

『賽馬會全城起動防衰老計劃』啟動禮暨攤位體驗

## 傳媒報導

日期: 2017年11月11日

報章: AM730

標題: 「賽馬會全城起動防衰老計劃」預計9千市民免費受惠



賽馬會流金匯聯同香港復康會及聖雅各福群會，今天在荃灣愉景新城 D·PARK 舉行「賽馬會全城起動防衰老計劃」啟動典禮，為期三年的計劃正式開始，主要為推動 50 歲或以上人士及早預防和延緩衰退問題、改善他們的心理健康及生活質素，並宣揚「防衰老、齊起動，做自己健康的主人」的正面訊息！

衰老評估篩查將為本港 9000 名 50 歲或以上人士進行衰老評估，評估內容包括問卷調查、上肢及下肢肌力測試。大會將按照每名參加者的測試結果進行分析，並安排不同的跟進服務，例如：贈送防衰老錦囊、參與防衰老工作坊及 24 節全方位防衰老訓練課程等。

香港賽馬會慈善信託基金更捐助香港中文大學為逾百名參加全方位防衰老訓練課程的人士進行「課程前評估」及「課程後評估」，評估內容包括：健康、認知能力、體格和體能評估，對照參加者於訓練課程前後的表現，進一步為參加者進行評估和分析計劃的成效。此外，香港中文大學也會為參加者進行定期評估或聚焦小組，從多角度檢討計劃成效。

