



保良局深水埗長者日間護理中心

社會福利署

2014-2016年度「老有所為活動計劃」

《耆年躍動愛相傳 攜手繫家再攀峰》

深深相印·愛同行

計劃分享集



老有所為活動計劃

Opportunities for the Elderly Project



# 目錄



P 1

計劃理念簡介



P 2-3

每節聚會簡介

活動回顧:



- 旅程啟航之旅
- 美食共享之旅
- 景點探索之旅
- 回憶攝影之旅

P 4-13



護老者分享: 我的心底話

P 17

義工心聲





# ☆ 計劃理念簡介 ☆

計劃旨在透過「結伴同遊」及分享環節，鼓勵護老者/青少年義工陪伴長者一同外出遊歷，豐盛長者的晚年生活。



亦讓長者有機會向年青一輩分享維繫和諧家庭之道，從中正面肯定長者的貢獻，增強自信。整個計劃鼓勵青少年義工參與籌備工作及計劃行程，將敬老、護老的元素加入計劃。



# 每節聚會簡介



## 計劃前期

- (1) 招募9對長者及護老者參與活動。
- (2) 義工訓練：商討計劃的行程及分工。

## 計劃中期

- (1) 旅程啟航之旅：向參加者介紹活動的詳情，讓他們明白活動的目的及內容。
- (2) 美食共享之旅：義工和護老者協助長者外出午膳，一同享用美食，歡度愉快時光。

# 每節聚會簡介



## 計劃中期



- (3) 景點探索之旅：義工和護老者協助長者外出參觀尖沙咀香港3D奇幻館，與長者拍攝3D相片。
- (4) 回憶攝影之旅：參加者到影樓拍攝家庭生活照片，為長者家庭留下美好回憶；義工協助長者家庭到深水埗舊區，品嚐特色地道小食。

## 計劃後期

- (1) 與參加者回顧整個活動過程，以分享會作結。
- (2) 製作計劃分享集，記錄整個旅程點滴、護老者及義工心聲，鼓勵長者與其他家庭成員分享。



# 旅程啟航之旅





# 美食共享之旅







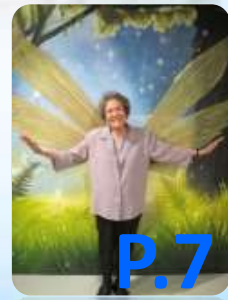
# 美食共享之旅







# 景點探索之旅





# 景點探索之旅







# 回憶攝影之旅







# 回憶攝影之旅







# 回憶攝影之旅







# 回憶攝影之旅







# 回憶攝影之旅





# 護老者分享：我的心底話



李敏儀：

媽媽第二次中風後，身體非常虛弱，她以為自己命不久矣，為了令她有求生意志，我鼓勵她要身體健康，參加我的畢業禮，另一方面，我日間工作，晚上讀書，加上要照顧媽媽，曾經想過放棄讀書，但是為了激勵媽媽，我唯有撐下去，終於完成了學位課程，讓媽媽帶著喜悅的心情參加我的畢業禮。

希望媽媽快樂、健康。食得、瞓得、痾得！

長者姓名：譚和心

護老者姓名：李敏儀 (女兒)



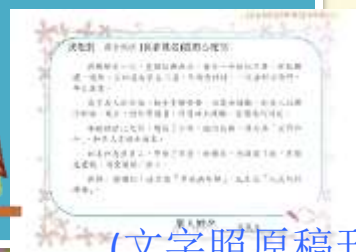
(文字照原稿刊登)

周鳳兒：

我媽媽是一位，虔誠的佛教徒。每天一早梳洗完畢，就抹佛壇，念經。若知道有朋友不適，早晚念經時，一定會祈求他們，早日康復。為了友人的幸福，她會不辭勞苦，四處去鼓勵、和友人做佛法對話。現在，仍然實踐著，有電話去鼓勵，有煩惱的朋友。年齡雖然比以前，增長了少許，她仍堅持，每天為「世界和平」、和各人幸福去祈求。她不但為很多人帶來了希望和勇氣，也教導了我，要徹底重視和珍惜每一個人。媽媽，謝謝你！妳是我「尊敬的母親」，也是我「人生的好榜樣」。

長者姓名：周余佩珍

護老者姓名：周鳳兒 (女兒)



(文字照原稿刊登)

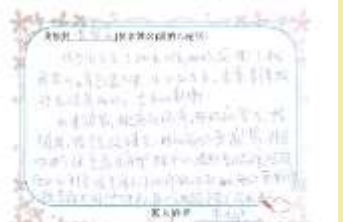




# 護老者分享：我的心底話

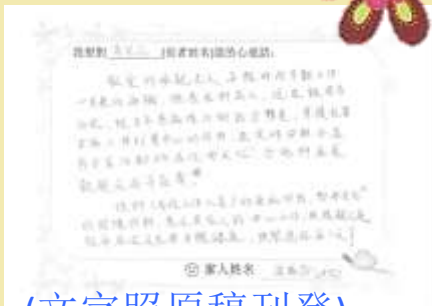
李斌女士：

由於兒子去了北京工作，我們就成了獨居老人。自己退了休，兒子收入少，全靠香港政府在供養我們，萬分的感激。如果沒有政府的供養，我們就要去拾紙皮，拾垃圾謀生，所以我們要感恩，現在你進了保良局日間護理中心，在那裡有姑娘照顧你的生活，這是自己子女都做不到的，我們要感謝保良局日間護理中心每一位姑娘、負責人、司機等。



(文字照原稿刊登)

長者姓名：黃慰文  
護老者姓名：李斌(太太)



(文字照原稿刊登)

涂楊芬：

敬愛的母親大人，年輕時段辛勤工作，一身兼任兩職，撫養我們成人，現在雖老有所依，惟去年患病後活動能力轉差。幸獲社署安排下得到貴中心的照料，並定時安排合適節目或活動給各位老友記，令他們再展歡顏及延年益壽。各位工作人員的無私付出，對老友記的關懷照料，惠及其家人能安心工作，無後顧之憂。敬希各位及長者身體健康，快樂過每一天。

長者姓名：蒲桂流  
護老者姓名：涂楊芬(女兒)

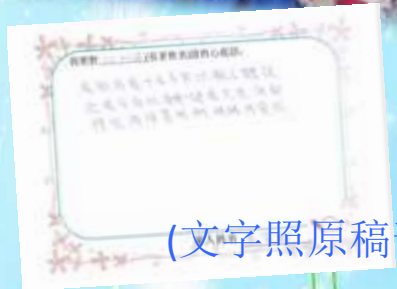




# 護老者分享：我的心底話

袁笑卿：  
 感謝你幾十年辛勞照顧及體諒，近幾年你的健康欠佳，但都撐住陪伴著我們，媽媽我愛你！

長者姓名：江以波  
 護老者姓名：袁笑卿 (女兒)



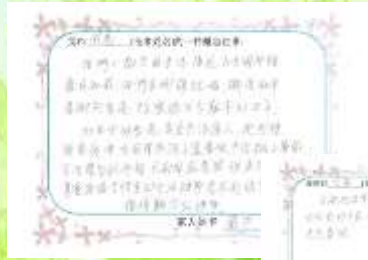
(文字照原稿刊登)



嚴年先生：  
 我們一起共同生活接近70個年頭，歲月如飛，我們在鄉間結婚，戰後和平落腳於香港，經歷過不少艱辛的日子。50年代的香港，真是生活逼人，她那種能屈能伸，在家要帶孩子還要做手作糊口養家，不怕勞苦的性格，只為家庭著想，從來不為自己個人，其實每樣不經意的生活細節，看在我眼裡，都是值得難忘的往事。

多謝她多年來包容我性格暴躁的脾氣，忍受我的不是，希望我們共同一起開心快樂地走到盡頭。

長者姓名：何義  
 護老者姓名：嚴年 (丈夫)



(文字照原稿刊登)





# 義工心聲：

跟老友記到過3D館，跟他們一起扮鬼扮馬，像個小孩穿起道具戲服神氣的樣子，突然覺得他們比我們更青春了！跟老友記一起，最寶貴的就是看見他們臉上掛着的笑容！



Sky



Nancy

我是由2014年開始做義工的，目的是回饋社會。最初是想做兒童的義工，因為我十分喜愛小孩子！但沒有找到。後來做長者義工，發覺他們也像小朋友般可愛，要人寵！而我也能感受到他們回報的溫暖。

最初幫忙帶長者去3D館，他們大部份都玩得很開心，讓平靜的日子有了生氣！

今次去3D館的活動讓老友記們有機會展現活潑生鬼的一面，他們在3D畫像前擺出各種有型姿勢拍照，相信他們對這活動有難忘的回憶！另外，我亦在此活動認識了一些老友記及其家人，大家都因這活動加深彼此的認識，相信將來舉行活動時令老友記更有親切感及增加對義工的信任！



Jane

P.17





保良局深水埗長者日間護理中心

校對及督印：譚巧蘭(中心主任)

編輯及設計：王映漫(社工)

刊物名稱：「深深相印·愛同行」計劃分享集

出版：保良局深水埗長者日間護理中心

地址：深水埗白田邨第十三座地下19至27室

電話：2779 4418 / 2779 4428

傳真：2779 4438

電郵：[shamshuipo@poleungkuk.org.hk](mailto:shamshuipo@poleungkuk.org.hk)

印刷數量：300本

出版日期：2016年1月

贊助：社會福利署 老有所為活動計劃



老有所為活動計劃

Opportunities for the Elderly Project