生存有賴你

編者的話

◆陳炳麟

自月前本欄以「我們的誠意」為題，呼籲大家向周遭喜歡閱讀及追求晚年美好生活的親友戚屬，推介《松柏之聲》，懇請將他們的姓名、年齡、地址及電話寄來；我們很感激你們的賜助，瞬即給我們帶來不少新讀者，令《松柏之聲》可為更多朋友提供有關「有益有建設性」的長者資訊，協助《松柏之聲》擴大接觸面，使默默耕耘提供「智慧文稿」的義工心力不致白費。

唯編者同時收到很多關懷《松柏之聲》「存亡」的老友記來電及函件，他們恐怕若《松柏之聲》增加更多新讀者，即增加印刷、郵費及封套費用等必然支出，在《松柏之聲》長期處於拮据的困境下，此「擴大接觸面」行動，豈不是加速《松柏之聲》的死亡嗎？加上當他們知道《松柏之聲》近期因此而增加印刷費，在出版界認為「多出紙，即多燒銀紙」的道理下，他們都希望編者應盡早停上此「割喉」輕率行動。

全心盡意為大家提供「有益有建設性」生活資訊，是編者的職志；編者深知在商營媒體「不屑」經營長者媒體時，在人口老化日漸呈現的香港，負責此全無任何資助的唯一長者媒體，是我們的職責所在；若因財力困頓的問題，而令我們「死守」在三萬讀者以下，實非作為「迎難而上」的社工所為；若沒有需要及困難，怎會有我們的職業呢？

努力節流，是我們的重頭任務，例如我們已去信索取多份數的安老服務機構，以及減少送往各區政務處的數量，以避免《松柏之聲》被濫發及浪費等事情發生；慎用讀者珍貴善款，營運《松柏之聲》雖然重要，但若未能擴大大家的善款能力，令更多長者得著珍貴的資訊，亦是有違大家捐款指令，緊守大家的捐款，也是徒然。

雖然金融海嘯帶來經濟衰退，令《松柏之聲》所得善款大減，但在「勿為財困而不為」的原則下，只要有一份力量，編者也會竭智盡力而為，為喜愛閱讀及追求美好晚年生活的更多長者呈上《松柏之聲》。相信支持《松柏之聲》的你，也會為我們伸一把手，齊來為更多長者謀福，為《松柏之聲》可有更大的能量，藉賴你的支持壯大而不滅。

誰是問題？

短評

◆蘇倩心

正值坊間正在熱烈討論如何解決安老服務不足的話題上，大家都異口同聲說要正視「老人問題」，加上特首曾蔭權每次提到人口老化，都唉聲嘆氣，似乎「老」是個沉重的擔子，老人服務是一個「問題」。

筆者認為將長者生活所衍生的需要，視為問題，將該要關顧之事工視需要解決的疑難，是對長者的不敬。

人生在生命的歷程中，是有著不同的需要，為甚麼我們不視照顧幼兒為問題，提供青少年教育的工作為難題呢？長者獻出一生的勞力，為大家打造一個現代化的社會，現在只是他們的回修期，怎可說回饋他們是一個「問題」呢？

高齡人口多了，是社會穩定發展的成果，應是昔日的年青人努力貢獻的成果，難道他們老了，便要視為「問題」？此無疑是對公共理財是個巨大的挑戰，但老人並不是可怕的社群，我們應更需要改變對「老」的負面看法，輕鬆面對，利用創意和幽默感，用智慧創設更多服務，同時推動更多健康的長者參與，讓他們「再戰江湖」，攜手打造既有回饋作用，令他們有著自信和尊嚴的晚年。此即是說，「問題」是我們應怎樣處理長者晚年生活需要的課題。

人人都會老，年青的你，努力工作為你、家人及社會建設後，屆時你亦成為長者時，無論你做任何工作崗位，總會對社會有著不同的貢獻，你會否視自己為社會的負累？

別人沒有義務 讓你快樂

人物掃描

◆鄧明儀

范徐麗泰，1945年出生，前立法會主席，現任港區全國人大代表。她柔弱，卻堅強。在唇槍舌劍的立法會內，仍能保持甜美合宜的笑容。對女兒的腎病及自己的乳癌，同樣有一套樂觀的哲學去面對。

三十歲以前的我是一個不太快樂的女孩，對自己要求高，對別人經常板起口面，惡性循環之下，變得很孤獨；三十歲之後，經過種種工作上的磨練，開始學懂了：無論遇到甚麼事，只要能笑笑口對著別人，問題就容易解決。五十歲以後，我更加清楚，快樂是要自己找尋，別人並沒有義務去讓你快樂。

1994年，十七歲的女兒患上腎衰竭，是生命中最不快樂的事。看著女兒需要持續進行洗血，雖然很心痛，但我明白自己的首要任務，是要讓大家逃出不快樂的框框，惟有積極面對，才能幫女兒打勝仗。於是，她喜歡吃的食物、看的電影及書，我都盡量給她，鼓勵她打勝仗後做自己喜歡的事，前面彷彿盡是希望。

醫生說，最差的結果，是她會變成輕度弱智。但在不快樂中，最快樂是我能成功把左腎割了給女兒。今天她如願以償，當了醫生。以為最壞的事，卻換來最好的，因為，我和女兒加深了解，一家人的關係也親密了。

2001年，我患上乳癌第二期，再次面對生死，我不再害怕了，同樣以樂觀的態度去面對，結果割了左邊乳房，又再一次打勝仗，整個過程像是良性循環。

•懂得珍惜，樂觀面對人生的范徐麗泰。

所謂的快樂，就是「心安」。平日我很專心工作，下班後坐在按摩椅上休息，很心安；有時開會到晚上九時，然後獨個兒買了包爆谷看了一場電影，很心安；逢周日下午，與家人躲在安樂窩，很心安。與其枉花心機追求快樂，不如好好珍惜已經擁有的快樂。

免費及優惠注射流感疫苗

關懷社區

◆黃仲然

據衛生防護中心資料顯示，本港截至上月底已有逾萬宗甲型H1N1流感；千分之五的確診個案屬嚴重個案，其中八成患有慢性病，如糖尿病、吸煙等，而年齡最大為93歲。據專家分析，過往每日確診一百宗，現時每日增至四百多宗，指定流感診所的確診個案亦增至四成，顯示病毒仍繼續傳播。

鑑於長者因流感而需入住醫院治理，以及引發嚴重併發症的比率較高，故衛生署將於今年度為年65歲或以上的香港長者提供「長者疫苗資助計劃」，並鼓勵他們前往私家醫生診所接受季節性流感及肺炎球菌疫苗注射。資助計劃將於2009年10月19日開始，聖雅各福群會獲賽諾菲安萬特香港有限公司全力贊助，將率先為100名65歲或以上的長者免費注射流感疫苗，以可盡早協助大家預防流感。

而本會之「綜合醫療保健中心」，除可為年滿65歲的《松柏之聲》讀者預先報名，亦可分別於本年10月30日及11月2日獲免費注射季節性流感及肺炎球菌疫苗；以及為年滿55至64歲之讀者，予以獲優惠價$80注射季節性流感疫苗及優惠價$160注射肺炎球菌疫苗。防疫抗病最重要，讀者請速致電率先報名，電話：2835-4380或2835-4381。地址：香港灣仔石水渠街85號八樓「綜合醫療保健中心」。

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，抬頭請「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。