



編者的話

◆ 謝文慧

《桃姐》電影獲獎無數，引來市民大眾對媽姐的好奇，也吸引傳媒對媽姐的追訪。編者的工作除了主責《松柏之聲》外，也兼負着透過傳播媒體進行公眾教育或宣傳社會服務予有需要群體；如是者，這次便有了良機，親身接觸了一些媽姐，並且與她們及一眾長者欣賞了《桃姐》這部電影。

認識的媽姐，多已是八十幾歲，但說話起來仍然是精神奕奕。她們出身於貧窮之家，為了供養父母，放棄了自己成家立室的幸福，一生服侍別人的家，照顧少主、燒飯做菜或做打雜工作，他們每每為少

《桃姐》

爺一家著想，很謙卑，一味付出，很不習慣去接受，就算到了年老患病，也因為心怕連累他人，寧選擇獨自去面對病痛及晚年的生活。回想起來，《桃姐》中的葉德嫻確實把她們演活了！可幸是她得到沒有血緣關係的少主，以愛

從媽姐身上的看見

來陪她一直走到人生的盡頭。

我想這是現今社會較為缺乏的，換句話來說應是一個社會該擁有的一種和諧和關愛。過去，很多長者自小已是自食其力，貧窮但活得有尊嚴有價值，人際之間也來得簡單和美善。

所以，如今社會上對長者的生活需要，除了是以政策和服務回應外，倡導有愛友善的社區才是來得最重，把穩往惜的寶貴價值觀。試想社區內鄰舍之間的互助，年青的對年長關懷及至彼此之間的守望，是理想也是需要透過努力而追求的。

多年來《松柏之聲》藉文字為長者提供生活、處世、人際關係各方的資訊，致力鼓勵讀者在家庭、朋輩中、在工作上、

社區中分享人生豐富閱歷，及鄰社間作及時的幫助，這樣踏實的行動，不單是為了自己建造和諧友善的住處，也是為下一代締造更美好將來。



窮線下掙扎求存的市民花。他們心中有想及在貧窮線下掙扎求存的市民

在另一個場合，今屆的特首選舉真是精采不已，日日都有新聞。目前三位已獲提名入圍的候選人

的假不了，假的真不了啊！至於「龍吐珠」，更是口齒不清、張口結舌、前言不對後語；好一個沙包型男，任打任鬧，一面茫然愛妻情切，置法律於不顧。雖然自家掘地庫並無份及無辜，但其規模之

龐大，實可與基建相比啊！剩下一位泛民代表「何大傻」，完全無心戀戰，志在參與小圈子選舉，並不求勝，但望帶出政治或政制議題公開討論討論。若然如此念頭，不用花費那麼多人力、財力及物力吧！只要在任何公開論壇上質詢對方便可以了！筆者絕不尊重一位無戰意的候選人，早知今日，何必當初呢！



短評

◆ 關銳焯

痛心疾首

在今天的香港社會中，我們目睹貧富差距不斷擴大：年長市民一早在地鐵站外排隊收集免費報紙，任何有利可圖的活動（百年鈔票、手機、限量產品、音樂會）都看到長者參與其中輪候。我們不禁要一再再質問為政者的敬老心何在？為何面對人口老化浪潮依然故我，一成不變，獨自去偷歡！身為特首及資深公務員，怎可以如此不顧一切地公然接受財團款待，上天下海盡享美食呢？當一些香港市民全年家庭總收入都不過十萬之時，特首夫婦居然可以用上十八萬八千元坐私人飛機去日本賞櫻

嗎？無怪乎前人會：「朱門狗肉嗅，路有凍死骨。」現職特首，有錢買六千尺豪宅無可厚非；但要光明磊落，不要偷偷摸摸。俗語云：「人在做，天在看。」懇請為政者慎言、慎行、慎思啊！

各位廣大香港長者，你們將會是未來二十年香港的主流人口；我們今天看到這些高官富豪們的咀臉，妄顧香港市民福祉，我們能忍下這口氣嗎？我們能不痛心疾首嗎？哥哥姐姐們，站出來發聲吧，香港靠你們了！



人物掃描

◆ 黎芷欣

從助人到自助

育有兩子一女的殷麗珍，現年六十四歲，她的丈夫在多年前一次工作意外中去世，令她投入義工的世界，致力以自己的力量幫助別人。

與她熟稔的，都親切的稱她為「殷珍」。誰能想到今天滿面笑容的她，曾經是一個脾氣壞的人。殷珍的丈夫在一九九四年，因工作時失足而離世，曾經天天和丈夫一起工作的她，在意外後便離了職。不再工作的殷珍每天沒事做，子女又要上班，她漸感時間太多，在一九九六年開始為不同機構

做義工。殷珍坦言，如果當年沒有參與義工服務，她可能早已患上抑鬱症。「丈夫去世讓我很難過，每天只得我一個人在家胡思亂想，但是做義工之後，才發現有很多人的生活比自己更慘。而且，當義工可以幫助別人，讓我覺得自己有價值，不只是一個操持家務的主婦。」殷珍更加覺得，若非當年丈夫意外離開而讓她成為義工，她這些年來都只會專注於工作，生活枯燥之餘亦和社會脫軌。當初的不快因義務工作而煙消雲散，活得十分精彩。

為了帶給別人歡笑，殷珍每次都認真對待義工服務，因而得到了不少意外收穫。她學會了扭氣球、魔術、製作小手工品，亦認識了一班義工朋友和地區中心的長者，更因此和子女多了話題，「回到家裡我會和他們分享當日的工作，還會叫他們幫我練習台詞。現在和子女的話題都變多了，他們也很支持我當義工。」但服務社會多年的殷珍也有感到棘手的時候：她曾在醫院向剛產子的新手媽媽，推廣餵哺母乳的好處，「我遇到一些媽媽產後比較疲累，

或者不願意和陌生人說話，而拒絕我們。通常我會試找話題，但是也不一定成功，於是唯有給予耐性，待會兒再和她們交談；有時進行探訪，也會因為沒話題而氣氛僵了。後來，我多學了一些技能，如魔術、扭氣球，這可帶來多一點有趣話題和歡樂。」殷珍笑說。因著義工服務，殷珍要經常開會、排劇、探訪，有時忙得不可開交，生活也過得相當充實。她

表示，自己仍然有很多服務未接觸過，希望日後可嘗試更多不同類型的服務，繼續以自己的力量幫助比她更需要的人。



● 殷麗珍學扭氣球，為別人帶來歡樂。



關懷社區

◆ 黃惠櫻

「香港長者博覽2012」

「香港長者博覽2012」將於5月11至13日假香港會議展覽中心舉行，是次博覽會主題環繞著以下四方面：「健康生活」、「活得充實」、「精明理財」和「長幼共融」。

「健康生活」— 除了有保健食品及醫療器材展示之

外，更設有免費健康體檢、藥療輔導服務及三十多場健康講座，包括「聽覺毛病知多D」、「認知障礙症（老人痴呆症）」、「認識奧美加飲食」等。而聖雅各福群會設有血糖測試、骨質密度檢查攤位，並且由該會藥劑師向老友記講解藥物須知及有關服藥注意事項，參加個別藥

療輔導者必須帶備長期服用的藥物（連同有關藥袋）。「活得充實」— 會場內有教授長者上網技巧、保健操、瑜珈、長者社交活動及如何培養個人興趣等的攤位。此外，香港理工大學活齡學院及香港長者博覽合辦的「終身學習成就獎2012」頒獎典禮亦於現場舉行，得

獎的長者會分享他們如何「活到老、學到老」。「精明理財」— 讓長者認識市場上一些為他們而設的退休及理財計劃，為自己規劃好將來，過一個安逸舒適的晚年。「長幼共融」— 如何拉近與年輕一輩的距離？「長幼共融」適合長輩與家人一

同參與；同時，亦有專業人士分享長者家人如何製造一個「優化長者生活」的家居。

凡持有長者咭可免費入場。其他有興趣人士，則可郵寄一個附上\$1.4郵票的回郵信封，信封面註明「索取長者博覽門券」，每人索取兩張門券；閣下亦可親臨灣仔石水渠街85號聖雅各福群會1樓105室索取。數量有限，送完即止。如有任何查詢，可致電3974 4608。