

# 「種子故事」傳承關愛精神

有一年冬天的深夜，我們經過灣仔內街，看見一位老婆婆。老婆婆腰已經彎得有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，她一邊推車，紙皮一邊掉下來。我們下車嘗試幫忙收起紙皮，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：「我仍能自己撐下去！」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，大家不得不留港過聖誕，令大街小巷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，而獨居長者或雙長家庭正在急劇增加。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，用雙手拼建自己的家，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一生。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的流逝。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「種子故事」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膜，將笑聲帶給被社會忽略的長者們。

## 同建關愛社區 維健關懷長者身心健康

維健醫務表示，作為前線的专业醫療機構，我們深明香港人口老化的情況，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）深信 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」是人才，培養將來的人才更是重中之重。除了基本的教育和STEM教育，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越來越遠。作為教育界的一份子，我們明白親身體驗更能有效教育現在的孩子，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。

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，是非常寶貴的一次經驗。尤其大部份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，讓小朋友們學懂關懷長者，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。

優才書院陳老師認同「陪您過·聖誕」活動中，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的談經驗非常難得，平時較少有機構舉辦同類型活動，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上，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。尤其現今社會最需要愛，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，剛才一名中心婆婆聽覺較差，「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於之溝通，希望令公公的感覺更良好。另一位潘同學慶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-陳同學指出，這次活動更令他們記掛自己的祖父母。透過活動，令鄭同學想更加愛錫家中長者們，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。更表示想增加一起打羽毛球的機會，多與他們同樂。另外一位鄭同學亦有同樣感受。當問及如再有同類型活動，會否再參與，各同學紛紛勇躍表示一定會再參與，樂在其中。

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

路德會采頤長者中心職員指出，近年推行居家安老提高了長者支援需要。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輕義工的參與，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，再為他人遮陰，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。