

# 愛 因你同行 思 坦然分享

## 黎天姿博士

- 英國劍橋實踐神學博士
- 香港理工大學工商管理博士
- 曾任投資銀行及教育集團資深人力資源主管
- 現任香港明愛靈修顧問
- 香港聖神修院神學院客座教授
- 教區生命倫理資源中心研究員
- 英國劍橋 Margaret Beaufort Institute of Theology 研究員
- 英國 Anglia Ruskin University 實踐神學博士生導師



上期介紹了明愛安老服務一系列關懷長者靈性需求的服務，最後這一期將探討不同地區의明愛長者中心的服務特色和重點。

## 明愛安老服務(三) 用愛燃亮身心靈，6D 服務燃希望

在疫情的困局下，明愛的安老服務以「建構實力、提升管理、優化服務」作為服務的核心目標，並身體力行推出各種嶄新服務，用愛燃亮長者的身心靈，真正彰顯了明愛的精神及創造力。今年安老服務的年度主題為「疫下求變、重燃生機」。讓我們一起看看西貢及觀塘長者中心的服務，如何體現這個主題。

### 西貢長者中心：善用資訊科技及加強身心靈關顧

西貢長者中心的願景是打造成一個休閒、恬靜、健康、充滿生趣又體現互助友愛的長者中心，供區內長者使用和參與活動。此外，中心亦積極配合機構及安老服務發展方向，持續改善環境設施，完善各項服務流程，並加強應用資訊科技，與時並進。

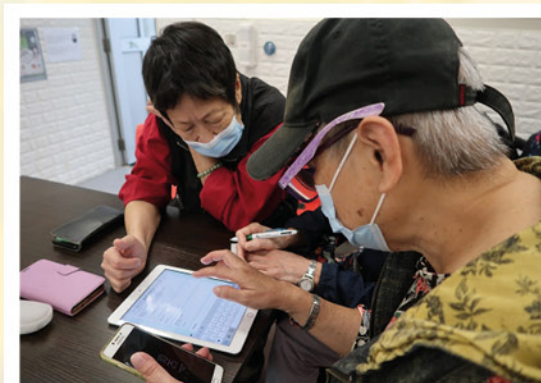
#### 2021-2022年度服務亮點



此外亦重整護老者 WhatsApp 群組及進行服務分流，按不同程度的需要，關顧不同群體之需要及配對適切的服務。中心更特別針對有需要護老者的身心靈需要，推行「護老者身心靈關顧計劃」，以提升照顧者自我關懷意識，分別就身、心、靈三部分進行了以下活動：

在設施管理科技方面，中心重新檢視服務使用者的 WhatsApp 資料及重組 WhatsApp 會員通訊群組，以加強訊息傳遞及服務宣傳。同時繼續推行賽馬會 Community eHealth 計劃，善用財務資源，嘗試推行嶄新及高質的健康活動，並優先使用臻藝坊、臻匯坊及明愛賽馬會照顧者資源及支援中心提供的健康培訓服務。

在護老者支援服務方面，中心增設了「復康用品共享平台」，讓有需要的護老者提出復康用品的徵求或捐贈，營造環保及互助氣氛。



- 1) 身——每季進行血壓、血糖及骨質疏鬆檢查，鼓勵照顧者參與，並連繫明愛賽馬會照顧者資源及支援中心護士或治療師作專業檢查（視乎安排之可行性）；
- 2) 心——增設「護老身心靈茶座」，以藝術、音樂及戲劇形式關顧護老者身心靈的需要，減輕護老者壓力；

- 3) 靈——疫情反覆下，以快方式閃舉辦體驗式訓練活動，如創新工作坊、和諧粉彩，以吸引年輕護老者。如受疫情影響，則改以網上舉行。

中心還積極推行社署老有所為活動計劃——「耆能·智藝」樂傳承，招募體健長者組織成義工隊，以所學的新技能服務社群。活動內容包括：以西貢文化 / 生活 / 人情 / 建築為主題，用相片及短片製作成「眼睛去旅行」展覽予社區人士觀賞，傳承地道文化和歷史；以訪談、拍照及拍片形式，為個人 / 家庭（尤其是患有認知障礙症的對象）撰寫生活回憶集，幫助尋回過往愉快的相處經歷，促進兩代 / 跨代共融。過程中，長者能提升自我效能感及擴闊生活圈子，加強社區參與，體驗和展示「活到老、精彩到老」的生活態度，從而達至締造和諧社區，長者樂享晚年的目標。

### 觀塘長者中心：有效防疫及推動6D 服務計劃

觀塘長者中心按安老服務的目標，全面推動 6D 服務計劃，以回應服務使用者的需要。這些 6D 服務包括：

- Development (發展性)：每季設一健康主題，舉辦講座、檢查及小組
- Disease Prevention (預防疾病)：因應長者需求靈活增減班組，例如加設瑜珈班、木箱鼓班等，並物色更多導師提供更多長青學院課程
- Disability Free (避免殘障)：安排復康用具借用及設立傷健人士教班組
- Anti-Depression (抗抑鬱)：舉辦治療性小組，提供認知行為治療、藝術治療等
- Dementia Care (延智照顧)：維持現行服務之餘，運用老有所為計劃，結合藝術及科技元素，推廣認知障礙症服務
- Dying and Death Counselling (生命關顧)：繼續與寧安合作，每月定期舉辦線上及線下活動，參觀殯儀服務，加強生死教育



#### 2021-2022年重點計劃

- | 6D服務              | 外傭培訓                   |
|-------------------|------------------------|
| 穩固及優化             | 外傭日漸增多，在照顧上扮演角色亦越來越重要。 |
| 認知障礙症服務           | 線上Youtuber             |
| 以多元化元素，增加認知障礙症服務。 | 發展新式服務，吸引更多長者參與／了解中心。  |
| 護老者 - 線上支援        | 義工服務發展及支援              |
| 傳統以外，發展新的形式支援。    | 鞏固及支援中心義工，同時發展合作夥伴。    |

### 明愛安老服務：用愛燃亮身心靈，燃點長者和護老者希望

在疫境之中，明愛的同事們憑著逆流而上的精神，與長者更接近更親密，以愛與智慧創造嶄新且合適的服務，與長者同行同樂同成長，幫助他們踏上「以人為本，善生福終」的人生旅程。對於長者身心的關顧，明愛安老服務已經以多元化服務方式展現出來，祝福每位踏上人生熟齡的朋友，都能自由、健康、快樂地生活。