

2024 項目簡介

魚伴共生：相互關懷長者項目

透過我們創新的小型魚菜共生系統，為長者提供同伴寵物，讓他們減少孤獨感，提升精神健康，同時推廣綠色生活方式。此外，計劃讓自閉症譜系障礙（ASD）青年參與定期系統維護，在樂齡導師的指導下，賦予他們寶貴的技能 and 就業機會。

這是一個互惠互利的計劃，既能為長者提升精神健康，又能為ASD青年提供有意義的職業發展機會，實現跨代溝通及社會融合。


愛 · 傳遞 明白愛 懂得愛 傳遞愛


Ai2Farm





社會痛點： 長者精神健康隱患

統計顯示，大約90%的香港長者經常感到孤獨
其中10%由於年齡問題而出現抑鬱和焦慮症狀

孤獨與情感空虛

- 失去配偶
- 生活轉變
- 家庭關係緊張
- 經濟壓力
- 社交互動減少

社交互動減少

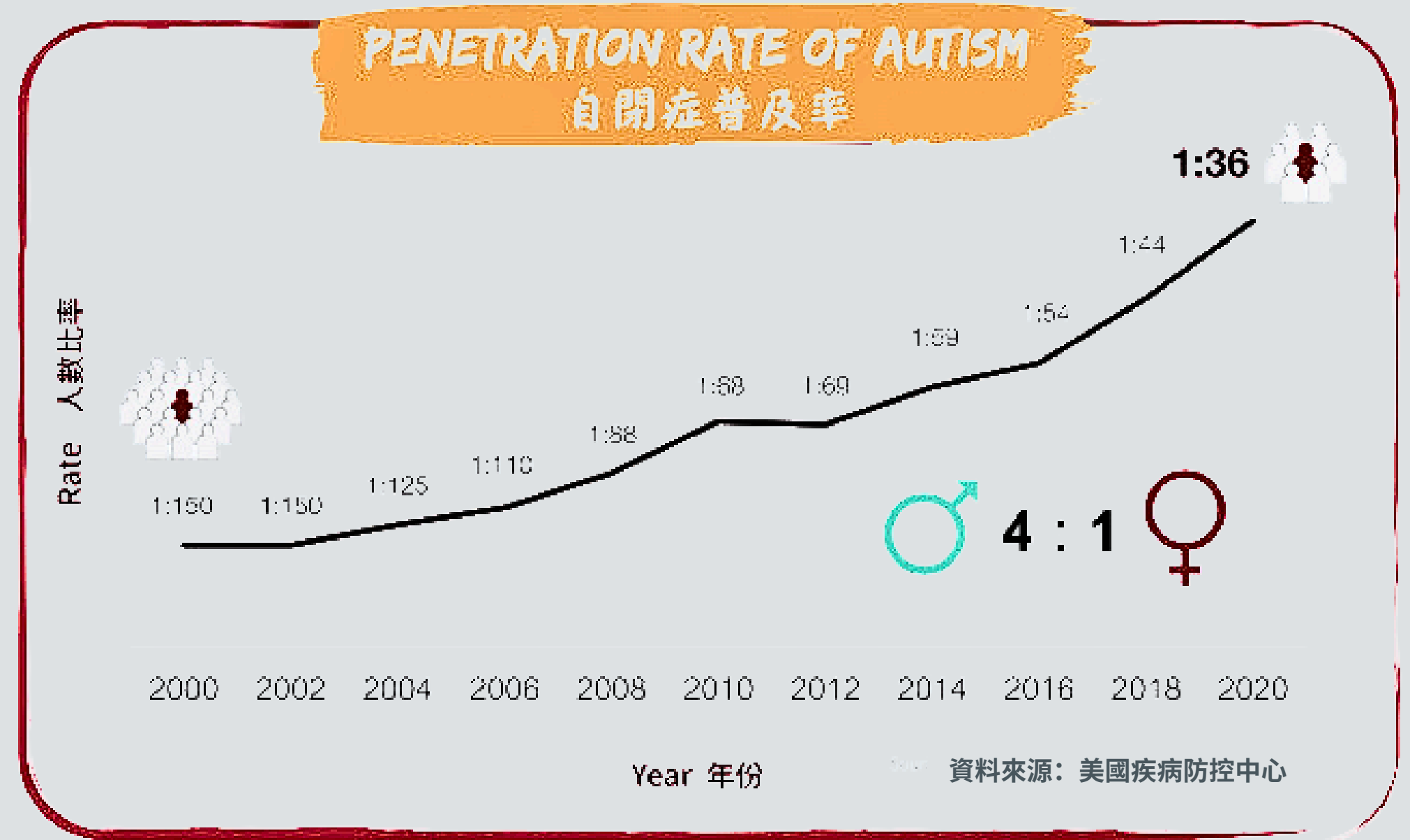
- 社交圈逐漸縮小
- 行動不便限制社交活動
- 重建關係困難

健康問題

- 慢性健康問題
- 癡呆症
- 骨關節炎

社會痛點： 自閉症譜系障礙青年就業挑戰

- 全球自閉症人口在不斷上升
- 社會認知度不足，ASD青年常被排除在主流就業市場之外
- 缺乏適當培訓和支持
- 阻礙其社會融合和職業發展
- 影響自我價值和社會認同
- 形成家庭承擔終身性壓力
- ASD青年獨特才能及其價值被忽略





[魚伴共生]項目目標



關愛長者

通過提供情感支持和社交互動，魚菜共生項目旨在改善香港長者的精神健康，減少孤獨感，提升他們的整體生活質量。



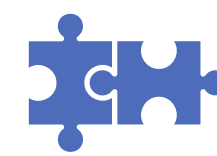
促進環保

永續魚菜共生系統，同時採用可回收材料和高效的資源管理，體現環境保護，並為長者參與者營造積極、環保的生活方式。



精神健康

賦予長者實現身心健康的能力，鼓勵積極參與交流，培養積極而有意義的生活方式。



融合/包容

提倡跨代溝通，幫助長者融入社交活動，並為自閉症譜系障礙(ASD)青年提供有意義的就業機會，增強自我價值感。

緩解社會痛點方案

[魚伴共生] 養殖計劃

1. 魚菜共生系統與寵物同伴提升日常愉悅感

透過迷你魚菜共生系統及小型寵物，為長者日常生活增添樂趣和陪伴感。

2. 栽培樂齡人士(young old)成為義工領袖

提供義工培訓和領袖機會，讓樂齡人士參與社區服務，發揮潛能並促進代際融合。

3. 為自閉症青年提供就業與技能培訓

設計適合的培訓計劃，協助自閉症青年掌握技能並進入可持續的就業崗位。

4. 跨界別合作實現多元平等的社會融合

聯繫學校、企業及機構，共同參與跨代活動，促進包容與多元文化交流。

5. 推動環保教育與可持續生活方式

開展環保工作坊和社區園圃，將可持續理念融入日常生活。

6. 結合科技促進長者數碼化參與

利用智能園藝工具和線上平台，鼓勵長者學習新科技並展示他們的成就。



(參考圖片)



服務流程



簡介會

在參與的長者院舍舉行簡介會，介紹項目、其益處以及長者如何參與



工作坊與支持

互動工作坊教導長者及其照顧者操作和維護魚菜共生系統的基本原理。
成立[持續的支持小組]，確保適時支援並促進有意義的互動



魚菜共生系統分發

每位參與的長者將根據其居住空間和偏好設計並組裝一個小型魚菜共生系統



持續支持與外展

定期進行外展拜訪，以解決任何問題，並促進義工導師、自閉症譜系障礙工作人員和長者之間的有意義互動，增強他們的參與感和連續性

[魚伴共生]工作坊共四節

第1節：

- 魚菜共生基礎認識與環保概念
- DIY迷你魚菜共生系統

第2節：

- 魚菜共生進階知識與維護
- 實踐與分享成果

第4節：

- 興趣工作坊

第4節：

- 興趣工作坊

工作坊特色：

學習與實踐結合：

長者不僅學習理論，還能親自動手實踐，體驗過程中的樂趣，增強成功感與自信心。

跨代交流：

鼓勵不同年齡層和界別人士與長者共同參與，透過合作和互動建立溫暖的社區連結與支持。

生命教育：

提倡可持續生活方式，啟發參與者關注環境與生活的關係，並激發對生命的動力與熱情。

[魚伴共生]養殖系統技術亮點

可持續的循環生態系統

魚菜共生系統結合了魚類養殖和植物栽培。魚類的廢物為植物提供養分，而植物則幫助過濾和淨化水質，然後水循環回到魚缸中，形成一個自給自足的微生態系統

秉持ESG理念

這個系統所需的維護工作量極少。環保高效，並且採用了可回收材料和個性化組合，更好地滿足長者的偏好

感官體驗元素

系統包含感官元素。可食用植物提供**味覺**和**嗅覺**的享受，而魚類和植物的存在則提供**視覺**和**觸覺**的刺激，最大化長者的感官體驗



對長者的益處

寵物陪伴

照顧魚類可以是一種令人平靜和治療的體驗，通過與水生動物的互動提供陪伴和安慰。不僅提供視覺享受，還能帶來活力和快樂。

建立目標

照顧這些生物的過程能培養責任感和成就感，提升自我價值感和生活目標，讓他們感受到被需要和被愛。

認知刺激

鼓勵長者學習複雜的生態系統，並參與簡單的維護工作，有助於保持大腦活躍。這可以延緩認知衰退，改善記憶和專注力，並促進整體腦健康。

增進社交

鼓勵長者組成小組，分享他們的經驗和見解，加強彼此之間的聯繫和合作。導師的定期拜訪創造更多的社交互動機會，增加他們的社交滿足感和幸福感。

**項目創造實質
的社會價值**



提升長者精神健康質素



促進ASD青年就業機會及融入社會



**提供專業且有意義的培訓給樂齡人士，
提升成為義工導師，使參與者受益**



推動環保和可持續發展



**鼓勵各方持份者參與，實現跨代溝通，
推動社會融合**

常見問答

Q1: 什麼是迷你魚菜共生系統？

A1: 迷你魚菜共生系統是一種結合養魚和種植植物的生態養殖技術。魚類的排泄物為植物提供營養，而植物則幫助過濾和淨化水質，形成一個自給自足的生態系統。

Q2: 這個系統對長者有什麼好處？

A2: [魚伴共生]計劃為長者提供寵物陪伴，促進認知功能，提供情感支持，並增強社交互動。長者可以通過觀察和照料魚類及植物，獲得精神上的慰藉和日常生活的樂趣。而透過導師及工作人員定期探訪，更促進長者與不同人生活交流。

Q3: 長者需要具備什麼樣的技能來使用這個系統？

A3: 長者不需要專業技能，只需在導師指導下學習基本的系統操作，包括餵養魚類和簡單的植物照料。這些活動簡單易學，適合各種能力水平的長者參與。

Q4: 系統需要多少時間和精力來維護？

A4: 迷你魚菜共生系統的設計簡單易維護。每天只需少量時間來餵魚和檢查植物的生長情況。我們會提供支援溝通渠道，並定期檢查、維護和探訪，以確保系統正常運作。

Q5: 這個系統是否對環境友好？

A5: 是的，這個系統非常環保。魚類的排泄物作為植物的天然肥料，植物則淨化水質，減少了水資源的浪費。這種綠色技術有助於推廣可持續發展和環保意識。

Q6: 如果魚類或植物出現問題，該怎麼辦？

A6: 如果魚類或植物出現問題，工作人員會進行檢查並採取適當的措施來解決問題。我們還會定期培訓長者，教他們如何應對常見問題，確保系統的持續運作。



Q7: 系統會不會佔用太多空間？

A7: 迷你魚菜共生系統主要包括魚缸、水泵、過濾系統、植物栽培槽和魚食等，佔用空間不大。

Q8: 這個系統會不會吸引蚊蟲？

A8: 系統的設計考慮到了衛生問題，正常運作下不會滋生蚊蟲。定期的維護和清潔可以確保環境乾淨衛生。

Q9: 如何讓長者保持對這個系統的興趣？

A9: 我們會定期組織與魚菜共生系統相關的活動，如種植分享會等，鼓勵長者分享他們的經驗和成果，增強他們的成就感和參與感。同時，我們會鼓勵長者組成小組，相互幫助，共同維護系統，增強他們的參與感和持續性。

Q10: 如果長者有過敏問題怎麼辦？

A10: 在選擇魚類和植物時，我們會避免使用可能引發過敏的品種。如有需要，我們可以根據長者的具體情況進行個性化調整，以確保安全和舒適。

Q11: 系統的運行會不會產生噪音？

A11: 系統設計時已考慮到噪音問題。水泵和過濾設備的運行聲音很小，不會對長者的日常生活造成干擾。我們也會選用低噪音設備，確保環境安靜。

Q12: 長者在參與系統操作時需要特別注意什麼嗎？

A12: 長者在操作系統時應避免過度用力，並且要小心操作水泵和電器設備。我們會提供詳細的安全操作指南，並安排專業人員進行培訓，確保他們能夠安全、正確地操作系統。

期待與你攜手合作 THANK YOU



+852 9238 0833



info@ai2.farm



www.ai2.farm



@Ai2Farm


LoveXpress

愛 · 傳遞 明白愛 懂得愛 傳遞愛 慈善機構檔案號碼: 91/13813

