



敬老愛耳千歲宴逾三百人參與

2024年10月31日 星期四

敬老愛耳千歲宴逾三百人參與

為慶祝全國十月敬老月，健康協會昨日上午十一時假萬豪軒酒家舉行“第九屆敬老愛耳千歲宴”，筵開廿六席，超過三百四十人參與，場面熱鬧。

理事長江慧心表示，為配合特區政府“健康澳門藍圖”，宣揚積極管理健康、預防長期病的出現，鼓勵長者保持恆常運動、優質社交。協會持續舉辦講座，提升對新事物新科技認識，有利與年輕一輩溝通。此外，孤獨感與身體健康有着高度關連，包括聽力衰退、長期得不到聆聽與社交機會，都是患上失智症重要因素。期望提醒社會，不要忽略長者與他人互動的重要性。建議創建更多可讓長者安全參與的義工場合，保持其活躍度。隨着長者公寓入伙，社會對優質養老服務關注提升。

分享樂活秘訣

今年邀請到電視劇《愛回家》一角“群姐”許思敏接受健康協會會長歐家輝訪問。她說，與年輕人及觀眾密切聯繫，例如透過社交媒體，就是其保持樂觀心態的秘訣；當工作上遇到困難，聽聽兒子或孫子們的說話，是找回活力的方法。

會上，退休人士協會理事長馬慈國、會長方永強，上台分享樂活養生秘訣，精彩生動。另外，澳門中華總商會永遠榮譽會長許世元孫兒許樂奇代表致詞，以表其對健康協會敬老活動的支持。

長者表示，活動是每年都期待的節目，感謝主辦方為其製造歡樂回憶，也藉此認識新朋友。

活動得到晨運之友聯誼會、街總南區辦事處、醫療人員協會、特殊奧運會、工聯長者合唱團、明愛頌暉長者中心、婦聯婦女醫療中心等組隊參與支持，亦得到文化美術界前輩支持。活動由唯聽澳門贊助部分經費。

資料來源：澳門日報