

「種子故事」舉辦 「陪您過·聖誕」活動



拔萃女小學邱副校長指導學生唱聖誕歌及由「種子故事」陳翠輝小姐引導與長者一起玩遊戲，盡顯對長者的關懷。



「種子故事」陳翠輝小姐與資助商維建醫務部均可小姐引導才藝學生如何與長者溝通及玩遊戲。



「種子故事」陳翠輝小姐與資助商維建醫務部均可小姐引導同學分享活動後心得，以加強敬老意識。

有一年冬天的深夜，我們經過灣仔內街，看見一位老婆婆。老婆婆腰已經彎得近90度了，估計她有近80多歲。她推着手推車，手推車上疊着高高的紙皮，她一邊推紙皮一邊掉下來。我們下車嘗試幫忙執起紙皮，她卻拒絕了，雖然她並沒有說話，但她的眼神彷彿在跟我們說：「我仍可以自己撐下去！」香港是一個富裕的社會，而灣仔則是香港平均收入最高的地區，卻仍有很多需要幫助的人。作為香港有能力的人，除了物質外，究竟我們可以如何幫上？

一年一度聖誕節剛過去，因疫情關係，大家都不留港過聖誕，令大街小巷人頭湧湧，但縱使如此，也隨處可見一家大小流露着幸福愉快的心情，歡度聖誕的畫面。電台在街上訪問行人如何歡渡聖誕，有人說在酒店過幾天的 Staycation，有人說花五千元買禮物和食聖誕大餐，有人在家中開派對宴請一眾朋友。然而，在愉快畫面的背後，一群長者可能在節日下被忽略，而「親人陪伴」是長者最大的渴求，也是最佳的聖誕禮物。

本港人口持續老化，其中約三十萬個家庭成員皆為長者，獨居的長者大約佔有十五萬人，而獨居長者或雙老家庭正在急劇增加。大家享受節日氣氛的同時，一群曾經為香港默默付出的長者們是最容易被社會遺忘的。長者們在年青時（由1970至2000年）默默耕耘，用雙手搭建自己的家，打好香港的經濟基礎，見證了香港經濟繁榮的時代，為現在的香港奉獻出自己的青春。而我們現在的得益，亦正因為他們的付出。

他們的青春和體格亦跟着時間流逝。面對健康的退化、老伴離去、兒孫們因各種原因未能在身旁……在這濃厚的節日氣氛使他們倍感寂寞悲傷，情緒及健康同樣受到困擾。

今年「種了故事」與不同地區的社福機構聯手，為長者舉行「陪您過·聖誕」活動，邀請多間小學合唱團為長者獻唱節日歌曲及玩遊戲，我們希望將相隔半世紀的年齡層拉近，透過遊戲、表演、派禮物，令兩者互相感染，打破不同年齡層的隔閡，將笑聲帶給給社會忽略的長者們。



同建關愛社區 維健關懷長者身心健康

維健醫務：作為前線的專業醫療機構，我們深明香港人口老化的情況，每天我們均要處理長者在健康和心理健康的需求。除了適當的醫療服務，長者的心理健康十分重要。「開心」是一顆很有效的藥丸，可以治療長者很多的心理問題。小孩

的純真和愛，是長者們希冀的，有時可能比我們的專業服務更有效。

這次「陪您過·聖誕」讓孩子們可以親身送上「開心」和「歡樂」給長者，讓他們過一個不一樣的聖誕。



卓經國際 (HRS) 深培培育學生 個人品德和愛心教育的重要性

香港最重要的「資產」是人，培養將來的人才是重中之重。除了基本的教育和STEM教育外，個人品德和愛心教育亦很重要。

現今科技可以拉近不同地區的人和事，卻同時讓人與人之間的距離愈來愈遠，社會變得冷漠，也容易忽略身邊的人，特別是長者們。所以我們需要更多的愛及同理心。

作為教育界的一分子，我們明白親身體驗更能有效教育現代的孩子，讓他們深深明白到「親人的陪伴」比任何物質禮物更為珍貴。所以我們十分認同今年「種子故事」的「陪您過·聖誕」活動，意義十分深厚。這活動讓有能力成人和孩子用愛去感染每一個人，喚醒每人心中的愛。

尤其我們未來的主人翁，希望在這次活學活用的真實環境中，能深深體會到用愛去感染別人和與人分享自己的歡樂和助人的樂趣。從而經不覺地領悟同理心及愛心，珍惜眼前的一切。今次活動將會把助人的種子植入學生們心中，深刻的體會使他們懷着同理心及愛心，健康快樂地成長，並用愛建立良好的品格，將來對社會作出貢獻。

拔萃女小學及優才書院全力參與 盼學生實踐宣揚愛

拔萃女小學邱副校長亦非常同意「陪您過·聖誕」活動能提高學生的同理心及愛心。她認為今次活動能啟發小朋友，體驗關愛長者，是真實的一次經驗。尤其大部分小朋友最常接觸的長者都是

家人，能對外與社區中心的長者接觸及互動實在機會難逢。邱副校長表示，讓小朋友們學懂關愛長者，孝順父母及祖父母，是最重要的參與目的。若再舉辦類似活動，她希望能再次帶同學生們參與，可以加強學生的同理心和愛心。她指出，這次的探訪、表演及學生與長者傾談的經驗非常難得，平時較少有機構舉辦同類活動，因此缺乏機會參與，難得主辦單位「種子故事」安排活動，能參與其中。於今次活動中，小朋友們與長者們互動及相處過程中，由初初的陌生，到後來打成一片，小朋友們能對長者們展示關心，整個活動實在對學生們別具意義。

陳老師強調，傳揚愛及品德對學生而言最為重要。尤其現今社會最需愛，她希望學生們能「learning by doing」，透過行動來體驗，實踐宣揚愛，不再只掛口上，行動最為實際。今次的活動，正能夠確切地宣揚愛，學生們不只局限課堂上的學習，實在令他們獲益良多。



同學親身體驗關懷愛

拔萃女小學黃同學和潘同學均表示透過今次活動憶起自己祖父母。黃同學細說，活動中一名婆婆聽覺較差，「種子故事」義工於是靠近婆婆並以溫柔聲線引導婆婆，此舉令黃同學印象非常深刻，因為剛好她的公公也是聽覺較差，令她明白可嘗試以義工的耐心方式與她溝通，希望公公的聽覺更良好。另一位潘同學慶幸自己的婆婆仍很有活力，是種幸福，希望能更珍惜相處時間，以及更懂得關懷其他長者。

優才小學 鄭同學指出，這次活動更令他們記掛自己的祖父母。透過活動，令鄭同學想更加愛家中長者們，希望能延續今次的體驗，更加關心公公婆婆，多陪伴及多與他們聊天。更表想增加一起打羽毛球的機會，多與他們同樂。另外陳同學亦有同樣感受。當問及如何有同類活動，

會否再參與，各同學紛紛踴躍表示一定會再參與。

鄭同學家長亦表示，今次是非常好的親子活動經驗。她認為這次的體驗，不再只局限書本上教導如何關心長者，而是用行動去實踐，學生們與長者們能面對面交流，為長者們帶來歡笑及一個溫暖聖誕。她十分感謝學校邀請家長們共同參與如此具意義的親子活動，同時亦感謝主辦單位「種子故事」的安排，令整個活動過程十分順暢，氣氛高漲。

長者中心需要更多年輕活力元素

路德會安老院中心職員指出，近年推行居家安老提高了長者支援需要。社區中心於有限資源及人手情況下，盡力為長者服務。尤其過去兩年疫症期間，長者因足不出戶導致肌肉流失問題嚴重，復康過程發現缺乏專業醫療支援。另外長者情緒問題亦於疫症期間有上升趨勢，隱閉長者情況日益嚴重，少與外交接觸令長者變得不願溝通，變得更內向，因此減少機會獲得社會資源。長者中心職員表示，今次「陪您過·聖誕」活動中長者們非常開心投入，中心已接近兩年沒舉辦實體活動，對長者而言份外興奮。負責人特別提出活動因有學生們及年份外義工的參與，令長者們強烈感受被關愛及受到重視，事實上他們很喜歡與年輕人接觸，好讓長者們感染活力，變得積極開朗。社區中心感謝「種子故事」安排的實體活動，為長者帶來歡樂，感受關愛。

「種子故事」繼續傳承關愛精神

「陪您過·聖誕」活動中，一眾長者也非常投入，看見他們開懷地笑，這就是活動的意義。我們深信每人都是一顆種子，小孩就是小花小草，老師及社區中心就是不同的土壤給予營養，再與長者這顆大樹的交流，將來也會長成大樹，再為他人遮蔭，分享經歷，這種精神將會生生不息地傳承下去。

「種子故事」將策劃和組織一連串不同的社區互助活動，為人和人之間建立有意義的聯繫。每人作為種子，為自己寫下一個有意義的、不同的故事，為孩子、他人與社會種下愛心。



「種子故事」網站

(資料由客戶提供)