

# 長者的住屋選擇

給長者、家人和照顧者的資訊



本小冊子有助您認識：

- 有哪些住屋選擇能切合您隨著年邁而不斷變化的需要
- 如何確定適合您的住屋選擇
- 如何獲取各種住屋選擇



**Sinai  
Health**

Healthy Ageing  
and Geriatrics

隨著年紀漸增，您或會發現自己的體質能力開始有所變化，並或需要一些支援，以協助您儘量保持獨立。有關支援可以是社區和居家護理服務，亦可以是對您的居住環境設置作出改變。考慮住屋環境如何能使您在往後的生活儘可能保持獨立，是十分重要的。



然而，住屋選擇各有不同，而視乎您的需要、您所需的支援水平，以及您的經濟負擔能力，各個住屋選擇的合適程度亦不一。本小冊子將概述最常見的五種長者住屋選擇，以及其費用、好處和申請程序。

## 居家養老

---

### 這是什麼？

居家養老是一種在家中獨立生活的養老方式。這一般會同時運用社區支援，以協助您能安全地居家生活。

### 有哪些相關的支援？

許多不同種類的支援可助您居家養老，但實際所需的支援和服務組合因人而異。您可透過政府資助的居家護理計畫而取得一些常見服務，其中包括：



### 職業治療師居家安全評估

職業治療師可透過全面的居家安全評估來為您提供建議，助您使住處更安全。職業治療師可評估您在家中進行日常活動的方式，以了解如何透過改變住處環境來提高您獨立生活的能力，並減少跌倒等不良後果的風險。



### 個人支援

個人支援人員 (PSW) 可提供支援您進行日常活動的服務，如：梳妝、洗澡、穿衣、購物、準備餐食，以及基本打掃。他們亦可為照顧者提供暫息服務。



### 社區支援服務

社區支援服務 (如：Meals on Wheels 上門送餐服務和交通服務) 旨在協助您保持活躍和獨立。部分服務是免費提供的，而其他服務則根據使用者的經濟能力而收取少量費用。



### LHIN 護理協調員

護理協調員可協助您協調上述及其他居家養老所需的服務和支援。他們亦可隨著您的需要改變，而協助您獲取下述另一些住屋選擇。

## 我怎樣可取得有關服務？

如欲取得有關服務，請撥打 Local Health Integration Network 的電話 310-2222 (毋需地區代碼)。您可與護理協調員交談，而協調員會評估您的需要，並為您轉介至最適合您的服務和支援。

# 終生租約房屋

---



## 這是什麼？

終生租約房屋的對象是，可獨立居家生活但在家務上或需協助的長者。有些終生租約單位是獨棟屋，而另一些則是公寓大樓內的套房。在終生租約住屋中，長者擁有居住權，但沒有物業所有權。

## 它如何運作？

在此模式下，住戶並不擁有物業，而是擁有物業的「權益」。住戶以預付一定總額以及每月維護費和物業稅來換取有關權益。終生租約權益賦予租戶居住權（而非所有權）。一般會提供基本維護服務（其中包括：洗衣、打掃、餐食、交通和服藥提醒），而該等服務或會包含在月費中，或作為額外的付費服務供選擇。當住戶不再租住時，有關終身租約「權益」便會售予新的住戶。

## 好處是什麼？

終身租約房屋的好處包括：減少住處維護的責任、方便參與社交和娛樂項目，以及可與年齡、種族或國籍相近的鄰居聯繫，還有一般會比區內其他住屋選擇較容易負擔。

## 我可以住多久？

當住戶所需的護理超出終身租約保證人所能提供的服務範圍，而住戶未能自行安排額外所需的居家護理服務時，一般會鼓勵並協助住戶出售其單位，以便他們遷至支援水平較高的住處。

# 支援房屋計畫

---



## 這是什麼？

支援房屋計畫(通常是當地社區支援機構)為需要低至中等水平個人護理的低收入人士提供出租單位。支援房屋計畫的住戶不需要護養院舍所提供的護理水平,但駐場支援人員服務或會對他們有幫助,讓其可延後入住護養院的需要。

## 我符合資格嗎？

住戶須年滿 59 歲、需要支援房屋所提供的服務、醫療狀況穩定,以及經過駐場護士評估,方合資格申請支援房屋計畫。

## 所提供的服務有哪些？

所提供的服務一般包括個人支援服務,如:個人護理、基本打掃、洗衣、服藥提醒、安全檢查,以及準備便餐。支援房屋單位一般由非牟利機構(如:市政當局、住屋合作社和宗教團體)營運。支援房屋的種類包括:共享房屋、共享公寓,以及獨立公寓。

## 費用多少？

支援房屋的費用一般與收入掛鉤,並視乎住戶的經濟能力而定。收取的費用僅為租金,而所提供的服務並不另外收費(一般由政府資助和慈善支援負擔)。

## 我怎樣可取得支援房屋？

支援房屋計畫於指定的住宅樓宇提供。您可瀏覽 <https://www.toronto.ca/community-people/housing-shelter/seniors-disabled/supportive-housing-program/supportive-housing-locations/> 查閱多倫多內的相關住宅地點。

如欲申請支援房屋計畫中的住宅,則可致電其支援房屋辦公室安排拜訪。

# 養老院



## 這是什麼？

養老院是一個私人住處，其中有至少六名無親屬關係的長者一起生活。住戶一般居於私人公寓，與其他獨立能力相約的住戶為鄰。

## 我符合資格嗎？

入住養老院前毋需接受醫學檢測，但亦不獲政府補貼協助分擔養老院費用。養老院一般並不提供免費的 24/7 全天候照護或個人護理服務，而在某些情況下，住戶不得需要外部協助（如：照顧者的協助）。

## 所提供的服務有哪些？

養老院需要提供至少兩種護理服務，而實際所提供的服務各有不同。大部分養老院提供私人單位、輪椅通道、打掃、餐食、洗衣、社交和娛樂項目、公共用餐及休息室。有些亦會提供私人付費護理和個人支援服務。養老院（作為私人住宅）的住戶仍可像居於私人住處或公寓般，取得免費的政府居家護理服務。

## 費用多少？

養老院的費用每月介乎 \$1,500 至 \$6,000 不等，並須由住戶全額支付。

## 我怎樣可入住養老院？

如欲申請入住養老院，可致電有關住處安排拜訪。住處會進行評估，以確定他們能在您入住期間滿足您的需要並提供合適的支援。另或會設有輪候名單。

有別於護養院舍，所有養老院均按照《房東租賃法》(Landlord Tenancy Act) 運作，並被歸類為私人住宅。因此，住戶如欲離開養老院，則可根據租賃協議的條款隨時離開。如養老院不希望讓某一住戶繼續居住，則需遵照《房東租賃法》所訂明的驅逐程序處理。在被正式驅逐前，住戶有權居住在其養老院單位。

# 長期護理或護養院舍

## 這是什麼？

長期護理或護養院舍是專為支援護理需要頗高或甚高者而設的住處。長期護理院舍提供日常生活方面的協助，其中包括：如廁、洗澡、穿衣和餵食，並提供 24 小時駐場照護服務。



## 我符合資格嗎？

如欲在安大略省取得長期護理服務，則必須年滿 18 歲、持有有效的 OHIP 卡，並由 LHIN 居家護理協調員評估為需要 24 小時照護及個人護理，且日常生活需要他人協助，以及需要他人看管以確保安全。



## 所提供的服務有哪些？

除了 24 小時照護外，長期護理院舍亦提供公共飯廳及起居室、醫生和其他醫療專業人員的服務，以及每三個月檢閱一次的個人化護理計畫，還有醫療和臨床設備（其中包括助行器和輪椅）。所有護理服務皆由省政府資助，入住者需負擔其他費用，如：食宿、餐食、打掃、洗衣和管理費用。

## 費用多少？

長期護理院舍提供三個級別的長期護理：基本、半私人和私人。費用由基本房的每月 \$1,774.81，到半私人房的每月 \$2,139.81，乃至私人房的每月 \$2,535.23 不等。如您無力負擔基本房的費用，則政府會提供補貼。有關補貼不適用於半私人房或私人房的入住者。

## 我怎樣可取得長期護理服務？

如欲取得長期護理服務，則需進行由多個部分組成的評估，其中包括 Local Health Integration Network (LHIN) 護理協調員的評估。護理協調員會協助確定您接受長期護理的資格。

如您合資格接受長期護理，則可申請最多五間院舍。各院舍床位的輪候時間不一，這意味著您輪候長期護理的時間會視乎您所申請的院舍。長期護理院舍的平均輪候時間約為六個月，但實際所需的時間可能會較短，亦可能會長達數年。當您所申請的其中一間院舍有床位空缺，您將有 24 小時接受或拒絕該分派。如獲派的院舍並非您的首選，則您可接受該床位，並繼續輪候直至獲派您心儀院舍的床位，屆時您可選擇遷至新院舍或繼續入住原有的院舍。

## 我可從哪裡取得更多相關資訊？

---

### ONTARIO RETIREMENT COMMUNITIES ASSOCIATION

---

ORCA 提供有關各種退休生活選擇的資訊和教育資源，以切合不同長者的需要。



[www.orcaretirement.com](http://www.orcaretirement.com)

### ONTARIO MINISTRY FOR SENIORS AND ACCESSIBILITY

---

Ontario Ministry for Seniors and Accessibility 可提供有關各種生活選擇（從養老院、長者公寓，乃至長期護理等）的資訊。他們亦負責管理《養老院規管法》(Retirement Homes Regulation Act)。



[www.ontario.ca/page/ministry-seniors-accessibility](http://www.ontario.ca/page/ministry-seniors-accessibility)

### ONTARIO COMMUNITY SUPPORT ASSOCIATION

---

Ontario Community Support Association 是安大略省居家和社區護理領域的代表。其成員提供多種健康和保健服務，以協助服務使用者延長其在家中和社區獨立生活的時間。



[www.ocsa.on.ca](http://www.ocsa.on.ca)

### TORONTO CENTRAL LOCAL HEALTH INTEGRATION NETWORK

---

Toronto Central Local Health Integration Network (TC-LHIN) 負責協調多倫多所有長期護理申請。



<http://healthcareathome.ca/torontocentral>



## 本系列的相關資源

---

### 本系列的額外健康資源：

- 酒精與您的健康
- 長者對苯二氮草類藥物的使用
- 鈣質、維他命 D 與骨骼健康
- 記憶力問題的一般要訣
- 如何辨認與管理譫妄
- 如何辨認與管理抑鬱
- 如何打開話匣：預先護理計畫
- 隨著年紀漸增改善營養
- 改善泌尿失禁
- 管理照顧者壓力
- 管理多種慢性疾病
- 管理常見的精神健康狀況
- 管理便秘
- 管理長者睡眠
- 預防在家中跌倒
- 辨認與管理聽力衰退
- 長者的安全用藥

### 本系列的額外社區資源：

- 虐老
- Meals on Wheels 上門送餐服務
- 社區交通選擇
- 如何登記使用 Wheel-Trans 輪椅專車服務
- 長者的住屋選擇
- 駕駛評估服務
- 輔助裝置計畫 (Assistive Devices Program) 傷健輔助器材資助

有關給長者、家人和照顧者的額外資訊詳情，請瀏覽 [www.sinaigeriatrics.ca/healtheducation](http://www.sinaigeriatrics.ca/healtheducation)。

本資訊僅作參考之用，並非用以取代專業醫療建議、診斷或治療。有關具體醫療狀況的建議，請諮詢您的醫療護理提供者。本材料僅可複印單次作非商業的個人用途。

謹感謝以下機構支持，讓支援健康養老倡導計畫的教育資源順利出版。



孟嘗會與 Ben and Hilda Katz Foundation 慷慨提供資金，資助印刷和翻譯支援健康養老的教育資源。



Ministry for Seniors and  
Accessibility 透過其長者社區撥  
款計畫 (Seniors Community Grant  
Program)，為本倡導計畫提供資金。