

# 信念

信念 · 創新 · 關懷

信 義 會 社 會 服 務 部

以藝術保存西貢小島的記憶——西貢海藝術節

深入不毛之地 用鏡頭記錄歷史——劉永康



居於山旮旯的耕作青年——黃旭康

建築 · 人文 · 香港人——鍾宏亮

重回蒲台島建粉紅色小屋——馮建坤

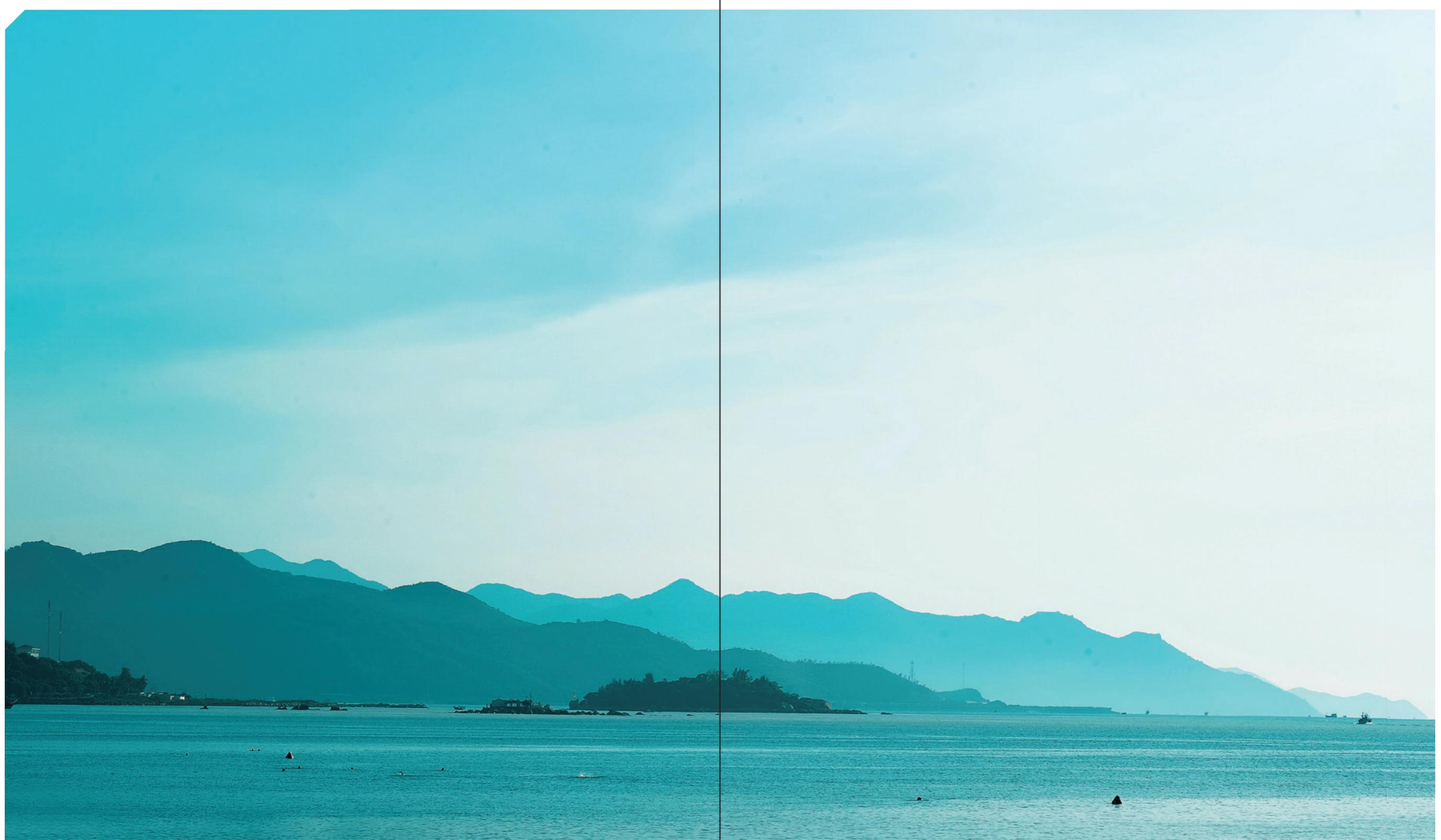


Photo: Min An

## 編者的話

有人將小島變成戶外藝術展覽場，有人在廢墟中尋找前人生活的痕迹，有人以新建築概念保育古村，有人在山區或小島上建設理想家園……他們將「山旮旯」變成叫人嚮往、充滿創意、歷史和人情味的地方。「山旮旯」不再只是偏遠地方的代名詞，不少人努力為它賦予新的定義。👉

Jonathan



基督教香港信義會  
社會服務部

基督教香港信義會社會服務部自1976年成立，是香港大型的綜合性社會服務機構，以創新的方式、關愛及以人為本的精神為基層及弱勢社群提供多元化的服務。本機構現時共有超過50個服務單位及30個特別計劃，服務範圍遍佈全港，由幼兒到長者，從家庭、學校以至職場，每年服務過百萬人次。

#### 督印人

陳麗群

#### 編輯委員會

周淑屏、許恬莉、廖得安  
陳曉盈、黃詩雅、許莉霞

#### 廣告及市場推廣

廖得安  
Tel: 3692 5468

#### 封面及美術設計

Open the Close

#### 承印

日昇柯式印刷有限公司

#### 信念電子版下載網址

<http://service.elchk.org.hk/publish1.php>

#### 基督教香港信義會社會服務部總處

地址：香港九龍油麻地窩打老道  
50A信義樓一樓  
電話：2710 8313  
傳真：2770 1093  
電郵：[admdept@elchk.org.hk](mailto:admdept@elchk.org.hk)  
網址：<http://service.elchk.org.hk/>

#### 《信念》64期手機版



<https://bit.ly/3GnkUVd>

所有內容版權均屬本機構所有，歡迎轉載，但須於轉載前取得本機構同意。

# 信念

64

## Contents

### Feature

西貢海藝術節 —— 以藝術保存西貢小島的記憶	6
劉永康 —— 深入不毛之地 用鏡頭記錄歷史	10
鍾宏亮 —— 建築·人文·香港人	12
黃旭康 —— 居於山旮旯的耕作青年	15
馮建坤 —— 重回蒲台島建粉紅色小屋	18

### Focus

落樓外出 —— 實現長者微小的願望	22
值得我們敬重的社區回收工作者	24

### Column

趙榮德 — 教育隨筆	28
袁文輝 — 生命因愛動聽	29
司徒永富 — 職場信念	30
鄒頌安 — 逆想天開	31
何重恩 — 重情重義	32
葉陳漫利 — 吃出健康	33
周淑屏 — 蠶出香港	34
Larry — 遊漫遊記	35

### Service

社關服侍	38
三年策略發展計劃 —— 持信前行 服侍基層	39
「星夢情真」舊曲新詞比賽 —— 唱出智障人士的心聲	40
網賭新世代的應對及分享會	41
匠人技藝全體驗 —— 把油漆技藝傳承開去	42
2022年度周年感恩大會 / 外界協作	43

## Reader's palette



圖、文：一子

我是住在新界偏遠地區的上班族，是別人眼中的「新界牛」。新界牛之苦，莫過於上班常會因塞車而遲到，還會常常被住在市區的同事取笑：「你是騎牛來上班的嗎？」

雖然每天要花三個小時在交通上，但我仍舊喜歡住在山旮旯，享受偏遠的鄉郊生活。

#### 一子

作者現居於打鼓嶺，自小於北區長大，享受偏遠的鄉郊生活。

Instagram: [ichi.artwork](#)

### 誠徵畫稿

每期「信念」均會以圖像手法表達主題故事意念，歡迎對圖像創作有興趣的人士聯絡我們。  
電話：3692 5468（信念編輯部）



「真正活化是要有很多人協力的，包括以前的村民和有心的團體，我們希望藉藝術節令多些人關注小島，從而踏出第一步。」——「西貢海藝術節」策展人張國麟

「我試圖在廢墟古蹟中找到人們生活過的痕迹。」  
——廢墟攝影師劉永康

「雖然這些都不是世界一級的建築遺產，但愈瞭解當中的歷史和什麼人組成香港這個社群，你會愈清楚香港身處的位置，讓人尋回香港人的根，這是我在保育過程中實際的體會。」——鍾宏亮教授

「背着太重的東西追不到村巴，但有些食材是需要雪藏的，唯有背着十多公斤的東西盡快上山。」——黃旭康

「曾經與親戚找裝修師傅來維修，但根本沒有師傅願意來山旮旯地方整屋。」——馮建坤

Photo: 何子偉

訪問內容純屬受訪者個人意見，並不代表本機構立場。

Feature





# 西貢海藝術節— 以藝術保存西貢小島的記憶



- 今年藝術節以「再島序」作副題，為橫跨 3 年的藝術節揭開序幕。
- 藝術家在構思作品前，有 2 日 1 夜的島嶼體驗營。
- 上屆鹽田梓藝術節展覽的作品至今還放置在島上。
- 藝術節大使的培訓包括鹽田梓深度遊。

瀨戶內海國際藝術祭早前落幕，藝術愛好者若然錯過了，不妨參與港版「瀬戶內」跳島遊，說的是近來開幕的「西貢海藝術節」。「西貢海」是指什麼地方？指的是西貢對出的海域，當中包括多個島嶼，不少還被納入為香港聯合國教科文組織世界地質公園景點。

西貢海藝術節，是早年鹽田梓藝術節的延續，依舊以鹽田梓為中心，再跨越橋咀洲、滘西洲和糧船灣，讓大家一嘗香港少有的跳島藝術之旅。鹽田梓本來是荒廢了的村落，近年憑藉村民的努力逐步活化。藉着藝術節的推廣，有望進一步推動小島保育，並把保育工作延展至更多偏遠的小島村落。

## 跳島藝術節的形成

西貢海藝術節其實是為期三年的藝術計劃，並以「再島嶼 Joy Again, Isle」為策展主題，希望遊人從島嶼出發，跟不同的人和故事相遇。策展人兼一口設計工作室 (Onebite) 負責人張國麟 (Alan) 表示：「藝術節以『西貢海』命名，跟『再島聚』是相輔相成的，讓人認識西貢有海也有島嶼。」第一年會先以鹽田梓及橋咀洲作起點，以藝術創作為主軸，配合導賞團及活動，讓遊人從嶄新角度探索小島。現時有 6 組藝術品設置於鹽田梓，另外 3 組擺放在橋咀洲。藝術家與村民協作，以藝術作品反映在地生活故事及自然環境。

Onebite 於 2022 年 3 月中得悉獲旅遊事務署選中為策展單位後，便馬不停蹄開展籌備。原本對西貢島嶼不算十分熟悉的團隊，馬上找來鹽田梓村長、校長及原居民陳志明神父，還有素來對鹽田梓有研究的張兆和教授，聽他們細訴小島如何從 2000 年還是一片荒蕪，去到在有心人幫忙下，慢慢一



磚一瓦地復修的故事。原來鹽田梓不但擁有香港碩果僅存的鹽田，更匯聚天主教和客家文化以及自然生態面貌於一身。同時，漁護署為他們安排生態課，介紹橋咀洲是擁 1 億多萬年歷史的遠古超級火山遺址，至今仍有多种因火山噴發而形成的岩山。團隊猶如海綿般吸收知識，然後製定主題，再找尋合適的藝術家，為他們預備 2 日 1 夜的島嶼遊以醞釀作品。及後，他們再與村民交流，挖掘更深入的故事製成作品。

由於團隊欣賞「街坊帶路」以街坊作導賞員，因此找來他們籌辦導賞團。Alan 緩緩說：「街坊才會最熟悉和最愛那個地方，介紹起來跟一般導賞員是不同的。」「街坊帶路」還特地找來當地村民做口述歷史，製成過萬字的資料本予導賞員，以作更詳細的導賞。另外，團隊也招募了大量藝術節大使，他們盼望來幫忙的人，都能有所得着，所以特別安排培訓。他們希望合作是跨年度的，以栽培熱愛藝術或大自然的人士，完成這個藝術節後，大使能與來年藝術家協作，以參與藝術節的經驗共同製作新的藝術品。

## 跨越重重難關

要成就本地首個跳島遊，當中要跨越的難關可不少。其中最大的困難，是安排街渡進行跳島遊。當他們要找跳島船時，不停思索要找哪些船家？又要提供多少船？商討了很長時間，最終決定由團隊自行籌備跳島安排，遊客需預先到官方網站預訂每日限量的獨家跳島街渡體驗。其他自行前往的遊人，則需在島上登記，而非如過往在西貢碼頭登記，以免造成混亂。

另一大挑戰，是在島上裝置藝術品。比方說，於河道中狹窄的玉帶橋上，建立直徑與橋寬相等，以鏡條環組成的大球體作品《漂浮氣泡》。藝術家設計作品後，由承辦商安裝作品。

但麻煩的地方是潮退時船過不去，潮漲時又安裝不到作品。幸運地承辦商老闆是長洲人熟水性，懂得察看潮漲退安排工作。而由於橋周邊的水位不是很深，師傅還需涉水拖小船到橋邊，先搭竹棚架，之後才把大球體逐步裝嵌和組裝。Alan 說：「裝置這作品其實挺有趣，當大自然給你限制時，就要思考怎樣跟它斡旋。」

## 以藝術切入推動保育

花這麼多功夫，其實就是想更多人認識、注意這些偏遠的小島，令村落文化讓人記得，再傳遞開去，以藝術切入推動保育。Alan 希望故事能吸引到有心人士出錢或出力，協助活化島嶼，他更期待第二年帶人遊覽滘西村和糧船灣。糧船灣的狀態恍似 10 年前的鹽田梓，糧船灣東丫的村長已不在那裏居住，村落都荒廢了。經藝術節推廣，政府見到市民或遊客對那兒有興趣，可能就會撥款資助提供基建。Alan 解釋：「真正活化是要有很多人協力的，包括以前的村民和有心的團體，我們希望藉藝術節令多些人關注小島，從而踏出第一步。」

同時，他期望在疫情還未全面放寬時，大家都來享受一下，「始終這幾年大家都壓抑了很久，或許能在大自然中得到療癒。」他更期待明年舉辦涵蓋四島的跳島遊，雖然這對團隊是更大的挑戰，但相信能給予大家更難忘的體驗。



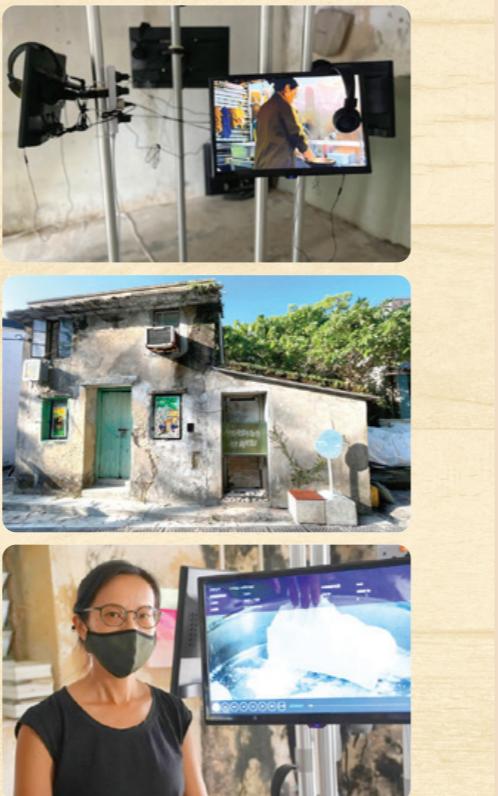
- 作品《日光下的月影》以竹籐製成了不同形態的月亮。
- 藝術品《鹽》下乘涼，在鹽場旁濕地，建造了讓人乘涼的休憩空間。
- 部分藝術品邀請了公眾共同製作。
- 藝術品《漂浮氣泡》透過折射橋面不同角度，展示從前村民建橋所遇的艱辛。
- 策展人張國麟 (Alan)，介紹是次藝術節還設有多元化活動，如音樂與舞蹈表演、獨木舟遊、島嶼解迷奇體驗等。
- 橋咀洲有着豐富的自然生態，景色十分怡人。

# 從藝術作品 認識小島背後故事

## 回憶的味道 (Taste of Memory)

鹽田梓是客家人聚居之地，而藝術家黎慧儀居住在荔枝窩，也認識了很多客家女性。在一次做口述歷史時，一個客家女人的說話很觸動她：「做鹽田梓女人好辛苦的……」，當中語氣流露出客家女人的辛酸與無奈，驅使她重新梳理過去多年耳聞目睹的客家女性故事，製作了《回憶的味道》錄像裝置及文本作品，呈現客家女人由出生到成為人母的一生。

黎慧儀訪問了多個鹽田梓客家女性，再以多媒體方式梳理她們的生活記憶。錄像裝置分為 8 個部分，包括「點燈」訴說客家女性一出世的待遇就與男性有所不同，例如男性可點燈，但她們不能；「位置」則訴說在男性出門讀書時，她們除了要把家務處理妥當，更要下田耕作。



信奉天主教的鹽田梓村，原來是天主教早期在本地主要的傳教地區，島上具標誌性的聖若瑟天主教堂更於 2011 年被列為二級歷史建築。村落還保留不少供教徒踱步默想、猶如迷宮的明陣。藝術家郭達麟跟墓藝師學習砌磚，砌出手狀的明陣，象徵一切都掌握在上帝的手裏。郭達麟說：「以前村民會歡迎同伴由碼頭回來，這雙手還象徵迎接坐船歸來的人。」

作品位處原居民陳志明神父所倡議的「大自然修和之路」中的其中一個地點，希望藉着欣賞大自然，讓人修復自身與大自然及天主之間的關係。手掌明陣以曲線延伸，人們一邊沿着走一邊默想，走進自己的內心。另外，藝術家還特地在明陣裏挖下 8 個小洞，並提供長桿，讓明陣同時化身迷你哥爾夫球場，增添裝置的趣味性。



## 大菠蘿遊 (The Grand Pineapple Bun Tour)

沿着橋咀洲唯一貫穿南北的行山徑走，每隔 5-10 分鐘，會看見地上放置了不同形貌的陶瓷作品，有菠蘿包薯蛋人、地衣婆婆、大山怪等。原來卡通化的陶瓷背後，蘊藏小島的地質、自然特色故事。這是插畫師貓珊與聖雅各福群會「藝想」(智障及自閉症譜系障礙人士的陶藝創作平台)共同協作的作品。他們結合橋咀洲的標誌性地貌菠蘿包石 (外貌像菠蘿包的火成岩和石英二長岩)，與港人喜愛的傳統食品菠蘿包，製成「大菠蘿遊」10 件藝術作品，並把每個故事繪製在地圖上，分享橫跨 1 億多萬年關於火山岩的香港生態故事。

貓珊分享道：「很多時戶外藝術節的重點，除了想大家看看藝術品，也想讓大家逛逛平時少去的地方，欣賞當地環境。」她自己常來橋咀洲游泳，當她在社交平台分享照片時，很多朋友都不相信香港有水質這麼清澈的海灘。其實最初是構想把 10 件藝術作品放在一起予遊人拍照，但貓珊轉念想到以尋寶形式，把人們帶到不常去的地方與大自然連繫，會是更好的想法。



## 海洋說 (Ocean Says)

創作團隊 Stickyline 借用橋咀碼頭附近的空間，以幾何形式創作大型海螺金屬雕塑，運用中空的形態收集和放大海浪聲，讓大眾仔細聆聽，思考我們在大自然中的角色。團隊介紹說：「我們特意用鏡面製作，倒影反映天空及海洋，讓遊人更留意此處的自然景色。」另外，他們注意到岸上有些寄居蟹並非居住於海螺中，而是住在不同的人造物中，因此他們也盼望藉着海螺型裝置提醒人們要保護此處的生態。

\*「西貢海藝術節」由 2022 年開始，為期三年，詳情可參閱 <https://www.skartsfestival.hk/>





採訪、撰文：周淑屏／攝影：Jonathan／部分相片由受訪者提供



1. 劉永康強調探廢要有操守，不要帶走或破壞現場的物品。
- 2,3. 二戰時的堡壘
4. 在不破壞現場的物品的前提下，拍攝廢屋內的物品。
5. 劉永康會將相片放上網與人分享。

每逢假日，廢墟攝影師劉永康就會游走於荒山野嶺，深入不毛之地，走遍山旮旯的角落，尋找失落的老舊建築，包括一些殖民地時代的建設、軍營、監獄、街市、學校……還有一些廢墟等。

拍照後，他會放上網與人分享，還會加入文字說掌故、說故事，由此吸引了很多追蹤，還有很多人跟他學「探廢」攝影。

#### 為廢墟立此存照

說到探訪廢墟的經歷，劉永康通常由志同道合的朋友口中得知一些值得探究的廢墟後，就會先 Google 一下地點、從地圖上尋找一下，做一些資料蒐集的工夫。到訪尋廢墟的時候，有些地方是連電話也收不到、Google 和地圖也無用武之地的，那就只得靠經驗、膽識和運氣了。

他自己的裝備只有一機兩鏡加上普通的行山裝備，務求愈輕便就愈好。他教導學生影廢墟的方式是由大至小，先拍下涵蓋現場的一切景物，立此存照作為記錄，然後才細致拍攝自己有興趣的事物。他認為廢墟中的一景一物都是前人的生活痕迹，都值得我們細味、探究。

無論教學生或接受訪問時，他都強調探廢也要有操守、倫理，那就是不要帶走或破壞現場的物品，最好連移動也不要，盡量保持原貌才是尊重這地方、尊重歷史和尊重自己的表現。從廢墟攝影師的角度，他不會把古蹟的地點公開，以免引來大量愛打卡的人，破壞廢墟的原有面貌。

在劉永康眼中，看似平平無奇的廢屋，都是寶貴的古蹟，值得保留、保育。攝影以外，他更試圖在廢墟古蹟中找到人們生活過的痕迹，細緻地以文字記錄那個地方的過去，令讀者認識背後的歷史。

以下跟讀者分享一下他拍攝一個山旮旯的堡壘後記錄的相片及文字：

#### 二戰時的堡壘

「這個堡壘位於一個差不多整個山頭都是電訊發射站的範圍內。二次戰爭時這個地方極具戰略價值，而在這裡需要建造炮台設施如：指揮所、



探射燈、彈藥庫、瞭望台及堡壘等，並在 1939 年完工。這個堡壘就是整個設施的一部分。

從這些設施看，這裡應該是用作指揮部和觀察台的軍事建築，樓高兩層，兩層分別有房間，每個房間還遺留一些牀板鉤，應該當時是給軍人宿舍的地方。但是，很奇怪，以這個建築在一個較隱蔽的地方，戰後竟然有人居住過的痕跡。

憑舊物觀察，這裡在五、六十年代至九十年代起曾有人居住，建築內設有後期加建的入牆間格、洗手間、廚房，更有電力供應。在其中一個角落，有一個在 1999-2000 年代的電話集線箱，供當時住在這裡的人通訊之用。為何在荒山野嶺的軍事建築內竟有水、電、電話入屋？這令人覺得有點奇怪。

後來我們離開這地完成旅程時，路經一間士多，士多老闆是在這裡居住的老村民。跟他談到軍事遺跡時，他主動談到這軍事建築。原來早在五十年代，政府將這一帶範圍給予當時大東電報局在這裡興建及營運電訊發射站，當時在內工作的員工就是使用這些軍事設施作宿舍，公司也鼓勵員工這樣做，所以也幫忙供水、電到這些設施。直到 2000 年代初公司易手後，前僱員才紛紛搬離這地。」

他認為每個地方都有它的價值和故事，他以相片和文字為廢墟的古蹟文物賦予特別意義，有時更會令讀者為之深深感動，以下的故事就是一個例子。

#### 老墓碑的傳說

因為一個 177 年前的傳說，令他深入不毛之地，尋找一對戀人「生死契闊」的故事。在 177 年前，一位深情的船長懷着悲傷又無奈的心情，將太太葬在石鼓洲一角。177 年後，愛尋幽探秘的人，也讓我們重溫了這種感慨。

從英國來的「亨利堡」號風帆貨船離開廣州後不久，蘇格蘭船長的年輕妻子伊莉莎白即不幸染上重病。船上的醫生也束手無策，只希望她能捱到香港的醫院醫治。但是，當船剛駛過大嶼山汾流，伊莉莎白的大限已至。在她氣絕時，船長跪在床邊緊緊抱着她。她逝世時才剛過 23 歲的生日，那天是 1845 年 10 月 21 日。

當時，有親人在船上過世的多選擇海葬，但船長不忍心就這樣把妻子的屍體拋下海裡，於是在船經過石鼓洲時，就把伊莉莎白葬在島上淺灘上的一個斜坡。兩年後，船長僱石匠鑿好墓碑，帶着墓碑隨船，之後放在石鼓洲妻子長眠之地上。一別兩年，船長想起當日年輕愛妻客死異地，一時感觸，禁不住流下熱淚。

附近有漁民見洋人風帆貨船停近石鼓洲，在遠距離觀看時，誤會洋人當時是搬運石棺材上荒島進行葬禮。這個石鼓洲葬有石棺材的誤會，一直被漁民訛傳了百多年。直至六七十年代，石鼓洲戒毒所的工作者發現墓碑，方才知道這個故事。

為這感人故事感歎之餘，人們又會慨歎近來香港的老舊建築清拆得特別快，劉永康的廢墟攝影恍似在與時間的巨輪競賽，如履薄冰地用鏡頭履行記錄歷史的使命。❾



6. 地圖沒有顯示的一個軍用儲物營房。

7. 荒廢了的棚屋。

8,9. 石鼓洲上老墓碑的照片埋藏着一段感人的故事。



# 建築·人文·香港人



「山旮旯的譯音是 Shangri-la，意思是指很隱蔽、難到達，但又很叫人嚮往的地方。」「山旮旯亦有親密的意思。」香港中文大學建築學院副教授鍾宏亮特別為了這次採訪，搜尋「山旮旯」這個詞語的意思。在鍾教授心目中，不少偏遠的地方就像香格里拉一樣美麗。他近年參與梅子林、谷埔、大東山爛頭營等偏遠地方的保育工作，當中以梅子林的復育計劃最為人熟悉。

## 有三、四百年歷史的客家村落

梅子林是一個有近三、四百年歷史的客家村落，村後有風水林、前面有梯田，以往的村民善用附近的自然資源建村，全盛時期有近百人居住，但在上世紀八十年代後，村民陸續搬出，村落逐漸荒廢。

鍾宏亮在兩年前經朋友介紹認識了沙頭角梅子林村的村長。當時梅子林村正獲得政府資助進行「永續鄉郊計劃」，他跟學生們成了義工，不時長途跋涉到這裡協助除草、執牛糞、整理被廢棄的東西。

後來鍾教授更負責由鄉郊保育資助計劃資助的「梅子林復育計劃：實驗性建築復修示範」，帶領學生，聯同其他合作團體，如香港建築學院，一起修建村內一間最古舊的「老屋」和一間「壁畫屋」。梅子林位處於偏遠的郊區，逢星期六、日，一天只有一班船進出荔枝窩（船程約 1.5 小時），再從荔枝窩步行半小時才到。為了復修這兩幢建築物，師生花了兩年多，不停來回，在沒有船的日子，就到沙頭角乘搭 15 分鐘快艇到荔枝窩，再行路過去。工程進行時，每星期更要進出三、四次。

1. 鍾宏亮教授近年參與不少山旮旯地方的保育工作。
2. 梅子林位於沙頭角鄉郊隱蔽處，是有數百年歷史的客家村落。
3. 修建「老屋」前，先清理好 3,4 呎高的泥土與瓦礫。圖為清理後的模樣。
4. 以新建築概念完成修建的「老屋」。
5. 有份參與復育計劃的人士在修建好的「老屋」門前留影。
6. 鍾教授在電腦展示「試驗性建築修復」的模型。
7. 教授與村民討論新屋的設計方案。
8. 中大建築學院學生在復育計劃中與村民互動。



## 建築美學與人文歷史的研究

一班中大的建築學系的師生，為何遠走去梅子林做保育工作？

鍾教授在英國讀書時已很嚮往研究建築美學與人文歷史的連結和關係，他在英國執業九年後選擇回港任教，也是希望有更多機會做這方面的研究。早年回港任教時，他已開始研究城市轉化和歷史文物保育，後來更從城市走向鄉村、郊野。

建築學上特別注重有形的實體物件與無形空間的關係，這是一種硬件的知識；古村落的生活和歷史研究，這是軟件的部分，梅子林成為理想的研究對象，吸引了鍾宏亮投入梅子林的復育計劃之中，更希望在過程中，讓學生明白到建築物與人和環境的關係。

不過，修復過程一點也不容易，除了交通，最困難是尋找承建商願意到這個偏遠的地方建屋，慶幸最終也能找到。

## 新建築物與環境的融合

鍾宏亮採用了一種稱為「試驗性建築修復」的形式進行修復，其重點包括：1. 就地取材——利用當地的泥土、磚瓦，2. 輕巧建築——選用輕巧的建材，3. 持份者參與——包括學生、村民等過百人參與。由於是次的修復不需原貌重建，讓師生們有更大的發揮空間，成品更成為了標誌性建築物、新建築與舊場景融合的展示場和打卡點。

在復修過程中，鍾教授與學生需要在村內清理和進行挖掘工作，每每會發掘到當時人們用過的生活用品

及各種器皿。有一次，教授在掘出的一個罌內找到黑色的物品，後來發現原來是梅子，這也是在廢村內找到的第一罌梅子，印證梅子村的名稱。

他經常跟村民開會，聽他們說故事，收集到珍貴的歷史資料，豐富了這個復育計劃。

「以往的村民會善用這個地方的資源，例如他們會種杉木，用來做建築材料，在家中飼養牲畜作為食糧，四季不同的植物可以作為食材或藥用，與他們的生活和文化息息相關。」鍾宏亮說。

於 2022 年 10 月，梅子林舉行了萌芽節，表示首階段老屋及壁畫屋的實驗裝置已經完工，鍾宏亮教授和學生與其他義工、團隊的努力初見成果，新的建築物與周圍的環境也互相配合。「在這裡，建築物可以營造、融入和演繹整個環境，在市區是很難做到的」鍾宏亮補充。

## 山上具百年歷史的石屋建築群

剛舉行過梅子林萌芽節後不久，鍾教授與中文大學的團隊又宣佈獲得由大嶼山保育基金資助 1,250 萬，進行「重塑爛頭營：透過參與行動共創建築復修及自然保育」計劃。大東山位於大嶼山南部，是香港第三大高山，由伯公坳出發步程也要兩個小時，是行山的熱門地



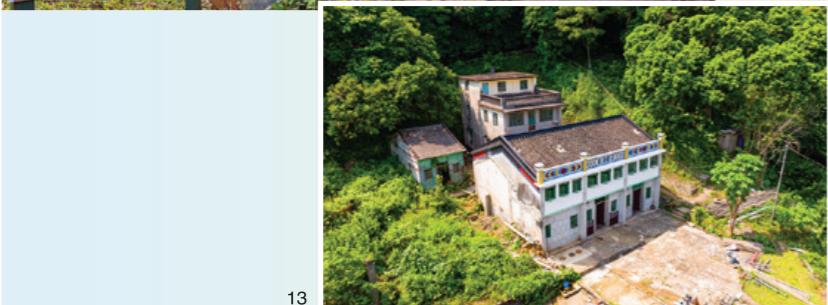


點。而大東山爛頭營是華南及東南亞現存唯一具有規模及風格的高山石屋建築群，營地包括 19 座單層石屋，百多年前由西方宣教士到香港傳教興建作避暑、退修和療養等用途，如今部分石屋已被私人擁有，有些亦有人居住。

這次由中文大學團隊與爛頭營居民協會共同構思的計劃，以修復歷史建築群、保護生態環境及培養遊客尊重居民私隱和愛護環境意識為主。雖然跟梅子林復育的向度有不同，但同樣是鄉郊文化地境的保育。

「這次我們修復的是一間看守者宿舍的石屋 (Care Taker's Hut)。一百年前是歐洲宣教士在這裡興建這個營地，用來作為夏令營，所以有一個看守者宿舍，作為運送物資、修補房屋和看守的員工居住之用。這處荒廢了 2、30 年，我們希望恢復這石屋的設施及功能，予保育人士 / 研究人員 / 政府人員使用」。另一方面，鍾教授的團隊亦會邀請其他專業人員進行生態多樣性紀錄和遊客行為分析等研究。

在過程中，鍾教授就像拼圖般，透過自己團隊的研究和居民的分享，將以往的歷史重組。有些曾經用作活動營地的地方，連居民也不清楚箇中情況，反而由他們團隊在尋找資料時發現，再告訴居民，再用他們的記憶印證，過程十分有趣。



9. 團隊於爛頭營石屋進行調查及研究。
10. 大東山爛頭營是華南及東南亞現存唯一具規模及風格的高山石屋建築群，營地包括 19 座單層石屋。
11. 計劃中將會修復的爛頭營看守者石屋
- 12,13. 距離梅子林不遠的谷埔五肚村，也是鍾教授參與的另一個保育計劃的地方。



#### 從建築中看見香港人的根

鍾教授目前正為另一個山旮旯的古村 — 谷埔進行部分復修工作，預計 2023 年初向公眾宣佈初步的成果。他以桃花源來形容谷埔五肚村這個地方，也是他心目中另一個隱蔽、難去，但又叫人嚮往的地方。

鍾教授這幾年花費不少精力和時間在山旮旯地區進行保育及研究，這成了他的教學材料和生活一部分。在保育和復修的過程中，他看見這些建築物與華南地區其他地方的建築的異同，了解到不同時期、不同社群匯聚於香港這個地方，對於香港以及身為一個香港人，又多了一番體會。

「雖然這些都不是世界一級的建築遺產，但愈瞭解當中的歷史和什麼人組成香港這個社群，你會愈清楚香港身處的位置，讓人尋回香港人的根，這是我在保育過中實際的體會。」

## Feature

採訪、撰文：黃詩雅／攝影：陳曉盈／部分相片由受訪者提供



1. 阿康回家路上會經過一小片竹林。
2. 阿康表示為專注於劇本創作及體驗農耕生活，搬到馬鞍山村居住。
3. 阿康在屋外栽種的蕃茄收成。

為了專注於劇本創作和體驗農耕生活，三十出頭的黃旭康四年前決定搬到馬鞍山村居住，開展「山旮旯」的生活。從住處到市區要徒步近一小時，村巴每日只有七個班次，晚上七時尾班車便開出，錯過了尾班車就要徒步上落山；即使搭到村巴，在總站下車還要走半小時才到家；回到家裡，屋內接收不到網絡訊號，附近也沒有商店可以購買到生活用品。

阿康是礦工第三代，外公曾是馬鞍山鐵礦場的礦工，阿康的母親也在馬鞍山村長大，後來嫁給了阿康父親，才搬出市區居住。他一直與祖父祖母、父母和姊姊同住，阿康一家常常會回馬鞍山村探望外婆，家人在村裡有另一間屋，就是他如今的住處，因此對阿康而言，馬鞍山村一點都不陌生。

#### 不陌生的新居

最初搬來馬鞍山村時，阿康清早就會起牀下田工作，下午比較熱，他便躲進屋內寫劇本，或者跑到溪裡清理垃圾，黃昏時外面變得清涼，阿康便回到田裡工作，或者在露台開一盞射燈，繼續寫劇本，又或許到沙田做兼職。深夜時分，村巴早已停止服務，阿康便徒步上山回家休息。對於一直在市區生活和居住的他而言，唯一比較不適應的要數突然出沒的昆蟲，阿康憶述，最初搬來時仍未砌好牀架，有一晚他在梳化上休息，突然有一隻蟑螂爬過，他嚇得立時醒過來。又有一次阿康將收成



4



5



8



9

的蕃茄搬入屋內，殊不知引來一隻老鼠吃掉蕃茄，還令廚房出現異味。

阿康的家有個大露台，除了可以飽覽馬鞍山山巒疊嶂的自然風光，其中亦種植了各式各樣的植物，例如秋葵、檸檬、熱情果、迷迭香等，阿康同時在露台中間搭了一座約兩米高的棚，讓蕃茄可沿着棚向上生長。踏入屋內，映入眼簾的是開放式廚房，廚具一應俱全，由於超市和外賣都不送貨到這裏，阿康通常在家裡做飯。他會趁着下山做兼職時，順道購買食材，例如可存放較久的急凍肉類、米、麵類等，蔬果就靠自己種植。有次超市特價，他一口氣買了十多公斤食材，「背着太重的東西追不到村巴，但有些食材是需要雪藏的，唯有背着十多公斤的東西盡快上山。」阿康笑着分享。

至於屋內的傢具電器，大部分都是「就地取材」，村裡的文化較儉樸，從事建築和運輸的村民常常分享二手物品，阿康為免浪費，接收了冰箱、電視機、牀架等。阿康整間屋是由鋅鐵和混凝土搭建，加上西斜，夏季時屋內十分悶熱，然而他在家裡鮮有開風扇。他笑着解釋：因為風扇安裝在屋內較高處，惟天花板很熱，風扇吹出來只會是熱風，與此同時，他發現露台的網絡接收比較好，因此他常走到屋外樹蔭位置乘涼和工作。

### 享受耕作

問到最喜歡家裡哪個「角落」，阿康毫不猶豫地回答：「一定是農田！」因他十分喜歡耕作和種植，他笑說小時候很傻，假日來到村裡，曾剪去草的頂部，然後插進泥裡再種。長大後，阿康終於一嘗耕作生活，他選擇種植一些其他村民較少培植的品種，例如牛油南瓜、香草等，阿康帶點自豪地說：「我成功種到牛油南瓜，很好吃！只是比較難種植。」阿康憶述，種植牛油南瓜時花了大量時間和心機，例如開花前要包住花蕾，防止被蟲咬，若雄花與雌花於不同日子開花，他要先摘取雄花冷藏處理，待雌花開花時進行人工受粉。

阿康比較「拿手」的則是種蕃茄，有次他種植的蕃茄「大豐收」，於是想拿到在村裡售賣，其他村民漸漸知道村裡多了一位年輕村民，一籮籮新鮮通紅的蕃茄，讓阿康與村民們打開了話匣子，有村民大讚他的蕃茄好吃，又有村民與他交流種植心得，互相分享種子和培植的幼苗。

### 無私的付出

與村民熟絡後，阿康更加體驗到村民互相分享的那份慷慨和情誼，鄰居不時會與他分享農作收成，阿康的外婆也不例外，她在家中種植韭菜，會包成韭菜餃子，與鄰居分享。任職水電技工的父親雖然不是村民，但每逢假日就會跑到村裡，探望兒子和岳母之餘，還會幫不同村民維修，阿康家中也因此擺放了不少工具和材料。

住在馬鞍山村近四年，阿康特別欣賞村民們的付出，會因為村民很微小的舉動而感動，他曾看見鄰居伯伯幫忙清理路上的樹葉，甚至爬落斜坡修剪樹枝，只為減少樹蔭範圍，避免引來蛇聚集。阿康說：「掃樹葉看似很簡單，但政府未必會派人入村清潔，村民擔心路上有很多青苔，會很滑，於是他們定時就有自發的清潔行動，村民和遊人經過時便不會滑倒。」

除了鄰居伯伯，其他村民也不遺餘力地付出：阿康的外婆會清潔村口的斜路，有村民見村裡的路又滑又斜，專程為長者製作欄杆扶手。阿康漸漸被村民們的一舉一動感動，也開始自發清理樹葉，他感歎道：「我覺得這些事很了不起，在我看來，明明村裡的路是公家的，大家卻會花心思花時間，用自己的技術或器材令整條村變得更好，讓大家住得更開心，這真的很厲害。」如今阿康會多走一步，將村民各自的力量結合，組織村民一起清潔和改善村裡的環境。

### 在村裡茁壯成長

除了成為馬鞍山村的居民，如今阿康的工作也與馬鞍山村密不可分，因着搬入村



10

裡，阿康有機會認識到本機構位處馬鞍山村的鞍山探索館，因緣際會下，他去年更成為探索館的項目統籌，工作包括在鄰近的鹿巢山種植及護理樹苗、公眾教育等。

四年走來，阿康在馬鞍山村度過青春的年日，與家人、村民和大自然締造了不少美好回憶，就似他悉心栽種的植物，他也在這條村裡茁壯成長，即使有人認為馬鞍山村很「山旮旯」，但阿康依然希望可以一直在這裡居住和生活。❸

4,5. 露台種滿各式各樣的植物。

6. 由於超市和外賣都不送貨到這裏，阿康通常都在家裡做飯，因此家中廚具一應俱全。

7. 阿康選擇種植其他村民較少培植的品種，例如相中的牛油南瓜。

8. 阿康說自己最喜歡的「角落」，就是農田。

9. 阿康家後方的農田

10. 阿康現職鞍山探索館的項目統籌，工作包括帶公眾體驗植樹和護苗。

11. 阿康家的外貌，他在這裏度過了4個年頭。



6



7



11





# 重回蒲台島 建粉紅色小屋

灣仔士多  
CAFE



1. 馮生、馮太回到蒲台島親手興建一個粉紅色的家。



蒲台島，是香港最南面的島嶼，離香港仔一小時船程。島上曾經有過千人居住，但因為生活艱難、出入不便，絕大多數的居民早已遷出市區，現時只剩下十數位居民，其中兩位是「回流」重建祖屋的馮建坤和馮太。



## 我在蒲台島出世

在蒲台島出世的馮建坤憶述，小時候父母在島上務農為生，在祖屋旁耕種、養豬，亦會到岸邊割紫菜，收入微薄。在他6歲時，父母決定到市區工作賺錢，帶着他遷離蒲台島的祖屋到市區居住。「在求學階段，我每年都會回蒲台島過天后誕、暑假。雖然我會暈船浪，一上岸就嘔，但每次『回鄉』都很開心，因為可以跟親戚、朋友通山跑、游水，玩盡成個島。」但自從馮生開始踏出社會工作後，他就愈來愈少回蒲台島，由一年回來一、兩次，變成數年才回來一次，亦見證着祖屋變得愈來愈破舊。「曾經與親戚找裝修師傅來維修，但根本沒有師傅願意來到山旮旯地方整屋。」

2018年，颱風「山竹」橫掃香港，令市區出現嚴重水浸、塌樹、玻璃幕牆爆破等，而蒲台島更變得滿目瘡痍，馮生的祖屋亦逃不過「山竹」的破壞。「當時舅父致電給我，說祖屋已毀。那刻我很心痛，便決定結束內地的工作，回來蒲台島重建祖屋。」

## 廢墟中重建祖屋

船仍未靠近碼頭，馮生已經看見幾代人居住過的祖屋被壓在大樹下，附近的地方亦已變成廢墟。馮生和太太用了多日來清理樹木、垃圾和瓦礫。「那時候都不知從何入手，垃圾燒得就燒，物件留得就留，只



想快快清理現場後，再找裝修師傅進行重建。」雖然今次找到裝修師傅願意到蒲台島建屋，但因位置偏遠，出入及運送物資極不方便，大大耽誤工程進度。於是，馮生決定和太太一起親手建屋。「建屋過程相當困難，我們不可能隔日搭船入島起屋，於是決定在旁紮營、食罐頭。縱然日曬雨淋，但我們深信能捱得過的。」

從事印刷的馮生對建築、裝修毫無概念，要自己建屋談何容易呢？他笑言：自己都毫無頭緒，只靠昔日在內地建廠房、家裡裝修時監工的記憶，回想所需材料、工序等等，拼湊出建屋的概念。「自己買建材，再找船公司將一板板磚頭、水泥、鋼材由市區運到蒲台島。將材料吊落碼頭後，自己再逐一推入來。」由地基、牆身、屋頂，以至窗戶，都是由馮生、馮太靠雙手完成的。馮生坦言：「建屋過程都是不斷摸索，錯了就拆過再做，總會做得成功的。即使不懂做亦盡力做，花點心思都可以將缺點變成優點。我們不懂批盪牆身，索性做得粗糙、有紋理，成為一種設計風格。」

馮生和太太花了一年多的時間，終於可以有瓦遮頭，成功建了兩層高的房子，牆身油上馮太挑選的粉紅色。「回蒲台島前一星期，我和太太正在沖繩旅行。看到一間粉紅色的屋，覺得好靚，便決定自己都要在蒲台島建一間粉紅色的小屋。」他們亦在小屋四週加設小花圃，種上不同顏色的花朵，成為夫婦二人的家園。

## 在島上開士多舖

馮生亦用建祖屋原有的磚頭，搭建成屋外對出的平台，又將舊時的豬欄改為小農地，與太太種菜、香蕉等等。最初重建祖屋是用來居住，後來想善用平台位置，便開始構思開士多舖。平台擺放了數組枱櫈，亦在小屋旁加建廚房。馮太每逢星期六、日早上7時開始煲糖



水、涼茶、準備餐蛋麵食材，為行山客作好準備。但當天氣炎熱、風浪大、船期疏落的時候，都會影響人們來到蒲台島的意欲，直接影響士多的生意。「我沒有去計賺或蝕，只是想和太太在退休時能有點細藝。」馮生說。

開士多不是馮生重回蒲台島的目的，所以他在士多營業以外的日子，繼續美化和改善祖屋範圍的建築：小屋對出的平台由帆布頂改為石屎頂，小農地加高圍欄防止野豬走入，在屋外加建太陽能照明設施。夫婦閒時當然享受這個世外桃源的退休生活，養狗、耕作、行山、划獨木舟，靜靜地遠眺一望無際的海洋。「這裡真的很山旮旯，接近無水、無電、無網絡，真的很不適合居住。回想當初，村民知我回來起屋、居住，都感到詫異。但偏偏我們就是喜愛這裡的環境和生活，自然而然就會有毅力去克服重重障礙，投入這裡的生活。」馮生笑說。

4. 馮太早上7時已在廚房為行山客準備食材。



5. 位於碼頭旁的祖屋變成粉紅色的小屋和士多，成為行山客的歇腳地點。

6. 夫婦二人一起打理士多。



7. 昔日的豬欄成為小耕地。

8. 因為蒲台島沒有電力供應，所以馮生為小屋加設太陽能發電設備。





隨着人口步入老齡化，長者問題也愈需得到關注。不少長者不良於行，有些甚至居於唐樓，級級樓梯對於他們是最難跨過的距離。屯門長者綜合服務看到需要，在2年前樓梯機試驗計劃停辦後，以另一種形式延續計劃，回應居家安老的服務需求。

同時，長者貧窮問題亦不容忽視，好些長者以撿拾回收物以維持生計，卻常遭忽視甚或歧視。靈合長者健康中心認為長者辛勤在社區工作，值得我們更多敬重，是以推行「拾連」計劃，透過關顧與支援，提升社區回收長者的自我認同和工作條件。

Photo: 黃詩雅

Focus



# 落樓外出——實現長者微小的願望



1



2



- 兩年前終止了的樓梯機服務，現在以另一種方式重啟，幫助有需要的長者。
- 「人本自立·拉闊耆蹟」計劃主任蔡卓欣姑娘期盼有更多有心人加入義工團隊，實現長者微小的外出願望。
- 中心曾為消防隊員提供樓梯機培訓，希望有更多人幫忙提供服務。

行樓梯對於普通人而言輕而易舉，但對於行動不便的長者，卻是舉步維艱。2018年開始，社聯及數間社福機構推出樓梯機服務試驗計劃，幫助這些無助的長者外出，但計劃只維持了兩年半便終止了。在疫情期間，有長者因沒有相應的服務，兩年多足不出戶。

今年，計劃以另一種形式重啟，計劃主任蔡卓欣姑娘還記得，當打給舊有用戶告知消息時，有一位婆婆聽到後足足哭了15分鐘，她說：「如果早點有服務提供就好了，我丈夫這兩年因為沒有樓梯機很難去覆診，所以我們寧願不去，他上個月剛去世了。」而其他舊有使用者，近一半已入院舍或離世，剩下的，身體都弱了不少。

## 一級一艱辛

4年前的「落得樓」樓梯機服務試驗計劃，協助居住於沒有電梯的大廈中行動不便的長者上落樓梯。計劃於2020年10月結束，這兩年信義會屯門長者綜合服務收到很多求助，沒有樓梯機幫助後，長者連外出看醫生也不能。如要自費租用樓梯機，只計跨區運費，單次上落已需\$200-400，還未計機器成本及操作員的薪酬，一般長者實在負擔不起。有見及此，中心推出為期兩年的「人本自立·拉闊耆蹟」計劃<sup>註1</sup>，當中包括了樓梯機服務，計劃選取了唐樓最密集的深水埗和油尖旺區作為服務的延續。



今年93歲的愛好婆婆，是新的服務使用者。她從前善於交際且精力充沛，她自豪地談道：「我後生時不會留在家中。」60多歲退休後，她就穿梭於英國與加拿大跟子女同住。80歲在英國擺大壽後，眼見孫兒長大了，就揹起背包與老友遨遊中國，足跡遍佈北京、桂林、杭州等地。然而，她始終覺得自己的根在香港，就獨個兒留了下來。留港的生活依然精彩，她每朝早天未光5點就出門要太極，一直到7、8點就一大群人飲茶。她彎起嘴角笑說：「我退了休，不寂寞，一班人挺活躍的。」

但因疫情襲來，婆婆大大減少外出活動，雙腳都變差了，晚晚睡覺時都感到痛，又伸不直。雖然子女為她僱用外傭，但每次外出要走兩層樓梯，外傭姐姐要以大腿頂着她的臀部，然後從後拉着她的褲帶，提着她的身體一級一級走，相當吃力。幸好鄰居有用樓梯機服務，介紹給婆婆，自此外出就不用那麼艱辛。

## 從落樓延伸至在家支援

兩年前的「落得樓」計劃只提供樓梯機服務，但行動不良的長者，落樓後的路途都不容易。再者，樓梯機數目和服務的人手有限，長者未必每星期都能享用服務。曾經歷過居家隔離的人都知道長時間不外出人會容易變得消極，因此中心延伸服務至在家支援，例如長者買菜有困難，就有急凍熟食餐點送上門。另外，還有外出陪伴與陪診服務，以及居家生活指導服務，提供簡單運動和認知遊戲等居家練習。

新計劃以「人本自立」為方向，社工會事先與長者交流，了解他們的喜好，再制定適合他們的服務。社工何思芸知道愛好婆婆一年多沒到過公園，知道她一直很想再去做運動。這天，她連同樓梯機操作員及義工帶婆婆落樓，並陪伴她外出到公園。整天困在家的婆婆很期待這天來臨，她落到街上恍惚回憶往昔的活躍，坐着輪椅看見很久沒見的報紙檔檔主，立刻上前握着對方的手寒暄。去到公園，上半身一式又一式地耍着太極拳，還不忘結識新朋友。歸家的路途上，她心滿意足地笑了。

義工秀玲看到婆婆面上的笑容，也感到很快樂。剛退休的她，希望參加有意義的活動，她憶起姊姊從前曾突然身體出問題，動完手術後，要插鼻喉吃不到東西，還要進出醫院做化療。當時她還在工作，找不到支援照顧姊姊三餐和陪診的服務，覺得徬徨無助。「我那時想如果找到幫助，無論對患者或家人都好，這促使我在退休後還有能力時，就去幫有需要的人。」蔡姑娘指現時義工人手其實不多，樓梯機目前每天最多只能提供7-8次服務。況且不止唐樓，有些有電梯的住所也要額外上一兩層樓梯，有時就因為這一兩層，阻礙長者外出的正常生活。她期盼有更多有心人加入團隊，也期望服務能延展至全港18區，以實現長者微小的外出願望。

註1：「人本自立·拉闊耆蹟」計劃，主要提供五項服務，包括樓梯機服務、外出陪伴服務、急凍餐、人本自立居家生活指導服務及樓梯機操作員培訓。



7  
8

- 患有腳痛93歲的愛好婆婆，即使一級樓梯對於她也難以跨過。
- 愛好婆婆終於有機會落樓逛逛，見到很久不見的老街坊馬上眉開眼笑。
- 社工何思芸與義工陪同婆婆到公園做運動。



# 值得我們敬重的社區回收工作者



1. 社區回收工作者每天辛勤地為社區環境流下不少汗水。

2. 阿環會盡量靠近路邊整理回收物，以免阻礙路人。

3. 這麼大車的回收物，原來只換到21元。

在街上喝完飲料，大家通常隨手將飲品包丟進垃圾桶；店舖在取出貨物後，就直接把紙皮箱棄於街上。這些明明可回收的物品，往往就這樣被送到堆填區。多虧一個個長者，每天都在社區把可回收的物件分類，並收集起來變賣。雖然他們大多是為生活餬口而做的，但他們對社區環境的付出實在功不可沒。

這天，我們跟着阿環婆婆了解她的回收工作。她大多撿拾到的物品都會送到「綠在區區」，原來她在社區做回收的原因，只是一心想為環保出一分力，想社區整潔一點，堆填區少一點垃圾。長者們為社區付出良多，奈何他們很多時只被忽視甚或歧視，其實他們值得我們多一點尊重。

## 年終無休的回收日常

64歲的阿環婆婆每日天未光4點半就起床，原來她趕着要到樓下公園及附近社區撿拾不同的回收物，不然5點半就會被人拾光。辛勤工作到8點，她才咬個小蛋糕作早餐。然後，身型嬌小但行動矯捷的她拿着大膠箱裝水，開始清洗膠樽、鋁罐、玻璃瓶以便回收。為免卻路途遙遠的搬運，她會把紙皮送到鄰近的紙皮回收車，其餘均推到「綠在區區」。阿環盡量不想紙皮留過夜佔位置，所以9點多回收車開門便會馬上推去賣。現時紙皮每公斤只值7-8角，儲了一大車，最後才換得21元。

之後，她開始整理其他回收物放上手推車。過程中，有大叔看到，不友善地指着她表達不滿。原來之前也有街坊因為阿環在街上整理回收物而報過食環，最近她更常常因而被食環清場，但其實她已盡量為行人着想把物品擺



放得妥當。然而，也有姨姨知道她做回收，特地留起家中的可回收物送給她。一切整理好，緊接着就是30分鐘前往「綠在區區」的長征，中途要過4條馬路，還要走兩條上斜斜路。但婆婆健步如飛，左轉右拐就到達目的地。一大車回收物，每次大概換到200分，她一口氣換了兩排總值4,000分的維他奶（即是她推了約20天的成果），熱情地要請我們和街坊喝。

之前，阿環因着照顧家人辭掉從事了十多年的清潔工作，過往工作時她已有回收習慣，眼見社區各處不時出現可回收物，便開始全身投入社區回收。她藉着清洗及整理回收物，紓緩生活上的緊張情緒及壓力。她道：「我全年無休的，好似往常做清潔般，只有年初一不工作。」不管有人說她是「大陸婆」、「垃圾婆」，她依舊走到哪裏都會帶着購物袋撿拾。她解釋：「香港每日都有這麼多紙皮、膠樽、鋁罐掉被拋棄，我們再不環保，堆填區不就無位？」她會撿花叢中的汽水罐，因為怕滋生蚊蟲；也會撿地上破碎的玻璃瓶，因為怕穿拖鞋在社區走動的長者危險。她深知自己是在做環保，是做着正確的事，所以風雨不改地堅持工作。

## 建構回收友善社區

長者辛勤在社區工作，其實值得我們更多的尊重。靈合長者健康中心獲維拉律敦治·荻茜慈善基金贊助，與新福事工協會拾平台和香港理工大學賽馬會創新設計院於2021年6月開始，合辦為期兩年的「拾連」計劃，通過外展服務接觸北區、旺角及土瓜灣區從事社區回收的長者，讓一班默默耕耘的長者被社區看見，計劃至今已接觸約200位長者，其中約70位成為中心的服務使用者。計劃透過關顧類服務、職務



支援類服務及社區教育，讓社會對於社區回收工作多點認識，從而提升社區回收者的工作條件和身份認同，建構回收友善社區。計劃主任林穎彤（車車）說：「我們希望提高大眾對於社區回收工作的關注，尊重『社區回收工作者』的回收工作，不再稱他們為『拾荒者』。」

他們還特別對應長者需要，設計了「社區回收工作者」的專用手推車。阿環讚口不絕：「好大幫助！這架車好好推。我自己那架上斜很吃力，這架車的車轆靈活點，會推得輕鬆點。」而且，手推車還設有剎車手把，推車落斜時不用跟向下衝的車子鬥力，沒有那麼費力。同時，車子還設有鈴鐺，遇着快將撞到途人時，不用聲嘶力竭地叫喊，讓他們工作得更安全。另外，隔個星期中心會安排小組教長者職安常識，也教他們用手機WhatsApp、影相，同時提供物理及職業治療。中心還在建立「回收友善商店網絡」，鼓勵社區小店為長者提供不同幫助，如恆常讓長者於店鋪後巷停泊手推車、轉贈回收品或關心附近的回收者等。計劃將於2023年3月推行「社區回收月」，期望透過社交專頁、宣傳品、活動等，讓關顧社區回收工作者的網絡延展開去。



4. 「拾連」計劃主任林穎彤陪同阿環前往回收，過程要途經兩段斜路。

5. 阿環認為「綠在區區」較注重環保，所以大部分回收物會送到此處回收。

6. 林穎彤期望大眾認同社區回收者的付出。

7. 中心特別為長者設計手推車，以減低他們工作的勞損。

8. 中心為從事社區回收的長者提供物理治療及保健班。

趙榮德 — 教育隨筆

袁文輝 — 生命因愛動聽

司徒永富 — 職場信念

鄒頌安 — 逆想天開

何重恩 — 重情重義

葉陳慢利 — 吃出健康

周淑屏 — 蠢出香港

Larry — 遊漫遊記



Photo: Ave Calvar Martinez

文章內容僅代表作者意見，並不代表本機構立場。

Column





# 三則出版書籍的趣事

閒來無事，和大家分享幾則出版書籍的趣事。第一件事發生在學校。我校為慶祝建校 70 週年要出版一本特輯，因而成立一個出版委員會。我是該委員會的總編輯，和其他四位老師，用了七個月時間完成了一份有一百六十頁的初稿。

我們五個編輯分別把初稿仔細校對一次，把錯誤的地方修正了；再看多一次，仍然有一兩個錯誤，修正了；看第三次我們再找不到錯處，便決定約印刷商翌日拿修正好的初稿付印。

就在打完電話約印刷商來取稿的時候，有一位英文老師經過，我順便問老師可否花少許時間把校對好的初稿快讀一次，誰知他在半小時內，便指出初稿還有五六個錯處存在，我們真的是無地自容。結論是：「就算是校對好的初稿，『自己人』睇幾多次都無用，一定要找個生眼（即外人）的人來睇，如果外人找不到錯處，才可付印！」

另一次更加離譜的事情，發生在我出版的英文文法 (English Grammar) 系列叢書上，某知名的報館把我刊載在報章上的文章集結成書，每年出版一本，銷路不錯。及至第三本名叫介系詞 (Preposition) 的書印好後，出版社把二十本新書送到我家，我把包得緊密的雞皮紙撕開，看到書面設計得很幽雅，但是總是覺得少了一些東西，一時間不知是甚麼。再仔細一看，發覺書面竟然沒有印我的名字，我覺得不可思議，立

即看書背，但連書背也沒有。我翻開其他幾本書都是一樣。我立即拿起電話，告訴總編輯我的「發現」，她也是「如夢初醒」，直至接到我的通知才知道書面沒有印出我的名字。她立即答應我把書再印過，還笑說我那廿本書是「限量」絕版書！

第三件可以是趣事也可以算是樂事。話說某大出版社替我出版了一本名叫《不一樣的家長》的親子書，可能當時市場缺乏親子書籍，因此十分熱賣，六個月便賣清了一版三千本，再印三千本，一年後又賣個清光。奇怪的是，再印那三千本的書面上沒有印上「再版」兩字，我有些奇怪，問編輯原因，她答我她也不知道，大概因為原書沒有「增刪改動」，只是重印一次，所以不算是第二版吧！但三年之後，書又再售罄，第三次出版，這次我見到書面卻印上第三版！九年之後，出版社高層因該書深受家長歡迎，要求我「增添潤飾」原著，打造一個 21 世紀版，加添 21 篇文章，這次，出版社在原書名《不一樣的家長》旁邊，加上「增訂版」三字，以表示「內容更加充實」，一本書賣了四版十三年，也算是賞心樂事吧！



趙榮德

現為輔導教師協會顧問，曾任喇沙書院副校長。關心香港教育，於《明報》、《星島日報》、《公教報》撰寫專欄，出版著作甚豐，有《不一樣的家長》、《趙 Sir 教英文》等。

電郵：[chiu24@gmail.com](mailto:chiu24@gmail.com)



# 超乎想像！ 藏在毛蟲裏的「外星人」

泛綠的身軀、橢圓的腦袋、腦袋上長着一對大大的藍白色「眼睛」，呆萌的眼神讓人很好奇，這種毛毛蟲，外表酷似「外星人」，更有人說，這條毛毛蟲的「造型」和荷里活電影英雄鋼鐵俠非常神似。專家稱，這是夾竹桃天蛾幼蟲，在中國廈門較常見。

最近，我和「創世電視」團隊正全力製作一部福音電影，主題是人如何從宇宙、大自然、靈界及心靈世界，見證耶穌基督以自己的死換取我們天國王子與公主的身份。

在資料搜集中，我驚嘆造物主的智慧既至高無上，卻又心細如塵：小如大自然裏的毛蟲，也足以讓世人一窺創造之精巧和奧秘。

為何珀鳳蝶 (Spicebush Swallowtail) 的幼蟲頭部附近的圖案像一個畫上假臉的外星人，巨大的「雙眼」栩栩如生？

為何紅天蛾 (Elephant Hawk Moth) 的幼蟲從外形、顏色和圖案都活像一條帶着霸氣的迷你蛇，連人類也要近看才發現原來它是蟲不是蛇？

為何有些幼蟲會模仿成一條繩子，有些會發出強烈惡臭，甚至有些會投擲糞便？

為甚麼這些幼蟲要扮鬼扮馬或做出古怪行為？原來一切都是為了防禦天敵。幼蟲位於食物鏈的最低層，無論飛禽或走獸都視牠們為美食，時常對牠們虎視眈眈，於是創造者便運用巧思為牠們「着裝」，或披上兇猛的圖紋，或賦予奇妙的技能，為的是幫助這些小昆蟲得以長大，繁殖下一代來延續物種。這些設計不但具有實際功能，而且不乏美感；假如你喜歡欣賞

藝術，牠們的配色、線條、外形全是經過細心規劃和設計的。

我們作為基督徒，當然知道人類的靈是由上帝而來，「耶和華上帝用地上的塵土造人，將生氣吹在他鼻孔裏，他就成了有靈的活人，名叫亞當。」人類歷史上創作了許多富含超凡美感、精密偉大的藝術品和發明，背後的靈感來源正是宇宙的造物主耶和華。

在我們還未來到這個世界以前，上帝已經是我們的創造者，從我們出生時所吸入的第一口空氣，到你離世前呼出的最後一口氣，都是由祂決定的。《聖經》告訴我們，我們的身體髮膚都是上帝創造的，我們有多少條頭髮祂都數算過，當你正在閱讀這篇文章時掉下了四根頭髮，祂也知道。

上帝給人類的大腦有 3.4 磅，要到 25 歲才發育完全，但這腦袋內有超過 100 億個神經細胞去思想。人可說是擁有最高智慧的被造物，但我們是否可以用這有限的 100 億細胞完全理解無限的上帝呢？

上帝給了我們最珍貴的腦袋，我們可作為宇宙的觀察者、發掘者、傳道者，就算透過幼蟲那小小的身體，也可看見無限者的偉大。大自然的奇妙可畏，使我更體會約伯說「我從前風聞有你，現在親眼看見你」的心情。



袁文輝

影音使團總幹事，1989 年成立影音使團。從最初幻燈片到福音電視及電影製作，致力以具創意、多元化的影音媒體製作傳遞福音信息，助人反省生命；於 2003 年創辦本港首個 24 小時基督教電視台——「創世電視」，現在 myTV SUPER 602 台及創世電視 YouTube 頻道等平台播放。除了影視媒體，更於 2006 年創立《天使心》月刊，是首本在全港便利店發售的基督教刊物。



# 以貌取人 vs 相由心生

舊約聖經申命記：「因為耶和華——你們的上帝——他是萬神之神，萬主之主，至大的上帝，大有能力，大而可畏，不以貌取人，也不受賄賂。」(10:17)

在撒母耳記上第十六章記載了先知撒母耳按照神的吩咐到耶西的家，去膏立他的一個兒子代替掃羅作王。當撒母耳見到耶西的兒子以利押的時候，以為神一定會揀選他，因為他的身材高大。但神卻對撒母耳說：「因為人看人，是看外貌，耶和華是看內心。」(16:7) 很明顯，神不喜歡亦教導我們不要「以貌取人」，但是現實生活中，卻很難做到，且比比皆是。

美國著名形象設計師莫利曾對 100 家大型企業的總裁進行訪問，發現 97% 的總裁認為，展示出自己形象魅力的人會獲得更多的升遷機會；95% 的總裁相信，不合適的穿著會使面試者更容易遭到淘汰；93% 的總裁表示，絕不會用不懂穿著的人做自己的助手。

這種以貌取人的現象在心理學上稱為「首因效應」(Primacy Effect)，也叫優先效應 (Superiority Effect)、第一印象作用或先入為主的想法。即當人們第一次與某人或物接觸時，會留下深刻印象，「第一印象」最先輸入的那些資訊，作用最強，持續的時間也比較長。心理學家曾做過一項有趣的實驗，讓兩個學生都做對 30 道題中的一半，但是讓學生 A 做對的題目儘量出現在前 15 題，而讓學生 B 做對的題目儘量出現在後 15 題，然後讓一些受試者對兩個學生進行評價，兩相比較誰更聰明一些。結果發現，多數受試者都認為學生 A 更聰明。亦有研究發現，在第一印象中，50% 以上是由相貌造成的。

以貌取人既然那麼普遍，那又是否真的沒有根據呢？話說美國總統林肯的朋友向他推薦了一個才識過人的閣員，林肯只見了一面就很快拒絕了。朋友問他原因，他說這人長得太醜，我不喜歡他的長相。



司徒永富

司徒永富博士，現任鴻福堂集團控股有限公司行政總裁兼執行董事、香港理工大學會計及金融學院實務教授，同時出任香港專業人才服務機構主席及教會關懷貧窮網絡執行委員會委員。



# 另眼相看

若你身體有障礙，已婚，一天，記者對你擁有親密關係產生興趣，你猜，兩條必問的問題是什麼？

在輔導學網課中，師生討論到不同能力人士與親密關係之課題。因主流論述的影響，我們都容易戴上有色眼鏡，對自己「另眼相看」，要求甚高。舉例說，作為視障人士，難免需要「借眼一用」，從閱讀信件、尋找失物，到收看 Youtube，均需要另一半協助。對此，我難免覺得有所虧欠，不得不發奮圖強。努力工作而少訴苦之餘，我亦跟對方「劃清界線」，洗衣拖地等無需細微觀察的家務，定要交我雙手包辦。太太曾「侵犯主權」，能夠少做一點的我反感不滿，要求她不要進入我的工作範圍。誠然，我當時未聽清內心聲音——能力等於價值，我欠缺了安全感！

上世紀 70 年代，美國心理治療師 Kahler 指出，每個人心中均有五個簡短卻時刻影響我們的劇本，每當我們思考、決定、行動，它們就自動播放，促使我們作出某些決定。那些劇本包括：要完美、要堅強、要快一點、要取悅別人、要努力。於是，或對人對己諸多要求，或掩藏內心感受，或耐性欠奉，或活在他人目光中，或難以放鬆……天天演出，卻不知自己是誰。

對生命困惑、對自身不滿已非小事。嚴重者更會跌入美國心理學家 Stephen Karpman 所提出的「受害

三角循環」——迎合他人時，自覺是拯救者；感到委屈時，自覺是受害者；怨氣爆發時，則變為加害者，在不知不覺間，透過言語、行為傷害他人。負面影響一如漣漪，逐步擴散！

回到文首的問題，記者遇上視障人士，九成會問：伴侶也是視障人士？對方家人有否反對？當然，這些提問也屬情理之中。但在受訪者講清講楚後，部分記者除了滿足於問出的童話故事，亦不忘補上一句：你真幸運！

「細心想想，這話豈非隱含一點惡意嗎？」網課導師問。不錯，就是說：視障人士乃關係中的弱者，需要另一半協助，得到垂青，實為萬幸。

不否認，好些時候，我需要太太出手相助，也認同伴侶需要彼此照顧。問題是，有否看扁自己？是否全然違背內心？

「你在這裡等吧！我進去買點東西，我一個去，更是快手快腳。」太太說。以往，為了做個好先生，我總要跟進去，幫忙拿點東西也好，不然，便認定自己無用。如今，我樂得站在店外，滑手機、覆訊息。日光還多麼溫暖呢！



鄺頌安

相信禱告，熱愛聆聽，國際教練協會認證精粹教練，十大再生勇士  
電郵：chungonkwong@gmail.com  
Youtube 頻道：視無限



# 義工從「小」做起

民政及青年事務局與義務工作發展局於2022年首度合辦全港性「香港義工獎」，已於12月10日舉行頒獎禮，是次表揚不同界別的優秀義工、團隊、企業、機構及團體，頒出獎項共8,000個，其中包括曾深受語言障礙困擾，如今積極投身聾啞義務教育服務的牧師，亦有年僅13歲就成立扶貧NGO的學生。

政務司司長陳國基在頒獎禮上致辭表示，希望各位義工朋友繼續積極推廣義工文化，打造一個更有希望、更加團結的香港。

本年度推出的「香港義工獎」嘉許本地傑出義工、青年義工、企業、團隊、各區屋苑、學校及協作計劃的付出和貢獻，集合了多位來自政、商及學術界的評審及委員。獎項包括傑出義工或團隊及傑出青年義工或團隊等，一共有36間機構得到傑出系列獎項的表揚，有非牟利組織為受災難或疫情影響的市民提供心理輔導，有工程師為基層學生進行義教工作，亦有機構在疫情期間持續送暖。

在頒獎禮上我與年僅13歲的潘浠淳傾談，知道她自小就跟父母參加不同的義工活動。在一次探訪露宿者的活動時，令到她深深感受到香港繁華的背後，仍有無家者要風餐露宿，於是激發了她的服務志向。因為大部分服務性質均為短期活動，她認為需要一些更直接、更長期的活動才能夠幫助有需要的基層人士，於是在兩年前就創建了「Light Their Rights

HK」，目的是希望凝聚青少年扶助弱勢社群。他們積極參與聯合國等的義工活動，慢慢積累自己的經驗。

年輕的她向我介紹，他們會舉辦辯論、英文學習、香港歷史工作坊等活動，希望小朋友自小就有更多的體驗，找到自己真正的興趣。她分享自己剛剛創立這個組織的時候，一些機構可能擔心她年紀輕輕，對和她合作沒有信心，但最終都得到一間機構給予合辦辯論活動的機會，從而增強大家對自己的信心。她表示雖然辛苦但非常開心，她的志願是希望多籌辦基層兒童的服務。

浠淳年紀輕輕，但對義務工作的精神掌握準確，她能夠獲獎並非偶然。期望日後在義工路上，能與她有更多的合作，也希望她能感染更多朋友加入義工行列，服務社群。❸



何重恩

資深傳媒人、第四屆香港傑出義工、前推廣義工服務督導委員會委員、前義工服務推廣及宣傳小組召集人、路進會副主席、香港傑出義工會執委。



# 全麥麵包

你通常吃麵包是吃白麵包（或叫普通麵包）還是全麥麵包（Whole Wheat Bread）呢？我自從在大學修讀營養學後，都不再吃白麵包了。本文會令你清楚明白為什麼要選擇全麥麵包。

在外國（美國）的餐室，當你點三文治或套餐有麵包時，侍應都會問你要什麼類型的麵包？有的侍應會一連串如發炮彈般數出他們有的不同類型的麵包，例如：白麵包、全麥麵包、酸種麵包、裸麥麵包、雜糧麵包、法式長棍麵包、貝果麵包等，以上是比較普遍的。有些規模比較小的餐室，最少的選擇都會有白麵包或全麥麵包。香港普通餐室卻一律是沒有選擇的，只有白麵包。我只有在香港餐室中沒有選擇時才吃白麵包。當我吃時，總是心中想今天吃了一些沒有營養的食物。

什麼是全麥麵包？全麥麵包是由全穀麵粉製成的，顧名思義，全穀是指一粒穀的全部分，如下圖所見，一粒穀分三部分，有麩皮、胚芽及胚乳，全麥麵包是用完整麥穀粒磨成的粉製成的麵包。

「麩皮」是全穀粒的最外面一層，它含有膳食纖維、豐富的維生素B及礦物質。「胚乳」含有碳水化合物、少量的蛋白質及維生素。「胚芽」是營養價值的核心，含有維生素B及E；礦物質有鉀、鈣、鐵、鎂、鋅、磷；不飽和脂肪酸及植物化學素。

全麥麵包經過較少的加工程序，因而保留了大部分的營養價值，讀者到此都很容易明白全麥麵包比白麵包的營養價值高。白麵粉是加工製作的，把一粒穀的麩皮及胚芽都去掉，大部分穀的營養價值都被磨掉，因此粉會比較幼滑，完成的麵包又會比較漂

亮。全麥麵粉造麵包時麵糰的持氣性低，導致全麥麵包的容量比白麵包小，全麥麵包的口感粗糙，質地乾硬，缺乏彈性，並不符合普羅大眾的口味。此外，最重要的是全麥麵包比較容易壞及變質，保存期比白麵包短。

吃全麥麵包最重要的好處是它有高吸水性的纖維，能使食物膨脹，增加糞便的體積，促進胃腸的蠕動，對便祕有一定的幫助。纖維又可以減低膽固醇，減低血液凝固而引起中風的機會。豐富的維他素B對疲倦、腰痠背痛、食慾不振、腳氣病及各種皮膚病均有一定預防作用。減肥者可以用全麥麵包代替米飯，但必定要配搭蛋、肉類及蔬菜才能成為均衡的一餐。外國人午餐吃一份三文治含二片全麥麵包、一片肉或蛋加二片生菜，便是一份十分有營養及均衡的午餐。❸



葉陳漫利

70年代中在美國肯薩斯州立大學（Kansas State University）獲得營養及組織管理碩士學位，後考取成為註冊營養師，在北卡羅萊納州（North Carolina）州政府做營養師8年，後因興趣關係而轉行。現為香港晨曦會顧問。



# 最美風景

對我來說，台灣最美的風景在圖書館。

初來高雄時，因為人地生疏，常感到無處可去、無事可做，不想被困在家中的話只有一個去處，就是離家15分鐘腳程的鹽埕圖書館。

這間圖書館最大的特色是一半的藏書都是漫畫，每天沉浸於自己喜愛的日本漫畫之中，喜愛的日本漫畫看完了，就開始留意圖書館裡的各式人等。

圖書館裡除了正式員工的圖書館管理員之外，還有一些志工（即義工），負責日常事務如把書籍放回原處、清潔、打理盆栽等的志工。

有一個打理盆栽的志工伯伯，他一星期來好幾天，每次來也忙進忙出，忙得不亦樂乎。盆栽在圖書館裡無處不在，伯伯的身影也無處不在。窗邊、書架頂、書桌中央、借還書處的辦公桌上、影印機旁……甚至洗手間的廁格中、洗手盆旁，也有盆栽的蹤影。因著他的悉心打理，盆栽的確為圖書館增添了綠意及生氣，但是，伯伯不停來回穿梭淋花和修整植物，也對專心看書的人造成騷擾。

某某天，圖書館主要通道的地面不知為何拱起了，上面的幾塊地磚也破掉了，雖然通道很寬闊，經過的人沒受到多大影響，可是也有些人一不留神會被絆倒。如是者過了幾天，也沒人來修理。

有一天我踏入圖書館後，發現圖書館裏多了一個放了漂亮盆栽的角落。這角落中有綠葉、紅葉、紫葉的盆栽植物，色彩繽紛，而且中間還有一些用樹枝造的動物如長頸鹿、馬兒等等，令這裏出現了朝氣勃勃的一角。走近一看，這不是那個地磚破了的地方嗎？盆栽將這些破了的地磚圍起來，成了一個漂亮的角落！這一定是盆栽伯伯別具匠心的安排！



周淑屏

香港人，現居於高雄。文字工作者，從事寫作教學工作，已出版逾120本作品，兩度獲得香港中文文學雙年獎（兒童少年文學組）。



# 初生



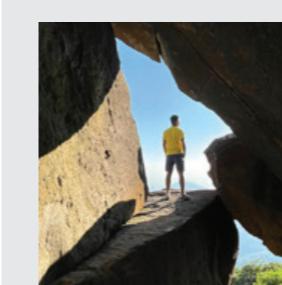
(攝於南非胡德斯普雷特)

在成年人眼中，初生之犢是年少氣盛的代名詞。

我們難以接受那份莽撞，是因為已超出我們的接受範圍，還是它正是我們早已磨蝕的勇氣？

*“The most courageous act is still to think for yourself. Aloud.”*

— Coco Chanel ♡



Larry

前線社工，青年工作者。喜歡走在大路邊緣，在地圖之外探索未為人知的故事。自由地活，隨心而行。



社關服侍

三年策略發展計劃 —— 持信前行 服侍基層

「星夢情真」舊曲新詞比賽 —— 唱出智障人士心聲

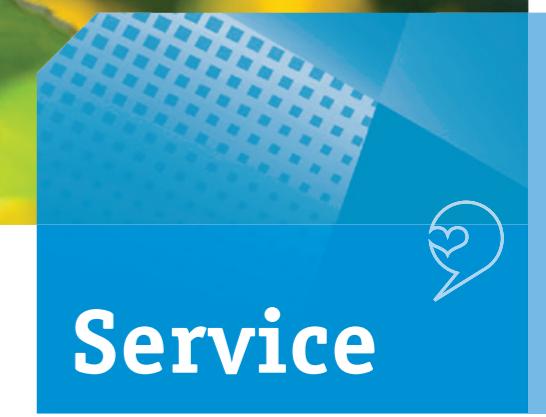
網賭新世代的應對及分享會

匠人技藝全體驗 —— 把油漆技藝傳承開去

2022 年度周年感恩大會

外界協作

Photo: Brett Sayles



Service



# 社關服侍

實踐耶穌基督服務人群的精神

## Diakonia in VUCA

◎ 曾浩賢博士

一位來自荷蘭的老師 – Dr. Robert Doornenbal – 將會在 2023 年 4 月於信義宗神學院教授一科名為 Being Human in a VUCA-World and the Church's Mission (中文譯作：VUCA 時代下的生活與教會使命) 的密集課。何謂「VUCA」？「VUCA」是四個英文字詞的縮寫，分別是「Volatility 易變性」、「Uncertainty 不確定性」、「Complexity 複雜性」和「Ambiguity 模糊性」。早在 1985 年，美國知名領導學學者 Warren Bennis 和 Burt Nanus 在他們所著的 Leaders: The Strategies for Taking Charge 一書中便提出企業領袖與管理者正面對着這四種社會現象的挑戰。時至今天，特別我們在近年經歷著 Covid-19 全球疫情、俄烏戰爭、國家與國家及地區與地區之間的政治和經濟博奕、香港本地的政治和社會的改變、移民潮等等，都鮮明地告訴我們正處身於一個 VUCA 的時代，而且是程度不輕的時代。筆者曾聽過一位營商的朋友說，在疫情這兩三年中，根本無法做明年的計劃與預算，因為社會的變化非常急促而且無法預計。

「VUCA」這一縮寫用語，倘若放在基督教社關服侍 (Diakonia) 的向度來思考，正是提示我們自己、我們的教會和機構、我們的服務對象都被這些「易變、不確定、複雜、模糊」影響着。當我們說社關服侍是要看見且回應需要，那在 VUCA 時代中，「回應」往往因着要追趕「需要」的急促變化，會變得相當吃力。再者，處理和解決問題的方式也不再有簡單的方程式，而是要相當靈巧。另一方面，人們生活在 VUCA 中，容易感到迷惘和疲憊，亦會較易失去盼望，因而選擇逃避或躺平。例如對於

現今的移民潮，我們見到有些不太具備條件於外國生活的人士和家庭也選擇移民。一位心理學家這樣解釋：這可能源於他們感到難以面對香港未來發展的不確定性，而且他們多抱持負面的想法，故對於這刻可以控制的一申請移民，他們便這樣去行，有機會輕看了移民後要面對另一個地方的 VUCA。

另一位學者 Bob Johansen 於 2007 年就「VUCA」以另外四個英文字詞作了出新的闡釋，以回應舊有的「VUCA」。新的字詞分別為「Vision 遠象」、「Understanding 理解」、「Clarity 清晰」和「Agility 靈活」。篇幅所限，難以逐一解說，但總的來說，是不要停留在「易變、不確定、複雜、模糊」的環境中打轉，而是要培養出能面對這種環境的能力。若用另一個例子說明，就是人面對逆境的方法不是消除逆境，讓它不再發生，而是培養一個人的抗逆力 (Resilience)，因為我們沒辦法叫逆境不再發生。

說到這裏，筆者想起聖經中主耶穌在差遣門徒出去傳道時，向他們說：「你們要靈巧像蛇，馴良像鴿子。」(馬太福音十章 16 節) 前一句是提醒門徒可用不同方法，靈活彈性地面對眼前的挑戰，而後面那句是要門徒在過程中不要失去基督徒的本質，無論如何應對，也是按上帝的教導和心意而行。信仰是人生命和生活的指南針，如筆者在之前的短文中提過，Diakonia 不同於其他社會服務，在於它是本於基督信仰的指導。因此，在這個 VUCA 的時代，我們更要在聖經中尋找那新的 VUCA (Vision, Understanding, Clarity, Agility) 來作我們的社關服侍。❸

作者：曾浩賢博士

基督教香港信義會牧師，信義宗神學院院長



## 三年策略發展計劃 —— 持信前行 服侍基層



隨着 5 年計劃在 2022 年完成，機構已展開 2022-25 年的 3 年策略發展計劃。早在 2021 年 5 月，我們已開始籌備工作，透過為時近一年的多場工作小組會議、持份者集思會及諮詢會，接觸不同層級員工及廣泛諮詢機構同工，草擬並具體化計劃內容。

是次群策群力的參與，為機構帶來寶貴的經驗，推動更符合內外需求的發展規劃。最後，我們以「持信如一，起動前行」(Anchor in Faith, Step up to Serve) 為主題，擬訂了三大策略，分別為：「承傳機構文化及價值」、「聚焦發展協作的服務模式」及「提升內部運作能力」。同時，我們分析了現時社會環境狀況，以「照顧者服務」、「精神健康」及「基層支援」為三大服務主題。

「持信如一」是呼應機構的使命作為各個策略方向的根本，在幻變中保持「不變」，繼續實踐耶穌基督傳揚福音和服務人群的精神。其中「一」還有另一重意義，就是象徵「合一」(Oneness)，代表我們「跨服務、跨專業、跨部門 / 單位」的行動實踐。當遇到服務需要或機遇時，我們就會行動，合一作社關服侍。

發展計劃聚焦「照顧者服務」、「精神健康」及「基層支援」三大服務主題，回應時代需要。人口老齡化及特殊學習需要學童數目增多，令社區照顧者的壓力倍增，為此我們會為他們提供支援及喘息空間；社會動盪不安，年青人亦難尋出路，我們因此特別關注，並展開有關精神健康的研究及相關服務；疫情肆虐、通脹加劇令基層市民百上加斤，無論住屋及生活必需品等資源上的協助，對他們都極為重要，因此我們將持續爭取及投放資源以改善他們的生活質素。

在變幻不斷的新時代中，本於「持信如一」的精神，我們期待能與更多團體及友好一起跨越挑戰、舉步前行，讓基層繼續得到適切的支援和幫助。❹



1.2. 透過不同的集思會和工作坊收集跨服務同工的意見。

3. 透過視像會議向全體過千員工作出諮詢。

# 「星夢情真」舊曲新詞比賽 —— 唱出智障人士的心聲



為進一步推動殘疾友善社會，葵涌地區支援中心分別於 2013 年及 2017 年，推行兩屆「星夢情真計劃」，透過歌曲創作及舊曲新詞比賽，促進社會大眾了解智障人士家庭。早前籌辦的「星夢情真 III—生命·頌歌」，於 2021 年 8 月成功招募 20 位社區人士。今屆與過往最大的分別是加入了家庭訪談、培訓、拍攝 MV 等元素，計劃邀請了流行曲填詞人李文曦 (Oscar) 教授填詞技巧，以及由臨床心理學家指導參加者面談技巧。之後，參加者會與智障人士家庭進行家訪，再改編 C All Star 的《總有離開的時候》或《此刻無價》填詞。

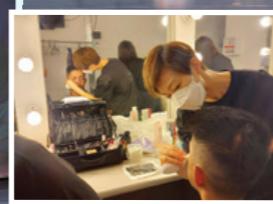
此計劃收集到 11 份填詞作品。4 位優勝者在音樂學校 ShowOff Academy 協助下製作 MV，智障人士亦有機會參與其中，向大眾呈現自己的生命故事。嘉許禮暨作品分享會已於 2022 年 11 月 13 日在香港兆基創意書院舉行，由社署康復及醫務社會服務總社會工作主任蕭建香女士、本機構助理總幹事冼鳳儀女士及 ShowOff Academy 歌唱總監黃健勤先生主持亮燈開幕。大會邀請了 Showoff Academy 音樂學院學生現場獻唱得獎歌曲，更安排了中心智障會員手語隊演出冠軍作品《起跑以後》，另外還有填詞參賽者及評審與智障人士家長進行訪談。

填詞參賽者阿達在分享會中，介紹她配對的對象是 24 歲患有輕度智障的在晴。初時，她感覺在晴性格內

填詞優勝者 MV 成品：



<http://bit.ly/3UznnzG>



1. 分享會以全場大合唱冠軍歌曲作結。
2. 演唱得獎歌曲時，填詞參賽者木童向智障人士家茹獻花。
3. 得到是次活動的義務化妝及髮型設計團隊 Elite Makeup 幫忙，令表演者更自信地上台表演。
4. 智障人士家長及填詞參賽者訪談。



3

# 網賭新世代的應對及分享會



5. 網上賭博方式較傳統賭博便捷，同時提供借貸渠道，容易令賭博者短時間累積欠債及面臨賭博失調的影響。

由於網上賭博隱閉性高，坊間缺乏安全的網上支援平台，傳統戒賭輔導服務亦欠缺即時及全天候的支援，機構呼籲政府針對網上賭博增撥資源，進行研究及推出相應對策，並建議：

1. 針對網賭及電競賭博問題進行研究
2. 配合年青人使用網絡習慣，推出更多適合的網上支援平台。
3. 提供更多安全的網上討論平台，避免年青人誤墮騙徒陷阱。
4. 提供全天候 24 小時支援，回應即時需要。
5. 運用線上外展社工協助有需要人士。

為應對網賭趨勢，「i-Change 賭博輔導平台」最近新增自我債務評估和網上討論區「圍爐傾」兩項功能，期望能提供一個安全、不受賭博及借貸中介滋擾的圍爐空間。

## i-Change 賭博輔導平台

i-Change 賭博輔導平台於 2020 年 11 月初推出，由平和基金資助，是全港首個 24 小時網上賭博輔導平台。平台運用聊天機械人「阿信」作輔導諮詢，針對賭博的核心問題：債務處理、自我評估及戒賭輔導三方面，為查詢人士提供全天候的支援。

## i-Change 賭博輔導平台



1. 就網賭現象，機構呼籲政府增撥資源應對網賭危機及鼓勵有需要人士尋求協助。
2. 年輕個案分享網賭及求助經歷。
3. i-Change 新設「圍爐傾」討論區予賭博人士及其親友在安全的環境下互相傾訴。

## 匠人技藝全體驗 — 把油漆技藝傳承開去



- 計劃讓年青人發掘潛能，拓闊對油漆業的認識。
- 師傅細心教導學員油漆技巧。

香港青年才藝學院與葉氏化工旗下油漆業務——駱駝漆品牌 Iamac，共同推行「匠人技藝全體驗」計劃，讓年青人感受匠人精神、學習技藝及共建共學，並將匠人精神傳承下去。計劃共分為兩部分，第一部分是匠人技藝傳承，由公司代表分享行業資訊，及由專業師傅教授油漆知識及技術。除此之外，計劃更讓年青人認識與色彩相關的行業如壁畫師，以拓寬年青人對職涯的想像。第二部分則由公司代表及年青學員到訪本會兩間青少年綜合服務中心，將所學技能發揮，實踐共建社區。

2022 年 8、9 月期間舉行，計劃舉行了兩場匠人技藝工作坊 (8 月 11 日和 8 月 29 日)，有合共 25 位青年人



- 油漆師傅帶領學員體驗白板漆油漆的工序。
- 匠人技藝全體驗工作坊亦設有帆布袋設計環節。

## 2022年度周年感恩大會

本機構員工嘉許禮 2022，於 11 月 29 日順利舉行，嘉許禮中頒發了長期服務獎、優秀職員獎等百多個獎項，以鼓勵及感謝同工的努力。當日氣氛熾熱，其中更有 4 位同工獲得 30 年長期服務獎，實在可喜可賀。同時，2022 年周年感恩大會亦於 12 月 12 日舉行，雖然仍未能與所有同工實體聚首一堂，我們依然以網上形式感謝同工在過去一年的辛勞付出。

一如既往，周年感恩大會除了讓同工得悉機構過去一年及最新發展，更希望同工暫時放下忙碌的工作，懷著喜樂與感恩的心與單位團隊一同參與。今年機構再度安排團隊網上問答競賽，各個單位踴躍參與，當中更涉及三年策略發展計劃，讓同工掌握「持信如一 起動前行」(Anchor in Faith, Step up to Serve) 這個主題及相關的重點服務。



- AGM 繼續以網上舉行
- 嘉許禮上同工合照留念
- 問答遊戲加入策略發展計劃相關題目

## 外界協作



### 利潔時「籠」情中秋齊歡聚

利潔時（香港）有限公司贊助本機構沙田多元化金齡服務中心，於中秋節前夕 (2022 年 9 月 9 日)，派出 12 位義工陪伴 25 名獨居長者慶祝中秋佳節，讓他們感受節日氣氛。義工們當日與長者一起創作可愛造形的紙製動物燈籠，讓他們憶起童年玩燈籠的美好回憶。最後，義工更為長者送上家居清潔套裝，並向他們分享清潔及防疫的重要資訊。



### 港基「擁抱愛 Better Love Better Me」2022 義賣活動

港基物業管理有限公司於 2022 年 10 月 22 及 23 日在紅磡置富都會商場舉行「擁抱愛 Better Love Better Me」慈善義賣活動。天朗中心獲邀於場內設義賣攤位，售賣戒毒服務製作的「清心系列」產品，包括手工清心棍、暖包草球、清心潤唇膏等。活動所籌得的部分善款會捐贈予天朗中心，以支持戒毒服務，讓服務可以更全面幫助戒毒者及其家庭。

\* 若商界及其他團體有意與本機構合辦活動，歡迎致電 3692 5468 與本機構傳訊與協作部聯絡。



營運機構  
Operator  
基督教香港信義會  
The Evangelical Lutheran Church of Hong Kong

健康一點  
Health Counts

免費\*  
入會

# 屯門 TM DHC 地區康健中心

護士 藥劑師 營養師 物理治療師 職業治療師 社工 專業服務

智慧健康管理<sup>#</sup> | 智能健體訓練<sup>#</sup>

免費健康風險評估<sup>#</sup> | 免費健康班組活動<sup>#</sup>

主中心：屯門新墟青山公路133號玫瑰花園商場一樓

附屬中心：  
健點·栢麗：屯門屯喜路2號屯門栢麗廣場一樓155至156號鋪  
健點·美樂：屯門湖翠路2號美樂花園商場地下85號地舖  
健點·友愛：屯門屯門鄉事會路2A號愛定商場S區2樓S-201至S-203號舖

健點·盈豐：屯門良德街9號盈豐商場1樓B51號鋪  
健點·山景：屯門鳴琴路1號山景商場4號舖

糖尿病管理

高血壓管理

痛症管理

中風/體骨折復康

急性心肌梗塞後期復康



## 捐款表格

本人願意捐款支持基督教香港信義會社會服務部作服務經費：

港幣 \$100

港幣 \$300

港幣 \$500

其他：港幣 \$ \_\_\_\_\_ (請註明)

### 捐款方法

捐款人可直接將捐款存入本會戶口（恒生銀行：388-558025-668），並將入數紙連同本表格郵寄或傳真至本機構。捐款人亦可郵寄支票至本機構，抬頭請寫「基督教香港信義會社會服務部總處」，捐款達港幣 \$100 可獲發免稅收據。  
(地址：九龍窩打老道 50A 號信義樓一樓，請註明「信念編輯部」。傳真：2770 1093 • 電郵：admdept@elchk.org.hk)

### 個人資料

姓名：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_

### 網上捐款 / 訂閱

愛心捐款



<https://bit.ly/355Afdm>

支持《信念》



<https://bit.ly/3IwdtJh>

訂閱《信念》



<https://bit.ly/3hmFshH>

### 索取地點



（朗屏站、北角康澤、杏花新城、南昌站、寶琳站、恆福、駿景園、康城站、何文田廣場、鰂魚涌、西九龍中心、新九龍廣場、筲箕灣寶文街、東涌逸東）

信義會屬下五十多個服務單位



道聲書局



青苗琴行 (筲箕灣、藍田、奧海城、深水埗、葵芳)

明愛專上學院 (將軍澳)

香港專業教育學院 (李惠利、黃克競、觀塘、屯門、青衣、沙田、葵涌)

PROSPERITY REIT 滙富產業信託  
(都會大廈、泓富產業千禧廣場、泓富廣場)

### 其他索取地點

#### 香港區

香港大學(學生發展及資源中心)  
香港樹仁大學學生事務處  
城邦書店

香港上海印書館  
森記書局(灣仔)  
森記圖書

#### 九龍區

香港城市大學學生會(九龍塘)  
香港浸會大學學生會、餐廳(九龍塘)  
香港理工大學學生事務處(紅磡)  
Kubrick(油麻地)

天道書樓(新蒲崗)  
田園書局(旺角)  
序言書室  
基道書樓(旺角)

議員辦事處  
黎寶柱議員辦事處

#### 新界區

青年學院(邱子文)  
香港中文大學專業進修學院  
嶺南大學  
天恩堂(葵涌)

新景安老院  
光明書局  
樂活書緣

溫和達議員辦事處  
劉勇威議員辦事處

### 《信念》亦可於以下地點免費借閱：

36間香港公共圖書館、港基物業管理有限公司管理的部分會所、東區醫院、房協長者安居資源中心、中國佈道會基福堂

主辦機構：



基督教香港信義會屯門長者綜合服務  
ELCHK, Tuen Mun Integrated Elderly Service

資助機構：



凱西克基金  
The Keswick Foundation

# 人本自立 拉闊耆蹟

費用全免



## 樓梯機服務

- ▶ 使用次數不限
- ▶ 醫療或復康用途獲優先安排



## 急凍飯餐支援

- ▶ 一星期送遞2次，每次6餐急凍熟食
- ▶ 為期5個月



## 外出陪伴服務

- ▶ 由受訓義工陪同
- ▶ 為期5個月，共5次服務



## 居家生活指導服務

- ▶ 以家訪或視象形式提供居家練習，如認知遊戲、簡單運動、生活規劃等
- ▶ 為期3-5個月，共12節指導

\*以上服務申請須經社工進行評估

服務  
對象

居於唐樓或正輪候  
長期護理服務的體弱長者

服務  
範圍

深水埗區  
油尖旺區

服務申請表



<https://bit.ly/3XDDclh>

服務查詢及申請



2467 2700



9506 7465

九龍長沙灣青山道64號名人商業中心604-605室

