

「社區客廳」促進會員身體健康

粵語短片文字稿

旁白：

由政府推動、扶貧委員會支持的「社區客廳試行計劃」聚焦支援「劏房」戶，為他們提供額外生活空間和飲食營養、衛生常識、社區資源等方面的資訊及講座的社區支援服務，提高會員的健康意識。

「土瓜灣社區客廳」是試行計劃其中一個旗艦項目，設有健身室，提供健身單車、跑步機、負重訓練等器材以及健康檢查儀器，亦不時有專業教練提供指導，鼓勵會員運動，保持健康體魄，了解身體狀況，例如體脂、肌肉量等數據。

「社區客廳」經常舉辦健康教育講

座、健康諮詢和檢查等基層醫療預防服務。當中最受會員歡迎的就是免費中醫診症服務。「深水埗社區客廳」獲信和集團及黃廷方慈善基金贊助，邀請浸大中醫藥學院提供「關愛社區中醫健康計劃」，每次服務都座無虛席，協助會員調理身體，改善長期痛症和慢性身體毛病，提升生活質素，培養正向思維。

[熒幕蓋字]：深水埗社區客廳會員

社區客廳會員：多謝「深水埗社區客廳」提供這個中醫服務，我本來睡眠和脾胃都不太好，看了中醫後感覺睡眠和胃口都改善了。我們會員一年可以用四次這個服務。

[熒幕蓋字]：香港浸會大學中醫藥學院臨床部陳文健中醫師

陳文健中醫師： 其實目前「社區客廳」來求診的病人，大部分都面對多種健康問題，透過改善病人的身體健康，看到部分病人變得開朗，亦樂觀面對生活各種問題。

[畫面](連續)： 深水埗社區客廳
紅磡社區客廳
南昌社區客廳
土瓜灣社區客廳

旁白： 目前四個「社區客廳」位於深水埗、紅磡、南昌及土瓜灣，共可為至少1 750 個「劏房」戶提供服務，全年服務約 27 萬人次。