



THE VOICE 松柏之聲

非賣品

聖雅各福群會 出版

地址：香港灣仔石水渠街八十五號 電話：(八五二)二八三一 三二一五

St. James' Settlement, 85 Stone Nullah Lane, Wanchai, Hong Kong. Tel: (852)2831 3215

國際聯網 Internet: <http://www.thevoice.org.hk> 電子郵件 E-mail Address: thevoice@sjs.org.hk

★ 創刊於一九七六年一月，乃全球首份，最長壽兼全世界發行之長者華文讀物 ★

2012 長者日

香港第三齡學苑

「知樂自得每一天」



頭條

◆ 陳文宜

香港社會服務聯會
總主任(長者服務)

長者日的誕生

今年「長者日」已走過第 33 個年頭。1979 年，為推動敬老、愛老及尊老文化，促進社會人士關心長者的需要，香港社會服務聯會將每年 11 月第 3 個星期日定為「老人節」，舉辦各項慶祝活動。直至 1993 年，政府正式確立「老人節」的重要性，並重新定名為「長者日」，以表揚長者對社會之貢獻，提倡積極晚年、老有所為等訊息。每年均有近 300 間安老服務單位、政府部門、公共事業機構和工商機構等團體，以及社會各界人士支持和響應「長者日」，表達對長者的愛意及關懷。

確立「長者日」是希望引起社會人士關注和關懷長者，令「長者日」像母親節或父親節般受到普遍重視。然而敬老愛老應是一種廣為接受的社會氛圍和公民意識，並非只是在「長者日」才敬老，相關的意識和行為應融入日常生活中，時刻從點滴做起，否則，相關的宣傳和推廣便失去了意義。

推廣敬老愛老訊息

「長者日」及其倡導的敬老愛老精神要被社會大眾廣為接受和傳播，政府的角色必不可少。多年來，政府除作為表率積極參與和支持「長者日」活動外，更是不斷嘗試推出一系列計劃及措施，以配合和推廣敬老愛老訊息的傳遞及實踐；例如，「左鄰右里積極樂頤年」計劃會特意邀請家庭成員陪同長者參與活動，讓社會大眾知道親友關愛是協助長者積極樂頤年不可或缺的因素，他們必須身體力行，愛護家中長者；計劃還鼓勵業

主立案法團、業主委員會、物業管理公司及相關居民組織參與招募義工和協辦關懷探訪等活動，藉此加強在社區層面的長者支援網絡。這一計劃收效良好，因為社區內的非正式支援是協助長者「居家安老」的重要資源，子女親友的日常照顧或定期探望、鄰里的關心問候和守望相助、義工的上門服務和慰問探訪等，不僅使長者獲得了實質性的協助，亦令其感受到他人的關愛。尤其對於獨居長者而言，適切的社區支援不僅是協助他們處理好日常生活所需的重要依靠，也是他們與外界聯繫互動的寶貴機會，這有助於他們拋卻顧慮，有信心安度晚年。又如長者「二元交通優惠計劃」亦廣受好評，優惠低廉的

交通費用不單是關愛長者的一種體現，亦是鼓勵長者更多地走出家門、參與社會及社交生活的友善措施，令長者晚年生活更為豐富多彩。

人口老化已成為世界各地共同面對的嚴峻考驗，世界衛生組織於二零零六年實行「全球老年友好城市項目」，透過優化健康條件和長者的參與，動員各界從環境安全、社區建設，全面提高長者生活質素。根據世界衛生組織的定義，長者友善的社區，是指有助推動積極人生的一個共融和便利的社區環境。過去三年，「長者日」均以「長者友善社區」為主題，鼓勵各界在室外空間和建築、交通、住所、社會參與、尊重和社會包容、社區參與和就業、信息交

流、社區支持與健康服務等八個範疇考慮長者需要，讓他們可在安全舒適的環境中，發揮潛能，全面融入社區生活，這也是「居家安老」原則下的良好實踐。

今年主題——「終身學習」

為響應世界衛生組織將「終身學習」(Lifelong Learning) 增列為「躍動晚年」第四大支柱的號召，以及為「長者友善社區」重要的項目，今年「長者日」將以「終身學習」為主題，鼓勵和支持長者「老有所學」，實現「活到老學到老」的理想。這正與社聯及港燈推動「香港第三齡學苑」的理念不謀而合。「香港第三齡學苑」(U3A) 以「自發」、「自學」、「自教」、「自管」為校訓，以「知樂自得」為學習的最終目標，通過發放種子基金的方式，支援長者中心培訓五十歲或以上的第三齡人士，成立「第三齡自務學習中心」，推動本地長者自務學習的發展。「香港第三齡學苑」所設課程均由興趣帶動 (Learning for pleasure)，並強調一群志同道合的人士共同探討及分享學問，不受任何學歷規限、考評、學位、認可及質素保證所限制；而且不論在行政管理、招募導師及學員以至課程設計及授課等事宜上，均由第三齡人士一手包辦，從參與中積極實踐「終身學習」、「退而不休」的精神。

「白髮是榮耀的冠冕」(箴 16:31)。今日社會的成就離不開長者昔日的貢獻，長者是社會的寶貴財富，理應受到尊重和關愛。希望透過「長者日」活動，人們對長者群體及長者議題能多一些了解和關注，從「我」做起，為營造敬老愛老的社會氛圍奉獻一份力所能及的力量。



◆ 巧竹