

書面質詢
何潤生議員
關注長者心理健康

隨著澳門人口老齡化問題日益嚴峻，長者的心理健康問題亦日益凸顯。由於年齡增長，長者的身體機能不可避免地逐漸退化，這一生理變化往往與心理層面的挑戰交織在一起，特別是退休生活的到來，使得他們的社會角色、生活習慣、社交圈子都發生重大的改變，這些因素可能引發情緒適應不良，進而導致焦慮、抑鬱、孤獨感及失眠等問題，不僅對長者的日常生活和幸福感帶來負面影響，甚至可能提升其罹患精神疾病的風險。如何通過跨領域合作和多元化策略的有機結合，有效緩解長者在心理層面所面臨的挑戰，並進一步促進他們的心理健康，已成為提升長者整體福祉與生活品質的其中一個重要議題。

為此，本人提出以下質詢：

一、請問有關當局未來會否研究採用多元化的方法，例如結合運動治療、智能監測、遠端醫療、人工智能和大數據技術等，為長者提供個性化的心理支援和關懷？

二、提前做好準備及規劃能更好地適應退休人生帶來的種種變化，同時也能降低長者在退休後出現心理問題的可能性。請問有關當局會否加強準退休人士的支援和諮詢服務，推動企業、金融機構、社服機構等提供退休規劃資訊及支援服務，引導居民加深對未來人生規劃與退休生活預備的意識和重要性？

三、面對資訊科技的快速發展，請問有關當局，是否有長期的計劃為長者提供有關數碼技能的訓練，讓長者積極投入智慧生活，有更多渠道獲得新的資訊及支援，促進長者與社會及他人的連繫，杜絕孤立的情況，從而改善長者的精神健康？

