



### 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：

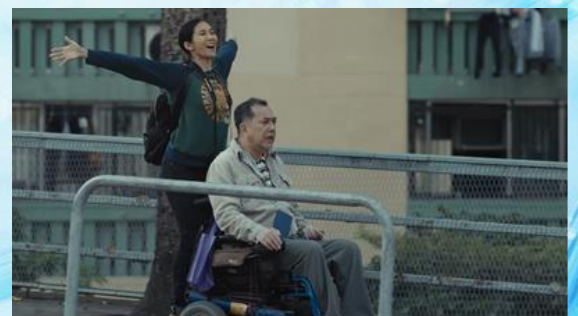
今次同大家介紹一套近期上畫的電影“淪落人”這是一個關於兩個淪落人的故事，電影中透過昌榮與家人的關係及與 Evelyn 日常生活方式及大家互相影響大家向觀眾灌輸正能量訊息。中年漢梁昌榮（黃秋生飾）因意外受傷癱瘓後妻離子散，他認為人生再沒有值得期望的東西，而自己亦不值得擁有任何東西。年輕菲傭 Evelyn（Crisel Consunji 飾）因為現實離鄉別井，來港成為傭人，也放棄了成為攝影師的夢想。某個夏天，這樣的兩個陌生人相遇相識，他們一起經歷的春夏秋冬，學習到底要怎樣面對人生的四季。

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



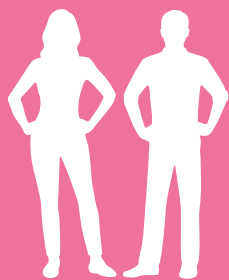
### 多動腦筋

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