



CHUK LAM MING TONG CARE AND  
ATTENTION HOME FOR THE AGED

---

# 竹林明堂護理安老院

院訊（二）

---

2019



## 前言

在傳統中國人的思想中，「死亡」二字為約定俗成的禁忌，我們避免談論死亡，藉此逃避死亡的威嚇。可是人總有一死，如果我們愈是害怕談死亡，就更不懂得面對它，而事實上有一天它終會來臨，那時就更加手足無措。死亡看似是人生旅程的終點站，但其實亦可視為人生的畢業禮，以及我們的生命教練。

根據最近基督教香港信義會社會服務部的調查結果顯示，雖然逾八成人認同身後事由自己主理重要，但只有兩成人真正為自己準備；不足兩成人預備了喪葬方式及地點，其他如遺產及遺囑等事，就更少有人考慮。因此，本院所推廣的生死教育並不只是希望打破對死亡的忌諱，而是推廣關於死亡的教育，如進行生命回顧，認識遺囑、殯葬安排及預設照顧計劃等等，把「生」和「死」結合討論的教育，讓我們能夠正面及坦然地面對死亡，為自己和家人做更好的準備。當我們認知到生命的有限，我們便更能意識到珍惜生命和用心去愛身邊的人有多重要，使我們努力地活出無憾的一生，並將心意及人生智慧傳承給親朋摯友。



# 重點培訓

## 死亡學

「生有時，死有時；悲傷有時，歡樂有時。」

人生就像一趟長途火車的旅程，終歸會有到達終點，在旅程中，我們可以有很多得着，但同樣會面對無法避免的失落，甚至是失去健康或摯愛的家人和朋友，這亦是人生必須經歷面對，在院舍內的職員更需經常面對喪親家屬及處理死亡。

有見及此，本院邀請了從事臨終關懷、善別輔導、殯儀支援、生死教育推廣工作中經驗豐富的梁梓敦先生到院為本院職員提供共5天的培訓，希望能提升職員在提供臨終關懷、喪親支援的個人能力及掌握與死亡相關的資訊及資源等等。整個培訓的內容實用性強，講者能透過既生動又幽默的方式講解，當中亦運用很多實際例子及不同影片協助職員理解不同內容，讓不同專業的職員都獲益良多！



透過團體遊戲—「死神及幸運之神」，讓職員設身處地去感受未來人生得失，從而能清楚明白長輩及家人所經歷感受！

花牌製作：死亡學課程的其中一節是製作敬先人專用花牌，從而學懂不同弔唁語，職員亦率先為自己製作人生第一個迷你小花牌



職員以小組方式認真討論自己日後身後事的安排。



梁先生透過過往深刻個案實踐經驗，分享設計生死教育活動，如：咖啡拉花講生死、音樂傳生死等等，讓職員明白到可以從輕鬆的途徑推廣晚期照顧及生死教育！



# 重點培訓

## 長生店參觀

為承接死亡學的活動，本院希望讓職員能全面地認識生死範疇的資訊，故安排了半天的導賞及參觀，包括到訪上環長生店，萬國殯儀館、歌連臣角火葬場及紀念花園，希望藉此能提升職員對殯儀程序及殮葬方法的知識，以解答家屬及長輩的疑問，更希望能令本院的服務更全面！



↑ 職員參觀長生店，不但能認識現時香港常用棺木類別，殯葬宗教儀式等多樣化服務，更能對殯葬行業有基本的認識，真是獲益良多！

到訪殯儀館，參觀不同宗教儀式的靈堂。↓



長生店負責人正在講解撒灰紀念花園的綠色殯葬服務發展及整個火化過程及詳細程序。 →



↑ 職員們正在認識現時火葬常用西式棺木，既經濟又容易火化。





# 主題小組

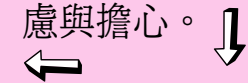
## 生死教育小組



透過回顧，長輩們都為自己獨特的人生製作故事冊，留下美好的回憶！



小組以藝術作媒介，透過輕鬆的手法讓長輩坦誠的面對自己的過去，正面地認識及了解後事服務，減少因不了解而產生的焦慮與擔心。



生老病死乃人生必經階段，我們很多時候會為新生命誕生做充足準備，但為死亡安排後事卻忌諱談及。很多時候，我們聽見喪親家屬為了種種身後事，如殯葬安排、喪禮形式、遺產分配等問題出現分歧及爭吵，從此不相往來，實在教人遺憾。因此，死亡不單是個人的事，更是整個家庭的事。

本院社工舉辦一系列的生命教育小組，小組透過生命回顧為基礎，希望藉著回顧人生的種種片段，肯定他們過去的成就，調解過去和將來的遺憾，重建自我價值，亦在心理上作好準備，再了解推行上的細節安排，與家人交代清楚，從而達到生死兩相安的結果。



# 主題小組

## 表達藝術小組

抑鬱症是一種漸趨普遍的情緒病，按世界衛生組織的資料顯示，每100名長者，便有10名有抑鬱症徵狀；由於老年抑鬱症會較難診斷，所以此病症頗受到忽視。抑鬱症對患者來說有多方面的影響，如生、心、社、靈四大方面。故本院希望透過創意表達藝術作介入手法，舒緩抑鬱症的徵狀。

創意表達藝術可以藉著舞動、視覺藝術、音樂、節奏、創意寫作及戲劇為媒介幫助長輩生理、心理、社交和靈性方面均有好處。是次表達藝術小組以水墨畫為主題，讓長輩認識視覺藝術媒介，並在創作的過程中，使長輩可以與自己的身體、情感、思想和靈性聯繫，促進自我了解，有助表達情緒及想法，例如使無法理解或描述自身情感的長輩更有可能的「表現出來」，過程中更容易與社工及其他組員建立關係。



← 長輩們不但能自行設計小組的名牌，亦能「建造」自己的紙船，創意無限！



← 雖然長輩經常將「做唔到」掛在咀邊，不過最後亦能完成不同的作品，製作過程亦十分認真！



長輩們把自家製的「福袋」送給朋友，把祝福傳開去！





# 業 界 訪 問



源於日本的自立支援照顧模式

不論是有家庭的照顧或是由社會所提供的福利及照顧，人人都希望老有所養。即使老了要入住安老院，也希望住得有尊嚴。本院於兩年前全面改革約束長者的措施，引入自立支援照顧模式，全面推行「減少約束」的措施。本院在實行此照顧模式時不需要額外增加人手及其他資源，反而在推行後令職員的工作安排變得有彈性及更靈活。TVB東張西望節目團隊就約束計劃採訪本院，了解被綁長輩的苦況，引起大眾的關注。



主持人訪問過往曾被約束長輩感受，坦言未入住前因身體狀況不佳被綁於床上感到難受及不尊重，入住後獲鬆綁及體驗人性化的照顧，身體及精神亦逐漸轉佳，能獨立自主。



實行自立支援照顧模式，能有彈性地安排前線職員協助長輩參與不同訓練及小組，促進彼此信任，讓長輩更能投入「家」的生活。



主持人嘗試有吞咽困難長輩的糊餐，並體會長輩的感受。





# 關顧設計

## 自主餐膳 — AB 餐



普遍人認為院舍生活「樣樣都有得揀」，不過「做人，最緊要有得揀！」，本院特意設計了不同菜式讓長輩自己選擇，不論是常餐或齋餐，長輩均可以按自己的喜好作出選擇！廚務部亦曾推出鮮茄焗豬扒飯、日式咖喱雞飯、檸檬香草烤雞伴薯菜、泰式甜酸豬頸肉飯、紅燒素獅子頭飯、香菇馬蹄素肉燥飯及叉燒飯等等，長輩們都非常滿意自己的餐膳，吃得飽飽的！

↑  
長輩們均表示份量十足，味道好，不同的食材都配搭恰當，非常出色！

「正！」平日對飲食非常有要求的長輩都感到很意外，表示認同院舍的食物素質。↓

本院會定期每月一次舉行AB餐，每次都會由社工輪流撰寫餐單，然後再與廚務部商議餐單的可行性。當有了確實餐單後，便會向每位長輩講解AB餐的特色及紀錄他們的選擇。AB餐當天便會按他們的選擇派發餐膳，推行至今長輩們都非常滿意餐單。





## 精緻餐膳 — 糊餐

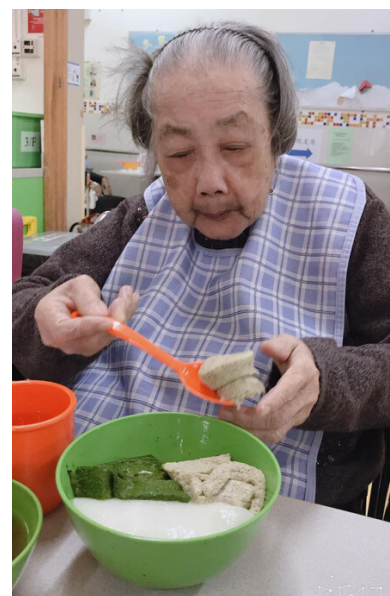
隨着年齡的增長，伴隨的是咀嚼能力的減弱。面對咀嚼及吞嚥能力困難的長輩，坊間都會使用不同類型的攪拌器或食物處理器，將食物切碎至粒狀甚至蓉狀或免治狀，但他們往往忽略了飲食對於長輩的生活不僅是攝取營養，也是享受。本院重視色香味俱全，不但要讓長輩攝取足夠的營養，亦需要滿足視覺上的需要，所以本院選擇以酵素製作食品。經過多次嘗試不同的酵素，本院終於成功找到合適的酵素加入食物中，製作出如燒賣、蕃薯糖水、素魚飯及豬扒飯等食品，讓有吞嚥困難的長輩，甚至需要以糊餐進食的長輩都能享受美食。



吞嚥能力較差的長輩一看到賣相精緻的餐膳都顯得格外醒神，即時自己拿起湯匙食用，以行動展示了對本院餐膳的肯定！



本院能透過加入酵素煮出不同款式的懷舊食物，如鯪魚肉釀青椒，生菜魚肉等等，讓本院不同長輩都能享用美食！





## 29週年院慶

是次院慶主題為美食嘉年華，當中不但有數個美食攤位，另亦設有遊戲攤位及禮物換領處。各種美食均是本院自家出品，包括伯爵茶千層蛋糕，芝士蛋糕，生菜魚肉，碗仔翅，亦有數款食品可以讓長輩自己製作，如格仔餅，糖蔥餅及棉花糖，既好吃又好玩！那麼開心的日子當然不少得拍照留紀念啦，我們特意設有拍攝區讓長輩拍照留念，大家對活動整體感到相當新穎，同時樂在其中！

➡  
體弱長輩都能參與這個高興的日子，同時亦能一嚐不同美食！ ➡



本院亦有自家製食品，伯爵茶千層蛋糕、芝士蛋糕、生菜魚肉、碗仔翅，還有即製布拉雞蛋及羅漢齋腸粉等等，都讓長輩大飽口福！ ➡



←  
長輩可以自由製作或添加不同醬料，有得食有得玩，他們都十分享受。



←  
長輩與家屬們非常高興，是次美食都是懷舊街頭小食如：格仔餅、糖蔥餅，非常地道！





## 活動剪影

# 鎮淺水灣海樓公園

12月份的外遊樂，本院帶領長輩來到位於港島南區以南充滿中國古典色彩的景點－鎮淺水灣海樓公園。在藍天白雲的襯托下，園內的各種中國的神佛及耳熟能詳的神仙人物的雕像都十分色彩繽紛，非常生動！長輩隨後在一間對着無敵大沙灘的餐廳午膳，不但能填飽肚子，同時能大飽眼福！是次地方不但能使長輩能休閒寫意地慢步，欣賞風光明媚，亦能有空間讓長輩與家屬細說往事.....

外遊樂不但是帶領長輩到處遊玩，更重要的是透過鼓勵家屬參與，為長輩及家屬提供不同的相處機會，為長輩的晚年製造更多美好的回憶，同時為長輩創造一個豐盛的晚年生活！



↑ 長輩們在鎮海樓到此一遊，在陽光普照，佛光處處的环境下，當然要來張大合照！



新入宿長輩初次參與外遊活動，顯得格外精神，與一眾同樂。↓



↑ 長輩們頓時變得像遊客一樣，在不同角落拍照，留下美好回憶！



# 中秋賞月

提及人性化的照顧，本院除了舉辦合適的活動予長輩之外，中秋佳節又豈能沒有賞月這個環節呢？職員特意安排了長輩到戶外賞月，長輩們一邊品嚐自家製月餅，一邊欣賞又圓又大的月亮，整個環境頓時充滿節日氣氛！



一眾長輩與家屬齊齊坐，一啖月餅一啖熱茶，一同賞花賞月賞中秋！

較為體弱的長輩也能夠到戶外賞月，感受節日氣氛。



大家高高興興地提着不同的燈籠，一邊賞月一邊聊天，不禁回憶起兒時的中秋，真是樂陶陶！





## 院舍新景象

一日之計在於晨，一個活力充沛的早晨背後是需要有一個優質的睡眠。早在2018年下旬開始，本院已陸續進行翻新工程，大家都非常期待全新的面貌。

房間色調以柔和的粉橙色配以啞金色的窗簾，營造出一個舒服又不失高雅的感覺，同時能提升空間感，減少壓迫感，讓長輩有個舒適的休息空間。



除此之外，本院的復康室亦替換了遮光度較高的百葉簾，不但能阻隔室外刺熱的太陽，亦能配合室內的色調，增加和諧感，同時別具美觀。



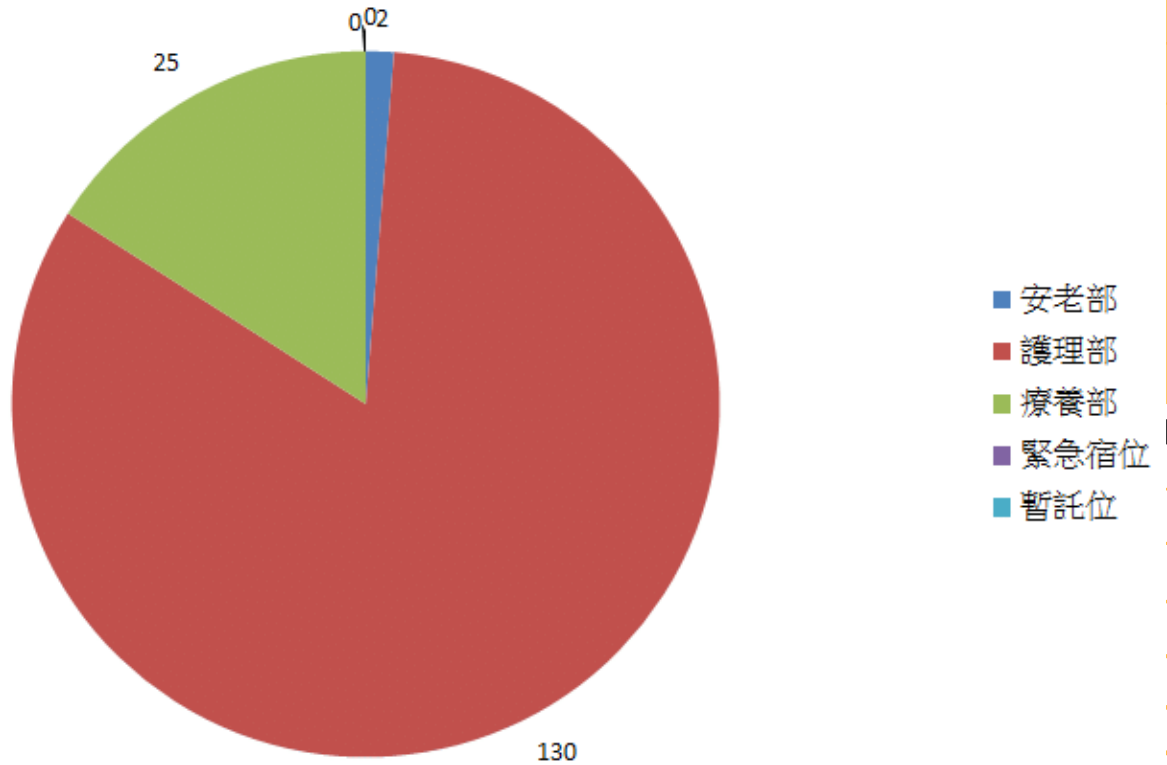


# 數據統計

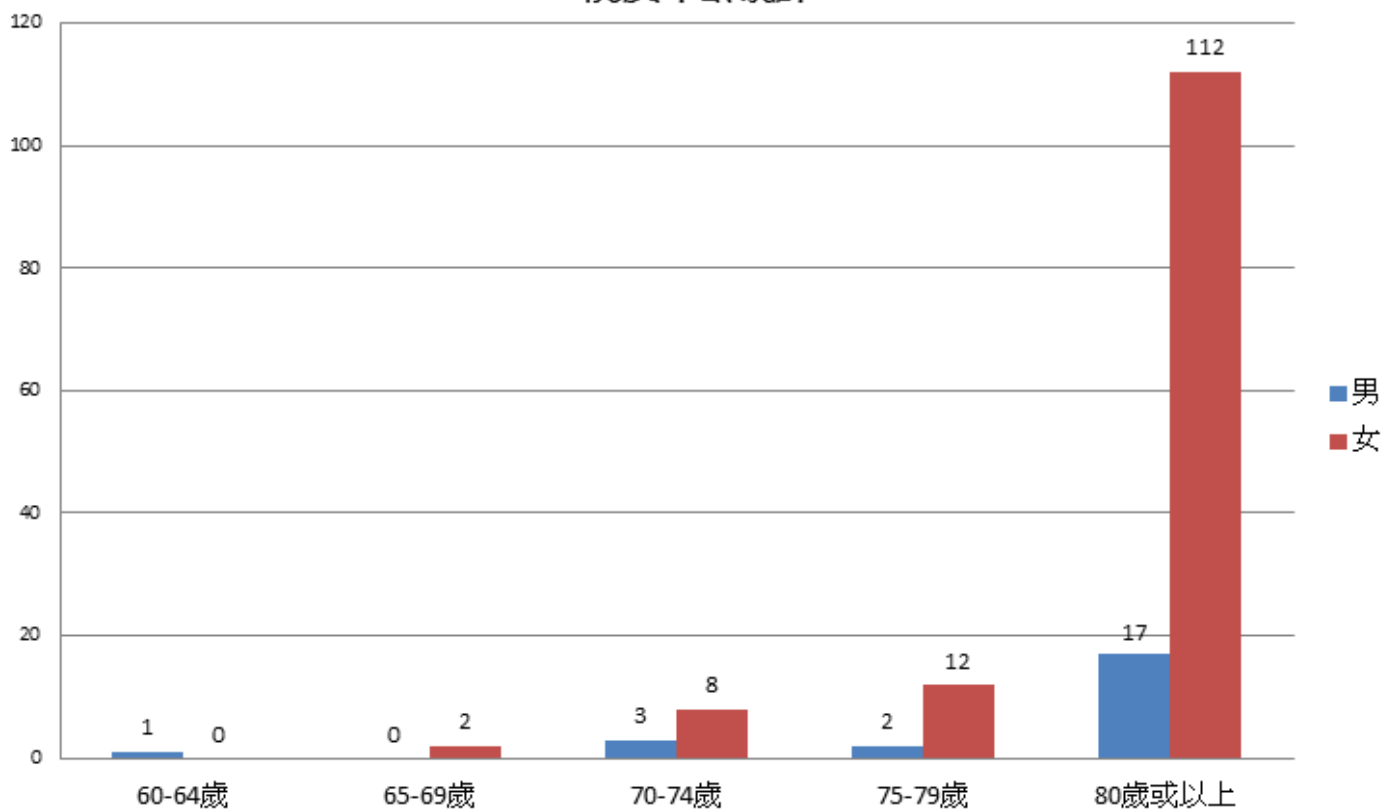
(截至2020年2月29日)



## 竹林明堂護理安老院住宿統計



## 竹林明堂護理安老院 院友年齡統計





# 竹林義工

本院二十多年服務得以維持，實有賴一眾社區團體、家屬及義工朋友無限量的支持。本院既為護理安老院，負責長者們日常起居生活、醫療護理、社交康樂等照顧，而社工部的各類活動很需要大量義工幫忙。

如你有興趣成為本院義工，歡迎填寫以下資料，然後郵件或傳真至本院，謝謝！

|       |                                 |                                 |
|-------|---------------------------------|---------------------------------|
| 姓名：   | 性別：                             | 電話：                             |
| 電郵：   | 地址：                             |                                 |
| 年齡組別： | <input type="checkbox"/> 15-24歲 | <input type="checkbox"/> 25-34歲 |
|       | <input type="checkbox"/> 35-49歲 | <input type="checkbox"/> 50-64歲 |
|       |                                 | <input type="checkbox"/> 65歲以上  |

請填寫可提供服務的時間

|    |     |     |     |     |     |     |     |
|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|    | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 | 星期六 | 星期日 |
| 上午 |     |     |     |     |     |     |     |
| 下午 |     |     |     |     |     |     |     |

請選出感興趣的義務工作(多項選擇)：

- ☐ 院內活動協助
- ☐ 協助小組活動、院友個人訓練活動
- ☐ 定期關顧/探訪院友
- ☐ 協助籌辦及參與家屬義工活動
- ☐ 問卷調查

## 捐款欄

衷心感謝您對我們機構服務的支持

|                                                      |               |                |
|------------------------------------------------------|---------------|----------------|
| 捐款人姓名：<br>先生／女士                                      | 院友姓名：         | 關係：            |
| 地址：                                                  |               |                |
| <input type="checkbox"/> 請寄回收據（捐款港幣\$100或以上可憑收據申請扣稅） |               |                |
| 聯絡電話：                                                | 電郵：           |                |
| 捐款港幣：\$                                              | （所有捐款均用於長者服務） |                |
| 捐款方法：1. 捐款支票連同此表格（抬頭「竹林明堂護理安老院」寄回本院，或<br>2. 親臨本院     |               |                |
| 郵寄地址：薄扶林沙灣徑5號                                        | 傳真：2818 8566  | 查詢電話：2817 2281 |

### 本院資料

負責人：黃新章 社工部主任  
地址：香港薄扶林沙灣徑5號  
電話：2817 2281  
傳真：2818 8566  
電郵：chuklam@clmt.org.hk  
網址：www.clmt.org.hk

### 刊物資料

主編：黃玲芝(社工)  
日期：2020年1月



# 捐款感謝名單

( 截至 2020 年 2 月 29 日 )

張仲

高大美

梁笑群

李紹妹

崔慶樂

陳作材

潘雄威

蘇其彬

梁永康

蔡月玲

許子發

梁月容

上海總會

曹劉佩珍

鄭茶一家

善長人翁 (八位)

天善堂有限公司

Yeung Sing Ming