

新界西醫院聯網病人資源中心在「醫社同行」的服務理念下，與地區服務單位攜手製作此社區資源冊，集合有關中風復康的服務資訊提供予區內病人、照顧者、醫院員工、病人組織和社福界同工參考，增加資訊交流，支援中風患者的復康。

病人資源中心簡介

自90年代起，醫院管理局設立病人資源中心，成為公立醫院病人賦能及社區協作的匯聚點。

服務目標

1. 倡導對病人及照顧者的心理社交支援及社區共融
2. 為病人及照顧者設立平台，加強其賦能及自我管理
3. 作為病人、照顧者、義工、社區機構的橋樑及推動者，建立彼此的夥伴關係



屯門醫院 病人資源中心

地址：屯門醫院特別座四樓
電話：2468 6167



博愛醫院 病人資源中心

地址：新界元朗坳頭博愛醫院一樓
電話：2486 8402



天水圍醫院 病人資源中心

地址：新界天水圍天壇街十一號
天水圍醫院二樓
電話：3513 5310



新界西醫院聯網 病人資源中心及醫社合作

網址：<https://www3.ha.org.hk/ntwc/msc>

病人資源中心竭力整合地區有關服務，恕未能盡錄。如有遺漏，敬請見諒。

鳴謝：新界西醫院聯網 病人啟力基金

Acknowledgement : Patient Empowerment Programme, New Territories West Cluster

新界西醫院聯網病人資源中心 新界西中風復康社區資源冊

2026年10月至12月



文章分享

音符縫補的生命圖則： 一位中風科護士的康復觀察筆記



在屯門醫院的中風病房與專科門診穿梭多年，我習慣了與時間競賽。在超急性期，我們搶救大腦細胞；但在康復期，我們守護的是一個人的尊嚴與靈魂。中風對病人而言，往往是一場人生圖則的斷裂，尤其是「失語症」，讓許多原本靈活的腦袋被迫按下靜音鍵。

斷裂的圖則：當工程師遇上「無聲」的牆

阿明（化名）是我接觸過無數個案中，也是比較令人心疼的一位。四十多出頭的他，正值壯年，病發前是一位精確、幹練的工程師。在工地上，他是指揮若定的領導者，習慣用嚴密的邏輯與語言去構建世界。然而，一場突如其來的中風，擊碎了他引以為傲的表達能力。

記得初見阿明時，他才剛從死亡搏鬥回來，然而留低的還有半身不遂，及「失語症」，在出院的時候勉強可以坐在輪椅之上，眼神卻仍然透著憤怒與絕望。對他來說，腦海中那些精確的數據與圖則依然清晰，但當他試圖開口時，卻連一個簡單的問候都支離破碎。這種「困在自己身體裡」的孤獨，讓他從原本的自信巔峰墜入陰霾，甚至拒絕與外界接觸。

醫、社、商的三方協作：編織生命安全網

作為中風科護士，我深知臨床治療的局限。康復科醫生曾言，醫療團隊能修復身體，卻難以完全取代「同路人」的朋輩力量。這就是為什麼我們如此珍視自 2014 年 9 月起，屯門醫院與「新健社」開展的「開心唱歌學講話」計劃。

在阿明的故事裡，我看見了社會最溫暖的共鳴。除了我們專業的轉介、社工吳姑娘的細心穿針引線，最令人動容的是阿明的僱主。這位僱主不僅沒有因病辭退他，更在得知工作坊能透過旋律改善失語症後，每星期指派員工親自護送

阿明從公司來到屯門醫院參加活動。這份來自企業的包容，加上醫護與社區夥伴的緊密合作，為阿明織就了一張結實的安全網。

旋律的魔法：從「失言」到「得言」的蛻變

阿明加入「開心唱歌學講話」後，奇蹟在音樂中發生。湯校長的傳承，義工導師麥先生繼續帶領一眾熱心的導師與義工，還有同樣是經歷過風霜的「同路人」。他們深知，唱歌時大腦啟動的區域與日常說話不同。阿明發現，他無法流利地說出「你好嗎」，卻能在熟悉的旋律中，跟著節奏哼唱出簡單的歌詞和旋律。

麥先生形容：還記得阿明第一次在小組中開口唱歌的神情——那是從沉默中掙脫出的勇氣。他不再是那個躲在診室角落的病人，而是每星期一準時赴約的學員。

雖然他現在仍未能對答如流，但他在歌聲中找回了說話的動機與信心。那份工程師特有的嚴謹，現在用於對每一個音符上的堅持。

前路有我創：三十年情誼的傳承

回首這段長跑，屯門醫院與「新健社」的緣分早在 1997 年博愛醫院時期已經扎根。從「風雨同路互助小組」到 2016 年在醫院大堂舉辦的「前路由我創」午間音樂會，我們見證了無數像阿明一樣的生命鬥士，從病人變成了歌星。

雖然我的社工戰友吳姑娘已經榮休，但我仍然記得她曾說：「月有圓缺，但人月定可團圓」。這些在音樂中重拾聲音的片段，已成為我們職業生涯中不可或缺的風景。阿明的故事證明了，只要醫、社、商與同路人並肩同行，再灰暗的陰霾也能被悠揚的歌聲撥開。

醫管局新界西聯網中風科顧問護師
周玉蘭姑娘

文章分享

2

目錄

3

活動推介

4-6

訓練、治療及照顧服務

7-11

支援服務

11 -16

交通支援

17-18

器具租借

19-21

其他資源

22

鳴謝名單

23



屯門醫院 病人資源中心

地址：屯門醫院特別座四樓
報名及查詢：2468 6167

開心唱歌學講話

合辦：C2病房中風科團隊及新健社

內容：透過學習呼吸法練習、發音及唱歌方式，改善中風康復者的言語及溝通能力

日期：2026年10月5、12、26日

11月2、9、16、23、30日

12月7、14、21日(逢星期一，共十一堂)

時間：上午10時至中午12時

對象：新界西醫院聯網覆診，並且有語言障礙之中風康復者及其家屬

費用：全免



新界西醫院聯網 病人資源中心

查詢：3513 5310

中風復康指南：職業治療實務分享 (Zoom網上講座)

合辦：天水圍醫院 職業治療部

內容：講解職業治療在中風復康中的角色，協助患者恢復自理能力，重拾調整生活步伐的信心

日期：2026年10月8日(星期四)

時間：下午2時30分至3時30分

對象：社區人士(新界西醫院聯網覆診之人士及其照顧者優先參加)

費用：全免

請參加者在講座當日5-10分鐘前加入Zoom會議

Zoom會議ID：961 9771 0165

密碼：2026

博愛醫院 / 天水圍醫院 病人資源中心

如欲查詢「病人支援及社區資源導航服務」CCHuB，請聯絡我們。

查詢：博愛醫院病人資源中心 2486 8402 / 天水圍醫院病人資源中心 3513 5310

元朗地區康健中心

馭風而行 - 中風居家復健小組

內容：由註冊護士、職業治療師、物理治療師、藥劑師、營養師及社工主講，教導中風復康者及照顧者如何於家居環境進行持續性的復康訓練，強化自我監察及改善自身活動能力、溝通表達、健康飲食及藥物管理等方面的知識及能力，協助康復者回歸社區享受正常生活。

小組：	A 班	A 班
日期：	2026年10月15、22、29日 11月5、12、19、26日 12月3、10、17日(逢星期四，共十堂)	2026年10月7、14、21、28日 11月4、11、18、25日 12月2、9日(逢星期三，共十堂)
時間：	上午10時30分至中午12時	下午2時30分至4時
地點：	元朗地區康健中心(主中心)	元朗地區康健中心(元朗市附屬中心)
地址：	天水圍天秀路8號天一商場2樓	元朗體育路4號元朗綜合服務大樓
電話：	2602 2020	2602 2232
對象：	中心會員(中風患者)	
費用：	全免	

屯門地區康健中心

強化身體認知功能 - 芬蘭木柱班組

內容：參加者可以透過芬蘭木柱活動來加強腦部健康功能，並訓練大肌肉及手眼協調等能力。

日期：2026年10月5、12、26日(星期一)

時間：下午5時至5時45分

對象：中風患者及照顧者

費用：全免



「企硬」防跌班

內容：讓參加者了解跌倒風險與長期病患及藥物的關聯，教授家居安全提示及教授平衡、增強肌肉力量的運動，以減少跌倒風險。

日期及時期：2026年10月9、30日(星期五)
上午10時30分至下午12時45分
2026年10月16、23日(星期五)
上午11時至下午12時45分

對象：中風患者及照顧者

費用：全免



守護你的微笑與未來

內容：教導參加者運用輔助策略與適應技巧，提升口部衛生，並優化日常咀嚼及進食功能。

日期：2026年12月7日(星期一)

時間：下午4時至4時45分

對象：中風患者及照顧者

費用：全免



地址：新界新墟青山公路新墟段133號玫瑰花園商場1樓

查詢電話：2332 2218

大腦記憶解碼

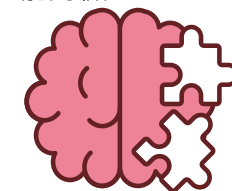
內容：賽馬會「智康健」腦退化檢測及社區支援計劃職業治療師主講分辨健忘及認知障礙症的記憶衰退，講解藥物及非藥物的治療方案，課後可以為有需要人士做認知能力檢查。

日期：2026年11月5日(星期四)

時間：上午10時至11時

對象：中風患者及照顧者

費用：全免



病人自強計劃之中風管理

內容：由不同專業人士講解病理、營養管理、醫藥注意事項及運動與生活起居須知等，備有後續運動小組。

日期：2026年11月9、16、23、30日(逢星期一)

時間：上午10時至下午1時

對象：中風患者及照顧者

費用：全免

齊來預防中風講座

內容：由屯門醫院中風專科護士及營養師從不同角度講解有關中風的最新資訊，包括健康的飲食習慣、中風緊急處理方法等，內容豐富，不容錯過。

日期：2026年11月28日(星期六)

時間：下午2時至3時

對象：中風患者及照顧者

費用：全免

屯門地區康健中心
Tuen Mun District Health Centre

2026-2027 流行性感冒疫苗接種計劃

中心將於10月展開2026-2027年度季節性流行性感冒疫苗接種計劃，市民可到中心或流動服務站接種疫苗，65歲或以上香港居民亦可獲政府資助免費接種肺炎球菌疫苗，接種人士必須是會員，亦可以即場登記入會。

符合資格獲免費接種季節性流行性感冒疫苗的組別

預約方法	費用
1 致電或親臨主中心/附屬中心預約	免費
2 網上預約 尚有其他日期場次可供選擇	
符合資格獲免費接種季節性流行性感冒疫苗的組別	費用
50歲或以上人士	免費
6個月至未滿18歲的兒童及青少年或就讀香港中學之學生	
長期病患人士	免費
孕婦、智障人士、領取傷殘津貼人士、綜援標準金額類別為「殘疾程度達100%」或「需要經常護理」的人士	
其他人士(自備現金)	\$100

先報先得·額滿即止!!

屯門地區康健中心(主中心) 電話：2332 2218
地址：新界新墟青山公路新墟段133號玫瑰花園商場1樓

香港復康會社區復康網絡大興中心

中風不求人 - 身體分析 x 自我管理 x 跨專業服務計劃

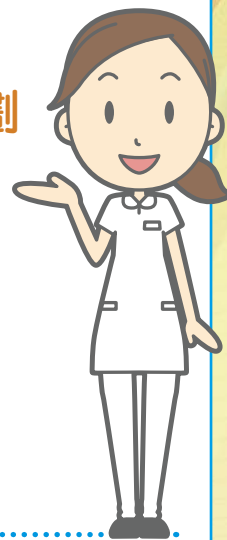
內容：由社工、護士等負責的中風自我管理課程，配合inbody身體組成分析儀及義工跟進，助你實踐復康知識。

日期：2026年12月2、9、16、23、30日（逢星期三，共五堂）

時間：下午2時30分至4時30分

對象：中風患者

費用：\$75(非會員價) \$50(會員價) 全免(綜援人士)



風「中」有你：互助交流會（與新健社新界西分區合辦）

內容：通過交流會，讓患者分享經驗及心路歷程。本季主題：疾病管理。

日期：2026年12月12日（星期六）

時間：下午2時30分至3時45分

對象：中風患者

費用：全免



北歐式健步行

內容：使用特殊設計的健走杖作健步行鍛煉，激活上肢、核心和心肺系統達到全身運動效果。

日期：2026年10月16、23日及11月6、13日（逢星期五，共四堂）

時間：下午2時至4時

對象：中風患者

費用：\$120(非會員價) \$100(會員價) 全免(綜援人士)



地址：新界屯門大興邨興昌樓地下26-33號

查詢電話：2775 4414

賽馬會流金匯

SMART REHAB 中風復康治療計劃 (小組訓練)

- 專為離院中風患者提供的中風社區復康計劃。通過多項創新復康技術，協助患者改善身體機能和恢復活動能力。
- 患者必須先接受物理治療師的首次評估（需另外收費），以設計針對性的小組復康訓練計劃。
- 訓練由物理治療助理提供，每節最多4人。療程為期約3個月，共10節復康訓練，每星期1節，每節1小時。

對象：中風患者（必須為中心銀會員）

費用：\$2,800（每節1小時；共十節訓練）

服務時間：星期一至五（公眾假期除外）下午4時至5時



持續社區復康計劃 (CCRP) (小組訓練)

由物理治療師及相關專業團隊提供具彈性及持續性之社區日間復康照顧計劃。通過多元化的復康及護理服務，減慢服務使用者的身體機能及認知能力衰退情況，並促進其復康速度，改善他們的活動及自我照顧能力，從而減低再度入院留醫的機會。

對象：

1. 患中風、腦退化症及骨科病症人士
2. 需要復健運動及維持身體機能之體弱者
3. 無傳染性疾病
4. 情緒穩定及無攻擊性行為
5. 由醫生轉介之離院人士（服務使用者必須為中心銀會員）

費用：

首次評估：\$820/一次（包括一項治療費用）

復康訓練：每月8節 - \$4,800（一星期兩節）
（不包括交通接送）

服務時間：逢星期二或四上午10時至中午12時
（每節2小時）

藥劑師諮詢服務

由藥劑師提供免費一對一諮詢服務，協助社區人士使用和管理藥物，亦方便照顧者及其他醫護人員能更掌握病人的情況。視乎個別情況，藥劑師或會為病人提供藥盒包裝及整理服務。

- 對象：**
1. 患60歲或以上人士或其照顧者；及
 2. 有2種或以上慢性病 或 使用5種或以上藥物（包括：藥膏、眼藥水、吸劑等）

費用：免費（名額有限，額滿即止）

服務時間：逢星期四（個別預約，請先經「賽馬會流金匯」手機應用程式或網站報名）

地址：大埔富善邨善鄰樓地下「賽馬會流金匯」

查詢電話：3763 1000 / 3763 1180



基督教懷智服務處 元朗地區支援中心

服務目的

- 透過一系列以中心為本的日間康復服務，如：基本護理照顧、個別訓練、小組及社交活動等，以支援低中度肢體殘疾人士的生活需要及紓緩照顧者照顧殘疾人士的壓力，提升殘疾人士及其家庭的生活質素。



服務特色及內容

- 由跨專業團隊（註冊社工、護士及專職治療師）按服務使用者的需要訂立個人護理計劃，並每年與服務使用者／家屬檢討服務成效。
- 個案管理服務：**由個案經理按服務使用者需要，如生活適應、人際關係及情緒管理等作整全性的跟進。
- 基本護理服務：**由護士協調及訂立個人護理計劃；護理團隊為服務使用者提供健康檢查，按需要提供醫療諮詢跟進。
- 專職治療評估：**由物理／職業／言語治療師及臨床心理學家，按服務使用者需要進行評估及制定訓練項目及支援需要。
- 復康及肌能訓練：**按評估由復康助理團隊提供個別及持續性的復康訓練。
- 社區及家居訓練：**按個別需要設計訓練項目，以提升服務使用者參與社區生活及處理家居事務的能力。
- 興趣及治療小組：**善用樂齡科技設備，提升訓練動機及滿足感；培養個人興趣及強化服務使用者之人際相處技巧。

對象

- 15至59歲之肢體殘疾人士（包括中風患者／康復者）*

*居住於元朗區將獲優先考慮

費用

- 低中度肢體殘疾人士社區康復服務(CRPD)
全日\$40.80 或 半日\$20.40
(不包括午膳，服務使用者需自備或經中心代訂午餐)
- 嚴重殘疾人士日間照顧服務(DCSD)
全日\$61 或 全月\$1,002
(包括午膳及會車接送)

*申請人需經由中心職業治療師評估接受所需服務

服務時間

- 逢星期一至五（公眾假期除外）
上午9時至下午6時



地址：新界元朗朗屏邨繡屏樓地下 查詢電話：2442 3225

扶康會天水圍地區 支援中心

服務內容

- 個人及小組訓練服務**
按個別服務使用者需要提供個別及小組訓練的安排。
- 社交閒暇及個人發展服務**
為區內殘疾人士提供個人發展、興趣培養，同時亦提供社交及閒暇活動，讓殘疾人士互相認識，提升生活質素。
- 專職醫療服務**
為有需要的殘疾人士提供以下的專職醫療服務：
職業治療
物理治療
言語治療
臨床心理治療
- 照顧者支援**
為區內有需要家庭提供不同形式的小組、家庭活動、講座及輔導，讓照顧者得以減輕壓力及獲得支援，增強照顧者照顧技巧，並加強其支援網絡。



服務對象

- 居於天水圍區內的殘疾人士

嚴重殘疾人士照顧服務

日間照顧服務，包括各專業治療訓練（物理治療／職業治療／言語治療）、社交活動、護理服務、午膳及茶點。

對象：經中心護士及社工評估合適相關服務的15至59歲嚴重智障或嚴重肢體傷殘人士

費用：每月\$1,002 或 每日\$61
(以上費用已包括午膳及茶點)

服務時間：逢星期一至五（公眾假期除外）
上午9時至下午6時

備註：服務須於使用前三個工作天預約及繳費，並須視乎預約情況而安排



地址：新界天水圍天澤邨服務設施大樓5樓501室至502室 查詢電話：2486 3030

香港聖公會 屯門地區支援中心 - 樂屯聚

嚴重殘疾人士日間照顧服務

個別訓練、社交及康樂活動，增加殘疾人士繼續在社區生活的機會。

- 對象：**
- 15 - 59 歲嚴重智障或嚴重肢體傷殘人士
 - 15 - 59 歲經評估後，需要護理及復康照顧的智障人士
- *參加時需登記成為本中心會員

費用：每月\$1,002(包午膳)或 每日\$61(包午膳)；**會員費用：**每年\$21

服務時間：逢星期一至五(公眾假期除外)上午9時至下午6時

地址：屯門良景邨良賢樓地下 **查詢電話：**3549 6897



香港耀能協會 新界西綜合社區康復中心

日間護理中心及家居照顧服務

- 物理治療 / 職業治療 / 言語治療
- 基本護理
- 社區及家居技能訓練
- 日間照顧服務
- 暫託服務 (包括緊急日間暫託服務)
- 感官統合訓練
- 多感官治療
- 陪診支援
- 代購 / 遞送服務
- 照顧者支援服務

對象：

- 15 歲或以上居住於荃灣 / 葵涌及青衣 / 元朗、屯門及天水圍的嚴重殘疾人士(包括有限量屬中度缺損程度的人士)
- 嚴重殘疾人士包括嚴重肢體傷殘及 / 或嚴重智障人士(包括：中風病患者、腦部受損人士或受疾病影響活動機能人士)；或
 - 由醫生 / 物理治療師 / 職業治療師轉介或自行申請，但須經本中心評估為適合接受服務的人士或上述人士的家人 / 照顧者

費用：

中心為本服務收費：

- 日間照顧服務(包午餐) 每日\$61/半日\$30
- 日間照顧服務(不包午餐) 半日\$20
- 物理治療 / 職業治療 / 言語治療 訓練每節\$61*
- 日間暫託服務(不包午餐) 每小時\$5.1
- 接載服務每程\$10
- 護理服務每節\$43*

家居支援服務收費：

- 個人照顧、護送服務及到戶暫託服務 每小時\$33
 - 物理治療 / 職業治療 / 言語治療 訓練每節\$52*
 - 康復訓練服務每小時\$33
 - 護理服務每節\$43*
- 全套服務(即包括中心為本及家居支援服務) 每月收費上限為\$1,002



*每節服務時間為 45 分鐘 如有經濟困難，可向社工申請服務半費

地址：新界荃灣青山公路455至457號華懋荃灣廣場15樓1501至1507室

查詢電話：3166 2600

香港心理衛生會 天瑞宿舍

嚴重殘疾人士日間照顧服務

提供一站式治療訓練及活動，包括職業治療、物理治療、個人護理、社工康樂活動、社交輔導及家屬支援服務。

對象：居住於天水圍、元朗、屯門區，15至59歲的嚴重智障或嚴重肢體傷殘人士

費用：收費依據社會福利署釐訂之標準 - 每月\$1,002或每日\$61 (包括午膳及院車接送)

服務時間：逢星期一至五(公眾假期除外) 上午9時至下午5時

地址：新界天水圍天瑞邨瑞財樓一樓至二樓 **查詢電話：**2617 8781



院車接送



復康運動

長者地區中心

支援服務

「外傭護老培訓試驗計劃」第三期延伸(至2027年3月)

計劃目標：

- 教授外傭照顧體弱長者基本知識和技巧
- 培訓外傭協助長者建立健康的生活模式，減少潛在風險
- 培訓外傭支援長者，提高長者在社區的生活質素

如有興趣查詢歡迎致電以下單位查詢：



地區	中心	地址	負責職員	電話
元朗	明愛元朗長者社區中心	元朗水邊圍邨盈水樓 11-20A 地下	葉穎朗先生	2479 7383
	博愛醫院王東源夫人長者地區中心(富達分處)	元朗西菁街23號富達廣場(KPlus) 地下50A號	張巧巧姑娘 / 郭浩楠先生	3953 6300
屯門	仁愛堂胡忠長者地區中心	屯門啟民徑18號仁愛堂賽馬會社區及體育中心4樓南翼及北翼(部份)	葉杏芝姑娘	2655 7688
	鄰舍輔導會屯門區綜合康齡服務中心	屯門山景邨社康大樓三樓四號	謝恩明先生	2466 6591

愛德循環運動

護送服務

內容：協助家境貧困、缺乏家庭及社會支援的社區人士；為他們提供義工支援服務，護送他們辦理個人事宜，包括覆診、社區活動等。

對象：居在社區或私營院舍的長者、長期病患者、弱能、弱智和精神康復人士

費用：需付義工交通津貼（實報實銷），會計算義工由出發至完成服務所需的交通費用，以公共交通的標準訂定收費。



獨居長者支援

內容：配對及安排義工，以一對一的方式關顧獨居長者的生活質素，通過家庭探訪、電話慰問等媒介關顧他們的身心健康和狀態。此外，亦會按時為長者組織戶外和生日活動。

對象：65歲或以上的長者或雙老

費用：全免

地址：九龍大坑東邨東成樓地下12-15號 查詢電話：2777 2223

元朗地區康健中心

基層健康醫療服務內容：

- 健康風險評估
- 慢性疾病共同治理先導計劃
- 健康人生計劃
- 健康教育及體重管理
- 運動課程及防跌訓練
- 戒煙戒酒及睡眠衛生課程
- 精神健康心理輔導
- 慢性疾病及痛症管理
- 中風／髌骨折／急性心肌梗塞後期社區復康（須由醫管局或網絡醫生轉介）

費用：免費成為會員，詳情致電向中心職員查詢

中心	地址	電話
元朗地區康健中心	天水圍北天秀路8號天一商場2樓2116-2117號舖	2602 2020
元朗地區康健中心 - 元朗市附屬中心	元朗體育路4號元朗區綜合服務大樓6樓A604室	2602 2232
元朗地區康健中心 - 十八鄉附屬中心	元朗大棠路22A號寶發大廈地下11號舖	2602 2168
元朗地區康健中心 - 天水圍南附屬中心	天水圍天湖路1號新北江商場一期(B場)一樓B52-B54及K2B-K2D號舖	2602 2028
元朗地區康健中心 - 元朗中附屬中心	新界元朗大棠路11號光華廣場9樓907-909室	2602-2623
元朗地區康健中心 - 錦田服務點	元朗錦上路71號博愛江夏圍村博愛服務大樓地下G07室	2602 2806

賽馬會護老導航照顧者支援計劃



「護老智匯學堂」照顧者互動學習平台

「護老智匯學堂」是一個專為照顧者而設的互動學習平台，將照顧知識化作精彩的嘉年華，透過涵蓋「醫、食、住、行」、「社區資源」、「愛親人」及「愛自己」七大主題的照顧知識與實用技巧影片，循序漸進地提升照顧能力。現可登入 jccarerspace.hk/e-learning 或掃描二維碼，參與這場歡樂的知識盛會，為照顧之路注入更多信心與力量。

費用：全免

查詢電話：3910 2286

查詢電郵：jccsp@hku.hk



照顧歷程圖

照顧歷程多變，想知道在照顧路上會迎來哪些轉變和挑戰？自己和被照顧者又有哪些需要和支援？可來參考我們的照顧歷程圖，以真實照顧者的經歷整理而成，幫助您預視照顧歷程並及早做好準備。香港數不清的照顧者故事，你的故事又是怎樣的呢？



請登入以查看完整旅程

登入



<https://jccarerspace.hk/journey>

香港大學 秀圃老年研究中心

風起航中風家庭支援行動提供教育資源，包括中風家庭實用手冊、風起航自學影片、「風起航」：支援中風家庭證書課程。

對象：
中風家庭
費用：
全免
查詢電話：
2831 5210



香港大學秀圃老年 研究中心及 香港大學李嘉誠 醫學院中風研究組

風起航 App 是一個專為中風康復者及其照顧者而設的流動應用程式，現在已經可在 Google Play 及 Apple App Store 下載。全新版本即將推出！敬請留意 HKU Stroke 網站。

對象：
中風康復者
及其照顧者
費用：
全免
查詢電話：
2255 4353



香港傷健協會「照顧者同行連線」

透過上門探訪、支援小組及工作坊、舉辦社交康樂活動，關心照顧者需要，協助照顧者建立地區支援網絡，增強其能力照顧傷殘家屬，促進家庭共融。

對象：肢體傷殘、智障人士及初期認知障礙症人士之照顧者
費用：全免
參與資格：全港（離島除外）
辦公室地址：九龍長沙灣道 928-930 號時代中心 1001 室
查詢電話：2426 8338



賽馬會友「伴」同盟護老者支援計劃 2.0

培訓機構		
香港老年學會	香港鴨脷洲利東邨東昌樓地下101-107室	2775 5155
分區統籌機構		
中西區、灣仔、東區 聖雅各福群會		
	灣仔謝斐道218號金源集團大廈10樓1004室	2383 0177 6332 7416
九龍中、九龍西 救世軍		
	九龍油麻地彌敦道518-520號彌敦行17樓C室	2186 7590 (油尖旺/九龍城) 2186 7591 (深水埗)
九龍東 基督教家庭服務中心		
	九龍觀塘鴻圖道80號鴻圖工業大廈903室	3613 0752 9738 2143
荃灣、葵青 香港聖公會麥理浩夫人中心		
	葵涌青山公路412號葵星中心地下73-77, 81-86號	2423 5533 6732 8927
沙田、屯門 基督教香港信義會社會服務部		
	油麻地窩打老道50號A信義樓1字樓	9436 1381 (沙田) 9436 3081 (屯門)
計劃夥伴		
捐助機構		
合作院校		
培訓機構		



賽馬會
友「伴」同盟
護老者支援計劃

2.0

「——
凝聚彼此力量互相支持
減輕照顧者壓力
人人皆是護老者
從「受助」變為「助人」



本計劃由香港老年學會提供訓練，完成所有課程及通過考核者，可成為社區護老者(義工)或替假護老者，為有需要的長者提供上門看顧暫托服務，讓照顧者能好好休息。

計劃背景

面對人口老化，社區的長者暫托服務及在家看顧服務未能滿足需求，照顧長者的責任落在家人身上，照顧者花費大量時間與精力照顧年長家人，面對著財政、體力、精神等方面挑戰。

有見及此，香港賽馬會慈善信託基金於2024年撥款近9,100萬港元，捐助香港老年學會、聖雅各福群會、基督教家庭服務中心、香港聖公會麥理浩夫人中心、救世軍，以及基督教香港信義會社會服務部，聯合推出第二期「賽馬會友「伴」同盟護老者支援計劃」，由香港老年學會培訓護老者，提供上門照顧長者的服務，讓照顧者在繁重照顧壓力下「叫一叫」。

計劃詳情

本計劃提供上門長者暫托服務，讓照顧者能好好休息。合資格的照顧者可按實際情況使用：



6個月服務



費用全免

詳情請向所屬地區的負責機構查詢。

服務對象

符合以下要求的照顧者：



年滿18歲



居住在香港社區



正在照顧一位或以上長期在家的長者



長者沒有接受長期護理服務

服務目標

關懷照顧者身心社靈及照顧技巧上的需要，提升照顧者和長者的生活質素，達至居家安老。

服務內容

- 1 為照顧者評估需要，安排不同的上門服務
- 2 讓照顧者有私人時間休息或處理個人事務
- 3 為長者提供陪伴、簡單運動、認知能力訓練



加入社區護老者(義工)/替假護老者行列



報名條件

- 年滿18歲以上
- 願意提供上門服務
- 能讀寫繁體中文
- 無犯罪記錄

無需照顧經驗，歡迎有興趣人士向所屬地區的負責機構查詢。

基督教香港信義會社會服務部 賽馬會友「伴」同盟護老者支援計劃

計劃目標：關懷護老者身心社靈及照顧技巧上的需要，提升護老者和被照顧長者的生活素質，達致居家安老。

服務內容：情緒支援、認知活動、消閒興趣及簡易運動

對象：

1. 於沙田、馬鞍山或屯門區的護老者
2. 正在照顧一位或以上長期在家的長者
3. 被照顧之長者沒有接受長期護理服務

費用：全免

地址：新界屯門建發里4號Lane Up 9樓908室

查詢電話/WhatsApp：9436 1381（沙田及馬鞍山）、9436 3081（屯門）

藥健同心博愛醫院社區藥房

藥健同心博愛醫院社區藥房是由香港賽馬會慈善信託基金捐助成立，目的是為元朗及天水圍區的市民提供便捷可達的專業藥劑服務，強化社區的基層醫療建構。社區藥房的服務包括配：

1. 一對一服藥輔導

患有慢性疾病如心臟病、中風、腎病、糖尿病…而須要長期服藥人士、難免在服藥上有一定的疑問及依從困難。藥劑師會為你提供一對一個人化服藥輔導，整合完整的藥物清單，解釋服用該等藥物的原因、副作用、相互作用及整體治療方案，共同制定長期對有關疾病的自我管理計劃。

2. 輕微疾病處理

遇到輕微疾病例如：感冒、鼻敏感、腸胃不適…等，來到社區藥房，我們的藥劑師會為你進行初步評估，免費提供相關疾病和對應的藥物治療資訊，並根據症狀提供個人化非處方藥物及生活適應等建議。

3. 配藥服務

精配醫生處方，特別是醫管局醫生處方的病人自費藥物，種類齊備，絕對正貨，價錢公道。此外一般非處方藥物、維他命、各種保健品及醫療用品如血壓計、血糖機、血氧機等皆有銷售。在產品選擇上藥劑師也會為你提供其專業及具實証的意見。



地址：元朗大棠路11號光華廣場9樓904-905室

電話：3590 5766 **WhatsApp：**5950 6880

服務時間：星期一至五 上午9時至晚上7時
星期六 上午9時至晚上5時
星期日及公眾假期休息



歡迎掃描瀏覽

香港復康會

1. 復康巴士

• 固定路線服務

於平日早晚繁忙時間，為需要乘車上班、上學及前往接受訓練的用戶提供的定時定點接載

對象：持有香港身份證、不便使用一般公共交通工具的合資格行動不便人士；須先註冊為復康巴士客戶

• 電召服務

用戶可預約全年365日的點到點交通接載服務，以便覆診或參與社交活動。

對象：持有香港身份證的行動不便人士；須先註冊為復康巴士客戶

• 聯載服務

為用戶（特別是寄宿人士）提供每星期兩程的定時定點接載共乘服務，以便往返學校、工場宿舍和居所。

對象：持有香港身份證的行動不便人士及有固定的上落車時間及地點；須先註冊為復康巴士客戶

查詢電話：2824 6500

2. 易達轎車

為輪椅使用者及其陪同者提供方便及個人化的無障礙交通服務。

對象：輪椅使用者

費用：每單程\$340至\$550，詳情請致向職員查詢

查詢電話：8106 6616

3. 易達巴士

為有行動困難的60歲或以上年長病友及其同行照顧者，提供往返公立醫院覆診及治療活動的接載服務。

對象：年長病友

費用：每單程\$15至\$70，詳情請致電向職員查詢

查詢電話：2348 0608



易達旅運乘客自助平台

Passenger Self-help Mobile App

適合易達巴士及易達轎車會員使用
for ETS & AHC Member

- 會員登記
- 處理預約
- 電子支付

Membership Registration
Booking Management
Online Payment

Website 網站

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store



請即下載 Now available on



博愛/天水圍醫院線 Pok Oi / Tin Shui Wai Hospitals Route



服務熱線 Hotline
2979 8777
(每日 09:00 - 18:00)

WhatsApp
5294 5617
(只限客戶服務, For Customer Service only)



所途經站點 Route Coverage

每程收費
Fare per trip

每人港幣2元*
HK\$2 per passenger

逢星期一至五服務
(星期六、日及公眾假期不設服務)

Service on Mondays to Fridays
(no service on Saturdays, Sundays and public holidays)

*所有乘客可享車資優惠推廣, 每程收費港幣2元, 有效期至2027年5月31日。
All passengers can enjoy promotional fare of HK\$2 per passenger per trip until 31 May 2027.



行程時間表 Schedule / Timetable	1	2	3	4	5
天水圍醫院 Tin Shui Wai Hospital	----	09:10	11:35	15:15	17:40
天恩邨服務設施大樓 Tin Yan Estate Ancillary Facilities Block	----	上客:須在登車巴士離開天水圍醫院站前15分鐘致電客戶服務熱線。 To observe this stop upon request from user at least 15 minutes before the rebuses departing from Tin Shui Wai Hospital			
俊宏軒(專線小巴總站) Grandeur Terrace (GMB Terminus)	----	09:30	11:55	15:35	18:00
天耀廣場 Tin Yiu Plaza	----	09:45	12:10	15:50	18:15
港鐵天水圍站A出口(屏廈路) MTR Tin Shui Wai Station Exit A (Ping Ha Road)	----	09:50	12:15	15:55	18:20
港鐵朗屏站A出口(宏達路) MTR Long Ping Station Exit A (Wang Tat Road)	----	10:00	12:25	16:05	---
港鐵元朗站G1出口(新元朗中心) MTR Yuen Long Station Exit G1 (San Yuen Long Centre)	07:50	10:10	12:35	16:15	---
博愛醫院主座 Pok Oi Hospital Main Block	07:55	10:15	12:40	16:20	18:40
港鐵元朗站G1出口(新元朗中心) MTR Yuen Long Station Exit G1 (San Yuen Long Centre)	----	當客用戶須於上車時通知車長。上客:須在登車巴士離開博愛醫院站前15分鐘致電客戶服務熱線。 For alighting: Please inform the captain upon boarding. To observe this stop upon request from user at least 15 minutes before the rebuses departing from Pok Oi Hospital			
港鐵朗屏站C出口(媽橫路) MTR Long Ping Station Exit C (Ma Wang Road)	----	10:30	12:55	16:35	---
元朗賽馬會家庭醫學診所 Yuen Long Jockey Club Family Medicine Clinic	----	當客用戶須於上車時通知車長。上客:須在登車巴士離開港鐵朗屏站C出口前15分鐘致電客戶服務熱線。 For alighting: Please inform the captain upon boarding. To observe this stop upon request from user at least 15 minutes before the rebuses departing from MTR Long Ping Station Exit C			
港鐵天水圍站A出口(屏廈路) MTR Tin Shui Wai Station Exit A (Ping Ha Road)	08:20	10:45	13:10	16:50	---
天耀廣場 Tin Yiu Plaza	08:25	10:50	13:15	16:55	---
天水圍(天業路)社區健康中心 Tin Shui Wai (Tin Yip Road) Community Health Centre	當客用戶須於上車時通知車長。上客:須在登車巴士離開天耀廣場前15分鐘致電客戶服務熱線。 For alighting: Please inform the captain upon boarding. To observe this stop upon request from user at least 15 minutes before the rebuses departing from Tin Yiu Plaza				
俊宏軒(專線小巴總站) Grandeur Terrace (GMB Terminus)	08:45	11:10	13:35	17:15	---
天水圍醫院 Tin Shui Wai Hospital	09:00	11:25	13:50	17:30	---

* 用戶可轉乘港鐵前往其他目的地
Users can interchange between this feeder and MTR for other destinations

乘客可要求在預設的穿梭巴士上落客站及途經路線的安全地點上落車。
Passengers can request for pick up or set down at the above feeder bus stops or any points along the designated route which is safe for boarding and alighting.

乘客可將現金車資(不設找贖)放入錢箱,或可使用八達通卡、支付寶(香港)、微信支付。
Passengers should pay exact fares (no change is available) or use Octopus Card, Alipay HK, WeChat Pay HK.
上述時間表只供參考。實際時間會因應當日交通情況及實際情況而轉變。
Schedule shown is for reference only. Actual time will be subject to traffic conditions.

服務熱線 Hotline: 2979 8777 WhatsApp: 5294 5617 傳真 Fax: 2322 2966
電郵地址 Email: info@kcis.com.hk 網址 Website: www.kcis.com.hk

生效日期 Effective from: 2026-09

對象: 行動不便人士(包括長者)及其陪同者(首位優先) 費用: 每程港幣2元

查詢電話: 2979 8777 WhatsApp: 5294 5617 詳情請參閱海報

新界西區長者 地區中心、長者鄰舍中心及其他中心

地區	服務單位	資格	借用項目	收費	借用期限	地址	電話／網頁
元朗	明愛元朗長者社區中心	已登記會員／ 護老者	- 輪椅	首7日免費，其後每日收費\$3。逾期歸還（超過30日），除支付上述每日\$3費用外，按月需額外付款\$100。（不足一個月亦以一個月計算）	30日	元朗水邊圍邨盈水樓11-20號地下	2479 7383
	明愛元朗長者社區中心（天澤中心）		- 輪椅			天水圍天澤邨服務設施大樓六樓602室	3904 3155
	王東源夫人長者地區中心		- 輪椅	免費	14日；可續借14日	元朗鳳翔路5號偉發大廈地下1及21號、6-11號	2476 2227
	博愛醫院陳平紀念長者鄰舍中心		- 輪椅	免費	短期	天水圍天華邨服務設施大樓三樓	2478 1930
	仁愛堂田家炳長者鄰舍中心		- 輪椅	每日收費\$5	7日；可續借7日	新界元朗朗屏邨賀屏樓平台227-229號	2473 5113
	新界婦孺福利會社會服務部柏雨長者鄰舍中心		- 輪椅 - 助行架 - 手杖	12日\$10	每次12日；可續借2次	元朗洪水橋洪福邨洪盛樓地下	2443 1533
	鄰舍輔導會天瑞鄰里康齡中心		- 輪椅 - 手杖 - 步行架	免費	輪椅：3日，可續借一次 步行架，手杖：一個月，可續借一次	天水圍天瑞邨天瑞社區中心地下及三樓	2448 7433
	香港明愛天悅長者中心		- 輪椅	30日，首7日免費，其後每日收費\$3。逾期歸還（超過30日），除支付上述每日\$3費用外，按月需額外付款\$100。	30日	天水圍天悅邨服務設施大樓一樓	3160 4100
	元朗大會堂梁學樵夫人老人中心		- 輪椅 - 步行架	輪椅：每日\$2，一星期\$20 步行架：每日\$2，一個月\$40	輪椅：1星期，可續借1次 步行架：1個月	天水圍天耀邨天耀社區中心一樓A室及B室	2445 2555
	青松侯寶垣長者鄰舍中心		- 輪椅	免費	3天	天水圍天慈邨慈輝樓地下西翼	2445 0013
	元朗大會堂陳應祥紀念老人中心		- 輪椅 - 步行架	免費	視乎情況決定能否續借	元朗體育路4號一樓	2476 6036
	基督教懷智服務處元朗地區支援中心	社區人士	- 輪椅 - 助行架 - 其他	免費	4星期	元朗朗屏邨繡屏樓地下	2442 3225
	基督教聯合那打素社康服務愛鄰網絡（天水圍）	不限，登記為會員可豁免借用費	- 助行架：每日\$2 - 四爪拐杖：每日\$2 - 單腳拐杖：每日\$2 - 輪椅：每日\$5；月租\$100 - 坐地式運動單車：每日\$5；月租\$100 - 健身手攬單車：每日\$5；月租\$1000	每次租借期以日或月計算，上限4個月	天水圍天晴社區綜合服務大樓一樓103室	3156 9066	

地區	服務單位	資格	借用項目	收費	借用期限	地址	電話 / 網頁
屯門	仁愛堂胡忠長者地區中心	屯門區55歲以上人士	- 輪椅	每日\$5	14日	屯門啟民徑18號 仁愛堂賽馬會社區及體育中心四樓	2655 7688 2655 7680
	香港路德會社會服務處 路德會友安長者中心	已登記會員/ 護老者	- 輪椅 - 手杖 - 步行架	免費	兩星期， 按情況決定能否續借	屯門安定村、 安定/友愛社區中心二樓	2451 9759
	香港萬國宣道浸信會社會服務 田裕浸信會長者鄰舍中心		- 輪椅	\$5/7日	一星期， 按情況決定能否續借	屯門田景邨 田裕樓地下A翼	2454 7188
	鄰舍輔導會 富泰鄰里康齡中心		- 輪椅 - 手杖 - 步行架	免費	一星期， 按情況決定能否續借	屯門富泰邨服務設施大樓一樓	2453 7737
	鄰舍輔導會屯門區 綜合康齡服務中心		- 輪椅 - 步行架	免費	14日， 可續借1次	屯門山景邨社康大樓三樓四號	2466 6591
	仁濟醫院曾榮夫人長者鄰舍中心	不限	- 輪椅 - 步行架	輪椅： 會員：\$10 一星期 非會員：\$20 一星期 步行架： 會員：免費 非會員： 10 一星期	4星期， 按情況決定能否續借	屯門 蝴蝶邨蝶影樓地下132-134號	2456 1922
	香港宣教會 大興長者鄰舍中心		- 輪椅 - 手杖 - 步行架	免費 非會員需收取\$200按金	一個月，按情況決定能否續借	屯門大興邨 興耀樓地下15-21號	2465 7163
	仁愛堂吳金玉紀念長者鄰舍中心	請致電查詢				屯門三聖邨 豐漁樓地下第2號亭	2452 2790 2452 2603
	香港復康會社區復康網絡大興中心	中風患者	- 手杖 - 助行架 - 輪椅	免費	14日； 可續借一次	屯門大興邨 興昌樓地下26-33號	2775 4414
	香港紅十字會 輔助行動器材租借服務	為有需要之傷病者及行動不便的人士，提供價廉合適的輔助器材租借服務，以減輕他們在康復期間的經濟支出，讓他們安心康復	基本包括輪椅、助行架、拐杖、四腳叉及便椅等，其他器材可瀏覽本會網頁。		最少一個月，若有需要可以延長租借期	屯門青松觀道 屯門醫院特別座大樓四樓 西九龍海庭道19號 香港紅十字會總部大樓	2610 0515 網頁如下： 
其他地區	香港耀能協會 賽馬會復康座椅服務中心	不限	手推輪椅、兒童輪椅、電動輪椅、可後傾座位輪椅、配置塑形座位輪椅、浴椅、小童浴椅、復康床及減壓床墊、小型移位機等	復康用品租金以一星期計算，視乎不同產品而定，請向本中心職員查詢或在網頁下載	最少一星期	新界 葵涌嘉慶路5至9號 嘉慶中心12樓	2145 4968 網頁如下： 

透過模擬家居，展示樂齡科技如何配合家居環境，從而改善中風患者的自理能力以提升獨立程度，並協助照顧者更加輕鬆地進行照顧。

餵食
坐姿

部分中風患者於保持重心及坐姿時面對較大困難，這可能影響其吞嚥功能，導致進食時容易窒息。電動床褥可調較背部的角度，可協助患者調節至合適的坐姿，令進食過程變得更安全。



電動床褥



免沖洗密封式便廁椅

對於轉移或行動有困難的中風患者，自主進入洗手間可能較為困難。免沖洗密封式便廁椅能把排泄物密封，免去沖洗步驟並隔絕異味。其設計外觀簡潔，可方便放置於睡房等空間，減少患者行動的需要。

個人
衛生

行動
輔助

對於行動不便的中風患者，電動輪椅提供便捷的移動方式，患者可輕鬆操作，減少對他人的依賴。另外，輪椅可以配合減壓坐墊或背墊使用，有效分散身體壓力，避免長時間坐姿帶來的壓力性損傷。



電動輪椅及減壓坐墊

輔助器材租賃服務

內容：提供輔助器材租賃服務。租賃過程中會有職業治療師或樂齡科技應用指導員上門評估、選擇合適的器材、物流、組裝、教育及跟進服務

租借期：每次租賃期最少一個月，沒有最長限制

對象：18歲或以上的居家人士

費用：租金根據使用者正在接受政府提供的每月現金津貼及選擇的器材而有所不同，詳情可致電中心查詢

歡迎掃描二維碼



瀏覽如何選擇合適的坐墊背墊

歡迎掃描二維碼



瀏覽「電動輪椅中風患者重拾自主權」

歡迎掃描二維碼



瀏覽賽馬會「a家」網址

地址：新界沙田小瀝源牛皮沙街2號愉翠商場M樓2號舖 查詢電話：3153 5252

醫院管理局 流動應用程式「HA Go」



醫院管理局流動應用程式「HA Go」為單一流動平台，令病人整體醫療保健旅程更完善。此流動應用程式令醫院及病人更緊密聯繫，讓病人可便利地管理自己的健康。透過「HA Go」，病人可查閱個人預約紀錄，支付賬單及藥物費用，預約普通科門診及專科新症，查閱藥物資料或按照處方進行復康練習。病人更可透過「HA Go」下載其他醫管局手機應用程式。

一站式手機程式「HA Go」，綜合醫管局現時多個應用程式，加設多個貼心的新功能，讓病人更有效管理就醫安排及護理健康。病人更可透過 HA Go 邀請家人成為照顧者，讓家人管理及查閱自己的健康紀錄。

管理預約更方便

- 病人可以查閱過去一年和未來的覆診期包括專科門診、普通科門診、放射檢查、專職醫療、護士診所及藥劑師診所。病人亦可接收預約提示。
- 另外，病人亦可取消專科門診新症預約、專職醫療門診新症預約及普通科門診預約。
- 病人更可於 HA Go 為部分門診的診期提交申請延期覆診及辦理門診登記／繳費。

預約門診更輕鬆

- 市民可透過此程式，遞交專科門診新症的預約申請及預約、查詢、取消普通科門診診症時間。

流動繳費免排隊

- HA Go 會顯示需要支付的費用，市民透過流動繳費應用程式即可輕鬆支付賬單、藥物費用及部份普通科／專科／專職醫療門診之費用。另可查閱透過應用程式繳費之紀錄。此外，亦會繼續因應病人的不同需要，優化各項繳費服務及程序。

個人化健康管理

- 治療師透過程式，以影片、遊戲等多媒體功能，為不同疾患的病人設計最合適的康復訓練方案，協助他們有系統地在家中或社區進行康復練習。
- 程式更可記錄血壓、血糖等個人健康指數，成為電子醫療護理日誌。
- 病人更可以電子單張、影片或聲帶的形式接收到醫護人員所發放的健康資訊及指引。

隨時查閱醫療紀錄及藥物資訊

- 病人可以查閱其過敏紀錄及兩年內的配藥紀錄和藥物資訊。
- 另外，病人可建立個人藥物紀錄，亦可加入在醫管局以外配的藥物資料。
- 現在，病人更可查閱部分的醫療文檔及化驗報告。

幫助病人管理健康

- 病人可以用自助模式在 HA Go 內邀請家人或其看護者成為「照顧者」，幫助管理健康。
- 現階段，照顧者可透過 HA Go 查閱病人的紀錄，包括門診預約、賬單、配藥及過敏紀錄、及康復資訊等資料。
- 日後，照顧者更可為病人繳付費用、管理門診預約等。

隨時查閱預約當日的實時排隊輪候狀況

- 病人於登記及付款後，可查閱指定專科門診診所在預約當日的實時排隊輪候狀況。
- 病人經分流後，可查閱指定醫院急症室 24 小時的實時排隊輪候狀況。



「HA Go」提供中文及英文版本，現可於 Apple App Store、Google Play 及華為 AppGallery 下載。

參與機構／服務（按筆劃順序）

- 元朗地區康健中心
- 屯門地區康健中心
- 屯門醫院 C2 病房中風科團隊
- 扶康會天水圍地區支援中心
- 冠忠無障礙
- 香港大學中風研究組
- 香港大學秀圃老年研究中心
- 香港心理衛生會天瑞宿舍
- 香港紅十字會輔助行動器材租借服務
- 香港復康會易達巴士長者接載服務
- 香港復康會易達轎車服務
- 香港復康會社區復康網絡大興中心
- 香港復康會復康巴士服務
- 香港傷健協會照顧者同行連線
- 香港聖公會屯門地區支援中心 - 樂屯聚
- 香港耀能協會賽馬會復康座椅服務中心
- 香港耀能協會新界西綜合社區康復中心
- 基督教香港信義會社會服務部
- 基督教聯合那打素社康服務愛鄰網絡（天水圍）
- 基督教懷智服務處元朗地區支援中心
- 愛德循環運動
- 新界西區長者地區中心及長者鄰舍中心
- 賽馬會「a 家」樂齡科技教育及租賃服務中心
- 賽馬會友「伴」同盟護老者支援計劃 2.0
- 賽馬會流金匯
- 賽馬會護老導航照顧者支援計劃
- 醫管局新界西聯網中風科顧問護師 周玉蘭姑娘
- 藥健同心博愛醫院社區藥房

