



佛教慈济慈善事业基金会(新加坡)
BUDDHIST COMPASSION RELIEF TZU-CHI FOUNDATION (SINGAPORE)

FOR IMMEDIATE RELEASE

悦活坊(武吉巴督)落成开幕
结合人文艺术与创新科技 陪伴长者活出精彩晚年



悦活坊(武吉巴督)精心打造一个充满包容与安全感的空间, 让长者进行自我探索, 分享生命经验, 进而重获人生目标。

(新加坡 2026年8月1日讯) 为了让长者安享晚年, 新加坡政府积极推行亲乐龄基础设施、扩展预防性医疗保健, 并提供定期体检与运动项目。但是, 在关注身体健康的同时, 又该如何照顾与滋养长者的心理健康呢?

慈济基金会(新加坡)全新成立的活跃乐龄中心——悦活坊(武吉巴督)给出了答案: 人文艺术。在这里, 艺术不只是一项待完成的手作活动。悦活坊(武吉巴督)精心打造了一个充满



佛教慈濟慈善事業基金會(新加坡)

BUDDHIST COMPASSION RELIEF TZU-CHI FOUNDATION (SINGAPORE)

包容与安全感的空间，让长者能以艺术为媒介进行自我探索，分享生命经验，进而重新寻获人生目标。

悦活坊(武吉巴督)的核心亮点为“H.ART人文艺术”项目(全称Humanistic Art)，由具备舞蹈与艺术背景的全职人员全程策划。现已推出首个计划，主题为“忆往昔——集体记忆”(Remember When – Collective Memory)，围绕四大主题展开：联结(connection)、创意(creativity)、反思(reflection)与疗愈(healing)。此计划共包含八堂课程：

- 第一堂(音乐)：参与者从聆听日常中的声音开始，例如捷运提示音、巴士铃声、水壶鸣笛声或键盘敲击声等，从而思考这些声响对他们具有哪些特殊意义。通过反思，探索这些声音如何唤起不同的记忆和感受。
- 第二堂(故事叙述)：参与者以一张自己最喜欢的照片作为切入点，回顾照片背后的故事、拍摄地点、照片中的人物、照片被保存的原因，以及照片所代表的回忆和人际关系。透过分享个人故事，回顾过去，开启深度对话，进而建立新的人际联结。
- 第三堂(身体律动)：我们日常拥有的物品往往反映了我们是谁。此课程邀请参与者以一件私人物品作为记忆锚点，再透过肢体动作将自身经历转化和展现出来，像是洗脸、穿衣或书写。借由对日常习惯与生活经验的观察，培养参与者的同理心，看见群体中的个体差异性。
- 第四堂(摄影)：此课程引导参与者思考一个问题：我们如何去体验感到荣耀的时刻？参与者以摄影为媒介，挑选一件对他们意义非凡的物品，像是心爱的服装、帽子、纪念品或奖杯等进行合照，来反映塑造自身身份认同的重要组成部分。这项练习旨在启发参与者，开始从日常生活体验荣耀感，而非被动等待某个特殊时刻。
- 第五堂(外出活动或艺术家分享)：为了将焦点转向日常生活中未被发掘的记忆，此课程请来专业人士分享他们的作品与观点，从而探索记忆、传承与日常等主题。曾担任志工的著名建筑师曾庆中(Randy Chan)，受邀分享“如果建筑会说话”(If the Building Could Speak)，并邀请长者们外出参访博物馆、菜市场等多个熟悉的公共场所，一起感受熟悉的空間如何塑造他们的身份认同，了解记忆如何与人、地点和日常交织在一起。



佛教慈济慈善事业基金会(新加坡)

BUDDHIST COMPASSION RELIEF TZU-CHI FOUNDATION (SINGAPORE)

- 第六至第八堂(彩排与成果发表):第六堂和第七堂课将聚焦于共同创作。长者们挑选最能反映其故事的表达形式,如肢体动作、朗读、身体打击乐,或各类媒介的融合。在排练的过程中,不断深化参与者对内容的流畅与熟悉感,进而提升其自信心与临在感。最后,参与者将邀请观众出席成果发表,见证他们的学习与成长。



新中心全面采用小班制教学,使带领员能够倾注更多专注力与同理心,细致关怀每一位长者。

随着社区需求快速增长,慈济乐龄长青馆(武吉巴督)的服务人数已从最初预定的 1,584 名激增至 4,300 多名。为此,悦活坊(武吉巴督)作为延伸中心正式成立。新中心调整了运营模式,全面采用小班制教学,使带领员能够倾注更多专注力与同理心,细致关怀每一位长者。



佛教慈濟慈善事業基金會(新加坡)

BUDDHIST COMPASSION RELIEF TZU-CHI FOUNDATION (SINGAPORE)

除了“H.ART人文艺术”项目，长者亦可免费参与瑜伽、拉伸流动课、正念课程、健康讲座与数码素养工作坊等各类活动。同时，悦活坊(武吉巴督)也设立健康站，供社区民众测量与追踪身体各项健康指标，实践自主健康管理。

产学合作 研发创新科技

为了帮助长者实现自主生活，悦活坊(武吉巴督)与私营企业、新加坡社科大学(SUSS)和共和理工学院(Republic Polytechnic)等教育机构展开跨界合作，积极找寻创新方案。

在与共和理工学院体育与健康系的合作下，悦活坊(武吉巴督)正试点引入合适的“可穿戴外骨骼技术”，以协助行动能力衰退的长者。该项目主要针对临床虚弱指数(Clinical Frailty Scale)介于 5 至 6 级、面临依赖轮椅风险的长者。

在与共和理工学院体育与健康护理学院(School of Sports & Health)的合作下，悦活坊(武吉巴督)正在试点引入合适的“可穿戴外骨骼技术”，以帮助行动能力衰退的长者。

目前，双方正在制定培训项目，让工作人员与照护者掌握专业技能，以协助长者适应设备，顺畅过渡至以外骨骼辅助生活的模式。

通过这项计划，悦活坊(武吉巴督)希望为处于衰弱前期的长者提供另一项保持自主生活的解决方案。该试点计划为期六个月，预计于 2026 年 9 月启动，届时参与的长者将亲自体验不同的外骨骼型号与技术，他们的使用体验与反馈，将成为评估这项技术能否满足其日常需求的宝贵参考。

其他即将推出的合作项目还包括：

- **AI智能关怀讯息(AI-powered WhatsApp nudges)**：慈济与合作伙伴 Marymount Labs 携手开发了一套智能平台，通过发送信息与健康温馨提示，关怀不擅社交的长者，藉此建立信任和鼓励他们参与社区活动。该平台具备情绪分析、偏好学习及个



佛教慈濟慈善事業基金會(新加坡)

BUDDHIST COMPASSION RELIEF TZU-CHI FOUNDATION (SINGAPORE)

性化推荐等功能;同时为了顺应长者的沟通习惯,还特别设置了语音转录功能。平台以每位长者低于 50 仙的低成本实现深度关怀。在慈济此前开展的试点数据显示,250 名参与此计划的长者中,就有 40% 最终转化为活跃会员。

- “大爱牵手,从心出发”计划(**Project Humanistic Hands & Heart**):该计划由实体与数码融合技术伙伴 Healthy-Tec 协作开发,运用“实体与数码融合平台”(Phy-gital Platform),旨在增强照护者的心理韧性并提升其身心福祉。该平台整合了喘息照护服务、微型就业计划、全方位支持服务、循证减压方案以及企业合作优惠折扣方案,使照护者获得更便利且全面的支持。本计划获得“英康 OrangeAid 加速扶持护理者津贴”(Income OrangeAid Caregiver Support Accelerator Grant)的鼎力支持。

悦活坊(武吉巴督)于 2026 年 8 月 1 日正式开幕,并邀请到律政部兼交通部高级政务部长穆仁理担任主礼嘉宾。悦活坊(GLOW)为“Go! Live Outrageously Well”的缩写,意为勇于活出健康精彩的人生。该中心是慈济基金会(新加坡)医疗与社福生态系统下的第四所活跃乐龄中心。

悦活坊(武吉巴督)详情

地址:Blk 212 Bukit Batok St 21 #01-237 S650212

电话:6347 2801

营运时间:周一至周五,上午8时30分至下午5时30分

欲知详情,欢迎联系我们:

卢湘缤

媒体联系助理经理

Office: 6582 9958 ext 418

Mobile: 8281 4130

Email: mediarelations@tzuchi.org.sg

文显勇

媒体联系编辑

Office: 6582 9958 ext 414

Mobile: 9005 9471



佛教慈濟慈善事業基金會(新加坡)

BUDDHIST COMPASSION RELIEF TZU-CHI FOUNDATION (SINGAPORE)

佛教慈濟慈善事業基金會(新加坡)簡介

佛教慈濟基金會是由証嚴法師于 1966 年所創辦的國際人道非營利組織。基金會的志業涵蓋慈善、醫療、教育和人文，為過百個國家地區提供援助。

佛教慈濟慈善事業基金會(新加坡)于 1993 年成立，立足于本地慈善志業，隨後拓展至醫療、教育、人文及環保領域。探究“慈濟”之精髓，乃“慈悲濟世”也。

地址: 9 Elias Road, Singapore 519937.

更多訊息，請查閱：

- Website: www.tzuchi.org.sg/en
- 官方網站: www.tzuchi.org.sg
- Facebook: www.facebook.com/tzuchifoundationsg
- Instagram: instagram.com/tzuchisg
- YouTube: www.youtube.com/@tzuchifoundationsg
- Telegram: t.me/tzuchisg_en
- Telegram頻道: t.me/tzuchisg