



**HONG KONG
HOUSING SOCIETY**
香港房屋協會

新聞稿

香港房屋協會

「樂健人生」講座 2011

創造快樂健康的退休生活

[2011 年 10 月 27 日，香港] 如何擁有及享受一個快樂健康的人生？香港房屋協會（房協）特別為已登記對優質退休生活有興趣的人士，舉辦「樂健人生」講座 2011，今天（10 月 27 日）假港島海逸君綽酒店舉行，吸引近 300 名退休人士參與，活動座無虛席。

房協請來多位著名講者分享他們對優質退休生活的見解及最新資訊，嘉賓講者包括精神科專科醫生陳嘉璐醫生、資深財經編輯及理財顧問羅國森、老年痴呆症協會義務秘書及前任會長戴樂群醫生、執業律師葉美施、香港房屋協會總經理（長者服務）張滿華博士及前安老事務委員會主席梁智鴻醫生。

房協發展優質退休房屋

房協主席楊家聲發表歡迎辭時，回顧房協一直為市民提供不同類型的房屋服務及計劃，以滿足市民不同的需要。房協更早於七十年代開始發展及管理長者房屋，是香港的先驅，至今累積了 40 多年的經驗，充份了解長者不同的需要，並強調房協會繼續致力為他們提供合適的生活環境和服務。

主席楊家聲更提及香港人口高齡化情況越趨嚴重，經濟能力較優越人士因了解到未雨綢繆的重要性，對配套設施完善、提供全方位貼心照顧的優質退休房屋有所渴求，但香港目前正缺乏此類房屋予他們選擇。有見及此，房協參考外國多個優質退休房屋項目後，致力發展優質退休房屋，為退休人士提供完善的配套設施及寫意生活空間，以滿足市場上未被滿足的需求。

快樂「八識」

講座以「樂健人生」為題，房協邀請了精神科專科醫生陳嘉璐太平紳士以其專業角度講解一般長者面對的心理問題，更向大家教授創造快樂人生的「八識」秘訣，包括「識靚」、「識笑」、「識食」、「識講」、「識聽」、「識感覺」、「識諗」及「識做」。陳醫生更鼓勵來賓要有積極、正面的態度面對人生，才能活得快樂。



運「財」惟幄 • 理財投資新角度

房協有見不少長者擔憂退休後收入及生活水平下降，特意邀請資深財經編輯及理財顧問羅國森與來賓分享如何管理及增值財富。羅先生更就經濟周期作出深入淺出的介紹，讓來賓掌握最新經濟狀況。同時，羅先生亦分享了一些退休理財錦囊及多個抗通脹投資工具，讓退休人士把握投資良機，為財富增值。

長者三寶計劃現在 掌握未來

所謂長者三寶即持久授權書、預設醫療指示及遺囑。房協特別邀請了老年痴呆症協會義務秘書及前任會長戴樂群醫生、執業律師葉美施及香港房屋協會總經理（長者服務）張滿華博士進行專題研討，探討「長者三寶」的重要性，藉此提高與會人士對三寶的認知，鼓勵退休人士及早計劃將來，預早考慮在精神上無行為能力時的特定安排及授權，於病情末期時理想的醫療指示，從而為日後生活作出保障，減少家庭糾紛，擁有更優悠自在的人生。

積極享受退休生活

前安老事務委員會主席梁智鴻醫生以「尚積極 樂退休」為題，向在場嘉賓分享如何積極地享受退休生活。梁醫生以其個人的寶貴經驗，講述如何利用退休後的空閒時間繼續貢獻社會，或於自己擅長的領域上繼續發展，實現自己的抱負，使退休生活過得更豐盛、更快樂。

房協行政總裁兼執行總幹事黃傑龍，首次向這群關心優質退休生活人士，簡介房協正策劃的兩個優質退休房屋項目，包括丹拿山及濕地公園路項目。此兩個項目為退休人士提供一站式專業護理配套及服務，讓退休人士多一個貼心的選擇，預計分別於 2014 年底及 2016 年底落成。

而房協副主席鄔滿海在結語時表示房協希望透過是次講座能拋磚引玉，讓來賓知道有甚麼工具可幫助他們盡早安排未來生活，能達致並享受「樂健人生」。

~ 完 ~

傳媒如有查詢，請與香港房屋協會陳燕芬(電話：2839 7335) 或智悅公關李凱琳 (電話：2560-8202) 聯絡。

圖片說明:



「樂健人生」講座 2011 反應熱烈，吸引近 300 名退休人士參與，座無虛席。



前安老事務委員會主席梁智鴻醫生擔任「樂健人生」講座 2011 演講嘉賓後與房協主席楊家聲(左)合照。



多位不同界別的講者與來賓分享達至快樂健康人生的心得，並與房協主席楊家聲(右七)及管理層合照。



房協邀請了老年痴呆症協會義務秘書及前任會長戴樂群醫生(左二)、執業律師葉美施(右二)及香港房屋協會總經理(長者服務)張滿華博士(右一)進行專題研討，探討「長者三寶」的重要性，鼓勵退休人士及早計劃將來。