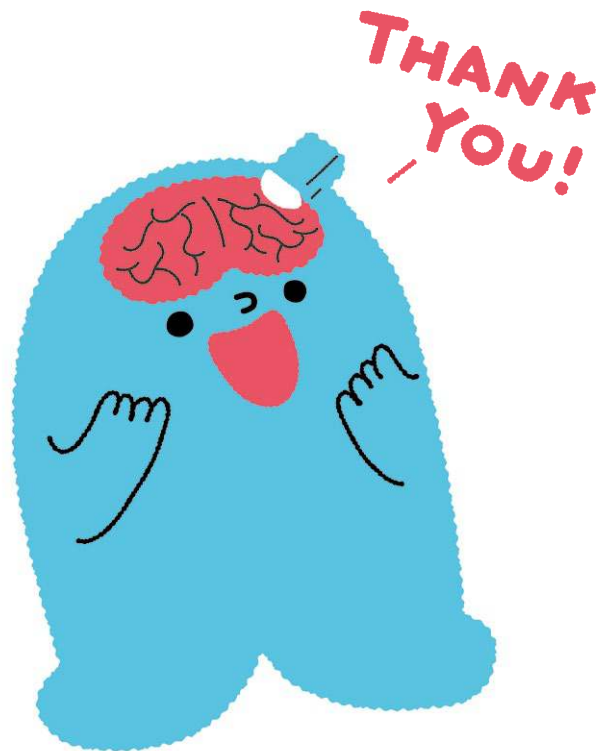
Facebook 帖子讚好人次

共：**5,005** 人次

媒體報道：

153 個

謝謝您們與腦友寶寶
一起完成這趟「耆跡」之旅，
我們期待下次相見！



賽馬會 腦動耆跡

計劃 紀念特刊

出版 賽馬會耆智園
美術總監 百寶代指媒（推廣）文化事業
宣傳推廣 雅寶（國際）工作室

出版及發行： 賽馬會耆智園
地址： 香港新界沙田亞公角街 27 號
電話： +852 2636 6323
傳真： +852 2636 0323
電郵： info@jccpa.org.hk
網站： <http://www.jccpa.org.hk>
Facebook：  [jccpahk](https://www.facebook.com/jccpahk)

本書所有文章及插圖均屬耆智有限公司及賽馬會耆智園所擁有，未經版權持有人許可，任何內容均不得以任何形式作全面或局部轉載、翻譯或重印，違者必究。

有關賽馬會耆智園

賽馬會耆智園是一所非牟利腦退化症綜合服務中心，於2000年投入服務。本園由香港賽馬會慈善信託基金捐助成立，並由香港中文大學管理，致力為腦退化症人士提供一站式服務及訓練，減慢認知能力的衰退速度，維持正常的社交活動，並透過各項支援服務紓緩腦退化症人士家屬的身心壓力，同時積極進行培訓及研究，推動腦退化症服務發展。



地址：香港新界沙田亞公角街27號

電話：2636 6323

傳真：2636 0323

電郵：info@jccpa.org.hk

網址：www.jccpa.org.hk