

賽馬會樂頤年痛症舒緩社區計劃

音樂治療知多 D



音樂不只是一種作為娛樂及抒發情感的工具，亦可以是一種獨特的治療工具。在現代的音樂治療研究中，已經進一步證實音樂可以直接或間接地影響人的身體、情緒及心靈。音樂治療 (Music therapy) 是利用樂音、節奏對生理疾病或心理疾病的患者進行治療的一種方法。主要是針對在身、心方面「有需要」進行治療的個案，針對其「需要治療」的部分，進行「有計畫」，「有目的」的療程。因為音樂，可以透過聽覺，刺激大腦的運作。音樂治療不但可以改善長者的情緒，還可以改善長者的身體機能。

不懂音樂的老友記是否就不能參加音樂治療呢？答案當然不是。因為音樂治療的目標是治療性而非教育性，而且年月活動是由治療師經過評估後按照參加者需要和能力而特別編制，所以任何長者都可以參加！

(資料來源：<http://www.thevoice.org.hk/v0355/022.htm>)



活動推介



活動	日期及時間	地點	對象	名額	費用	內容	負責職員
物理治療服務	7月7、14、21及28日 (逢星期四) 上午 9:00-12:00	延展中心	60歲或以上患有持續3個月或以上痛症之長者	20名	每次 40元	- 由註冊物理治療師提供服務 * 需備有註冊西醫轉介信	單姑娘
緩痛講座： 職業治療運動	7月19日 (星期二) 下午3:00-4:00	中心活動室	中心會員	50名	免費	- 由職業治療師教授長者一些對抗痛症的運動及如何預防痛症	單姑娘
緩痛工作坊： 音樂治療工作坊	7月18、25日及 8月8日 (逢星期一) 下午3:00-4:00	中心活動室	中心會員	30名	免費	- 由註冊音樂治療師帶領參加者一起享受音樂，舒緩情緒	單姑娘

捐助機構:



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

計劃主任：單瀟姑娘、魏漢輝先生