蒙福关爱打造新颖内容与空间

淡滨尼乐龄中心主打调酒电玩新主题

蒙福关爱在淡滨尼设立三个Goodlife Studio活跃乐龄中心，通过新颖的活动内容和空间设计，让年长居民找到生活目标，同时促进社交。其中的亲家庭主题空间除了提供弹棋、桌游等传统游戏，还设电玩机，让年长者携儿孙同乐，增进跨代交流。

胡洁梅　报道
ohkm@sph.com.sg

这里有吧台，可供调制鸡尾酒，还有飞镖等游戏设施。这般格局犹如酒吧，但它不是，而是一个设在组屋底层的活跃乐龄中心。

乐龄中心在本地社会扮演越来越重要的角色，为了鼓励更多年长者过活跃生活，社会服务机构推陈出新，要以新鲜点子吸引更多年长者迈出家门。

社会服务机构蒙福关爱今年在淡滨尼设立的三个活跃乐龄中心Goodlife Studio，就致力于通过新颖的活动内容和空间设计，吸引更多年长居民。

蒙福关爱在马林百列、勿洛、义顺等区设有活跃乐龄中心，加上淡滨尼新设的三个，共有11个。它明年将在加东开设乐龄中心。

社会及家庭发展部长马善高以及同为淡滨尼集选区议员的陈以君博士，星期六（11月22日）为淡滨尼区的三个Goodlife Studio主持推介。

“面食坊”手作各种美食 射飞镖男性更热衷

上述设有调酒吧台的乐龄中心在淡滨尼第235座组屋，那里还有锻炼反应力的游戏设施和健身器材等，符合现代乐龄的需求。

位于淡滨尼第142座组屋底层的中心主打亲家庭主题。除了有弹棋、桌游等传统游戏，还设电玩机，让年长者可携儿孙同乐，增进跨代交流。

位于淡滨尼第251座组屋的中心则以“面食坊”为主题，让年长者动手制作各种面类美食，互相学习切磋。

这些乐龄活动中心也与区内的医疗机构合作，把体检、健康讲座等服务带到中心。

淡滨尼年长居民 三成已成会员

蒙福关爱集团总监黄民辉受访时说，淡滨尼是本地人口最多的社区之一，而约六分之一居民在65岁以上。这三个中心希望能触达超过6000名年长居民，今年4月投入运作以来，已吸引约30%成为会员。

“我们希望改变人们对乐龄中心的刻板印象。一些年长者可能觉得乐龄中心活动沉闷，有的以为无亲无故的年长者才需要到乐龄中心。我们要把乐龄中心打造成富有活力的地方，让年长者知道他们可在这里找到生活目标，以及社交。”

他说，为此，集团推出更多元化的活动，让年长者有更多选择。例如调酒，年长群体一般不会接触，所以会觉得新鲜有趣。其他活动如射飞镖等，更能吸引男性。

淡滨尼居民洪昭瑜（65岁）每周三天会到第142座组屋的乐龄中心，其中一天是陪母亲打气功。他说：“这里有不同的节目，我会到这里玩弹棋、Bingo等游戏，从中也认识朋友。这里就如乐龄俱乐部，而且还是免费的。有这样的设施很好。”

陈丽英（72岁）退休后闲不下来，继续积极参与合适的活动，希望保持活跃。她每个月两次会到乐龄中心，为街坊调制饮料。她也会同中心的伙伴到中心准备糕点和糖水，自发组织活动。

她说：“看到大家喜欢我们准备的食物，觉得自己还能够回馈社会，很有满足感。我要鼓励有能力的朋友，多出来活动，大家一起玩，日子也比较开心。”



位于淡滨尼第142座组屋底层的乐龄中心Goodlife Studio主打亲家庭活动，让年长居民与年轻一辈拉近关系。洪昭瑜（橙衣）常到中心活动，在儿子洪毅铭（红衣）的引导下，尝试电玩游戏。（林明顺摄）



陈丽英（左）和郑明凤在活跃乐龄中心Goodlife Studio学习调制无酒精饮料，以行动和积极态度证明，年龄未必是局限。（林明顺摄）