

機構簡介

香港基督教服務處(服務處)成立於1952年，一直以專業高質、關心體諒和誠懇可靠的精神、提供適切的社會服務，扶弱解困，並關注被忽略的弱勢社群，倡導公義，締造希望，謀求建立一個仁愛、公義的社會。

網址：<http://www.hkcs.org>

電郵：info@hkcs.org

電話：2731 6316

傳真：2731 6333

地址：九龍尖沙咀加連威老道33號

服務單位簡介

「僱員發展服務」於1991年成立，是本港首個開辦「僱員支援計劃」(Employee Assistance Program)的領航服務單位，在提供24小時熱線服務、個人諮詢及輔導、工作生活資訊服務、員工發展、培訓、管理諮詢及突發危機事故壓力管理方面均有全面而豐富的經驗，致力與各大組織機構攜手共創企業整全健康。

流金頌計劃簡介

「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」是香港賽馬會慈善信託基金有見於人口老化為社會帶來的種種挑戰而主導推行的一項長者計劃。此計劃由馬會捐款三億八千萬港元，與香港大學社會科學學院及香港中文大學醫學院合作成立，旨在鼓勵社會以正面和積極的態度關愛長者，改善長者服務，及提升他們的生活質素。「流金頌」由四個項目組成，包括：公眾教育、社區計劃、培訓，以及領袖培訓及科研。有關「流金頌」計劃的詳情，可瀏覽網址：<http://www.cadenza.hk>

聯絡及查詢

流金頌社區計劃 - 樂動師友計劃

地址：九龍尖沙咀加連威老道33號7樓

僱員發展服務 /

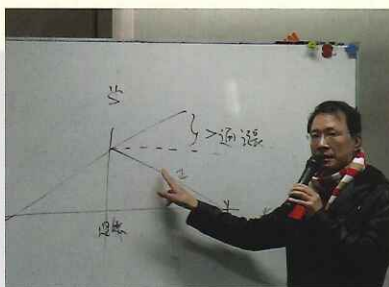
富達盟信顧問有限公司

電話：2731 6366 (鄭先生)

2731 6208 (方小姐)

電郵：info@aims.org.hk

網址：<http://www.aims.org.hk>



快快培養主動型興趣
退休生活充實有生趣



流金頌社區計劃 - 樂動師友計劃



捐助機構
Funded by:



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

計劃背景

退休是生命歷程中一個重大的轉捩點，需要很多準備，成功適應退休是邁向黃金歲月的關鍵第一步。

「主動型興趣」是指透過主動投入參與一些互動、有反饋及有積極意義的活動，從而得到滿足和動力。(例如：看電視是被動型興趣，而參加話劇組是主動型興趣；看運動比賽是被動型興趣，而身體力行做運動才是主動型興趣)

據研究顯示，退休人士發展持續的「主動型興趣」，不但有效協助其適應退休生活及達致身心健康，更有助增強他們的自我價值及生活樂趣，促進退休人士與社會的聯繫。

隨着人口老化，全港現時每年約有六萬名僱員踏入退休年齡，香港基督教服務處僱員發展服務及富達盟信顧問有限公司近年亦積極協助各企業以不同方式協助僱員為退休作好準備，以活出健康及豐盛的退休生活。

早在2009年底，本處已聯同香港大學，在香港賽馬會慈善信託基金和「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」的捐助下，成功推行「退休人士朋輩導師」先導計劃。我們成功地從客戶中招募了合資格的已退休員工，並培訓其成為朋輩導師，其後每位朋輩導師獲配對1至2位快將退休的員工，透過定期的會面及指導，鼓勵和協助參加者在退休前培養主動型興趣。計劃推出後，獲得企業的正面支持及參加者的積極參與。

鑑於計劃具顯著成效，本處繼續與香港大學合作，於2011年2月起推展為期兩年之「流金頌社區計劃--樂動師友計劃」。本計劃為「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」的其中一項社區計劃，由香港賽馬會慈善信託基金捐助。

計劃目標

- (1) 透過朋輩導師培訓計劃，訓練退休人士擔任朋輩導師，協助即將退休人士培養主動型興趣，以促進退休後的生活適應和身心健康
- (2) 協助企業及社福機構建立培訓資源，以「朋輩導師」的模式促進退休人士成為企業及社會的寶貴資產，協助已退休及將退休人士為退休生活做好準備
- (3) 藉公眾教育活動，建立大眾積極培養主動型興趣的意識及文化，從而協助退休人士活出健康及積極的生活



計劃內容

- (1) 樂動師友培訓計劃
(對象：已退休及將退休人士)
- (2) 專業培訓
(對象：人力資源管理人員及社會服務從業員)
- (3) 公眾教育活動

費用

- 全免

樂動師友培訓計劃 招募對象

- 朋輩導師
已退休半年以上，適應良好
熱衷並持續參與主動型興趣
- 快將或剛退休人士
年齡在50歲或以上
退休前半年到退休後三個月
退休後將繼續在香港居住
有意培養主動型興趣