

活動預告 護花使者大招募

護老者同心同行計劃

簡介：

長者患上認知障礙症情況普遍，引致思維、語言、情緒、行為等各方面的改變和功能減退，護老者承受著各方面的壓力。本活動為護老者提供培訓及情緒支援，促使護老者能以積極正面的態度照顧長者，同時令長者在家中能得到關愛和適當的照顧。

目的：

- (1) 讓護老者提升對認知障礙症的認識，加深對長者衰退的了解，為長者提供合適的照顧。
- (2) 護老者能結識同行者，分享照顧心得，彼此支持，分擔壓力。
- (3) 長者和護老者能溝通和互動，有助他們維繫關係。
- (4) 護老者能有放鬆的空間，亦能和長者建立快樂的回憶。

活動內容：

護老者培訓、講座、小組活動、戶外活動

歡迎中心會員
及其護老者參
加，詳情可聯
絡社工陳瑞寧
姑娘

護花小知識

花兒需要陽光的照射，閒時多帶長者外出活動。
花兒吸收過多肥料容易退色，所以需要均衡飲食。
花兒切忌澆水（照顧）過多，以免令長者失去自我照顧的能力。

園丁：陳瑞寧/洪倩文

農夫：陳暉然（中心主任）

園主：張飛（安老社區服務經理）

電話：3565 4703

電話：2277 8390

地址：九龍觀塘牛頭角下邨貴月樓及貴顯樓地下



微花園

保良局牛頭角長者日間護理中心

繽紛花語

第三期季刊



簡介

花園物語

牛下「綠悠閣」將室外怡人的花園搬進室內，長者可在此欣賞百花的美艷及活力充沛的長青植物。園內種有不同的主題植物讓長者欣賞及進行園藝治療，成為長者們心靈的綠州。

牛下大家庭尤如一個美麗的大花園，園內有我們悉心照料多朵燦爛的花兒，花兒以前在外受着風吹雨打，但憑着個人的特質，他們的色彩未有減退，而且更綻放另一種美態，希望牛下大家庭能成為他們的溫室，繼續為他們提供養份。

這本花語記錄花園內花兒們如何展現他們的個性與色彩，打造一個生氣勃勃的花園。

目錄

簡介

向日葵 - 尤國強伯伯

玉蘭花 - 彭玉蘭婆婆

洋甘菊 - 孫秀珠婆婆

西洋櫻 - 梁東發伯伯

康乃馨 - 郭美心女士（邱貴珍女兒）

牛下車神 - D4（Drivers 4）

夏日植物之選（活動回顧）

護花使者大招募（活動預告）
及護花小知識

P.1

P.2

P.3

P.4

P.5

P.6

P.7-8

P.9-10

P.11

向日葵

79歲

樂觀積極的尤國強伯伯

花語

信念、光輝、勇敢、忠誠

向日葵是種很特別的花，它金黃的花色有如一輪耀眼的太陽，亦具有向著日光傾斜的特性，有著強健的生命力。而它的種子葵瓜子含有豐富營養，是印地安人重視的食物。



尤伯伯是朵朝氣勃勃的向日葵，時常抱著樂觀積極的信念。他平日很喜歡在中心參與各項活動，相片中的他正參與兒時玩具展覽，充滿活力的他能將三個陀螺同時疊起，十分厲害！他最近更參與義工活動，為保良局賣獎券籌款。這朵熱情的向日葵落地地呼籲市民做善事，他的熱情感動著途人，令他們紛紛購買。



他如向日葵般充滿生機，更落下希望的種子，以助人為樂的性格感染他人，令社區也結出耀眼的花朵。

玉蘭花

84歲

助人為快樂之本的彭玉蘭婆婆

花語 純潔、真誠、熱心助人、感恩的心

玉蘭花的外形與蓮花相似，盛開時花瓣展向四方，以片片潔白的花瓣點綴庭園，而且清新可人的香味沁人心脾。

玉蘭人如其名，有著玉蘭花的親切笑容。她熱誠主動，平日在中心最喜歡與長者及職員交談。她常常存著感恩的心，她感謝中心職員對她的關懷和照顧。這朵玉蘭花在中心總會耐心聆聽其他長者分享，鼓勵他們用樂觀積極的心去面對年老的挑戰。



她分享自己從小開始便敬愛長者，幫忙照料年老生病的鄰居，退休後，亦充當義務導師教長者唱歌和跳舞。她鼓勵年青人多關心長者，孝順長輩，建立長幼共融的社區。



「助人為快樂之本」，難怪這朵玉蘭花那麼快樂。

洋甘菊

80歲

勇敢面對挑戰孫秀珠婆婆

花語 不屈不撓、越挫越勇、逆境中的力量

洋甘菊小巧的花身，蘊含著充沛的能量，有著強韌的生命力。它具有藥用功效，能使人放鬆鎮定，舒緩壓力。



秀珠這朵洋甘菊，有著不屈不撓、逆境自強的品德。她雨摧不凋，即使年輕時視力已開始退化，仍無礙她綻放美麗。在中心，她留心聆聽護理員的指示，努力地做健康十式運動，恆常地做拉手和踏單車等的運動去維持身體健康。日常生活中，她雖然有傭人，但仍盡力照顧自己，不想依賴他人。她發揮洋甘菊的功效，舒緩照顧者的壓力。儘管未來會面對身體機能退化等各種難關，她都會勇敢地面對挑戰。她尤如洋甘菊般為花園注入充沛的正能量，感染中心長者積極參與活動。



西洋櫻

65歲

充滿盼望及堅強的梁東發伯伯

花語

盼望、清純、內斂

西洋櫻是告知春天來訪的花朵，早春時開出可愛的花朵。人們只要看到它，就知道春天已經降臨大地了。更加期盼天氣一天天的變暖和，以及更多花朵的綻放。因此它的花語就是盼望。



這朵曾中風及心臟病發的西洋櫻依靠他堅強的意智及努力，現在的他可以走路。他對自己充滿盼望，相信自己可以從鬼門關逃出來，證明自己有能力戰勝病魔；他對現今醫學充滿盼望，積極採用中西治療法；他對未來充滿盼望，相信自己身體會更好。他盼望自己可以穩步以行。因此，他堅持來中心做運動，積極參與中心活動。



有時候，花兒因顏色不夠璀璨奪目而感到失落，但每次提及女兒的時候，這朵花兒尤如吸了朝露，很快便會回復生氣。

康乃馨

不求回報的郭美心女士

花語

謝謝你的愛、真情、熱愛著你、親情思念。

康乃馨代表了愛，一種說法是聖母瑪利亞看到耶穌受到苦難留下傷心的淚水，眼淚掉下的地方就長出康乃馨來，因此康乃馨成為了不朽的愛的象徵。康乃馨代表的愛，形容着親情之愛。



邱貴珍女兒 - 郭美女士悉心照顧婆婆起居飲食，照顧媽媽是生活的一部份，不望回報。每天親自帶媽媽到中心，餵她吃午餐。她的愛完全表達到康乃馨的象徵意義。



這朵康乃馨的心聲

我已照顧長者3年多，由媽媽確診患有認知障礙症（中期）至今，我負起照顧她的日常生活。每天協助她上洗手間、洗澡、晚餐……只要在照顧她，我便會感到快樂。小時候，媽媽十分用心落力照顧我們幾兄弟姊妹；現在由我照顧她也是應份的。媽媽有時候的行為使我感到懊惱，感謝我的朋友和姊妹給予我支持，聽我訴苦。

分享心得

- 試用玩樂的方式與媽媽相處，例如：「如果你記得我的名字，比錢你洗」，「你打我，我唔睬你！」。
- 照顧長者有一定的心理壓力，因此，必須尋找適合的方式舒緩壓力。例如找朋友傾訴。

牛下車神 - D4 (Drivers 4)

中心有 80 多朵美麗的花兒，花兒能好還需要綠葉扶持，牛下這個大花園有著四個男士默默為花兒提供養分。



隆重介紹牛下 4 位車神，他們每天在接送會員、維修中心、協助活動、扶抱長者、運送膳食。他們的職責尤如太陽、水、土壤及空氣，是眾花兒成長的重要養分。



如空氣般自然的凌生

凌生喜歡研究茶藝，更喜歡與長者傾談品茶心得，因此，逢星期一下午牛記冰室會傳來陣陣茶香，凌生即場泡茶，吸引不少長者聞香而至，一睹凌生泡茶的風采。一邊聊天，一邊品茶。有時候，長者會帶私家靚茶來中心給凌生幫泡製，然後一起品嚐熱茶，熱鬧非常。



凌生認為有好的東西要與他人一起分享，獨樂樂，不如眾樂樂。眼見大家喜歡自己泡的茶，自己也感歡喜。凌生表示：「老人家對泡茶都好有認識架，有長者更是品茶專家，在他們身上學了不少茶藝知識。」

如水般靈活的亞偉

亞偉平日喜歡愛說笑，長者們都很喜歡他，亞偉表示：「在其他的安老單位服務了五年，老人家好容易相處，只要老人家感覺到你對他好，他便會對你好，好簡單。」人與人相處是雙向，互相感染。藉著亞偉的正能量，使長者們每天來到中心都是快快樂樂的開始；快快樂樂地結束是日服務。



如陽光的光哥

如陽光的光哥平日做事謹慎又主動，光哥表示「幫得就幫，我都是中心的一部分，方便大家，咪姐係方便自己，何樂而不為呢！哈」。駕駛只是工作一部分，平日，他會主動扶抱長者、與長者交談，當作老朋友一樣。



如土壤般踏實的李生

李生是中心的替假司機，他熱衷於與長者談天說地，與長者心靈上的交流。李生認為與長者相處便是投其所好。首先了解長者本身的嗜好，這可以容易與長者建立關係。



夏日植物之選

- 品種** : 科學苗
種植方法 : 走進實驗室研究玩具與科學的關係，對科學的好奇由此萌芽。
發芽時期 : 23-09-2014



- 品種** : 醒腦快活果
種植方法 : 與長者進行認知訓練，結出堅硬的醒腦果實。
結果期 : 25-09-2014 至 11-12-2014



- 品種** : 海軍陸戰草
種植方法 : 與美國海軍合唱金曲、與長者寫書法、玩彩虹傘、品茶與食月餅，長出中西文化交流的長草。
播種日期 : 28-08-2014



- 品種** : 水墨花
種植方法 : 導師教導長者畫水墨畫，在宣紙上開出朵朵有個性的花朵。
開花期 : 31-07-2014 至 25-09-2014



- 品種** : 慶秋樹
種植方法 : 出席港澳台灣慈善基金舉辦「2014 長者歡聚慶中秋」，百圍長者為秋樹結下千歲年輪。
賞樹日期 : 06-09-2014



- 品種** : OK 馬蹄蘭
種植方法 : OK 便利店及聖安娜餅店，義工探訪長者、與長者猜燈謎、玩毛巾操，送氣球及禮物，令蘭花香氣四溢。
結果期 : 25-09-2014 至 11-12-2014

