



松齡護老集團
Pine Care Group



2017年7月 第八期

網址: www.pinecaregroup.com

松齡之訊

松齡護老集團主板上市 編號 01989

松齡護老集團於二零一七年二月十五日在香港主板掛牌上市，成為香港護老行業首家上市公司。主席兼董事兼集團自1989年創辦以來，一直秉承「敬老如親」的宗旨和「松齡是我家」的口號，專注效率管理，致力提升服務水平。經過了二十八多年的努力，現在匯入了新的發展里程碑。上市後集團除了會擴展既有的安老院網絡，還會發展高級私營護理安老院，為有負擔能力的長者帶來優質生活。



集團執行董事兼行政總裁嚴沛基接受傳媒訪問時，表示香港與日本一樣，正面對人口老化問題，對安老服務需求不斷上升。集團上市後的兩大計劃包括把大部份籌集資金用於收購合適物業，開設新的護理安老院，以及將部份資金用於高級私營項目「松齡雅苑」發展計劃。

「松齡雅苑」將於今年第四季開業，座落元朗的YONG MALL，面積約33424平方呎，每個項目參考酒店式開業，設有豪華單人及單人套房，採用單元式設計，每個單元可容納3-4名住客，各有獨立睡房，共享客廳，飯廳與兩個洗手間。此外還有室內花園、電影院、理髮廳、浴室及物理治療室等設施。此項目可提供68個宿位，月租約為2萬至3萬元，較目前傳統安老院宿位收費高1-2倍。嚴沛基深信只要能夠做好照顧長者服務，就會產生合理的回報，這亦是松齡多年來經營院舍的理念。

集團在這次上市引入了兩名具地產背景的中資基金投資者，分別是Yuda International (HK) 及China Oceanwide International Master Fund。此兩名基金投資者對養老行業均感興趣，並認同松齡集團的理念及作風，未來雙方均盼尋求合作的機會。松齡集團擁有香港品牌，亦有興趣進軍內地，期望有更大發展。

萬眾矚目的香港香格里拉酒店舉行「上市誌慶晚宴」，到會嘉賓齊聲鼓掌，慶祝祝賀公司踏入新的里程。前程萬里，場面熱鬧，氣氛令人興奮。



在我們呼吸的空氣——松齡社工服務理念

社工：吳浪、陳偉康

記得在小時候，我們的心靈是開放的，對事物充滿好奇與多變的感受。看見風箏，我們會好奇是什麼讓它飛，並且興奮地觀察著它一切的變化。與人交往，也沒有什麼拘謹，很容易就哈哈大笑，在街道上自由奔跑。我們呼吸的每一口氣都是新的，都是自由的，可以時刻表達自己的感受，想笑的時候可以笑，想哭的時候，也能夠不受限制地哭。那時候，我們感覺到被愛，因為都有父母在身邊，去照顧自己的需要。並不是每個人的童年都是幸福的，但我們總會感受過那份真摯的快樂。

在成長的過程裡，我們開始要負上不同程度的責任，包括是成為一名稱職的學生、一個盡責的姐姐、一位有禮貌的小朋友……慢慢地，我們從家庭和群體裡，學習了很多規條，好讓我們能夠達到別人對我的期望，讓他們喜歡我，讓你喜歡我。周邊的整個氣氛都不同了，我們發現原來生命是有條件的，愛是有條件的，只有我努力做好了這些事情，別人才會接納我，我才會有價值。而為了可以好好生活，我們慢慢累積了不同形式的規條，為自己塑造了一個鮮明的身份——我應該向別人呈現的那一面。在責任愈多的同時，我們對自己也許會更加嚴苛，更不容易接納自己。內心的焦慮，逐漸扼殺了我們內在的那份真摯的生命力，那份與人連結、歡笑的自然能力。在不知不覺間，那身份就成為了我們的全部，它是多麼的莊。

人與人的相處，也許就是有著那麼一段距離——害怕受到傷害，所以還是要保持一些距離，少一些情感表達，就會比較安全。這是一種穩固的生活習慣，也許不會造成什麼大問題，但我們也無法否認，在這個努力經營多年的身份背後，我們已經由原來開放、自由的心靈，變成緊緊包裹著的自己。

在松齡工作多時，與長者的生命也有很多深入的觸碰。有時候，我們會深深感覺到，他們的生命狀態就正是如此。過去經歷了不同的傷痛，教會了他們要如何這般的去活著，才能夠生存。記得在我們服務的院舍裡，有某伯伯小時候常被爺爺教導要堅強，不可哭泣，不可表達感受，而在他長大後，很多感受就因此而無法表達；到後來作為父親的他，除了工作賺錢外，根本就不知道要怎樣去關心兒女，以至現在的關係十分疏遠，想追，也追不回來。另一院舍的某婆婆，經常嚴厲地指責別人，令院友和同事都怕了她，但在深入了了解後，發現婆婆小時候原來都是成長於這樣嚴厲的環境，如果她不跟著如此，就難以生存。原來，在指責的背後，她渴望的是有人能夠欣賞她，因為欣賞，正正是她在過去生活裡——得不到的。

每當遇到長者令人苦惱的情況，我們所做的不是要指責或者進行改變，而是要聆聽他們的故事。唯有看得到真正的糾結是什麼，我們才能看得到真正改變的可能。作為社工，我們所做的其實遠多於娛樂活動或認知功能訓練，心靈轉化亦是我們十分重視的。在與長者相處當中，我們須運用不同的輔導技巧與成長模式，讓長者覺察到自己獨一無二的生命價值，以及內心充滿著愛的高處，從而轉化痛苦的規條與模式。正如剛才所說的兩位公公婆婆，在我們的介入後，他們都發現自己內在更真實的一面，充滿感受以及人性的一面，並且捨回自由去表達真正的自己。簡單來說，我們所做的，就是讓他們有自由去成為自己。

從事長者服務的我們會知道，生命實在短暫，風箏或許早已隨落日而消失，下沉於土地，但如果細心一看，線，其實一直都在手裡。

而愛，本來就是無條件的。

《最好的禮物》
—Virginia Satir



我渴望
別人給我的最好禮物
就是
看見我、聆聽我、明白我
和關心我的心

而能夠給我的最好禮物
就是
去愛、去聆聽、去了解
及關心別人的心

如果我們能夠得到
及體會到
這份真心和愛護

松齡社工——全新年度主題 (2017 - 2018)

給松齡長者 不一樣的每一年

社工：吳浪、陳偉廉

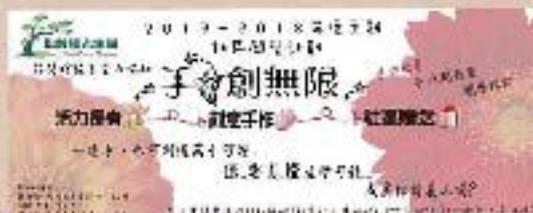
在每年的春節，我們都會被邀請為新一年作許願。在許願的當下，我們內心究竟有著什麼樣的盼望？您會發自內心地希望有更好的一年，抑或早已習慣了日復日、年復年的生活？生活，唯有是一直抱有盼望，它才會發出應有的光彩。所以我們一直相信，在松齡安老院，每年都可以誕生一些新的可能，比如是讓工伯學會用 iPad 跟海外孫女視像對話；又比如是讓 40 位長者學信表演椅子舞；讓 50 位長者參與人生裡第一次的運動會；又或者為 60 位長者製作人生紀念集，永久記下他們這生動人的生命歷程……

我們的盼望有許多，都是圍繞著長者一切一切的可能性。每一個可能性，都需要時間去種植。由今年開始，我們將推行松齡全新年度主題，用一年時間讓這些可能性都得以萌芽！我們社工部同事用心設計了別具特色的年度主題，希望透過每月的主題活動，讓長者可以繼續善用自己的能力，創造出看得見的成果！

現在，先為大家預告一下這些精彩的年度主題。

計劃一：手創無限——社區手作計劃

參與院舍：新松齡護老中心、松齡(利富)護老中心



老人家的一雙手，每都經歷過風雨，比如是往昔的種椰花、煎日糕點、滾仔煮飯，無不向他們一雙手去完成。作為後輩，我們希望學習他們寶貴的經驗，並同時揮苦他們的手，一起創造更多可貴的事情！我們將會在院舍設立小型工場，用一年時間與長者製作特天的開扇骨及洗手皂，然後贈送給社區有需要人士！

計劃二：愛·分享——社區贈送計劃

參與院舍：松齡(萬年)護老中心、松齡康輝護老中心、松輝護老中心

松齡(萬年)的院友尹煥偉曾經說過：「快樂，是源於分享。」生活了幾十年，松齡長者有感現代人生活太過浪費，所以決定獨闢新意思，在網上拍片現身說法，呼籲香港人 Free 出生活中多餘的物資，再由松齡長者轉贈給有需要人士。

在計劃的第二階段，我們將會邀請 50 位長者，突破傳統式手工工藝，利用蒙古巴特式潮流風格，製作多款特色的錢包、布袋、文件夾！大家是否很期待呢？

在主題結尾的大型社區嘉年華，松齡長者將會以攤位遊戲方式，向公眾介紹「愛·分享」之生活精神，並一一贈送以上物資！



計劃三：千「耆」百趣——長者歷奇健康計劃

參與院舍：松齡俊景護老中心、松齡(保德)護老中心、松齡(德豐)護老中心



人生就是一個歷奇的旅程，挑戰自我不再是年青人的專屬；長者，也可以活得千「耆」百趣！

今年，松齡長者將參與一連串的每月健康計劃，當中包括：歷奇訓練、健康食療、穴位按摩體驗、跨院運動比賽、社區探訪、嘉年華等，以希望學習更多健康知識，同時挑戰自我，让生活更精彩。

我們期望一年之後，每位長者都會經歷了精彩的旅程，學會如何照顧身體之同時，更發現自己深藏的無限活力！

本年度計劃為初次實驗，歡迎各位持續給予意見，我們會致力改善社工服務，希望可以真正地與長者連繫、同行。

「讓松齡的每一年都是新的！」



松齡護理安老院 保健員——張桂英姑娘

「松齡」這兩個字對我來說是特別有意思的——「從零」開始，一切要從4年半前開始說起。

投身松齡護老集團前，我一直任職診所助護。在機緣巧合下，有一位護士朋友介紹我去修讀保健員課程。由於我一直喜歡從事對人的工作，而且我亦對護理工作甚有興趣，當時在好奇心驅使下，就報讀了這課程。完成後，我決定投身保健員行業，一切「從零」開始。最後成功獲聘為松齡護理安老院保健員。

時間飛逝，我已經在松齡護理安老院工作了4年半，但每一次回想起來，我也很開心當時的決定。這4年半的工作充滿喜、怒、哀、樂，但慶幸有松齡院友、家屬及同事的陪伴及支持。我希望在將來的日子，能夠與眾多「松齡人」並肩而行，繼續秉承松齡宗旨，為長者建立一個溫馨的家，讓每一位院友都能夠感受到「松齡是我家」。



松齡護老集團 維修部員工——曾子偉先生



「我叫曾子偉，透過利民會介紹下，入職松齡機構接近一個月。在這個月裏，工作雖然很忙碌，但很開心……」

「我中學畢業後到工業學院成為學徒，之後做過師傅，曾經也有過電工牌！不過後來沒有續牌……哈哈！也曾在工廠做裝修，但都不及現在滿足……」

「觀塘、太子、筲箕灣、荃灣……等院舍，我全部都去過！平時會跟維修部同事一起到不同院舍作基本維修；到荃灣院舍則不同，主要負責安裝和裝修！做喉、拉電線、安裝電燈，全都妻一手負責……」

「兩隻手臂上的疤痕從何而來？工程中經常有受傷割傷情況，避免不了，只是小事！這些已經開始癒合了！不過現在與維修部同事會互相幫助，師傅們也經常指點和教導我們，有需要時又會與同事互相配合，儘早完成手頭上的工作，這亦令我工作感覺滿足！」

「雖然很忙碌，但很開心……現在每天都很有意義，更重要的是——我現在能將自己學過的知識和技能在工作上通用出來。這種實感為我帶來了久違的喜悅！」

院友心聲



新松齡護老中心 -- 陳新棠伯伯

「鋁合金」、「APU」、「TURBO」...這都是棠伯告訴我們有關飛機維修的專業名詞。棠伯以前是一名飛機維修師傅，在香港機場服務近三十年。他性格好動健談，喜歡周圍遊玩及做運動。雖然他患有腳痛問題，不能自由外出，但沒有因此封閉自己。棠伯現時積極參與院舍活動，活躍於晚年的退休生活。

棠伯在2016年因為腳部關節退化而入住院舍。最初，棠伯是住在另一間安老院舍的，但那裡的環境差及危險，令他感到不安。其後，棠伯在申請單位服務時參觀本院舍，認為本院的環境及設施更合乎他的心意。經歷了一年多的院舍生活，他對現時的院舍環境及生活很滿意，認為職員及院友亦十分友善。

棠伯回憶起最深刻的事情是與同房相處上有困難。當時職員積極地為他們調停，尚頭亦得以解決。棠伯希望透過是次機會去感謝各職員的幫忙及悉心照顧。

筆錄：新松齡護老中心- 社工吳寶珍姑娘





松齡康輝護老中心 - 李雪英婆婆

對我而言，松齡康輝是一個很特別的地方，先前曾在一樓住過年多後回家；兩年後，我又回到這個大家庭，過去我認識了一班好鄰里及家屬，例如：陳伯、陳太和潘婆婆等。陳太除了經常與我傾談外，更會為我買食物和生活用品。還有其他好職員，例如：溫姑娘及少娟姑娘等，點點滴滴盡在不言中！

此外，社工們的心地也很好，除了好笑容外，還會舉辦不同的消閒活動，包括麻將耍樂和啤牌遊戲等。我在院舍運動室又結識了不少朋友，一邊閒聊，一邊做運動，對這一切我覺得很滿意。

筆錄：松齡康輝護老中心 - 社工薛浩恩先生

黃金歲月

松暉護老中心---周華婆婆

周華婆婆看起來很年輕，看不出她原來還有三年便90歲了，在院舍裡，我們都稱呼她做「華姐」。她是一位健談的婆婆，很樂意與大家分享往事。

周華婆婆在佛山出世，在她7歲時走難到香港，直至日本仔侵略香港時，她又走回佛山。2002年，她再次來香港與女兒重聚。周華婆婆為了生活，在年輕時曾擔任織布工作、打住家工及在缸瓦廠工作。她表示過去的生活雖然辛苦，但回想起一些糗事時仍很回味。這亦是她人生的一部份。

周華婆婆已在松暉護老中心居住了兩年多，她為人和善、平易近人，不會與人爭執，所以她和各職員及院友關係都十分良好，她這種待人處事的態度是值得我們學習的。

筆錄：松暉護老中心—社工彭慧琛姑娘



松齡(德豐)護老中心---何四婆婆

我叫何四，大家都稱呼我為「四婆」，很高興在此與人家分享我的故事。

盡責的我

四婆退休前的職業是一名政府公務員，負責寫字樓清潔工作。每當看見別人舒適地在整潔的環境工作，便會感到開心、滿足及自豪。在工作中，四婆更學識簡單的英文，有時會在院舍對姑娘及老友記說出“Very good”，“How are you”等，逗笑不少人！

熱心的我

四婆說：「趁自己還有能力幫助別人，一定會盡力！在社會上有很多人需要我們出一份力，小小的幫助會令對方開心，何樂而不為！」她在退休後積極參與不同類型的義工活動，在社區中心擔任義工長達十多年，期間為獨居長者進行家訪，為他們送上食物等，也參與多次青旅活動。現在四婆擔任院舍義工，主要負責與社工一起探門出院的院友，關心院友的身體狀況，繼續發掘關愛精神。

勇敢的我

「活到老，學到老」是四婆的人生宗旨，除了參與義工服務外，她在退休後報讀中國文學課程學習中國文化、普通話拼音及讀法，最終順利畢業，當時好多人說「上了年紀，還學來做什麼？」，但她卻憑著一份勇氣，敢於學習新事物。四婆說自己是一個膽大的人，她在六十多歲時，自己一個人去美國探女兒，也不是困難的事。現時四婆更積極參與院舍的活動，她認為長者也可以認識及學習新事物，建立一個精彩的人生歷程。

筆錄：松齡(德豐)護老中心—社工周麗雯姑娘





活動特寫



松齡(德豐)耆英義工隊

「松齡(德豐)耆英義工，繼續努力，前進！前進！前進！」這句口號是由院友義工創作，他們更為口號加上了動作。耆英義工隊讓每位義工能發揮自己的長處，在院舍內擔任不同的角色及職務工作，例如：擔任廣播大使，帶領運動、摺衫、流熨小賣部等，更會安排與社區人士合作，推行義工服務。他們每月奉行列會，除了增加彼此的認識及溝通，分享個人往事外，更在院舍凝聚支援網絡，發揮老有所為的精神。



美髮傳者

「新松齡」與「香港婦人福利促進會義工隊」合作為本院長者剪髮，雖然她們多是失聰人士，但每次替院友剪髮前都會細心了解院友的要求，他們剪髮的技術也很好，院友在剪髮後都感到十分滿意，希望下次她們可以再來為他們剪髮。



耆藝坊

社工發覺很多院友常以「好悶」來形容自己的院舍生活，表現自卑或缺乏自信。因此，我們在院舍推行不同的「手工藝製作活動」，透過製作過程讓他們重拾自信，肯定自己學習新事物的能力，發揮潛能，增添院舍生活的樂趣。



陪住你「笑」活動

松齡(保德)耆老中心分院於2017年4月至5月期間，與「長亨長者中心」合作，帶同院友出外飲茶，並親院友進行手工製作。進行兩次活動後，長者與義工已有一定認識，關係十分良好，為他們帶來無限的開心及社會關懷。



電影月

今年4月，松齡康復耆老中心舉辦了電影月，以電影為題讓長者情願過去。院舍四圍除了張貼七、八十年代的電影海報外，社工更親自扮演一眾電影明星，包括呂奇及苗可秀等人，逗得長者們哈哈大笑。活動期間，長者彼此分享以往看過的電影以及熟悉的電影明星，樂在其中。



新春樂

松齡(保德)護老中心為增添院舍新年氣氛，讓院友與家屬留下珍貴的一刻，特安排部分院友共同製作一些具節日特色的流動佈置，並於年初一至年初三新年裏，邀請家屬在拜年時與院友以即影即有相機，拍照留念。



港鐵畫廊

為了提升院友與社區的融合，松齡(保德)護老中心分院於2017年3月參與港鐵社區畫廊活動，是次展出以「耆」幻彩虹」為主題。院友除了欣賞自己的作品，亦順道參觀了葵芳港鐵站，是次活動為長者帶來無限的新鮮感和成就感。





旅行花絮

松齡護理安老院、松輝耆老中心及松齡(百年)護老中心職員、義工、院友及家屬們一起旅行。除了讓院友增加接觸社區機會，也增進院友與家屬之間的聯繫及感情，一同品嚐佳餚。此外，工作人員安排了多次的抽獎環節，院友及家屬樂在其中。



日影沙丘伴青馬



南蓮園池景色迷人



鄒魯碑前留情影



啓德郵輪碼頭公園一望無際



挪亞方舟齊歡笑



同心同行在馬灣



我們松齡耆老集團在一年一度的父親節及母親節，舉行了一系列的不同活動，例如：鮮花送贈、心聲分享、製作手工花、集體遊戲，愛心點唱、贈送心意咭等。在活動中，父母親們流露出的笑容使我們的院舍充滿暖意。

爸媽 真的 愛你



第三屆安老服務傑出員工選舉

由香港職業發展服務處及香港安老服務協會舉辦的全港性安老服務業傑出員工選舉，今年踏入第三屆，是全港安老服務業的一大盛事。此活動舉辦目的是以實際嘉許行動表揚有卓越表現的前線及專業員工，讓他們得到社會的肯定及尊重，提升業界的認可性，鼓勵年青人入行，更重要的是為社會帶來一個重要訊息——我們需要更多有心人投身護老行業，讓長者安享晚年。

今年選舉的評審過程非常嚴謹，首先由來自香港職業發展服務處及各專業團體的專業職員、委員及資深導師擔任評審及小組評審，再由社會知名人士組成的評審團作最後甄選。為嘉許各提名機構的踴躍支持及積極參與，大會更增設「人才輩出獎」及「熱心參與獎」。松齡集團屬下2間院舍榮獲「人才輩出獎」，7間院舍榮獲「熱心參與獎」，另有2位員工榮獲頒發「優秀員工(前線類別)獎」，成績美滿。



活動預告

松齡信箱

2017年7月

開心歡聚晚
讚美探訪團
員工探訪活動
宗教小組活動
手工藝製作坊
至 News 老友記
坐式人體操工作坊
「鬆齡花園」外出活動
手創無限潛釋露工作坊
千「善」百趣的院慶活動

2017年8月

千「善」百趣健康五穀大聚餐
手創無限潛釋露工作坊
傳統以外為聚聚方式講解
「鬆齡花園」外出活動
樂·分享·計劃編舞坊
長者長者「玩」拍作活動
家福會全港實地日
宗教小組活動
校務聚餐
生日會

2017年9月

生日會
開心歡聚晚
中秋高湯自助餐
衛生互商燒臘坊
院友及家屬諮詢會
手創無限潛釋露工作坊
「新會·聚」語言班小組
樂·分享·計劃編舞坊
千「善」百趣的院慶活動
千「善」百趣健康五穀大聚餐

2017年10月

樂·分享·計劃編舞坊
手創無限潛釋露工作坊
「鬆齡花園」外出活動
至 Dun 平板電腦小組
中秋節慶祝活動
萬聖節哈哈大笑
宗教小組活動
員工探訪活動
讚美探訪團
歡樂茶聚

2017年11月

生日會
秋季旅行
開心歡聚晚
家福工大會
員工探訪活動
宗教小組活動
「齊聚向一德」運動小組
手創無限潛釋露工作坊
松齡集團首屆上學備小組
樂·分享·計劃編舞坊

2017年12月

齊來動一動」運動小組
院友及家屬諮詢大會
HIDROHO 聖誕派對
愛心大食好聖誕
員工探訪活動
聖誕禮物製作
宗教小組活動
冬季戶外遊
聖誕敬拜會
歡樂茶聚

歡迎各院友、家屬及員工齊來投稿，積例如下：

1. 來稿字數不限
2. 內容以有關耆老服務、院友生活、健康資訊、閱讀後感等等為題投稿
3. 如來稿眾多，編輯委員會有權選擇刊登
4. 來稿一經採用，版權即屬本會所有
5. 編輯委員會有權刪改來稿，如有不同意見者請於來稿聲明
6. 來稿須付真實姓名，發表時署名則悉隨尊便
7. 來稿如屬轉載、翻譯等，請附原文出處
8. 不設退稿服務

惠賜來稿：

- 甲、請郵寄本會，並請在信封上寫明「松齡之訊編輯委員會收」
- 乙、亦可自行投入院舍意見箱內
- 丙、亦可透過電郵 info@pinnaclegroup.com 或 傳真23222118投稿

松齡之訊編輯委員會

編輯顧問：黃詠妍 嚴沛基
 總編輯：吳 浪 鄧淑萍 宗家沛 陳偉廉
 編輯小組：陳妙揚 方廷鏞 羅舒舒 何睿琳
 李頌賢 吳寶珍 謝公航 李少華
 蔣浩恩 楊慧慧 吳曉輝 陳悅悅
 鄧晴妍 林逸明