



編者的話

# 初出茅廬

最近看了一套電視劇，聽聞由於劇種沒有愛情元素，製作那邊怕沒有市場而一度擱置，不知是真是假，但最後在幾年前終成功被拍成劇集，還要維持著原本的劇本味道。

「未生」是一套圍繞著職場的寫實劇集，觀其內容發覺工作人員應該做了很多職場的資料搜集，特別是職場新鮮人及職場內上司下屬、部門與部門之間的生態。或許家中有年青人，即將脫離學生身份，投入職場，離開學校、家庭的保護環境，面對活生生職場生涯，所以，跟他一起收看時，又別有一番感受。

年青人剛出來社會工作，正式進入成人世界，面對工作上的每一環，需要學習的東西甚多，除了工作上的技能外，還有學習待人接物及團隊合作等等。劇內的幾個年輕小伙子，不時碰釘，被責罵，就算錯不在自己，也要學順從，聽命令，亦有因

覺得大材少用而打算另謀高就等等。

在生活上，也不時遇到職場新鮮人，如在食肆用餐，有些後生仔女生疏的落單及上菜手勢；又有在購物時，遇上不熟悉貨場內產品的年青員工。雖然他們在款待上未必周到，又或未見細心照顧到客人的需要，甚至是做錯事，需要多番提點或別人為他善後，但是回想從前，自己做新鮮人時又何常未錯過、未疏忽過？！

大家也曾是初出茅廬，編者也沒例外，所以對於年青人初踏入職場，都抱著相對較寬容的心態，了解他們正處於成長中變化較大的一個階段，心智仍有待磨練，所以會多給機會及引導。加上家中也有年青人，相對上也會額外對他們多一份體諒。

翻查「未生」兩字原來是圍棋的術語，意指「死局的最後一步棋，下錯了就全盤皆輸，下對了就能起死回生。」以此形容職場生涯，大家又覺得如何？



短評

藍宇喬

## 本港《安老院條例》

例》於1996年生效，當時的條例已被社會聲音指各標準定立過低，條例已近二十年沒有就主體內容作出修訂。本港私營安老院的質素一直為人詬病，自大埔劍橋護老院事件後，社會上不同的聲音均要求政府必須盡速檢討條例，確保長者符合現代生活標準的院舍居住。

政府已成立工作小組檢討現時院舍條例守則，其中一個激烈爭議點，就是最低人均面積。現時安老院條例的最低要求是6.5平方米，這標準其實更低於公屋擠迫戶及懲教署高度保安級別的監倉人均面積的7平方米。現時不少私營院舍的寢室狹窄，輪椅難以出入，不利院友日常活動；而部份睡床僅得

# 院舍人均面積之爭

一邊讓員工工作扶抱，容易造成工傷。社會上大部份聲音均認為6.5平方米標準太低，必須提升改善。民間團體提出8+8方案，要求在法例上訂明寢室及非寢室的人均面積各有8平方米。考慮到現行院舍執行提升人均面積標準需時，團體建議就標準設立過渡安排。第一級標準針對法例修訂後的新建院舍，其人均面積標準必須符合16平方米；第二級標準則針對現時營運中的院舍，容許院舍可採用較新規定面積稍低的標準，並以自然流失方式營運。

政府憂慮如果調高宿位的最低人均面積要求，宿位供應數目便會相應下降，私院亦會出現倒閉潮。但根據2014審計報告顯示，政府的公營院舍中，津貼院舍及合約院舍分別平均有

25.5平方米及20.8平方米，現時大部分公營院舍供應宿位數目估計應不太受影響；而現時營運法定的人均面積6.5平方米的部份私營院舍，如能在修例後，由院舍業界、政府及民間各方共同商議一個在不趕走院友的情況下合適的過渡時間逐步提升人均面積。而根據2016年院舍券的研究報告，2015年在私營院舍中有近10,000個空置宿位。這些宿位長期空置，也不為院舍帶來收入，用作提升人均面積，也不會減少院舍收入而引致倒閉。

院舍作為長者其中一種居住生活方式，法例必須保障社會提供一個有足夠照顧，有安全感，令院友享有私隱、自主和尊嚴的基本權利的生活空間，讓長者保持有「生活質素」的晚年生活，方為良策。

計劃，希望三年後能跑全馬。」為積極備戰，David 開始每天操跑，結果一年後，即於2009年先參加了十公里馬拉松；繼而在2010年挑戰半馬；最後於2011年完成人生首個全馬，成功達到為自己定下的三年目標：「(跑畢全馬一刻)十分開心，異常滿足，發掘到自己的潛能，那種感覺是非筆墨能形容。」

說起來看似誇張，但背後所流汗水著實辛酸：「第一次跑全馬時，因從未接受專業訓練，跑至中途雙腳掌已出現水泡，改用腳跟跑又令雙膝痛楚難當。」他坦言，當時心情十分矛盾，理智與心魔不斷糾纏：

「為甚麼要跑呢？不如放棄吧！」幸好，憑著一份堅持「訓練得這麼辛苦，我得嘅！」最終理智戰勝心魔，奪得人生首個全馬獎牌。

自此，David 迷上馬拉松這項運動，經朋友介紹下更加入跑會接受比賽訓練。在跑友耳濡目染下，加上經傳媒訪問下知悉有世界六大馬拉松，於是又開展了新一個宏願，期望可以用雙腳跑畢六大比賽。結果，他僅花上三年，於2015年至2018年間，以64歲之齡完成世界六大馬拉松。他寄語其他老友記：「應多抽時間做運動，旨在自己願不願意做，沒有事情是做不到的。」



人物掃描

瑞光

# 馬拉松跑出耆跡

從一年僅運動數次，至日日操跑；從一年僅完成一個全馬(四十二公里)，至最高峰廿九日內完成三個全馬，陳柳榮(David)今年再創壯舉，以六十四歲之齡完成世界六大馬拉松，(即東京馬拉松、倫

敦馬拉松、波士頓馬拉松、柏林馬拉松、芝加哥馬拉松和紐約馬拉松)，表現更勝不少正值壯年的人。David 謙虛地笑稱：「(跑馬拉松)為了證明自己，年紀大並非沒能力，同樣可以實現夢想！」

一提及馬拉松，David 頓時笑逐顏開，說個不停：「之前從沒想過會跑馬拉松！平日都只是遠足，不太做運動。」他憶述，2008年退休時，因百無聊賴，又想維持一個良好體魄，故決定上健身房學做健身。惟當時健身教練卻建議，David 需一併做帶氧運動來配合，就這樣，簡單的一句話為 David 拉開了一段不平凡經歷的序幕。

「當時是第一次走上跑步機，中途突然看到電視播出香港馬拉松的宣傳廣告，就貪玩為自己定下三年



David 今年創下壯舉，以六十四歲之齡完成世界六大馬拉松。



關懷社區

陳文

# 「易剪義」既作義剪又推動社會關懷力量

退休後仍不忘關懷社會，參與義務工作將所能去關懷別人，是非常難得及值得讚許的。」據「易剪義」義務剪髮隊創辦人 Alex 在「讚耆義 美耆髮」活動中表示。

「傳統對長者義工的嘉許，多是在義工頒獎禮中進行，我們希望以理髮師的專長為他們修剪及美髮，用實際致敬的回饋行動作為嘉許，不但令他們可更有抖擻精神形態及動力去關懷別

人，也望可推動更多長者投入義工行列，將愛心在社會傳揚。」

「我的頭髮被修剪、染及恤髮後，我變得看來是年輕了很多；由於我的外貌『變年青化』後顯得更富活力，竟感染了不喜言笑的服務對象看到我時，也開始變得有活力起來，主動和我傾談多了，不但開始關心我的生活，且還要我和她分享保養身體的心得添！」月前接受過「讚耆義 美耆髮」嘉許的一位人

稱花髮婆婆的義工說：「頭髮被染回以前般黑髮後，對鏡自望也覺自己回復了當年的活力，感到和人接觸時的信心大了。」

「長者高興所得的並非是免費的剪染恤髮服務，而是感到做義工後自己的能力確實也可幫助到別人，更重要的是被社會認許及讚同；長者人口數目日漸增多，鼓勵他們不要退休後呆活，推動更多長者參與義工服務，是我們的目標。」Alex 盼望地

表示，希望更多舉辦長者義工服務的機構，可和他們聯絡，讓「讚耆義 美耆髮」也可參與此「義務循環的工作」嘉許及回饋長者義工，推動更多退休人士投入義工行列，既可令他們有豐盛活力的晚年生活，也令更多社會人士因此而受惠。

「我們剪髮義工隊的工作，目的是同時推動業界參與關懷長者的工作。」Alex 在「讚耆義 美耆髮」活動後表示：「我們希望此活動可以有示範的作用，鼓勵更多髮廊參與為一群終生貢獻社會，退休後仍不忘以行動去關心社會的長者，向他們作出回饋的嘉許。」

「易剪義」自2014年創辦至今，由80名理髮師義工

組成，成員不但忙於往各區長者中心、公私營院舍義剪，更到戶為傷殘弱老，甚至臨終者作剪髮服務，並教授小數族裔人士髮飾以及學生剪髮等。歡迎各社福機構致電 5115-9954 為有需要者申請有關「飛髮」服務。



「易剪義」義工可推動更多長者投入義工行列，在社會傳揚愛心。

歡迎捐款

《松柏之聲》並無當局任何經費資助，乃全仰賴各界善長捐款以可維持，善款多少不拘，如蒙厚愛，敬希惠寄郵票、支票，抬頭「聖雅各福群會 松柏之聲」或(St. James' Settlement)；並請註明捐款人姓名、讀者編號(若有)、地址或電話，俾便致謝。