

參觀人數

- 團體 —— 每次最多50人
個別人士 —— 請致電本中心查詢
* 參觀前敬請致電本中心預約

參觀時間

- 星期一至星期六
上午9:00 至 下午12:30；下午1:30 至 6:00
星期日及公眾假期休息
(如參觀時間需要有特別安排，歡迎致電本中心與職員商討)

參觀費用

全免

預約參觀

1. 親臨或致電本中心 (電話：2839 2882)登記
2. 電郵或傳真申請參觀表格至本中心 (可於本中心網站下載)
3. 網上填妥參觀表格

查詢

房協長者安居資源中心
地址：九龍油麻地眾坊街3號駿發花園2期
地下A-C舖 (百老匯電影中心對面)
電話：2839 2882
傳真：2385 2136
電郵：erc@hkhs.com
網頁：www.hkhselderly.com/erc



Bronze Award
銅獎

HONG KONG
ICT AWARDS
2015 香港資訊及
通訊科技獎



HONG KONG
HOUSING SOCIETY
香港房屋協會



Elderly Resources Centre
房協長者安居資源中心



健康之旅

身體功能測試



健康之旅

身體功能測試

隨著年紀漸長，長者面對身體功能如視力、記憶力及平衡力等會日漸退化，加上生活角色及習慣的轉變，長者應如何面對？又如何實踐居家安老？

目的

- 讓長者了解身體功能的轉變，以正確態度面對老化過程
- 讓長者學會調整生活習慣以適應退休後的轉變



內容

- 身體功能如聽覺、視力及平衡力等測試
- 量度健康指標如身體脂肪比率、血氧含量、血壓等
- 參與教育與趣味並重的體驗遊戲
- 講解長者角色及生活習慣的轉變
- 觀賞教育短片



特色

- 互動式電腦測試
- 即時測試報告
- 模擬生活體驗遊戲
- 專人帶領參觀中心設施

對象

60歲或以上長者

