



明愛利孝和護理安老院

耆孝傳愛聚沙田

特刊

共融關愛樂頤年

2018-20年度 「老有所為活動計劃」一年計劃



老有所為活動計劃
Opportunities for the Elderly Project

活動計劃及理念

《耆孝傳愛聚沙田 共融關愛樂頤年》，鼓勵是院舍院友參與不同類型的活動及服務，發揮「長者參與」、「老有所為」、「鄰里關愛」和「長幼傳承」的精神。活動計劃除了由一班「主角」長者院友的參與之外，本計劃亦竭力邀請區內老、中、青參加，以實踐「傳愛」精神及「社區關愛」的精神。今時今日，院舍長者並不一定是弱者，他們亦可走出院舍發揮參與和貢獻的作用，以實際行動及精神去發揮出特區政府一直宣揚的「老有所為」精神。另一方面，活動計劃亦著重院舍生命教育的灌輸，希望加強跨代共融及和諧家庭的訊息，院友可以對自我生命歷程進行自省、反思感恩和珍惜的人生態度。我們相信，家庭是社區的縮影，一個和諧的家庭可以帶動社區和睦，一個懂得反思的人，會更懂得將自己的心意、叮囑傳給家人，所以活動亦包括家人的參與，希望帶動家庭關愛自己的長輩，院友也可將關愛傳遞到社區。

活動計劃由2019年6月正式展開，策動區內鄰友，包括院友、親友、離世院友家屬、聖堂義工、第三齡人士、中學學生及區內商戶一起參加，按各人所長，攜手合作泡製應節賀品，並去探望沙田區內不同社會服務單位，充分體現《鄰里支援添暖意 跨代互動倍溫馨》之主題，讓參與者感受到「每逢佳節倍溫馨」之窩心情懷，更將生命教育由院舍延展至社區。

活動內容系列

活動由2019年6月至2020年1月進行，內容豐富，包含不少元素，真正表達「長者參與」、「鄰里關愛」以及「老有所為」的三大精神。以下為整個活動計劃的活動系列。

耆智傳揚樂滿家

(製作傳統食品、外出探訪及交流)

耆孝傳愛匯社區

(製作年曆卡派發社區)

愛在生命未了時

(生命關顧小組，為院友製作生命禮集)

耆幼同行別離「程」

(殯儀講座、寧安雅座、追思會)

耆情愛不完

(由院友及義工製慰問作品)

耆孝樂備融

(支援家傭、及讓家傭發揮所長)

活動閉幕禮暨聖誕慶祝會

(總結活動計劃，感謝長者義工參與)

活動特刊

(刊載整個計劃重點，回顧不同參與片段)



系列一：耆智傳揚樂滿家

策動院友、親友、學生、孝和大使、外傭朋友一起合作泡製傳統應節食品以及送禮佳品，既可將傳統文化以及長者豐富智慧和經歷傳承下一代，更可發揮「長者參與」的精神。



端午節包糰



果皮製作



乾果片製作



於不同時節舉辦探訪交流活動，並帶備自製食品，送暖到區內有需要人士如獨居長者、雙老家庭、私營院舍、長者中心等，發揮關愛鄰里精神。



探訪明愛樂進學校



探訪明愛賽馬會長者日間綜合服務中心



探訪東華三院王澤森長者地區中心



探訪佳安家綜合護老中心



探訪明愛綜合家居照顧服務隊會員。本院院友之前也曾是家居隊會員，今次探訪巧遇舊朋友，十分高興。

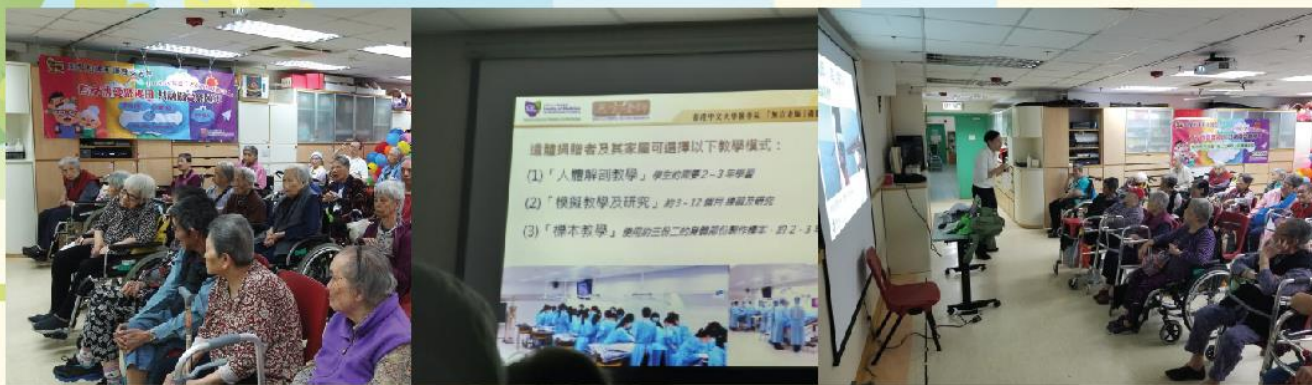


於普天同慶、皆大歡喜的節日，由聖堂義工、孝和大使及院友走遍全院每一個角落，向院友佈佳音。



系列二：耆幼同行別離「程」

為了讓院友和家屬對人生畢業禮有更好的預備，今年分別邀請東華三院殯儀服務以及香港中文大學無言老師計劃到院舍舉辦殯儀服務講座以及介紹其他喪葬的資訊，以鼓勵院友拋開禁忌，接收人生後事的資訊，期望與家人坦誠溝通，讓親友能按其意願舉行殯葬儀式，使雙方也感無憾釋然。



寧安雅座：邀請院友及孝和大使一起參與，讓大家分享對生與死的看法及憂慮，締造互相支持的氣氛；並可以在一個開放的地方，以輕鬆的角度去進行生命教育。



追思會：為離逝院友進行道別思念，邀請離逝院友和家人、院友、孝和大使、聖堂人員出席，將生命教育延展。追思會當日，由院友彈琴懷緬離逝院友，家人、義工、聖堂人員、院友



分別以讀經、祈禱、回顧院友生平及在院舍的生活片段去懷念離逝院友，職員最後帶出「四道人生」理念，教育院友要及時「道愛」、「道別」、「道謝」及「道歉」。



系列三：愛在生命未了時



小組邀請義工與院友一起參加，透過互動遊戲、四道人生、藝術手工藝創作以及「生命禮集」的製作，讓院友可以回顧其人生苦與樂、高與低，藉以學習欣賞自己以及達到互相支持的作用；義工亦可從長輩的生命經歷中吸取教訓，促進跨代共融，亦成為他們做人處事的座右銘，造就長者成為後輩之生命導師。

小組共有七節，組員在第一節都要簽下「生命契約」，大家都要遵守呀！



小組內透過不同形式去引導組員討論生與死，例如品嚐甜酸苦辣食物藉以分享自己人生各自的經歷；抽生死狀去分享自己對生命長短的睇法及感受，組員和義工都很投入參與。



在閉幕典禮活動上頒發給組員，院友及家人可以即時心欣賞屬於自己獨一無二的「禮物」。



系列四：耆孝傳愛匯社區

延續「鄰里支援」精神並加強推廣，使用去年院友及社區人士創作的有意思句語製作年曆咭，並由院友到區內派發給商戶，以宣揚友好互助精神。

4 明愛利孝和護理安老院 2020年 耆孝傳愛匯沙田 共融關愛樂頌年

守望相助好鄰里 關愛共享在社區

早上道聲早晚上說聲好 左鄰右里齊互助是最好

鄰舍關懷互問好 里外齊心情更好

社群互助呈愛心 鄰里守望獻關懷

見到鄰居好一聲 生活質素將提升

花從人海 竟成鄰里 修重緣份 互助互愛

街坊鄰里 互相幫忙 互相關懷 齊心合力力量更偉

鄰里關係要好一點 關懷問候常在明邊

鄰舍共融愛連繫 共建社區樂和壽

鄰里和諧相照顧 睦鄰友好一家親

左鄰互助 右里互愛 共融樂聚 社區獻廚

地址：新界沙田崗背街17號 電話：2164 2400





系列五：耆情愛不完



對於院友離逝，院舍的院友及職員也會感到難過及不捨。因此我們鼓勵院友及義工合作製成慰問作品，送贈逝世院友的親友以及因病入院的院友，以表達關心支持及鄰舍守望的精神，將生命關顧延展下去。



絲襪花 製作

押花鏡盒 製作



系列六：耆孝樂傭融

本院有一班家傭經常到院舍照顧他們的院友，為了讓這班護老者更能融入院舍和社區，可邀請他們發揮長處，教授院友跳舞，可達強身健體，亦能加強外傭形象。除此之外，外傭亦與院友共同製作DIY生活用品，於探訪時送給社區人士，傳達健康生活、關愛社區訊息。



製作潤唇膏及防蚊磚
這些天然生活用品，
在探訪時作為禮物送贈



外傭與院友一同練舞的片段，是為了於聖誕聯歡會的演出。

系列七：「耆孝傳愛聚沙田 共融關愛樂頤年」 活動閉幕典禮暨聖誕慶祝會

透過活動總結計劃，於普天同慶的日子與院友、家人、義工一同慶祝聖誕。



義工心聲

第一次在安老院做義工，給我對一班老友記有新的感受，她/他們都有積極開朗的一面，以開放態度學習和面對晚期的生活。當中我亦一同經驗活動過程中的點滴，例如副有趣味的活動材料令大家都非常投入，甚至談到一些較嚴肅的話題，大家出奇地都分享得很輕鬆自然，沒有半點避忌，我本來還為他們擔心，但我在他們身上反而學習到以平常心面對，只要及早做好準備人生便可以減少遺憾，這讓我得到啟發。

義工 Violet Fu

本人有幸參加貴院的生命關顧小組，在此小組不但有機會陪伴長者參與有趣及有意義的時光隧道回顧，還有幸與長者憶述生命的點滴，就像百子櫃一樣，甜酸苦辣樣樣皆齊，當中能夠認識他們精彩的人生，讓自己目光看得更遠更闊一點。

在此多謝貴院及院友們給予我上了一次寶貴生命精彩的一課。

義工陳麗萍女士

第一次接觸"生命小組"，內容很扎實、很豐富，讓我在參與服侍的同時，自己也投入其中，也讓我同步地參與檢示自己生命的中的"需要"和"重要"。

「道別、道謝、道歉、道愛」這4句尤其深刻，並給予我很大的提醒，每個人的一生終必要走到"道別"，更要好好把握時間和機會向身邊的朋友及家人多點"道謝"、"道歉"及"道愛"。

在與長者的互動中更令我體會到人生必然會走到晚年，聆聽著長者對自己過往一生的回顧，也牽動著我對父母的掛念，我曾否有細心聆聽他們的人生呢？

這次的服侍讓我獲益良多，不但增進知識，更有機會讓我首次近距離接觸服侍長者，打破我對長者群體舊有的觀念，其實他們每一位都是一個「寶藏」。

義工馬穎怡女士

感謝院舍邀請，讓我有機會參與生命小組義工，接觸到長者面對死亡課題。記起小組有不同環節，很有安排及層次去進深「死亡」這倆字，這從來都是難於啟齒的話題…。

小組先由長者的生活點滴去熱身，以每個單元一節為探索歷程。透過模擬活動，學習接受生老病死是生命必經階段，把握當下表達心意及讓愛說出口。

長者們也投入參與其中，發現他們對死亡的認知及接納度很高，而且都很懂得珍惜現有的和感恩過去的，學習迎接未來的當下，對生命的熱愛及尊重，感染我也學習欣賞及肯定自己，在生命的缺口中能體會珍惜和感恩。

院舍設計的問題，都了解自己對死亡的感受，最後有製作小禮物，以行動向愛我們的人表達感謝。

義工陳秀珠女士



總結

回顧《耆孝傳愛聚沙田 共融關愛樂頤年》整個活動計劃，實能引証長者角色的發揮潛能。計劃能透過一系列之活動去讓不同能力程度之院友以及不同年齡層的人士分享他們的知識、經驗、專長和貢獻，從而增進家人、鄰友和社區人士對他們的瞭解，達致融和，提昇彼此的生活質素和滿足感。

計劃雖然完結，但「生命關顧」工作在院舍是會繼續發展的；另外，推動院舍與社區之間的融和亦是不可忽視，希望院友、親友、義工、外傭姐姐等等都能在院內外和諧相處。

最後本計劃得以順利推行，實不能不提一眾院友、義工團體、孝和大使、親友、同事、不同專業義工、社會福利署和區內非政府志願機構的支持和參與，在此向大家致以萬二分之謝意！

如對本院此計畫及特刊有任何意見，歡迎電郵或致電賜教和分享。

地址：新界沙田崗背街17號

電話：2164 2400

傳真：2164 2426

電郵：sehwlho@caritassws.org.hk

網址：www.caritasse.org.hk

督印人：院長關小玲

編輯及校對：社工蘇靜茵

承印人：日昇紙品印刷有限公司

印刷數量：300本

