



打開心扉

吳志東

走出喪親的哀痛

在輔導服務

中，常會遇到長者因為家人去世而感到極度痛苦，有些長者不願接受親人逝世的事實，終日苦思家人到底去了哪裏。有些長者終日苦想與逝者過去的歲月，埋怨死者為何違背同生共死的承諾，遺下自己，讓自己獨自面對未來的殘酷歲月；有些長者在生命之中經歷了多次失喪，對於親人的去世已感到麻木；有些長者會以不同的方式去悼念死去的親人……但無論喪親者以何種方式去懷念親人，都需要留心自己是否能夠承載到因喪親而產生的悲傷

喪親伴隨

孤獨感和焦慮情緒

值得注意的是老年時期喪親，容易伴隨着孤獨感，以及對於自身未來的擔憂。長者一方面會覺得身邊的家人及朋友相繼離去，社交圈子越縮越細，能夠關心自己或聽自己傾訴心事的人越來越少。孤獨感會令長者將自己困在一個再不想和別人溝通的死胡同中。此外，年長喪親者亦會多找幾個

較容易出現「自己很快會死去的想法」，感到前路已盡，人生無常，對於生活上的事情失去以往的熱情和興趣。同時，覺得死亡逼近也容易導致焦慮感。因此，長者在此，長者在處理自己的哀傷時，需要留意及梳理一下自己的孤獨感和焦慮感。不妨

可以傾訴的朋友抒發一下心中的不快，主動擴大自己的社交圈子，參加長者中心喪親者支持小組或尋找專業人士進行輔導面談，才能走出喪親的哀痛。

派錢一萬與退休理財

錢家理財
錢文豪

政府透過現金發放計劃，向市民派發一萬蚊，這筆款項，相信不少人已經袋袋平安。怎樣用這一萬蚊，每個人都有各自的考量，不用多贅，反而本文想在此與大家分享兩則與這個計劃有關的理財事。

現金發放計劃提供不同的登記方法，電子登記或遞交書面表格登記都得。透過個人網上理財戶口登記最方便快捷，基本上只需要輸入電話號碼和收款賬戶，就完成登記，亦最快收到款項。根據計劃公布的統計數字（截至7月22日），登記總數中，超過八成採用電子登記，而採用銀行網上理財服務登記的則有大約五成。數字反映不少港人已有網上理財戶口。

金融科技能夠為人們理財帶來不少便利，其優點在疫情肆虐，人們需要減少外出的情況下就更加明顯。現時，透過電腦或手機進入銀行的網上理財服務，我們已經可以處理繳費、

轉賬和投資等大部分的個人財務。經過今次政府的現金發放計劃，可能會令更多人明白網上理財的好處。未有採用網上理財的老友記，不妨考慮一下，用起來其實很容易上手。

有些老友記出於預先分配財產，或讓親人處理銀行戶口事宜的考慮，會開設聯名戶口。在登記現金發放計劃時，或許大家已經留意到，為了避免爭議及防止出現詐騙的情況，登記人不能以聯名戶口登記及收取款項。其實，聯名戶口也不能用來領取生果金。想開設聯名戶口的老友記，需要留意。

大家如想了解更多關於退休理財的事情，可以到投委會網站的「退休理財」部分，參閱我們的教育資源。

（資料由投資者及理財教育委員會提供）

此店售賣多種不同的滷味食品，最受歡迎必定是滷水鵝，如果太晚才購買，很有機會會售罄。鵝與鴨的肉質、香氣及味道的分別，在於鵝較肥、皮較厚、頸較長、味道較濃及肉質較實。價錢方面，鵝可能比鴨貴有一倍多，因為鵝的飼養時間及

開心老字號
李慧雅

排長龍的滷味店

擇的部位，肉質細嫩，有朋友說啤酒是最佳配搭。鵝掌、鵝翼、雞腎、雞翼、豆腐、豬大腸、豬耳、豬頭肉及豬手等都齊全，但緊記手快有手慢無。此店只有外賣，沒有堂食位置。



順興潮汕滷味專門店
地址：西灣河筲箕灣道72號地舖C號
電話：2904 6128



阿虫

二號差館 (警署)

想當年
鄭寶鴻

警署始建於1868年，電車的所在直到1930年名稱為「海旁東」，俟後才改名為莊士敦道。

1932年，二號警署遷往新海旁的各士打道，而該新警署現時已成為「舊灣仔警署」。

1950年代，「救世軍學杖」名稱下端的行人道，有若干座專寫「招牌大字」的檔口，牆邊遍懸書法家的「墨寶」。歲晚則改掛揮春及春聯。

左方可見梁國英藥行的灣仔分行，樓上有一留產所。梁國英的總行

則位於文咸東街、禧利街及仔沙街交界。

左方可見1930年代開業，灣仔道國泰戲院的招牌。美斯百貨公司前方，為著名的白宮酒店。



約1952年的二號差館，當時已改作救世軍學校。