

社會房屋

推動長者運動

透過營養小組活動把新鮮蔬菜及健康飲食資訊分享給有需要的居民。

面向街道的位置掛上手機攝影比賽作品，也有社區合作夥伴的宣傳海報，傳遞社區資訊。



地區康健中心流動車為居民介紹服務，做基本檢查，也轉介他們到中心接受服務。



房屋也是推動基層醫療及健康服務的重要窗戶，聖雅各福群會於社聯組合社會房屋項目「昌新一號」推行「雅匯」計劃，為住戶提供支援。聖雅各福群會家庭及輔導服務高級主任余朗廷表示：「我們重視居民的身體、心理及社交健康。我們認為建立健康社區有四個元素：有持續的身心社健康教育，提高居民的健康生活意識；提供足夠休憩及運動空間，協助培養運動習慣；提供衛生的環境及生活空間；設有便利的醫療設施，提供及時和適切的醫療服務。」

余朗廷指出，雅匯在不同角落融入健康生活元素，例如在空地劃出羽毛球場及滑板區，增加居民運動的動力，也在公共空間放置椅子，作為社交聚腳點，提供社交及休息的地方。居民組成的種植小組在雅匯種植他們喜歡的植物，放鬆身心。此外，雅匯邀請營養師舉辦健康飲食活動，分享營養知識及健康資訊，並

由居民自製健康食物，例如：蕃茄燜飯、涼拌青瓜等，與其他居民分享，對社交及社區營造也有益處。十多名婦女義務擔任營養小組領袖，學習營養及健康相關知識，透過營養小組活動把新鮮蔬菜及健康飲食資訊分享給有需要的居民。藝術工作坊幫助居民舒緩壓力，社會房屋四周掛上居民的作品，增加歸屬感。義務教練組織跑步隊、拉筋放鬆班、行山隊等，提供多元化的運動選擇，增加居民參與。

聖雅各福群會在推行「雅匯」計劃時，著重透過跨界別、跨專業協作，介入推動居民健康。雅匯與香港中文大學醫學院那打素護理學院合作，為居民提供健康檢查及追蹤研究，健康及疾病風險管理，提供健康建議及醫療資訊。透過邀請社區上的營養師及健身教練，居民得到個案管理、營養飲食介紹及餐單、運動方案等，提升健康生活意識，改善健康狀況。經過比

對前後不同時期的身體檢查數據及問卷，研究結果顯示一系列的介入有顯著成果，居民的身體營養狀況得到提升，心血管代謝風險降低，同時居民對身體健康的自我感覺有改善，社交關係也有正面變化。

談及社會房屋的優勢，余朗廷認為「雅匯」由機構直接營運，同事較熟悉居民及環境，有助於招募對象及推展服務。亦可充當「社區連結員」(Link worker)，連繫該區不同社區資源，例如政府部門、社福機構、地區康健中心、教會、區內醫護、營養師、健身教練等，把資源和服務引入到社會房屋，帶給居民。社區各持份者建立健康網絡平台，共同推動健康，體現跨專業合作，因應居民的需要，提供多元化的服務給他們。

雅匯不同位置也設置公告板，讓居民更容易得知最新活動及社區資訊。



居民組成的種植小組在雅匯種植他們喜歡的植物，放鬆身心。