

香港明愛

安老

二零零五年十月

第七期

服務通訊

專題文章

- 1. 「學安服務計劃」 2
- 2. 生命教育多面睇 4
 - a) 愛在生命未了時 4
 - b) 基督徒對生死的看法 4

精彩特格

- 1. 張胡聯Fun慈善Show 5
- 2. 明愛長者聯會就職禮 6
- 3. 老有所為得獎計劃共賞 8
 - a) 「服務耆老·你我做到」計劃 10
 - b) 老有所為——開心Fit人編舞劇團 11
 - c) 選擇洋溢滿沙明——關懷獨居長者的故事 12
- 4. 「數碼繽紛·長者共享」計劃 12

傳訊天地

- 1. 防止長者被虛計劃傳真 14
- 2. 踏實之家——服務墟墟 16
- 3. 中央菜園的實施 18

情願共享

- 1. 愛情長跑——「情書」共享 19
- 2. 參與「亞洲發展研究論壇」的回顧 20
- 3. 院社評審——富亨的經驗 22
- 4. 同工減壓工作坊 23
- 5. 新職員導向活動日 23

愛

在生命未了時

生命教育多面睇



專題文章

「生」時心靈得安慰、 「死」後靈魂享安息 —

「寧安服務計劃」

鍾錦英女士、許秀萍女士
明愛深水埗長者社區中心社工



「寧安服務計劃」於06年
7月已經展開了！

新服務的開展

經多方努力及支持下，非資助「寧安服務計劃」於今年七月，已分別在明愛深水埗及元朗兩間長者社區中心展開。服務對象為那些獨居長者或雙獨老同住長者，而他們在香港並無親友。

論「生時心靈得安慰、死後靈魂享安息」是眾生祈求「好生」「好死」的理想，這亦是「寧安服務計劃」以人為本，善生福終的服務目標。其中倡導長者愛惜及關顧自己的心靈，在生前自行擬定「身後事」的安排，體現一己的尊嚴和自主權；正所謂愛在生命未了時，便是「寧安」的服務宗旨。在服務措施的過程中，我們願意與長者一起回顧走過的日子，並分享與分擔他們的憂慮與冀盼。



明白心意從所願 愛在生命未了時

「寧安服務計劃」

Ning An Scheme

香港明愛 安老服務

服務特色

壽數非人定，然而人的生活態度是可以有所選擇的，儘管歷盡了多少個春秋寒暑，嘗透了人生幾許的喜與悲、苦與樂。在「死」這個正念或光境前，能釋懷放下，才能獲享安寧自在。「心靈關顧」，憑心對心，願意明白身邊長者，特別是那些弱勢的一群，協助其達成合理而可行的願望，了卻其未達的心願，這就是計劃中的「從心所願」項目，更是「寧安」服務的另一服務重點。此外，服務的特色是按申請人的意願，提供不同宗教儀式的殮葬服務，包括：天主教、基督教、佛教、道教甚或無宗教信仰，亦會為服務登記者（寧安之友）定期舉辦多元化的活動，包括支援教育性及聯誼活動，促進互助及擴闊生活圈子，讓以為自己只會注定孤家上路的長者，獲得心靈慰藉，鼓勵在互愛精神的生命圈內，積極邁向人生，畫出活的彩虹。



除殮葬實務事宜外，計劃亦包括「從心所願」項目，協助長者完成未了心願。

個案剪影

猶記得在九月的一個早晨，寧安服務的同工手持徐伯(寧安之友)生前喜愛的粉紅色玫瑰花，到醫院的殮房迎接「他」，先跟徐伯「打個招呼」，確認他的身份後(認屍)，便按他的預先要求，執行每項細節安排。在長生店的件工替他潔體、化妝，並穿上壽衣後，同工再為他一一打點，檢查他的壽衣穿得齊備與否，腳上的鞋、襪子穿好沒有，他的裝容妥當與否。在那一刻，寧安服務的同工就仿如徐伯的至親一般，為他細緻打點最貼身的需要，並將他喜歡的粉紅玫瑰放在他的襟前，在送上祝福後，陪他「上路」，隨行再往火葬場，亦在我們寧安服務同工的打點下，目送長者的遺體進行火化。整個儀式雖然簡單，但充滿溫情且莊重，通過每項細緻的實務跟進，充份體會那份關愛之情，並落實體現個人的自主權和尊嚴。

最近，工作人員接到醫院的來電，表示另一位「寧安之友」李伯病況急速轉壞，雖經多番搶救，其生命亦危在旦夕。接獲消息後，工作人員隨即趕緊聯絡李伯鄉間唯一最親的女兒，希望她能趕快到港，來得及見李伯最後一面。

工作人員亦趕緊到醫院去看望李伯，當相見的一刹那，他實在非常之感動，氣促的他，已經無法再可以多說話，但從他眼中泛滿淚光，及在微弱的聲量裡仍吐出搶救歷程中，他精神上的那份堅持，如今能夠再相見，感覺「仿如隔世」。交談中，深切感受到李伯對工作人員能夠在危急情況下，為他所辦的，以及趕來迎見所帶來的這份感動，並將他身後事已詳細交托所帶來的那份穩妥與安慰。

直至他女兒趕來醫院與李伯相聚，他們互相緊握著手，體貼的問候，雖然沒有太多的說話，但從他倆眼神中的凝望，與細緻的打點，再帶來另一番的觸動。因李小姐沒有香港身份證，亦不懂香港的辦事程序，在路途上她非常徬徨，就連如何乘車到醫院亦不懂，一旦面對要處理父親身後事，更感到徬徨無助。經工作人員詳盡的解釋及鼓勵後，她口口聲聲的說：「好在有寧安計劃，否則，真不知如何是好！」她聲聲的多謝，句句的放心，充分反映她在得到計劃的支援後，那份安心與放心。以至，她可以專注把握李伯僅有的日子，好好珍惜他們相聚的每一刻。過程中，深切體會到寧安服務對長者的心靈關顧與實務支援所帶來的幫助與安慰，並鼓勵與實踐「愛在生命未了時」之重要！



「寧安」同工手持寧安之友生前喜愛的粉紅色玫瑰花，到醫院的殮房迎接「他」。



專題文章

愛 在生命未了時

「寧安服務計劃」倡導長者愛惜自己，關顧心靈，鼓勵愛在生命未了時，但或許你會問，如何實踐呢？僅送給大家一個動人心弦的故事，與大家分享何謂「愛」，又何解「愛」是要在「生命未了時」！

「有一位少年人，覺得自己擁有世界上最完美、最靚既一顆心，於事乎當佢遇見身邊每一個人，都向對方講：「你睇，我既一顆心幾完美，幾靚！」路過既青年人回應話：「係喇，你顆心真係好完美，充滿鮮紅色，好潤澤，好有光彩呀，我相信真係無人個心好似你咁完美。」

少年人再遇到一位婦人，亦向對方講：「你睇，我顆心幾紅，幾完美，幾有光澤，你話我顆心係咪世界上最完美？」婦人亦都同佢講：「係喇，少年人，你顆心真係非常完好，又紅潤，又有光澤，我相信係世界上最完美既一顆心。」少年人感到好滿足，好自豪。

最後在路上遇到一位老年人，他面容滄桑，看得出他曾經歷了許多人生的苦澀。少年人同樣問那位老年人：「伯伯，你睇下，我呢顆心係咪世界上最完美既一顆心，完整無缺，鮮紅潤澤？」老年人回應道：「少年人，我認為我這顆心才是世界上最完美既一顆心。」少年人就望下他的一顆心說：「你顆心？！有好多缺口喎。一忽忽咁，又多罅縫，就好像一個砌圖，但有好多塊都唔見左咁，你點會話你自己顆心係世界上最完美既一顆心呢？！」於是老年人回應道：「在我過去既人生裏面，同我相遇既每一位，我都會將我既一顆真心同對方分享，將心中的一片交給對方，同時邀請對方真心相待，交出自己既一片心給我。當中既缺口，係對方並無贈回我一片心，以致留下了既缺口。但係我相信，我而家呢一

生命教育多面睇

鍾錦英女士
明愛深水埗長者社區中心社工

顆心，係世界上最完美既一顆心。因為我願意用真心與對方分享。同樣，少年人，依家我遇到你，我都將我既一片真心交過給你，你願唔願意將你既一片真心同我相交呢？」

少年人沈思了一會，最後他抬起頭望着老年人，然後將自己一片心交給老年人。從此，少年人感到好自豪、好開心，因為他感受到「原來世界上最完美既心，就係用愛心換對方既一片真心。」

同樣，或許過去，在我們生命裏面，曾將自己的一片愛心，交過給相遇的人，但並未得到對方同樣的回應，而為自己帶來沮喪、不快；感到孤單、無奈。但請你去細看，在你人生裏面，只要你曾為相遇相交的人付出真心，為你自己來說，應該感到自豪，感到滿足和快樂。你就好比火熱的太陽，已默默為每一顆生命帶來溫暖。但願各位當你還充滿生命氣息的時候，好好把握每一天，愛惜自己，愛惜你身邊人。因時間不能買，真愛不能賣，曾經歷可惜，才會孕育出珍惜、愛惜；身處夜的深沈後，才會可貴日的明朗。從今天起，你願唔願意為你相遇的親友、鄰舍，甚至乎你未曾認識社區中失落的一群，獻出一片真心，帶給對方一份溫暖呢？當你感到乏力的時候，你可以嘗試當你清早起來時，先對著鏡子，親一親自己，然後，向自己微笑，話俾自己聽：「我愛惜並把握今天！」，相信你既精神，可以重振起來，為你再添動力，去將你的愛心帶給身邊人。

「愛」其實可以是如此簡單！更歡迎你成為我們「愛」的一員，加入「寧安大使」義工行列，相信你必能有所得著。冀盼「寧安服務計劃」能仰賴上天的福佑，善眾之得力，滿全「生時心靈得安慰，死後靈魂享安息」之理想，結出人間至善至美、豐盛生命的果實。

基督徒對生死的看法

宋雲龍先生
天主教香港教區終身執事

人皆有生有死，但是，生與死的意義為基督徒可透過聖言獲得啟示。「上主天主用地上的灰土形成了人，在他鼻孔內吹了一口生氣，人就成了一個有靈的生物」。(創2:7)天主創造了人的肉身並賦與人的靈魂。「其實天主造人，原是不死不滅的」。(智2:23)天主讓人在樂園中生活，治理大地和管理一切生物。

「但因魔鬼的嫉妒，死亡才進入了世界」。(智2:24)魔鬼引誘原祖犯罪，因而失去了不死不滅的特恩。「死亡藉著罪惡也進入了世界」。(羅5:12)所以死亡是犯罪的後果，在原祖犯罪後，天主對他說：「你必須汗流滿面，才有飯吃，直到你歸於土中，因為你是由土來的；你既是灰土，你還要歸於土」。

(創3:19)「灰塵將歸於原來的土中，生氣將歸於天主，因為原

是天主之所賜」。(創12:7)
耶穌基督的救恩透過洗禮和聖事將恩寵賦與祂的子民；更讓在塵世中抵受不了俗世的情慾或物質的誘惑而背棄了基督的教誨，過著與基督徒不符及離棄教會生活的子民。因著基督是慈悲的，祂會寬容地接納祂的每一個子民，縱使有人曾經背離祂的教誨，曾經過著罪惡的生活，祇要他有一天真的悔改，真誠地祈求基督的寬恕，基督也不會放棄他。

透過聖言與聖事，主親自與我們同在，和我們一起走人生旅程，求主使我們生活正直，彼此互助互愛，在生活上盡忠職守，善渡此生，來日重歸父家，死亡不是終結而是逾越的開始。



精彩特格

張胡聯FUN 慈善SHOW

張佩兒姑娘
明愛元朗長者社區中心
長者支援服務隊 社工



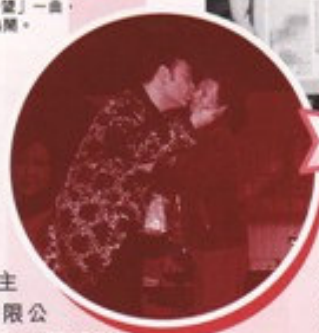
原演出嘉賓和陳秀嫻博士唱「希望」一曲，當聲合唱團伴舞，場面壯觀且熱鬧。



張偉文和胡美儀合唱「帶火花」，她們甜美的歌聲，觀眾聽得很陶醉。



明愛社會工作部部長陳秀嫻博士致送紀念品予嘉嘉樂音響及製作有限公司董事長張展英先生和環星娛樂有限公司張國林先生，答謝他們為晚會出力。



會員王銀虹獻花，張偉文親切地表達謝意。

由明愛安老服務長者聯會主

辦，意高專業音響及製作有限公司

與環星娛樂有限公司協辦之「張胡聯

FUN慈善SHOW—寧安服務計劃籌款晚會」，已於9月6日假香港理工大學賽馬會綜藝館順利舉行。當日約有一千名善長出席，票房收入及捐款合共二十八萬八千元，此外，晚會特設即場捐款時間，反應相當熱烈，籌得三萬元，扣除開支後，是次籌款活動共籌得二十四萬五千元之多。

是次籌款晚會是為一個非資助服務——「寧安服務計劃」，籌募經費。寧安服務目標倡導獨居及無親無故的長者，按其意願安排自己的身後事，體現個人尊嚴及自主，並協助長者達成在世的心願，藉著生死教育活動，宣揚愛惜生命的訊息。

演唱會當晚，首先舉行一個簡單而隆重的儀式，嘉賓包括：兩間協辦公司的董事長張展英先生及張國林先生、夏春秋先生、明愛社會工作部部長陳秀嫻博士、長者聯會主席李漢泉先生更代表機構頒發護老大使證書予張偉文先生和胡美儀小姐。

演唱會正式開始時，身穿華麗衣裳的張偉文和胡美儀以最佳狀態示人，全場哄動，報以熱烈掌聲。張胡演唱的歌曲種類繁多，有山歌、懷舊國語及粵語金曲、勵志歌，當然不可缺少胡美儀擅長的粵曲啦！藉著張胡之美妙悅耳的歌聲，讚揚觀眾每顆善心，化成愛心與關懷，幫助社區有需要的長者。此外，大會更安排特備節目，「証FUN人」夏春秋先生出場，上演一場棟篤笑，令觀眾捧腹大笑，為晚會增添無數歡樂。除此之外，會員王銀虹上台向張偉文獻花，張親吻王的面頰以答謝她的支持，場面溫馨感人，贏得一陣歡呼聲。最後張偉文先生、胡美儀女士和夏春秋先生邀請陳秀嫻博士上台，合唱一曲「希望」，並安排明愛當聲合唱團成員穿著韓服伴舞，晚會就在這輕鬆愉快的氣氛下結束。

明愛不斷努力為長者提供創新的服務，配合社區的需要，是次成功為新開展的「寧安服務」籌款，有賴各界朋友的支持，實在是長者的福氣。



精彩特格

明愛長者聯會

「第二屆委員就職典禮暨專題講座」

劉港生先生
明愛長者聯會工作小組召集人

明愛長者聯會於本年七月二十九日，假堅道明愛社區會堂舉行「第二屆委員就職典禮暨專題講座」。是次活動邀請到社會福利署中西區及離島區助理福利專員李源雄先生、立法會議員馮檢基太平紳士及安老服務總主任李佩菱女士蒞臨主禮。三位嘉賓分別致送感謝狀予三十九名第一屆委員，及委任狀予二十六名第二屆委員，各委員分別來自安老服務不同單位。專題講座中，馮議員分享他在地區組織長者的經驗，並鼓勵在場長者繼續積極參與社區事務。

立法會議員馮檢基先生主講「長者如何參與及推動社區利基」。



中西區及離島區福利專員李源雄先生頒發委任狀予各委員。



陳秀蘭部長與張偉文先生及胡美儀小姐合照。



張偉文先生及胡美儀小姐，推介張胡聯FUN慈善SHOW。

當日亦是「張胡聯FUN慈善SHOW」的記者招待會，張偉文先生及胡美儀女士在結婚進行曲的美妙樂章下進場，他倆以輕鬆的語調介紹他們為「寧安服務」籌款的慈善SHOW，並呼籲長者踴躍購票支持。他們更承諾擔任「護老大使」，並在各嘉賓的見證下切「結FUN蛋糕」。記者會在繽紛的禮炮後完滿結束。

明愛長者聯會的主席及第一副主席在上述活動後有以下感想與大家分享。

明愛長者聯會主席 李漢泉先生

明愛各安老單位的會員非常踴躍參加第二屆委員就職典禮，表現出同心協力的精神，值得大家鼓舞。

當日活動編排得非常有条理，既隆重又生動，將聯會過去兩年來之工作，成功地由各委員以諧趣短劇形式表達出來，是各委員的成功新嘗試。

而聯會之新舊主席交接之接棒儀式，亦有別出心裁的創意。還有，兩位嘉賓的致詞非常具啟發性，例如退而不休、增值自己、助己助人、擴闊生活圈子及共建和諧社區等等，都是值得我們長者去實踐。為多謝嘉賓的蒞臨，聯會送上由長者親自繪畫的國畫給每位嘉賓，以表謝意，活動尾聲更有一別開生面的項目，就是「張胡聯FUN慈善SHOW」記招會。今次能成功籌備這個慶典，實有賴聯會的姑娘、先生及各委員積極籌備之成果，他們真是應記一功。

回想聯會最初成立時，我也曾當選第一副主席，所以我當選聯會第二屆主席時，內心非常高興。首先多謝各委員推選我擔任本屆主席。聯會過去兩年內的工作一直都在進步中。我希望聯會每一個委員，都發揮合作精神及出謀獻策，將聯會的工作做得更好。特別是推行中央性活動，例如步行籌款這樣大型活動等，都需要大量人手同支持。聯會擔任之角色極為重要，聯會能將各個單位反映出來的意見收集起來，然後集中討論，使到長者的意見可透過聯會向有關團體反映。



李漢泉主席向各嘉賓致謝詞。

明愛長者聯會第一副主席 李貴鈿女士



李貴鈿第一副主席與其他委員以短劇介紹聯會的過往工作。

明愛長者聯會第二屆就職典禮已於七月廿九日舉行了，這次邀請的嘉賓有中西區助理福利專員李源雄先生和立法會馮檢基議員，而兩位的講詞當中，都是鼓勵長者多參與社會事務和政策。在過往兩年，聯會已經參與大大小小不同的社會事務和提出意見，我亦代表聯會加入「長者政策監察聯席」，成為「九個長者及護老者服務單位及自助組織」之一份子，明愛各服務單位合共有萬多名會員，我就代表他們向官員及議員提出意見，所以自從有聯會成立之後，經過培訓和實踐，已經體驗到長者要獲得「充權」一定要「積極參與，主動回應」。既然到2033年，每四人就有一位長者，只要有全面的「退休保障」計劃，到時應該是一個銀髮市場，長者才是消費一族。故此長者的聲音和意見應該帶入立法會和安老事務委員會，一齊共同研究政策。長者已漸漸站起來了，再不是被遺棄的一群，而是積極參與，熱愛社區的一群，仍然有魄力再貢獻給社會。最後以李總主任所說，我們聯會任務「任重道遠，發光發熱」，及我送給明愛安老服務的對聯「明燈亮千里，愛心暖萬家」，與大家共勉。



精彩特格

「我們得獎了！」-「服務耆老、你我做到」計劃 榮獲2004-05年度「老有所為活動計劃」 [全港最佳活動計劃獎]

鍾錦英女士
明愛深水埗長者
社區中心社工



義工代表由安老事務委員會主席梁智鴻醫生GBS太平紳士手中接獲「深水埗區最佳活動計劃獎」



獲「老有所為活動計劃」諮詢委員會主席林貝寧嘉GBS太平紳士頒發「全港最佳活動計劃獎」

本中心於5月中旬接獲社署通知，去年推行的「服務耆老、你我做到」計劃被評為深水埗區最佳活動計劃，並邀請派代表出席6月20日的評選面談會，以便進一步評選出「全港最佳活動計劃」。義工們得悉後，均十分雀躍，在總結服務過程中的得著及喜悅，兩位義工代表懷著既興奮卻又戰戰兢兢的心情，前往面見由「老有所為活動計劃」諮詢委員會主席林貝寧嘉GBS太平紳士為首的評審團。

為進一步彰顯「老有所為」的精神，在整個介紹服務計劃的過程，全由義工代表包辦。而評審的過程可謂相當嚴謹，有點兒像「幾酷一叮」的節目，必需在限時十分鐘內完成，越時者便會「被叮」離場。

在完成評選直至正式頒獎禮當日，即10月22日，社署的保密功夫可謂相當了得。我們能否進一步獲選為「全港最佳活動計劃」，事前全不知情。據了解，今年參與「老有所為」活動計劃的申請，合共542個，而獲資助的活動計劃，亦有290個，我們實在未有足夠信心可以突圍而出。

社會福利署署長劉國城太平紳士、助理署長(安老服務)吳鳳全女士、深水埗區福利委員會及一班同事、深水埗區議會社區服務委員會與頒獎代表來個大合照

直至進入頒獎禮的高潮，由台上的司儀廖安麗女士宣讀：「在眾多計劃中，脫穎而出獲得「全港最佳活動計劃」而得主係——代表深水埗區明愛長者社區中心」。立時，所有的義工們歡呼起來。當義工上台領獎後，女義工更按捺不住，喜極而泣，到台下與工作人員擁擠起來，場面實在令人感動。經過一輪拍照留念之後，我們亦再一次與義工總結整個計劃的歷程、感受與成果。大家都一致認為能得獎與否，並不重要，因為在參與服務的過程中，受惠者的心聲同受益，已成為推動他們做義工，最大的原動力。誠言，能夠獲獎亦帶來另一番的鼓舞及認同，好像為義工們更積極投入服務，注入一口強心針。

藉此，謹向全港的義工朋友致意及互勉，更向長者義工們致敬，希望大家能共同攜手，繼續積極發揮「老有所為」的精神。





「社區支援大使」送湯贈予區內長者



定期的服務，已令長者與義工之間建立起一份情誼，義工及受惠長者均笑逐顏開！



義工為剛出院的體弱長者提供「送餐」及關顧服務

以下篇幅，謹向大家概要介紹獲獎計劃-「服務耆老·你我做到」：計劃在二零零四年六月至十二月期間推行，旨在推動社區人士，參與義工服務。參與的義工包括數十位體健長者、婦女，及區內一班智障人士及他們的家長。計劃內容首先提供有系統的訓練，提昇義工的自信心及服務體弱長者的技巧，然後為社區中體弱的獨居長者，提供一連串的支援服務；包括「溫情靚湯慰耆老」、「每週靚湯速遞」及「醫社慰問一線牽」。

完成訓練後，長者義工與智障人士及他們的家長，組成多組「社區支援大使」。為善用長者易於與同輩長者溝通的優點，並提昇長者的服務形象，主要任用長者義工作為組長，通過「溫情靚湯慰耆老」服務，分組將「愛心靚湯」送遞予區內獨居及兩老長者家中。在探訪過程中，更將所學到的健康飲食的資訊及常識傳遞與被訪長者；此外，亦會了解他們的日常起居生活情況，遇有需要，再由工作人員作個別跟進。

當中發掘了為數不少的體弱長者，再將送湯服務延續至每星期一次，名為「每週靚湯速遞」，加強對體弱長者在健康飲食方面的支援。服務過程中，各「社區支援大使」小隊有清晰的分工及角色，並已建立起默契，通過互相認識、學習及提供服務的過程中，達至社區融和的果效！

至於另一項支援性服務——「醫社慰問一線牽」，是特別針對那些沒有接受正規社區支援服務，而又剛出院的體弱長者而設。由支援大使以兩人一組形式作出配對，為他們提供短期而緊密的關顧及起居生活照顧，包括：探訪、電話慰問、送餐、代購日用品、護送覆診等等，以支援弱者在出院初期的身心需要。

總結這計劃，共有788位長者人次受惠，並得到多方的好評。無論參與的義工，甚或受惠的長者均表示，通過這計劃既真正服務到有需要的長者，又能彌補現有服務之不足，亦為社區支援服務的發展帶來啟迪！



精彩特格

開心fit人 論壇劇場

此計劃獲得
社會福利署
老有所為計劃
2004年
「凸顯長者貢獻獎」

香港總站
明愛天悅長者中心 社工



長者演員表現神似，博得全場掌聲。

計劃構思

近年香港正經歷前所未有的考驗和挑戰，經濟衰退令社會每個階層均備受壓力，曾為這時代貢獻無數的長者亦不能倖免，令本來已經嚴重的長者精神健康問題更加令人擔心。本中心希望透過論壇劇場形式，鼓勵長者認識到自己是具有責任及有能力關注精神健康問題。論壇劇場本為充權行動，為參加者提供很大空間，去思考如何解決問題，並於戲劇中實踐解決問題的方法。

論壇劇場不斷「安歌」

由於區內不少同工看過本中心長者的演出，十分認同論壇劇場的成效，連續兩年(2004-06)元朗區安老服務協調委員會所推行的的大型活動，均加入論壇劇場的形式，明愛天悅長者中心的長者也繼續參演，擔任隨時被觀眾趕下台的演員。

論壇劇場內容

活動中，先以話劇形式表達長者源自家人關係、經濟壓力及健康狀況所引致的精神困擾，引發觀眾討論及發表意見，觀眾更可走到台上擔演角色解決困局，演員亦即席回應。中心廣邀區內不同長者中心的會員參加，亦巡迴到不同的安老院舉辦活動，受惠人數約一千人。

溫情洋溢滿沙明

關懷獨居長者的故事

此計劃獲得社會福利署老有所為計劃2004年「沙田區地區最佳活動計劃獎」。

余麗雲姑娘
明愛沙田長者中心 社工

計劃構思：

獨居長者因經濟拮据或體弱關係，終日呆在家中，乏人關顧，尤其在傳統節日裡，看到人家歡天喜地在慶祝的場面，更覺孤寂。因此本中心特別撥集了一隊充滿愛心和幹勁的長者義工，在幾個中國傳統節日裡，為這群獨居長者舉辦團聚活動，與眾同慶，同時也希望藉此提高獨居長者們對健康的關注。此外，此計劃更邀請了多個義工團體協助，令活動得以順利開展。現在，就讓我們一起重溫當中的溫馨片段。



團體伸展運動



新春活動

- 此計劃以一夏日旅行作為序幕，由於收費便宜且行程輕鬆，吸引近80名獨居長者參加。
- 透過20多名長者義工的悉心安排和親善接觸，令彼此建立了良好關係。
- 中秋節期近，中心義工於中心努力學習製作月餅，供獨居長者作應節禮品。
- 聖誕期間，中心義工又安排了外遊活動，陪同獨居長者欣賞聖誕色彩繽紛的裝飾，看得他們「心花放」。
- 為行動不便或未有參加在外遊活動的獨居長者，舉辦多個聖誕慶祝節目，更連同明愛沙田幼兒園及幼苗培育計劃的可愛小朋友的精彩表演，整個中心禮堂也充滿了不少歡樂的笑聲。
- 春節快到，一群書畫班的師生協助「寫揮春」，將串串祝福送予獨居長者。
- 在新春活動中，中心義工向近百名獨居長者齊唱賀年歌，炮製午膳洋溢新年歡愉氣氛。
- 計劃亦邀請了中心粵曲組師生，在沙田大會堂文娛廳，為近300名獨居長者獻唱多首名曲，令人聽出耳油。
- 邀請到「香港物理治療發展關注小組」一群青年義工，向長者個別教授正確運動的方法。



夏日活動



長幼活動

透過多月來長幼活動的連串活動，不但令一群獨居長者建立支援網絡，感受到人間溫暖，亦能提供機會予不同年齡的義工發揮所長，實踐「老有所為」及「長幼一家」的精神，可說收穫豐富。



精彩特格

「數碼繽紛、長者共享」計劃

許蕙玲姑娘
明愛元朗長者社區中心
發展及教育服務 社工

夥伴攜手參與社會服務 推動數碼共融、同建訊息社會 消除數碼鴻溝



開展禮嘉賓及義工留影



支票移交儀式

「數碼繽紛、長者共享」計劃

獲數碼共融基金撥款\$185,000，推行為期兩年的數碼共融計劃。

目標對象，涵蓋不同類型的長者：

既有住在社區健老，並有住院及接受家居照顧的，最特別地方是包括新界西北鄉郊的長者提供接觸資訊科技的機會，保持與社會聯繫。

計劃舉辦活動內容

包括：宣傳開展禮、二手電腦回收、「數碼大使」培訓、IT長者資訊工作坊、參觀/講座交流、長幼聯網互傳情、數碼實踐及製作VCD及上網分享等。



長者義工學習使用手提電腦



服務內容係好豐富去配合不同類型長者的需要：

社區宣傳活動

長者數碼繽紛開展分享會及二手電腦大收集社區宣傳活動：
招募數碼大使參與

培訓活動

「數碼大使」培訓計劃
軟硬件認識重溫
如何教授長者學習資訊知識

服務及學習活動

「IT長者」資訊工作坊
數碼大使因應不同類型長者程度需要，教授長者資訊科技知識
健老：學習基礎、進深電腦知識
弱老：學習復康軟件
鄉郊長者：基本知識

學習實踐活動

長幼聯網互傳情
配對長者與學生，透過電郵、傳情帖、視像會議、或網上日記，互相傳情

參觀或學習講座

參觀和數碼資訊有關的機構或單位，或邀請有關單位派員親往長者單位分享主講

數碼實踐

數碼大使教授長者用電腦製作各類小玩意，如：書簽、匙扣、T恤、相片編印、賀卡等

跟進

設立鄉郊數碼站
技術支援

總結

數碼繽紛分享會
各類資訊攤位展覽
出版有關刊物及VCD宣傳上載網頁



電腦攤位



長者導師鄧天恩分享

開展禮分享會

現正展開首階段活動。於7月29日元朗劇院上午十時，進行了開展禮分享會儀式，邀請到社會福利署元朗區助理福利專員林定權先生為主禮嘉賓，其餘的嘉賓包括有沙橋村村代表陳錫儀先生、崇正新村村代表古強華先生、白泥村村代表郭作華先生、下白泥村村代表郭德和先生，蒞臨出席。

是次分享會，長者分享學習電腦的心得，其中長青學院長者義務導師：梁鑑波先生表示學習電腦後可與大陸親人電腦聯絡，而另一位鄧天恩先生表示現今長者均十分認真學習，只需細心教導便可。同場並有電腦攤位展覽供長者參觀。

首階段活動同時需要收集二手電腦，提供予有需要的鄉郊長者或長者院舍使用；同時亦招募長者義工，中心會安排培訓，使成為「數碼大使」，可以參與計劃舉辦的系列義務數碼科技活動。

歡迎參與

有意捐贈電腦的人士或機構，及有興趣參與義工服務的長者，可透過網頁 www.caritasse.org.hk/decc/yldecc/yldeccnews1.htm 瀏覽有關詳情及下載相關表格。

傳真 2474 3481 或
電郵 seylme@caritassws.org.hk 或直接交回
新界元朗水邊圍邨盈水樓11-20A地下，
明愛元朗長者社區中心收。



明愛安老服務

余美玉女士
安老服務督導主任

防止長者被虐計劃

傳真

榮獲

2005年度
卓越實踐在
社福獎勵計劃

冠軍

明愛安老服務轄下的「防止長者被虐計劃」，參加了由香港社會服務聯會主辦 2005年度「卓越實踐在社福」獎勵計劃，在91份傑出計劃中突圍而出，榮獲非主題組別冠軍，反映出計劃能適時及有效地回應本港長者被虐的問題，推動業界及社會人士關注保護長者工作。

自2001年起，本計劃獲得獎券基金的資助，透過與不同單位的合作，推動防虐老工作，服務範圍覆蓋西九龍及新界。首先，在此僅對大家的支持和協助，致最衷心的謝意。在這四年期間，本計劃透過提供多項處理虐老問題的直接服務，實累積不少具啟發性及前瞻性的實踐經驗。自推出以來，共接獲494求助電話、129個輔導個案、輔導及支援性小組次數達97次、為地區內不同的單位提供174次講座(受惠的長者和社福界同工約有11,873人次)、177次大型社區教育活動、9次研討會，還有義工訓練、外展及轉介服務等等。

本計劃雖然於今年四月一日正式結束，但相信香港虐老問題，並不會因計劃結束而被遺忘。盼望未來推動保護長者的工作，有賴大家的共同努力，以建立敬老愛老的社會。為了促進各服務單位能繼續推行保護長者的工作，香港明愛安老服務及基督教靈實協會特別整合了在計劃中的寶貴經驗，在獎券基金的資助下，出版了一系列刊物及教材供各同工作為參考，現在此為大家介紹：



虐老個案彙編

輯錄了十多個長者被虐個案內容，並由本計劃顧問陳沃聰博士就工作人員的介入手法給予專業意見，當中亦包括相關文章及資料分享。



預防及處理 虐老個案 工作模式實務手冊

以長者地區中心或長者鄰舍中心為出發點，介紹如何從不同層面，推動防虐老工作，及為有需要之個案作出適時的介入。本實務手冊亦亦包含有關訓練或小組之參考樣本。



處理長者 被虐個案 常見問題彙篇

處理被虐長者個案中，工作人員常遇見的問題，如法律、房屋或經濟等，列出相關資料，以供前線同工參考及查閱。



教育視像光碟

以話劇形式，帶出於社區中及院舍中的長者被虐問題，並探討工作人員於介入時應注意的地方。



「耆趣天地」棋盤

棋盤分長者及護老者兩部份，讓參加者可於輕鬆的氣氛下分享他們對長者被虐問題的看法，及討論有關處理方法。



踏實之旅

盧少清女士
促進健康工作小組召集人

服務速遞



長者跌倒風險高，防跌行動

由今年四月開始直至現在，中文大學醫學院及香港明愛安老服務攜手合辦為期三年的「踏實之旅-社區防跌行動」計劃已有初步成果。並協助了全港約一千五百多位六十歲以上長者及更年期婦女進行防跌評估及跟進服務，年紀最大為九十四歲，中位數為六十七歲。當中發現本港約七成的長者視力功能減弱，五成長者平衡力差，以至影響日常的生活，以及四成長者經初步檢驗有極大機會患有骨質疏鬆症。這些因素導致長者跌倒及骨折的風險增加。

針對長者跌倒的風險，中大有關專業人員在明愛各區的服務單位舉辦防跌講座及防跌諮詢站，教育大眾防跌的重要性及為個別長者提供專業防跌意見。除此之外，中大亦為明愛義工提供專業培訓，在各服務單位開辦「防跌健體十式」班及家居安全探訪服務，為有需要的長者提供適切的跟進，在義工大力的協助下，受惠的人數大幅增加，希望能同時減低他們跌倒的機會。

「踏實之旅—社區防跌計劃」的目的：

- 1) 找出高危跌倒的長者
- 2) 界定長者跌倒的危機及因素
- 3) 提升長者之防跌意識及能力
- 4) 提升「零跌倒」之環境
- 5) 提高服務的覆蓋面及受惠人數

跌倒危機評估數據

基本資料：
 時段：4/2005—9/2005
 地區：六大區、十大區
 (深水埗、沙田、元朗兩區、天水圍、東區、西貢、葵青山、香港仔、牛頭角、觀塘)
 合作伙伴的數目：20
 受惠者：1,547人 (平均每日258人，原定166人，非會員人數：952人 (42%))
 長者年歲：67歲 (中位數)，最大94歲
 性別：85% 為女性
 健康狀況：23% — 無長期病
 16.4% — 服用三種或以上的藥物**
 10.5% — 有四種或以上的長期病**
 跌倒記錄：20% — 過去一年有一次或以上跌倒**
 骨折記錄：2.4% — 曾有骨折**
 **顯示的是高危跌倒長者具有的特點。

1. 防跌教育講座：參加者人數 1165 (75%)
2. 醫護人員諮詢站：參加人數 210 (65%)
3. 防跌太極班：參加人數 98 (45%)
(繼續練習的長者自覺提高了平衡力)
4. 接受家居評估：人數 68 (31%)
5. 接受安排家居改裝：人數 9

有興趣的社區人士可致電服務
預約熱線：8120-0760

專業醫護人員與義工結合





為了加強防跌太極十式的果效，工作小組聯同中大職業治療師繼續研究強化太極班的參與及學習質素，例如：

- 再深化導師的訓練，包括招式的準確及教育的方法，並備有考試及畢業證書；
- 與其他機構合作時，邀請該機構之職員協調太極班之安排事宜；
- 重檢太極VCD之易學程度；
- 每區成立「太極同學會」，舉辦小組、重聚活動、獎勵計劃和定期評估，藉以增加參加者繼續進行太極練習的持續性。

另外，每區邀請治療師的團隊，加入需要協助的諮詢站和家居安全的改裝跟進工作，盡量達到服務一條龍的目的。我們並研究購買防跌新科技的儀器，由於根據最近的研究結果顯示，接受了三個月的高頻率低震幅震動治療的長者，其平衡反應及移動均有顯著的進步。故此，我們考慮在各區添置儀器，為一些長者進行高頻率低震幅震動治療。



總主任出席九月十七日之預防長者跌倒及骨折國際會議及記者會

同時，為了吸取更先進的知識及加強交流，工作小組亦派員出席由香港中文大學矯形外科及創傷學系主辦的全亞洲首個國際性、跨界別合作的預防長者跌倒及骨折國際會議。這會議讓我們認識到海內外防跌專家的研究，及長者服務團體在社區內進行防跌措施、及防跌新科技的示範，有助我們深進防跌防骨折的行動。



盧少清主任在國際性之研討會中文交流及演說

羅潔儀主任出席「社區防跌計劃」簡介及分享會為活動推廣及初步成效檢討



中央菜譜的**實施**

胡曉珠女士
膳食小組成員



明愛安老服務屬下有很多不同類型的服務，例如院舍、日間護理中心、家居照顧服務等，當中大部份都有提供膳食服務，有送到使用者家中，或是堂食形式。

食物質素好壞、烹調味道如何、清潔衛生程度、甚至是餐單配搭，都是成功膳食服務的重要元素。為提供優質的膳食服務及管理，安老服務便成立膳食工作小組，其中一項工作便是製定中央餐單。

費盡心思編餐單

能編寫一份顧及均衡營養而又富於變化的餐單，對服務使用者而言便是相得益彰之事。但作為服務提供者的角色，我們面對的服務使用者有近乎百分之九十九是長者(其中少於1%是傷殘人士或有需要家庭接受家居照顧服務)，當中以體弱長者為主。他們在味覺、消化能力、咀嚼食物方面，都有一定程度的退化。如何編寫一份多樣化、又符合均衡飲食及切合使用者需要的餐單，是一項傷腦筋及花時間的工作。相信不同單位負責編餐單的同事，每星期、每個月都要費盡心思、時間，以編寫一份完美的餐單。

集思廣益的成果

我們的構思是希望編寫一份既多元化、而又適合服務使用者需要的餐單；同時減輕前線同工在編寫餐單時的壓力及時間，上年十月小組已成功製作了第一份中央菜譜，供不同單位使用，其後第二份中央菜譜，更集思廣益及符合均衡營養的菜譜——由工作小組成員編寫，再經營養師修訂。當然我們工作小組亦明白，每個服務單位都有其特別情況，故此，單位亦可按情況，酌情修改餐單菜式的配搭。

或者，有人認為編寫餐單是一項微小的事，但這項工作，卻影響著我們如何提供優質的膳食服務。



情願共享

愛情長跑 — 「情書」共享

一封情書 勝過 千言萬語

徐鳳儀女士
明愛深水埗長者社區中心社工

你寫過 / 收過情書沒有?

「情書」一個既浪漫，又動人的名詞，相信較年輕一輩於談戀愛或已婚後的階段，亦曾經寫過或收過一封甚至許多封的情書。但對長者而言，「情書」可能相對較為陌生。這與教育水平、又或中國人傳統地於表達自己情感過於含蓄有關，故此要向對方說出自己的感受，又或完完全本地寫出來給對方，是一項十分艱巨的事工。更有人認為一旦愛情之花燦爛地開過後，再向戀人道出情話綿綿、關懷備至、甚至要寫情書等行為只是造作、不必要及很不自在的事。

情書的魅力何在?

究竟老夫妻需否向另一半表達愛意？究竟為什麼要寫情書？究竟怎樣寫好一封情書？一連串的疑問，確實是由一位從未想過自己會寫下第一封對妻子表示愛意之「情書」的長者，向筆者所提出的。深信這亦是大部份長者們心裡的疑問。

簡單來說，相信透過「情書」可以達至情感、思想上之交流。要表達對戀人之愛意並沒有分「婚前」與「婚后」之說；也沒有年齡限制；相反夫婦間應當隨時隨地交流彼此情感，珍惜彼此相聚時刻。尤其是夫婦能活到白頭偕老，並不是必然的事，兩人一同經歷人生，除了是緣份所致，亦須花心思去為這段姻緣繼續發放異彩。

究竟年長夫婦於晚年婚姻所追求的是什麼?

雖然沒有太多相關於長者晚年婚姻生活之調查或研究，但從接觸長者經驗裡得知，他們嚮往婚姻生活不是一天到晚追求著愛，而是夫婦二人簡單地把家居弄得整潔、時而說說笑、兩人一同吃飯、一同看電視等等，過著有規律的二人世界。這樣的生活已叫人十分羨慕。倘若在平淡的生活細節裡，嘗試加上一封發自內心書寫的「情書」，定能將你內心真摯感受向對方道出，使彼此感情更進一步。

以下是一位長者寫給太太的情書:

親愛的老婆:

從兩個人一起生活以來，已經過了四十多個年頭，真是光陰似箭，感覺卻是一眨眼而已。回想起來，當年你離鄉別井，從千山萬水來香港找生活和歸宿，卻遇上我這個「窮光蛋」、「壞孩子」，全多虧了你的犧牲和奉獻。

為了使你安心，故以你的名字購買了一部的士給你。現在辛苦艱難的日子捱過了，人生到了六十多歲的光境，能與你一同生活已感到十分滿足，所以我好感謝你，我永遠都只愛你一人。

丈夫
國強上

不要埋藏自己對另一半的感覺

這位長者之所以能夠勇敢地將自己感受寫出來，完全是因為「嘗試」，他將擔心太太會否接受他的情書暫且拋開，結果寫後那份「感覺」帶給他很滿足、很有一種甜絲絲的感覺，將自己一直埋藏對太太的愛意表露出來。文章用詞清晰簡潔，單從他提及末段要求加回只愛你一人之「只」一字，便可以知道他是十分認真、感情十分細膩的長輩。他誠言只是一封發自內心的情書，實在勝過千言萬語。而他之所以將他第一封的情書公開，完全是基於他那份無私的分享。希望其他長者不要埋藏自己對另一半的感覺，在年老時仍能享受美滿的感情生活。



情願共享

參與

「亞洲發展研究論壇」的回響

李佩貞女士、葉鵬威先生
明愛長青學院義務導師

對長者學習的一種體會

本年9月15及16日，我們出席了在香港馬可勃羅(太子)酒店舉行的「亞洲發展研究論壇」，主題是 - 活力長者在充權、終身學習、再就業和收入及退休保障等方面的探討。論壇由嶺南大學、安老事務委員會及香港耆康老人福利會主辦，贊助人包括國際發展研究中心和香港保險業聯會，論壇同時得到香港退休計劃協會及香港人力資源管理學會的全力支持。

論壇共有百多人參與，過程分為兩部份，首先是主題發言，講者分別來自英國、澳洲、馬來西亞、世界銀行、聯合國亞太經濟及社會專員公署及本港保險和人力管理業界代表等共九人，他們分別就長者就業、社會保障、充權及退休計劃等議題發表研究報告，其中多數是政策方面的論述和提議，較適合政府人員和安老事務的策劃者參考。

論壇的第二部份是由十八個本港及內地社福或學術機構，就論壇的相關主題分享他們的工作和研究，內容包括如何保障獨居長者，到長者的公民意識，由長者消費模式研究，到長者充權和服務等等，而明愛安老服務亦有就長青學院和長者聯會的工作發表了報告。



左一:李佩貞、右三:葉鵬威

論壇整體內容是多采多姿的，使我們大開眼界，而我們最感興趣和關心的，當然是與長者學習有關的議題。綜合起來，我們體會到要將長者教育或者長者學習的事業做好，必須由以下三方面共同去思考：

1

由長者去思考自己的學習要素：

現時長者要學的，包括為什麼要學？學甚麼和如何去學？長者要學習主要是基於心理和生理上的需要：要活得開心，要保持健康的身體，要減慢衰老，要認識朋友，要有快樂社交生活，要發揮自己的潛能，要與社會同步，要得到其他人士的認同，只是為學習而學習，是消耗空閒的時間……，所有這些，都可以透過參與不同的課程或學習過程中達到所需。

而要學甚麼？當然是視乎長者的需要，唯一要考慮的是經濟情況，看看學費是否可以應付得來。

如何去學對長者來說是能力的問題，長者會全情投入，亦會只是志在參加，但無論如何，長者學習進度是緩慢的，很受體質和身體機能的狀態影響，學習之道在於每次學一點，享受學習過程重於成果。

新一代長者更加要思考，如何可以積極參與，包括表達需要，設計自己的課程，投入教學，配合長者如何去學，是「助人自助」，是「學」、「教」和「樂」的融合。

2

由社福機構去思考對長者的教學要素：

包括為什麼要教？教甚麼和如何去教？

現時的長者教育活動及課程，主要是由社福機構策劃和推動，在長者中心進行。機構要思考的，是為什麼要提供長者教育課程？是配合政府「老有所學」的政策？是配合長者的需要？還是為服務多元化而提供多元化服務？

現時社福機構不同類型的長者學習組織，均因應它們不同的設立目標而訂定不同的課程範疇，當然各具特色，是百花齊放式的，而可以開辦的課程，很大程度上是由導師來源，課室空間和教學設施來決定。社福機構要思考的，是如何可以打破種種資源上的限制，辦一些長者真正有需要的課程。

如何教是導師素質的問題。基本上不同的課程，或是同一種類的課程也可以有不同的教學方法，教導長者有專門的學問，是耐心和了解，是愛心和關懷，是鼓勵和讚賞的結合。培訓長者導師變成了提供優質長者教育的急切課題。

3

由政府和其他社會組織（如教育學術機構、工商機構等）去思考對長者教育的資源要素：

包括為什麼要提供長者教育資源？提供甚麼資源和如何去提供？

政府是長遠長者教育政策的製訂者，愈早考慮要走的方向對社會整體愈有利。長遠的長者教育是社會福利，抑或是屬於社會教育範疇？投放於長者教育資源的需要和目的是甚麼？是否有更好的政策配合，可以更有利地運用社會資源呢？

其他社會人士，如教育學術機構、工商界等需要思考的問題，一方面是如何與現時社福機構在提供長者教育上的合作，一方面是在政策、運作要素和學習模式等進行學術研究。而商業機構更可以在資源上積極投入，作為社會責任企業公民參與的一部份。

後記：作為長者義務導師的我們，高興見到社會上不同的機構，不同的學者，不同的社會工作者可以聚首一堂，分享長者學習的研究和工作成果，是開始攜手努力的時候了。



劉港生先生講解「充權在明愛長者聯會的應用」



黃國慶先生

嚴景棠先生

論壇後.....的兩點感想

黃國慶先生

明愛長者聯會政策小組委員

嚴景棠先生

明愛長者聯會元朗長者中心常委

在上述舉行研討會中，明愛長者聯會由工作小組召集人劉港生代表分享。內容包括有充權理念、政府的政策、明愛長者聯會的成立背景、活動精華、未來計劃、服務使用者及職員的經驗等。當中亦派出兩位委員參與，讓長者可擴闊視野、認識亞洲區內長者議題的最新現況、發展、困難及處理辦法。

研討中帶來了一些感想，明愛中區長者中心，黃國慶委員有以下的分享：「我非常感謝三個主辦單位包括嶺南大學、安老事務委員會、香港耆康老人福利會籌辦這個研討會，讓來自英國及亞洲的24位講者分享他們的經驗，出席的講者均準備充足，內容豐富、圖文並茂，使參加者容易明瞭，令我獲益良多。我最留心DBM的執行董事Ms Sue Knox分享「退休的選擇」，當地提及香港未來人口老化情況，我亦能即時在台下回應她的問題。我亦非常欣賞她所提出的健康退休模式，如由每週工作5天減至每週工作4天及3天，讓退休可循序漸進。

我非常欣賞「明愛長青學院」盧少清督導主任及「明愛長者聯會」劉港生先生的分享，他們清晰而扼要地介紹2個服務的重點，讓參與人士可參考明愛的工作及給予意見。

如第二天的分組講座不要同時舉行，可讓我參加全部講座則更理想。我亦多謝大會致送給我一張精美的證書，使我可以留下此美好回憶的見證。」

明愛元朗長者社區中心嚴景棠先生則有如下的分享：「研討會當天嘉賓是來自五湖四海的精英，他們包括有來自Sheffield大學的Alan Walker教授、世界銀行的退休計劃主管Ms Yvonne Sin、聯合國人口及社會融合部社會事務主任Ms Kim-Xuan Nguyen、澳洲陽光海岸大學Leon Earle教授及其他講者，他們的偉論及理據，把現時人口老化、積極晚年、長者充權、社會保障、退休計劃等問題逐一鋪排及分析，使我耳目一新之餘，更能讓我對長者的議題有更廣泛的認識。

當天亦多謝大會提供了嶺南大學的學生提供傳譯服務，使我對講座內容有更深切的了解，讓我可於明愛長者聯會的會議中與各委員分享我的經驗。參與此研討會後，令我深體會到「做到老，學到老」的道理，我頓然茅塞頓開並體會到各專家的學識廣博、領域廣闊，浩如烟海。他們所分享的資料非常珍貴，令我得益不少。」



情願共享

院舍評審



富亨的經驗

余麗芳女士
明愛富亨苑院長

明愛富亨苑曾於二零零三年十月，參加由香港老年學會舉辦之安老院舍評審先導計劃，結果順利通過。約一年多後，院舍評審制度正式在業界推行，本院再次參加。然而兩次評審經驗，對於富亨苑上下職員而言，有著『兩種』不同的『感受』及一種『相同』的『得著』。

評審進程

畢竟是院舍十二年來第一次接受『外審』，上下職員收到消息時皆為『震驚』，心裡不期然泛一大堆疑問，什麼是院舍評審？評審標準是什麼？只有幾個月時間，應從何著手準備？雖然緊張的氣氛籠罩著院舍每一個角落，但面對評審卻是鐵一般的事實。隨後院舍內部成立工作小組，由不同職級代表參加，並安排簡報會及職員培訓。除了讓各職員了解評審的標準、範疇和程序外，最重要的是『心理支援』，強調團隊合作和共同承擔的精神，鼓勵職員以恆常工作模式進行便可。緊接著一輪『衝鋒式』的籌備工作正式展開，包括文件整理、環境執拾及護理技巧重溫等。

好不容易才到了為期三天的評審日，評審員合共七位，當中包括兩位主評審員；相比第一次評審，為期兩天半，評審員只有兩位，加上第一次評審時已建立了一套政策文件，對於評審的標準及程序亦有一定經驗及掌握，在心理上理應覺得輕鬆，但事實卻不然。正因第一次評審通過，第二次一定不可『失敗』，還要比第一次做得更好，持續改善，並視『優質院舍發展』為目標，故此對院舍職員而言，可謂增添了不少無形的壓力。

兩次評審的準則及程序大致相同，評審範疇主要包括四大部份，合共40個評審項目。第一部份是院舍管治(項目1-5)、第二部份是環境(項目6-9)、第三部份是服務流程/照顧過程(項目10-26)、第四部份是資料管理及溝通(項目27-28)，至於項目29-40為補充工具，與現時社署服務質素標準(SQS)類似，但內容上未必完全相同。至於評審當日程序，亦包括四大部份：文件審核、環境巡查、實地護理技巧評核、及與管理層、職員代表、院友、家人、社區協助團體如到診醫生(VMO)面談等。

成果共嘗

兩次評審經驗，對於富亨苑上下職員，可謂『挑戰大，得著多』，職員既要兼顧院舍恆常工作外；亦要在短時間內全面整理文件和作事前準備，工作量大增，但評審後能擴闊員工視野，透過外界專業客觀的評審標準，了解外界對院舍服務質素的要求及院舍現有的服務水平，讓職員有共同目標，一起努力，大大提昇團隊合作精神，持續改善服務。當中得著的除了職員外，院舍的長者亦覺得開心，因為他們能在一間有『質素』的安老院舍中，安享晚年。

同工減壓工作坊

蘇貴成先生
明愛東頭長者中心社工

在這一年多的時間，安老服務為前線同事，先後舉辦了六次的「壓力管理」工作坊。作為工作坊工作小組的其中一位成員，心裡一直有種又喜又悲的感覺。

悲喜交集的心情

「喜」是因為工作坊得到許多同事的支持。記得一年前，工作小組在計劃活動的初期，都擔心沒有足夠的同事會參加活動。不過多次成功的舉辦，證明工作小組把對了同事的脈搏。

「悲」是因為殷切的需要，反映了同事在生活上，正承受著極沉重的壓力。同事所以學習壓力管理技巧和接受服務，亦可能表示同事在平日的生活裡，缺乏學習相關技巧和抒發壓力的機會。

減壓有良方

如一般香港的大眾市民，近年來自工作、經濟、健康、家庭等的壓力，都如洪水猛獸般，朝著我們的同事正面衝來。工作前景波動、工作量提高、服務質素調昇、收入下調、家庭開支增加、健康狀況下滑、家庭關係緊張等，都令人人擔憂不已。

有人說：人很難改變一個逆境，但人絕對可以揀選用什麼反應(態度)，去面對逆境。在壓力管理工作坊裡，我們不是去學習如何改變外在的人、資源和環境，因為「改變」談何容易。相反，我們是去學習發現、提取和應用自己的資源，幫助自己和其他人。

工作坊的內容包括：了解壓力的成因、明白想法對情緒的影響、學習各種減壓的方法，如利用想像、音樂和運動來使精神、情緒和身體獲得舒緩。

能夠為同事做點事，能夠讓同事在短短兩個多小時的相聚，重拾在繁亂生活中遺忘了許久的寧靜和舒泰，我想我和其他工作小組的成員一樣，深感欣慰。但願日後同事能夠把在工作坊裡所學的擴展，將輕鬆和歡愉無限延續！

新職員導向活動日

2005年7月26日上午，對於在2004年6月起新入職的同工，是一個特別的日子。因為這天，來自社區支援服務及院舍服務共65位新入職的同工，匯聚於明愛李嘉誠護理安老院的禮堂，參加新同工啟導日。

活動開始前，早到的同工更協助大會佈置場地，發揮明愛同工熱誠、樂助的精神，值得讚賞。

當日活動內容豐富，同工投入參與。嶄新的熱身遊戲「惺惺相惜」，讓參加者可互相認識及知悉不同服務的職級，更予機會分享加入「明愛」這個大家庭的感受。同工認為選擇在「明愛」工作，因其擁有優良條件，包括「形象好」、「福利佳」、「服務多元化」，大家是否也有同感？

由資深同工以互動及輕鬆的手法介紹機構使命、架構及服務，加深同工對機構及不同服務的理解，如上了一課百科全書堂，收穫豐富。

李寶珍姑娘
同工發展及培育
工作小組成員



資深同工講解「機構使命你我知」，參加者聚精會神聆聽，聽罷一定「知」。

透過「如何在安老服務中體現明愛精神」專題分享中，深入淺出地道出「明愛服務，締造希望」的使命如何在長者中心、綜合家居照顧服務及院舍服務單位實踐情況，令參加者對「愛心爆棚」、「希望滿載」的口號，留下深深的印記。

此外，藉著「服務新趨勢」的精彩短講，讓同工了解服務面對的新挑戰，以裝備自己。活動後，參加者更被安排參觀李嘉誠護理安老院，留下意外的驚喜。大家對此安排表示欣賞，期望日後能安排參觀不同服務單位，工作小組在來年籌備活動時會作考慮。

編者的話

每個人都需要面對生老病死的情況，尤其是長者，更需要為自己的晚年生活及身後事的安排，謀算一番及作好準備。香港明愛抱著以人為本及全人照顧的服務理念，故於2005年7月推出了「寧安服務計劃」，朝著「生時心事得安慰、死後靈魂享安息」的服務宗旨和實踐「愛在生命未了時」，以服務有需要的長者。今期內容除介紹此項新服務外，也分享三個明愛安老服務於2004及2005年所獲的各界獎項。在此，我們很希望與業界彼此分享、共勉，使我們服務的長者，生活得更為充實及多采多姿。

香港明愛安老服務

編 印 : 香港明愛安老服務
督 印 : 李佩菱女士
編委會 : 盧少清、黃桂芳、何沛欣、高志堅
地 址 : 香港堅道2號明愛大廈143室
電 話 : 2843 4722
電 郵 : seco@caritassws.org.hk
網 址 : <http://www.caritasse.org.hk>
製作公司 : realcreation
電 話 : 2771 1317
印刷數量 : 8,000份

印刷品