



生命教育資訊：電影介紹「淪落人」

福利工作員 張嘉豪

內容簡介：

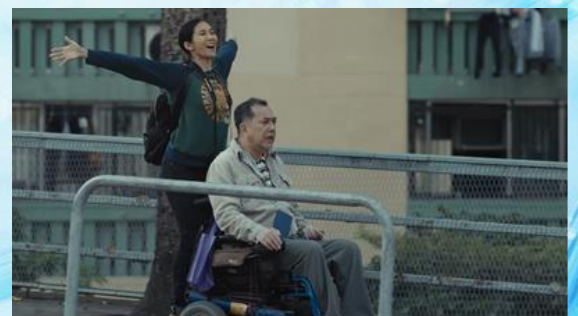
今次同大家介紹一套近期上畫的電影“淪落人”這是一個關於兩個淪落人的故事，電影中透過昌榮與家人的關係及與 Evelyn 日常生活方式及大家互相影響大家向觀眾灌輸正能量訊息。中年漢梁昌榮（黃秋生飾）因意外受傷癱瘓後妻離子散，他認為人生再沒有值得期望的東西，而自己亦不值得擁有任何東西。年輕菲傭 Evelyn（Crisel Consunji 飾）因為現實離鄉別井，來港成為傭人，也放棄了成為攝影師的夢想。某個夏天，這樣的兩個陌生人相遇相識，他們一起經歷的春夏秋冬，學習到底要怎樣面對人生的四季。

在一次因「夢想」話題而起的爭吵之後，昌榮半夜滾落床下，做了一個欲跳樓的夢境，當他試著往下跳，但鏡頭就沿著公寓天井慢慢上升，彷彿死恰是通往自由之途，天井也在鏡頭構圖中，從堅實的牢籠慢慢敞開；後來，當艾芙琳得到昌榮送的相機之後，也站在這個天井下拍攝了天井，鏡頭圍繞著她旋轉，慢慢將手持照相機的她拉出去，只不過這回天井還是包圍著畫面，意味著照相之於她，也只能是局部的、象徵性的自由，但無論如何，從天井射進來的光已經給人很強的積極性了。



反思：

雖然 Evelyn 因為生活要離鄉別井到香港成為傭人而放棄做攝影師的夢想，但她沒有放棄過攝影，每個人都會有屬於自己的夢想，或者因生活環境要實現夢想未必是一件很容易的事，但有時候想一想自己的夢想也會成為一種動力。



資料來源：

[The News Lens](#) [關鍵評論網](#) [藝文](#)



精彩活動

中電與您健步行

內容：中電義工與長者一起同遊健步徑，舒展身心。

日期：25/5/2019(六)

時間：上午 10:00-11:30

集合地點：中心

活動地點：康寧道公園健步徑

費用：全免

名額：35 人(社區飯堂飯友優先)

報名日期：5 月 7 日下午 2:30

至 5 月 18 日

負責同事：林韋坤先生

粵曲敬老演唱會

內容：欣賞粵曲

日期：10/5/2019(五)

集合時間：上午 11:45

活動時間：下午 1:00-5:00

地點：保良局總部局梁王培芳堂

費用：\$10

名額：46 名

負責同事：張嘉豪先生

生命號@陳守仁小學

內容：招募義工進行生命教育活動

日期：16/5/2019(四)

時間：上午 10:30-下午 3:30

集合地點：寶糧 CAFÉ

費用：全免

名額：8 名

對象：中心會員

報名日期 5 月 7 日-5 月 10 日
下午 5 點

負責同事：洪倩文姑娘

「第四期」創藝同行 長者藝術推廣計劃

內容：提供各類班組，發揮創意及藝術。

畫畫班日期：

7/5, 14/5, 21/5, 28/5 (二)

音樂班日期：

2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5 (四)

手工藝班日期：

3/5, 10/5, 17/5, 24/5, 31/5 (五)

時間：下午 2:15-3:30

對象：服務券使用者

名額：10 名

負責同事：謝小霞姑娘及
張嘉豪先生

玫瑰頌親恩

內容：製作手工花

日期：8/5/2019(三)

時間：下午 2:30-3:30

地點：寶糧 CAFÉ

內容：製作手工花

名額：20 名

負責同事：張嘉豪先生

活動剪影

與機械人齊做運動



創藝同行計劃



陶土創作共融活動



生命園藝小組



上期介紹過認知障礙症中最常見的阿茲海默症，今次為大家介紹第二常見的類型——血管性認知障礙症。它的成因是腦部發生連串中風或血管疾病，導致腦部功能逐漸受損。根據病理，血管性認知障礙症比起阿茲海默症有更明確的預防方法。



比例

佔整體病例
20-30%

成因

心、腦血管
疾病引致腦
部不同程度
中風

病情發展

病情隨中風
復發出現
衰退

受損能力

視乎腦部受
損位置而定

目前認知障礙症沒有簡單直接的預防方法，但是健康的生活習慣有助減低患上認知障礙症



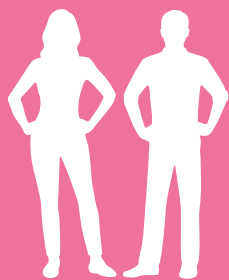
多動腦筋

閱讀、學習樂器
和下棋都是不錯的
選擇！



多做運動

慢跑和球類運動
都可以喔！



社交生活

培養興趣，多與
家人或朋友交談
和參與活動吧！



適飲適食

保持低糖、低油、低
鹽飲食，避免吸煙及
酗酒。



正面情緒

保持心境愉快、
正面思維，多欣
賞、多感恩。

避免患上腦血管疾病



預防及控制高血壓、糖尿
病、心臟病及中風，定期檢
查，及早求醫，都是預防血
管性認知障礙症的策略！

資料來源：

社會福利署「全城認知無障礙大行動」《關注認知障礙症錦囊》

4月生命號剪影

4.4.2019(四) 廣東道官立小學

12.4.2019(五) 觀塘幼稚園暨幼兒園



長者快樂故事

大家好，我係劉潤琮，係社區照顧服務券既使用者，平時返到中心除左做運動同用日間護理服務之外，我都好鐘意培養同學習唔同既興趣架，最近就參加左「創藝同行計劃」，每個星期有三日，導師黎中心教我地手工、畫畫同音樂，每次上堂我都好開心架，又有野學，導師又教得好，班老友記又好好，你地睇下我笑得幾開心就知啦，正所謂活到老學到老呀嘛~!



銀齡閃耀顯才華

「銀齡閃耀顯才華」計劃是「耆青小丑」的延續，為期2年。今次計劃將會有5大培訓項目，分別是默劇、魔術、布偶、雜耍和氣球。剛剛3-4月份期間已完成布偶班，日後，華永快樂小丑隊又多一項表演環節，宣傳「快樂」訊息。



惡劣天氣 中心安排	T1	L3	▼8 或以上	 Amber 黃	 Red 紅	 Black 黑
中心開放	✓	✓	×	✓	✓	×
戶外活動 安排	✓	×	×	✓	×	×

督印：張銘森 校對：洪倩文 編輯及設計：林韋坤 印刷300份

5月份例會時間：2019年5月7日 上午9:30 (星期二)

6月份例會時間：2019年6月4日 上午9:30 (星期二)

中心地址：觀塘雲漢邨漢柏樓地下5號 電話：3690-2291

傳真：3690-2294 電郵：bmcpc@poleungkuk.org.hk

中心開放時間：星期一至六：上午8:30至下午6:00

星期日及公眾假期休息