


ntuc
Health

护航健康人生





“我年轻的时候非常活跃，我希望能够继续保持活跃。我不知道我家附近有活跃乐龄活动中心！当我发现这里有烹饪课程时，我立刻就报名参加了，因为我非常喜欢烘焙。”

- Mdm Janet Wai,
活跃乐龄活动中心资深义工

关于我们

近三十年来，职总保健合作社（NTUC Health）一直在为新加坡的工薪家庭和社区提供必需的医疗和乐龄护理服务。如今，我们已经发展成为最大的活跃乐龄服务、乐龄日间护理、疗养院和居家护理服务提供者之一，每年改善了将近10,000位年长者的生活。

我们的目标是实现“终身健康”，通过成为社区中乐龄人士和家属信任的搭档，助力他们度过健康和充实的年华。

为您提供更多的护理选择



当您工作时需要有人帮助照顾您的家人

乐龄日间护理

在我们的日间护理中心（可提供灵活的选择），您的家人可以参加有趣的娱乐活动，并有机会结交新朋友，同时也确保您的家人的护理需求得到满足。

居家护理

您的家人可以在家里享受优质的护理、治疗或看护服务，便捷又安心。



保持活跃和社交活动

活跃乐龄服务

各种健身、社交、义工等丰富的活动供您选择。

乐龄健身房

想要增强肌肉力量、提升身体灵活性或管理体重吗？在我们的健身房，经验丰富的教练将为您提供指导，并为您定制力量训练计划。无论是循环训练还是功能性力量训练，我们都会确保您在安全舒适的环境中实现健康目标。



当您的家人无法有效地在家里接受照顾时

疗养院

为您的家人提供全天候的专业护理。我们也提供可灵活选择的护理方案。



恢复体力和行动能力

康复与理疗

与我们的物理治疗师和职能治疗师共同努力，提高您身体的力量和行动能力。



更好地管理糖尿病和 高血压等慢性病

全科医疗

通过我们的全面服务，包括糖尿病足部检查、眼部检查和护理咨询，监控您的长期医疗状况。

职总保健合作社 (NTUC Health) 的独特之处



我们的护理理念：
独立、社交和自主选择

我们鼓励乐龄人士保持独立，积极生活，以强大的朋友社交圈来保持社会联系，抱着充满意义和激情的生活态度，享受精彩充实的人生。

全面服务；
全岛交通便利

我们是新加坡最大的保健和乐龄护理机构之一，在全岛范围内提供多项服务。



屡获大奖

我们的护理和服务质量获得了国际认可。



扫描二维码以了解更多有关职总保健合作社的服务信息。

社区服务是我们所有工作的核心

我们致力于为社区服务。我们的社工和义工与乐龄人士成为朋友，到他们家中探访，确保他们获得所需的支持。我们的工作也包括通过乐龄活跃乐龄活动中心向弱势年长者伸出援手，为他们提供所需的重要服务。

“非常感谢您在乐龄中心对我母亲的精心照顾。自那以后，她变得更加快乐开心了。谢谢您让我在周日时可以无忧无虑。”

- Mdm Lim, 看护者





服务

乐龄日间护理 | 居家护理 | 疗养院 | 活跃乐龄活动与健身
康复理疗 | 全科医疗

社区支援

社区个案管理 | 邻里咨询小组 | 亨德申乐龄之家

NTUC HEALTH CO-OPERATIVE LIMITED

55 Ubi Ave 1 #08-01 Singapore 408935

T: 6590 4300 | E: care@ntuchealth.sg

W: ntuchealth.sg |     @NTUC Health

更新于2024年9月