

溫暖祝福的飯餐 - 「開檯食飯」



農曆新年，阿迪與其他父親一樣為家人過年的準備而忙著，但因過年的額外開支更令他感到煩惱。他與兒子和太太一家三口居於月租\$4,300 約一百呎的劏房。以阿迪每月萬多元的收入，生活擔子不輕，除要支付租金，也要應付各種開支。一家人能壓縮的生活開支本不多，平日只有在食物方面盡量省下來。在過節的日子，遇有額外支出更令他們生活困難。

明愛莫張瑞勤社區中心與香港大學在 2018 年進行「西區基層住屋及生活處境調查」中發現，港島西區存有不少與阿迪情況相類似的家庭。現在西區有多達 3,400 間劏房，租金中位數為 \$5,474，佔住戶入息百分之三十六，為應付昂貴租金只有壓縮各種支出。當中不少家庭居住環境擠逼，劏房內不單沒有一個廚房煮食，只能擠在洗手間作廚房用，一家人連打開飯枱的空間也沒有，吃飯時排排坐在床邊吃。

針對劏房基層家庭因壓縮開支引致食物營養不足的需要，中心去年中獲高富諾有限公司捐款，支持開展先導計劃「開檯食飯」。計劃提供一個可供劏房家庭共用的煮食空間，並透過連繫區內大小商戶和食肆，向他們收集不同剩餘食材，包括由批發市場回收的蔬果，或街市商戶捐贈的豬肉和魚等。劏房家庭可利用收集回來的食材在「開檯食飯」煮出的住家餸菜供家人享用，不單讓他們有更豐富的膳食，中心更提供一個跟狹窄且限制多多的劏房完全不同的煮食環境，讓爸爸媽媽可一展廚藝做出更多不同菜式。

「開檯食飯」正如其名，讓居於劏房的基層家庭可以「開張怡食餐飯」，享受家的空間。計劃更鼓勵不同家庭共用空間，一同煮食，一同吃飯，分享生活，建立社區鄰里關係。讓此處成為街坊們欣賞自己、發揮所長的聚腳好地方，也讓社區共享資源為有需要家庭送上最溫暖的祝福。



感恩遇上「這裡」：「這裡」充滿希望、 「這裡」滿載祝福

「『這裡』確是我的安樂窩！」

「爸爸再沒有不斷致電我，相信他已當『這裡』是他最後的家！」

「媽媽能夠住在『這裡』，尤如中了彩票一樣！」

「這裡」究竟是哪裡呢？就是位於明愛賽馬會荃灣服務樓一所由政府資助的護理安老院舍——「明愛賽馬會恩暉苑」，當中亦有自負盈虧的宿位，合共提供 120 個住宿名額。

普遍來說，很多人都認為入住老人院「生活刻板」、「諸多規矩、限制自由」、「與陌生人同住」……總之就是「冇咁好」、「冇辦法」、甚至「冇希望」。其實凡事總要兩面看，從上述住於院舍的長者及其家人有感而發，相信居於老人院也有多姿多彩的一面。



▲ 位於大樓四樓的明愛賽馬會感官花園

「小孩的時候，家境很窮，根本無錢買來吃；到了長大，礙於老師身份，不敢在街頭吃；到了年老又因為健康理由，不可以放肆的吃。想不到，在『這裡』能夠在職員細意安排下，於年宵活動吃上這個情有獨鍾『糖蔥餅』，萬分感恩！」

乘著地利優勢，院舍在四樓感官花園曾舉行不同節慶活動，包括中秋晚會，上下職員一晚與長者唱了無數遍「月亮代表我的心」；年近歲晚亦在花園來個自家製年宵市場，讓接近 100 位長者參與出席，共同感受到節日氣氛，包括讓馮婆婆再次遇上懷舊食品「糖蔥餅」，既慰藉心靈亦甚為回味！



「我不懂彈琴，但是我每天都會到『這裡』（感官花園）自彈自奏，心情更輕鬆！」盤婆婆感恩在這裡可以享有出入的自由，不需要由家人前來院舍探望自己，才可以外出。現在，甚或與其他院友結伴同行閒聊一番，花園位於大樓四樓，足不出戶便可以親親大自然。

◀ 盤婆婆正在演奏著悅耳音樂，
整幢大樓也在迴響著這美妙的琴聲

「恩暉髮苑」位於大樓五樓，環境打造到如髮型屋一般，任何年齡的人都需要保持整潔的外觀。「奶奶行動不便，要帶佢外出剪髮真唔容易啊！好彩院舍提供剪髮服務，仲有咁靚嘅剪髮房，等我地可以幫奶奶剪頭髮，平時都有乜機會！」吳婆婆媳婦感恩院舍有地方及工具提供，讓她和奶奶擁有親密的回憶。



▲ 媳婦黃女士陪同
吳婆婆剪髮

「這裡」有美好的環境及服務，

「這裡」有愉快的回憶及歡樂的笑聲，

「這裡」滿載祝福和希望，

「這裡」是明愛賽馬會恩暉苑，

「這裡」亦是長者們的「家」。