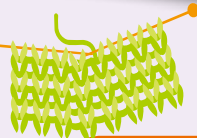


縫補寶



◆李孟進

為長弱殘疾的朋友

改衣換服

劉先穎創辦「縫補寶」為長弱殘疾的朋友改衣換服。



健康的人每天穿換衣服脫褲子，是很簡單的動作，不過，替肢體不靈活的病人穿衣服，或者為失禁的長者換尿布或褲子，無論是病者本人以及對照顧者來說，都是一件頗折騰的事……

做了九年社工的劉先穎當考慮轉行時，便決定為肢體不靈活的朋友出一分力，也為照顧者提供支援，既可填補社會資源不足的空缺，最重要的核心價值是提升他們的生活質素及維護人

的尊嚴。

肢體不靈活的病人包括是中風者、有栢金遜的、有認知障礙的、有坐輪椅的、有長期臥床的……由於他們肢體長期未能自由伸展，令手骹及膝蓋處於僵直或扭曲，所以在穿換衣服時特別困難。她計算過，要幫一個中風不能動的病人換尿布，至少需要將病人推推拉拉八次之多才完成，如果是晚上病人正在睡覺，那就更騷擾了，於是她在褲子左右兩邊開拉鏈，後幅褶位加深，只需要移動兩三次就輕易換完尿布讓病人繼續安睡。她又會將原本放前面鈕扣的開胸衣服，改為在後面開鈕扣，免得病人要扭曲手臂來穿衣；又或者將衣服與手袖分開或用鈕扣連接，方

便做物理治療者。

她說得頭頭是道，原來，劉先穎起初是不懂縫補的。一切從零開始，她花了半年時間去學裁剪畫紙樣，明白做衫的基本知識，至於車衫工作，她就聘請已退休有車縫經驗的姐姐去做。劉先穎至今創辦了「縫補寶」社企已有一年多，並曾經在先導試驗計劃中獲得基金贊助。

她認為每位老弱病患者，因著病情對衣服的需求都不盡相同，加上他們自身也有很多喜歡的舊衣服，基於環保關係，劉先穎目前提供上門免費報價改衫服務，她會親自上門先行評估當事

人的身體狀況，怎樣穿著最是方便得體，包括大小二便也要照顧到，如果病患者聽完之後不願意，她就不收費，如果對方願意拿舊衣改造，她的收費只是50至100元不等，遇上經濟困難的，她更不收費，至於新造的衣服也就收費大約300元左右。她說這個收費，主要是想幫助行動不便又未能出外做衫的有需要人士，也方便照顧者。

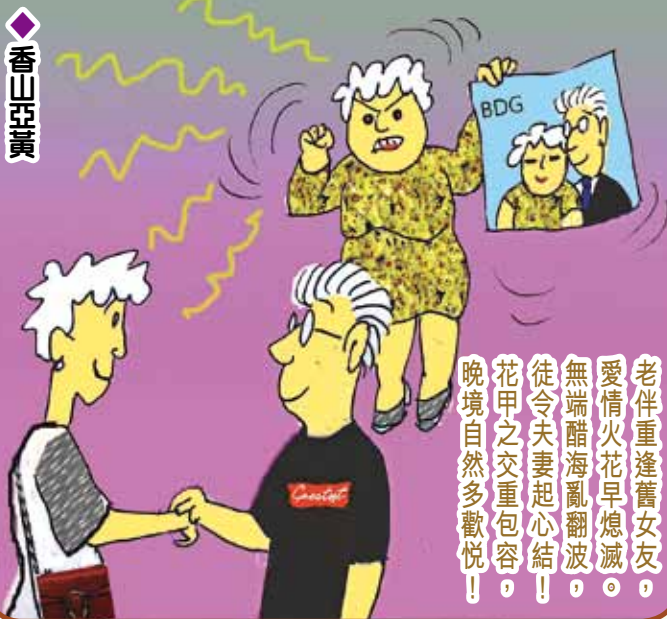
她最難忘的是一位衣著講究的老伯伯，自從手術後腰部多了一個造口，他怕別人見到，卻又不喜歡穿著鬆身的運動褲遮掩，加上不時要洗傷口，他只好自閉常留

在家中。遇上劉先穎後，她幫他改裝原有的西裝褲，西褲近造口位置加了一些拉鏈，方便他在外不用脫褲子也可以洗傷口或者換尿袋，現在，他只需要外置一件polo 恤（有領的襯衫），在外觀上根本沒有人看得出他是一個病人，一下子他的自信心又回來了，不時約朋友出外飲茶，這就是劉先穎樂此不疲的原因，過往一切辛苦付出都是值得的。

雖然「縫補寶」起步日子尚短，劉先穎深信只是推廣不足，假以時日，一定可以令更多有需要的人受惠。如果你也有此需要，可以致電6531 4223查詢。

治老奇方之三十八

◆香山亞黃



老伴重逢舊女友，
愛情火花早熄滅，
無端醋海亂翻波，
徒令夫妻起心結！
花甲之交重包容，
晚境自然多歡悅！

不少

友記原來開

時都不會玩

要，勤力持家者

最緊要買菜便

宜、窗明几淨，文

靜內斂者最緊要家

人溫飽。至於甚麼週

六日、公眾假期甚至
退休後，他們都沒
「玩」的概念。筆者的
爸爸就是一個。經過戰
爭洗禮、走過難的老友
記通常都是生於憂患，
活得小心翼翼。

最近

小學教育

不是提倡開心班房嗎？

每天預一段時間給學童

玩耍，其實對他們的大

腦發育及宏觀發展更有

益。老人家退休後若無

所事事，可以很快衰

老，所以許多甘草演員

很多時都寧願捱一下眼

睏，一班人有講有笑，

時間過得特別快。何況

表演是一項一關十，

考反應和抽象思維的「十
項全能運動」。

筆者每個月都會探
訪院舍老友記，他們有
些不良於行，或身體不
宜外出，最渴求有人上
門來探望聊天、玩耍，
而且熟絡以後，愈來愈
管不住自己大細路的一
面，爭住唱歌做動作、
戴眼罩扮海盜也無有怕。
筆者也曾試過以隊
制形式陪伴長者中心的
會員玩 Board Game（即
是桌上遊戲）。桌上遊戲
有許多種，有些考眼
力，有些考運氣，有些
考手眼協調，或者考反
應。那天來的以婆婆居
多，銀鈴般的笑聲此起彼
落，叫人聽了身心舒
泰，連我們這些陪玩義
工也被歡樂氣氛感染，
後生仔遜色。

現在老友記玩得精，當銀齡模特兒上T
台、組隊去外國野營，
多姿多采，一點也不比
後生仔遜色。

開心耆兵之 最緊要識玩

◆梁穎勤

自覺年輕了許多。
真希望自己能到那一
把年紀時依然會玩，依
然愛玩，並將年輕時未
玩過的都補回來。玩是
護老、補腦的一個重要
策略，本港老人科醫生
早就提倡打麻雀健腦。
腦袋跟雙腿一樣，愈是
閒置愈容易生鏽。無論
你喜歡種花也好、煮飯
也好、行山練腳骨力也
好，總之識玩就是好。

聖雅各福群會「終點祭」

終點祭

◆李佩怡

當人走到臨終階段，面對生命的倒數，是否只能呆在家裡或躺在病床上孤獨等死？或是與家人在一片愁雲慘霧中渡過？插管插喉又是否必須？在這些時候，真的甚麼也做不了？

聖雅各福群會一直致力推動生死教育工作，本會「安·好居家寧養服務」及「後顧無憂」規劃服務將於12月15日（星期六）舉辦

「終點祭」活動，旨在鼓勵公眾以正面和開放態度，為晚期病患及其家人帶來更多生活上及調整心情的可能性。單「終點祭」活動主要包括《終不孤單》專題講座及《活好終點前》大宣地兩部分。專題講座主要由明愛醫院舒緩科專科醫生胡金榮醫生及香港中文大學社會工作學系陳智豪副教授，一起探討臨終病人的孤獨與生命意義的議題。大宣地則主要是以多元互動形式，讓公眾人士認識身後和臨終階段的選擇，包括醫生分享對急救的看法、殯儀從業人員分享工作經驗、居家寧養服務階段性總結、心靈社交照顧體驗式工

作坊及攤位，以及軟餐試食等。以上活動公眾均可免費參加，詳情及報名可致電2831 3230查詢，或瀏覽 <https://m.facebook.com/jifcandeah/>，網上報名：<https://goo.gl/qV35gW>。

終點祭

《終不孤單》專題講座

日期：2018年12月15日（六）

時間：上午9時30分至11時30分

地點：灣仔堅尼地道112號李國寶社區禮堂

《活好終點前》大宣地

日期：2018年12月15日（六）

時間：上午11時至下午3時

地點：灣仔堅尼地道100號聖雅各福群會賽馬會社會服務大樓14樓全層