

# 「智友·快樂椅子舞」

全新結合不同**認知障礙症訓練元素**音樂運動小組  
達到寓運動於娛樂的正面效果！





## 活動理念

尊賢會相信「快樂」、「運動」和「社交」是提升身心健康與生活質素的關鍵，設計了「快樂椅子舞」讓長者透過音樂和舞蹈活力身心。

這個音樂運動小組尤其適合認知障礙症人士，借助樂齡科技，跳舞時讓腦部保持活躍，為患者提供開心及有效的認知訓練活動，延緩腦退化。



## 「快樂椅子舞」：輕鬆安全，簡單易學

節奏  
音樂



運動  
鍛煉



體能  
運動



鍛煉  
大腦



空間  
認知



參加者透過分析歌曲的節奏和拍子，並將節奏反射到運動中，提升運動效果，刺激腦部的頂葉，改善對視覺空間的認知。



日本三重大學研究發現長者邊聽音樂邊做運動，可預防腦部退化，有助自覺記憶力顯著提升！

## 「智友·快樂椅子舞」特色

「智友·快樂椅子舞」為全新結合不同**認知障礙症**訓練元素**音樂運動小組**，達到寓運動於娛樂的正面效果，特色如下：

1. 運用藍牙耳機科技享受聽音樂，聞歌起舞，活動四肢
2. 透過懷舊歌曲手舞足蹈，達至適量的椅上運動
3. 加入互動的認知訓練遊戲，保持腦部活躍

### 認知訓練

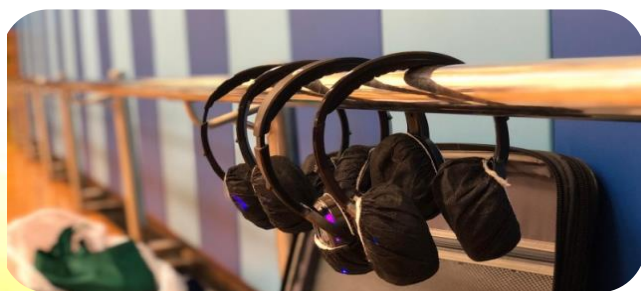


- 導師隨著音樂帶領舞蹈動作，歡樂為主。
  - 配合舞蹈道具增添互動元素，帶來不同的感官刺激。
  - 使用與歌曲主題相關的圖片及物品，鼓勵小組成員互相分享。
- ✓ 感官刺激、懷緬治療、現實導向、認知訓練、社交接觸等

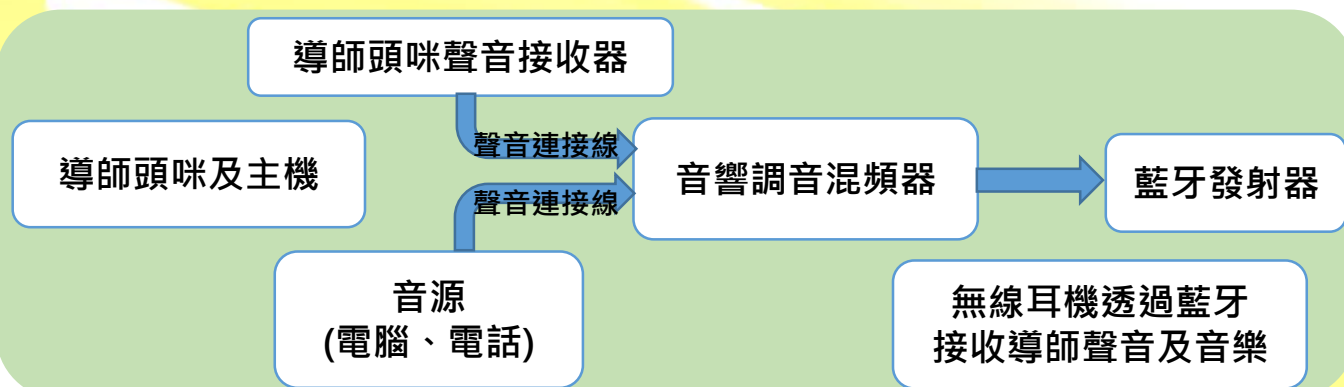
### 樂齡科技



- 獨立無線耳機能清晰接收導師指示和享受音樂，阻隔環境影響。
- 按個人聽力狀況調節音量，打破聽力障礙。



### 藍牙音響系統運作圖示：





## 「智友·快樂椅子舞」服務收費

服務對象：初至中期認知障礙症人士

活動人數：6 - 9名

導師：2名

(\*機構需安排最少1位職員監場及支援，並按個別小組調整)

**每節費用：HK\$1,500**

✓ 建議 10節「智友·快樂椅子舞」小組活動

✓ 建議每星期進行一節，每節60分鐘

✓ 包括椅子舞、熱身及緩和、認知訓練、小組交流時間

✓ 長者需提前15分鐘準備時間

整套藍牙音響系統及15個無線藍牙耳機 \*註1(\*額外收費)

1年器材保養 \*註2(\*額外收費)

職業治療師評估及訓練 - 根據需要而安排形式和節數 (\*額外收費)

註1：「藍牙音響系統」包括以下項目

1. 導師頭咪及主機連火牛 (1部)
2. 導師頭咪聲音接收器連火牛 (1部)
3. 聲音連接線(2條)
4. 音響調音混頻器連火牛 (1部)
5. 藍牙發射器連火牛 (1部)
6. 無線藍牙耳機能同時接收多個音源及獨立調節音量

註2：器材保養

1. 此產品於到貨簽收日起1年內可享有免費修理服務，保養只包括藍牙音響系統及無線藍牙耳機。
2. 外觀弄花或損壞而需更換，並不包括在保用範圍之內。
3. 在下列情況下，保用證書將自動失效。(a)產品曾經由非尊賢會授權之人員修理或改裝。(b)由於放置不當、錯誤或疏忽使用、或因天災而引致產品故障或損壞。(c)保用證書曾經被塗改或損壞。
4. 保用證書由顧客保存，如有遺失，恕不補發。產品交來修理時，必須同時出示有效保用證書及正式購買收據。

「智友·快樂椅子舞」- 簡單易學的認知訓練令老友記感到滿足和快樂 ☺



如有興趣，歡迎聯絡我們免費體驗！(23701622 Dicky Ip)