

# 澳門特別行政區2016至2025年 長者服務十年行動計劃



資訊報

第七期  
(2021年8月)

## 前言

為了讓市民了解行動計劃的各項工作，策導小組透過每半年出版一次的《長者服務十年行動計劃資訊報》，向社會大眾介紹各項措施的最新執行情況，同時藉此提升社會大眾對人口老齡化的關注，結合個人、家庭、社區、政府和社會整體等多方力量，構建「老有所養、老有所屬、老有所為」的共融社會。

## 養老保障機制跨部門策導小組全體會議

養老保障機制跨部門策導小組（下稱「策導小組」<sup>註</sup>）本年度第一次全體會議於2021年5月14日在社會工作局轄下新寶會議室舉行，由策導小組代組長、社會工作局韓衛局長主持會議。會上匯報了長者服務十年行動計劃中期評估的工作成果，以及討論行動計劃長期階段的規劃情況。



註：策導小組由13個政府部門代表組成：  
社會文化司司長辦公室、社會工作局、統計暨普查局、勞工事務局、衛生局、教育及青年發展局、文化局、體育局、社會保障基金、澳門理工學院長者書院、土地工務運輸局、房屋局及交通事務局。





## 2016至2025年長者服務十年行動計劃中期評估分享會

策導小組於2021年2月26日在澳門科學館會議廳舉行「2016至2025年長者服務十年行動計劃中期評估分享會」，向相關持份者詳細介紹行動計劃短、中期的工作成果；會上，策導小組就過去5年行動計劃的工作成果進行分享。在特區政府的積極努力、民間機構以及社會各界的共同協作下，行動計劃共345項的短、中期措施已於2020年按時完成，並取得階段性的成果。

期間，與會者亦就長者服務十年行動計劃的工作成果和長期階段的規劃提出許多寶貴意見及建議，策導小組亦逐一作出了詳細回應。是次分享會的出席者包括公共部門、長者事務委員會、民間社團、社會服務機構人員，以及長者和護老者等，合共140多人出席。

同時，策導小組亦製作了長者服務十年行動計劃工作成果的宣傳短片，有關宣傳短片已上載至社會工作局網頁[www.ias.gov.mo](http://www.ias.gov.mo)及澳門特區長者服務資訊網[www.ageing.ias.gov.mo](http://www.ageing.ias.gov.mo)，供市民瀏覽。





## 工作成果

### 出版《今生瀚墨昨生緣——凌稜訪談錄》

為促進文化知識的傳承和代際間的相互了解，文化局轄下澳門檔案館編輯出版《今生瀚墨昨生緣——凌稜訪談錄》。凌稜，本名李豔芳。她生長於澳門，曾任教師、記者、編輯等，一生熱愛寫作，至今已逾半世紀。透過出版口述回憶錄，分享其難得人生經歷，亦折射本澳多個領域的跨時代發展軌跡。



### 向長者推廣大眾體育活動

為推動及鼓勵本澳長者恆常參與體育活動，體育局為包括長者在內的市民舉辦多元化的大眾體育活動，包括每兩個月為一期的大眾體育健身興趣班。其中，老年保健操及八段錦班專為長者而設，每期合共提供近40個班別、逾900個名額；此外，每逢週日早上，體育局在本澳不同地點舉行體育健康諮詢站，通過體質測試、教導和示範適合長者的健身運動，幫助長者認識自己的身體狀況，並建立正確運動觀念；以及每月一次的大眾康體日，均吸引了不少長者參與。透過上述活動，推動長者培養持續運動的健康習慣，增強體質。





## 「幸福樂齡」長者理財講座

為了提升長者的理財能力以及加強長者對退休生活規劃的認識及關注，社會保障基金於2020年12月在三間長者服務設施舉辦「幸福樂齡」長者理財講座，向長者介紹退休陷阱、防騙方法、疫情下的理財小貼士，以及雙層式社會保障制度資訊。



## 參觀「豫遊之道」主題展覽

澳門理工學院長者書院在2020年11月5日及10日組織學員參觀由文化局澳門藝術博物館舉辦的「豫遊之道」展覽。展覽由導賞員講解，引領學員漫遊其中，觀賞不同的創作媒材、多元的藝術風格和獨特的角度感受跨越不同世紀的澳門風貌。透過參觀所展示的藏品，參與的學員表示欣喜能透過不同的作品追溯昔日的澳門風貌，讓消失了的風景與今日的風景遙相呼應。





## 「承傳·傳承」分享會

為了讓澳門青年瞭解不同界別前輩的生活和工作經驗，提高對傳統食店經營的認識，並為其日後的生涯規劃提供參考，教育及青年發展局邀請了黃枝記第二代傳人黃天先生分享其個人生涯發展，藉以提醒青年人關注及做好生涯規劃。

活動讓澳門兩代人聚首一堂，從分享嘉賓身上看到前輩們做事的熱誠、堅持與毅力，與會的青年人都表示獲益良多，對日後的職涯發展有啟發作用。





## 澳門理工學院長者書院義工隊往欣頤居護養院探訪長者

為發揚助人精神、推廣敬老文化，共同構建共融社會，澳門理工學院長者書院持續優化長者義工隊，鼓勵長者學員參與義務工作。在2020年11月24日，書院組織了義工學員前往欣頤居護養院進行了探訪活動。

探訪活動中，長者書院義工隊為院友們準備了多項精彩表演，獲得院友們熱烈的掌聲。義工學員們表示感恩特區政府對長者教育的重視和投入，讓他們能把所學到的知識及技能，分享及展現給更多人。





## 推出電子頤老卡

為配合特區政府電子政務的發展和實行簡政便利原則，社會工作局於2021年4月22日推出新式樣的頤老卡，並增設電子頤老卡。不論長者持有實體頤老卡還是電子頤老卡，同樣可享受由商號提供的費用減免、贈品等優惠，以及便利措施。持有實體頤老卡的持有人，可通過手機登入「澳門特區社會工作局IAS」微信公眾號，透過電子頤老卡系統自行提取電子頤老卡，並截圖保存於手機，以便需要時使用。



澳門特別行政區政府  
社會工作局  
GOVERNO DA RAEM  
INSTITUTO DE ACÇÃO SOCIAL

Português

電子頤老卡系統 [簡介](#)

必填 \*

身份證號碼 \*

身份證號碼

例：12345678 無需填寫/或()

出生日期 \*

1956 1

1

澳門特別行政區政府  
社會工作局  
GOVERNO DA RAEM  
INSTITUTO DE ACÇÃO SOCIAL

繁體中文

Sistema do Cartão Electrónico de Benefícios Especiais para Idosos [Breve apresentação](#)

Preenchimento obrigatório \*

Número do BIR \*

Número do BIR

Por exemplo: 12345678, não é necessário preencher / ou ( )





## 環松山步行系統設計連建造工程

整個環松山步行系統工程由行人隧道、天橋及升降機等設施組成。其中，行人隧道出入口一端位於羅理基博士大馬路現有油站對面，另一端位於現時二龍喉公園環境資訊中心位置。行人隧道內設有自動步行系統及垂直升降機，後者可通往松山上的地厘古工程師馬路／松山馬路；隧道於羅理基博士大馬路端出口，將同時興建兩組行人天橋跨越羅理基博士大馬路，一組接駁至馬六甲街，另一組連接至回力與皇家金堡酒店之間的行人路上。整個步行系統均設有無障礙通行設施，工程並一併優化羅理基博士大馬路至水塘馬路一帶行人過路環境，有關工程正在進行。



澳門特區長者服務資訊網：[www.ageing.ias.gov.mo](http://www.ageing.ias.gov.mo)

澳門特區長者服務資訊站手機應用程式：



編者：養老保障機制跨部門策導小組  
出版：澳門特別行政區政府社會工作局  
出版日期：2021年8月  
書刊編號：IAS/C-PUB-17/DI-08.2021-1,000exs