# 如何為長者安排有意義活動？

2020年7月13日

每個人都有一些對他們來説”有意義” 的活動。其實就算認知障礙症的患者都有屬於自己的“有意義”活動，但患者隨著年紀大及認知能力退化而大大減少進行那些活動的次數。其實可能很多家人也想為患者安排節目，卻不知安排什麼。有時候家人會從常見的興趣入手，例如畫畫，書法，音樂等方向走，有些長者可能喜歡，有些不喜歡。其實家人安排活動前可以先仔細回顧長者的人生。回想一下他們患病前喜歡做什麼，他們的日常習慣是什麼。如果他們以前有運動，但怕走失，可以考慮一些簡單容易，在家能完成的運動。如果長者有賭馬習慣，但怕他沒有能力善用金錢，可以考慮現在流行的模擬賭博遊戲。