



心靈解碼

生命規劃

身心舒壓

2026年9月 網上講座及社區資源分享

9/9 (三)

下午2:30-4:00

處變不驚，照顧不倦：
認識認知障礙症的行為和心理症狀

葉紹東先生

新界西醫院聯網 青山醫院 臨床心理科
臨床心理學家

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：結伴同行

劉安俊先生

賽馬會耆智團
助理社會工作主任

9/10 (四)

下午2:30-4:00

可以學習做一個愉悅的照顧者嗎？

林翠華教授

香港中文大學醫學院精神科學系
教授

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：「金影伴行2.0」
照顧者線上心理支援計劃

鄧穎瑜女士

香港中文大學醫學院精神科學系
項目經理

9/11 (五)

下午2:30-4:00

同行到底，規劃晚晴

程康偉醫生

新界西醫院聯網 屯門醫院 內科及老人科
顧問醫生

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：預設照顧計劃

馮穎心女士

聖公會聖匠堂安寧服務-
賽馬會安寧頤「安寧在家」居家照顧支援服務
項目經理

9/15 (二)

下午2:30-4:00

在家離世

廖進芳女士

香港老年學會
專業顧問

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：賽馬會「a家」服務介紹及
「從照顧到共照：樂齡科技在照顧者支援中的應用」

譚灝彥先生

賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃服務 賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃服務
項目主任 二級職業治療師

9/18 (五)

下午2:30-4:00

生命規劃及生前整理的心靈解碼

伍桂麟博士

一切從簡
社企創辦人

沈佩芳女士

一切從簡
生死教育經理

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：
護老者的事就是我們的事

郭芊彤姑娘

明愛賽馬會照顧者資源及支援中心
助理社會工作主任

9/22 (二)

下午2:30-4:00

認知障礙症患者常見的吞嚥問題及應對技巧

張嘉汶女士

新界西醫院聯網 屯門醫院 言語治療部
言語治療師

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：從壓力到支援-
認知障礙症照顧者的支援網絡與同行之路

馬麗精女士

博愛醫院賽馬會「智康健」腦退化檢測及社區支援計劃
服務經理

9/28 (一)

下午2:30-4:00

安享晚年 始於當下

陳裕麗教授

香港中文大學醫學院那打素護理學院
教授

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：
照顧支援拍住上，醫社同心添能量

黃嘉濠先生

香港社會服務聯會
主任(長者服務)

9/21 (一)

下午2:30-4:00

認知障礙症照顧者伸展與舒壓運動

管政棋先生

新界西醫院聯網 天水圍醫院 物理治療部
資深物理治療師

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：
種族多元照顧者的需要及支援

劉慧幸女士

香港基督教服務處-賽馬會多元文化護老者支援網絡
計劃主任

9/30 (三)

下午2:30-4:00

認知障礙症照顧者的身心調適與心理韌性訓練

馮慧東教授

香港浸會大學 運動及健康科學系
副教授

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：
以「智友善家居」為照顧者築起安心防線

葉靈進先生

房協長者安居資源中心
一級職業治療師(社區及長者服務)

2026年9月 工作坊

9/16 (三)

下午2:30-4:00

音樂鬆一鬆之音樂治療工作坊

何岸濃女士

音樂流
臨床督導(註冊音樂治療師、腦神經音樂治療師)

9/17 (四)

下午2:30-4:00

迪士尼童樂遊-
反斗「耆英」同樂日

Disney VoluntEARS

迪士尼義工隊

地點
天水圍醫院2樓
病人資源中心

9/23 (三)

下午2:30-4:00

透過植物舒緩情緒工作坊

李金才先生

中小幼結伴同行計劃
園藝治療師及註冊社工

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：腦友相伴 護航無憂

洪仲承先生

腦友俱樂部
主席

凌鄧愛蘭女士

腦友俱樂部
副主席

9/24 (四)

下午2:30-4:00

賽馬會「觸動」舞蹈計劃舞蹈課

梁德望女士

香港演藝學院
賽馬會「觸動」舞蹈計劃
教學藝術家

盤彥樂先生

香港演藝學院
賽馬會「觸動」舞蹈計劃
教學藝術家

下午4:00-4:30

社區心靈「護」航：腦友相伴 護航無憂

洪仲承先生

腦友俱樂部
主席

凌鄧愛蘭女士

腦友俱樂部
副主席

9/29 (二)

下午2:30-4:00

「我愛我」自我關愛工作坊

何銘熙先生

聖公會聖匠堂安寧服務
「活好點」靜觀慈愛社區共建計劃
計劃經理

活動以廣東話進行
名額有限，先到先得
費用全免

參加者必須預先報名，
成功報名後會
收到確認訊息。

報名連結



查詢請致電

天水圍醫院病人資源中心 3513 5310

博愛醫院病人資源中心 2486 8402

屯門醫院病人資源中心 2468 6167