



教會關懷貧窮網絡

Hong Kong Church Network for the Poor

事工服侍手冊 長者篇



目錄

服務手冊源起	2
基層類別（長者）簡介	4
長者所需的服侍	5
如何開展基層長者服侍	8
Dos and Don'ts	20
伙伴教會侍奉故事分享	21
經文分享	22
總結	22
參考書本及網頁	23
鳴謝	24

服務手冊源起

「教會關懷貧窮網絡」簡介

教關是一個社區網絡平台，網絡伙伴攜手合作，同心關懷貧窮及社區轉化。我們致力發掘服務空隙，並發展多個先導計劃回應需要。教關提供兼具知識與關懷的可信服務，以培育能力、充權及師友同行模式為重心。我們凝聚社區網絡資源，幫助及充權前線伙伴拓展服務，接觸更多資源匱乏的群體，並更有效地在社區實踐上主的天國使命。

教關愛心行動

「愛心行動」連結機構或個人群體，提供免費資源，例如食物、服務、物資或活動等，與「教關」伙伴分享，藉著這些資源成為媒介和起始點，支十援伙伴於地區向基層人士作長線服侍，分享基督的關愛和福音，轉化生命。此外，推動社會各界參與愛心行動的服侍，以實際行動去關懷社區基層人士，建立共融的社會，以下是「教關伙伴」社區服侍點，鼓勵各界參與。

教關社區轉化模式

教關透過以下不同社區轉化、社會資本及網絡結連等模式，加強網絡服侍，轉化社區，讓貧窮人活出生命。

使一個社區的人們建立解決自身問題和控制自己生活的能力，從而達致身心靈全人發展，並改善社區的各方面（健康，教育，工作，關係）。通過這個過程，人們將會活出上帝創造的心意，社區亦成為彰顯上帝國度的地方。

社區的抗災能力 (**community resilience**) 是指社區能夠動員和利用其綜合資源、恩賜和能力，來應對、抵禦不利環境並復原過來的持續能力。每個社區的教會都有機會和呼召去成為社區轉化的媒介。

1. 促進社區凝聚力 - 教會被呼召去愛鄰舍、為社區謀求福祉
2. 共同建設 - 教會的責任是探索和分享社區的能力，共同合作
3. 在每個社區向地方政府、投資組織及企業倡議，期望能動員：
 - a. 所需要的資源和能力，進一步使每個社區有更大的彈性和發展
 - b. 消除任何限制或獲得基本服務和增強抵禦力的障礙
4. 成為他人的祝福 - 教會是的重要示範和榜樣，並呼籲每個社區激發這一點。

源起

有一次在牧者分享會中有牧者分享到，他們有感動在社區舉辦補習社，但無奈各種資源上都有所不足，當時在場有其他牧者回應能夠分享資源，在互補條件下計劃開展事工。因此，教關希望為社區多走一步，連繫現時**300**多間伙伴教會，集結各方資源，透過彼此學習和鼓勵，為社區創造更多可能。針對**6**個服侍群組，教關向**5**至**10**間教會進行訪問，集合豐富經驗牧者的意見，製作出**6**本不同群組的服侍手冊，盼望讓教會能夠成為該群組的祝福。

基層類別（長者）簡介

現時香港以65歲作為定義長者的界線。在人口統計中，老年撫養比率定義為：年滿65歲人口相對每千名15至64歲人口的比率¹。人口急速高齡化，生育率下降已成香港人口結構的根本問題。根據香港政府統計處2017所撰寫的「2017年至2066年香港人口推算」研究顯示，香港人口將於未來20年高速老化，特別是未來的10年最為急劇²。2018年，長者人口比例為18%，有127萬，而根據估計，2038年將升近人口的百分之三十，為244萬³。

長者數目越來越多，對社區以及整體經濟情況影響深遠。例如長者供養比率下降，2018年3.93名成人需供養1位長者，而到2066年時1.48位成人便要供養1位長者，令下一代的負擔加重⁴。另外，於2066年，65歲以上的人口將佔香港總人口的35%⁵，對勞動供應造成下行的壓力。

雖然長者家人能為長者提供照顧，但港人普遍工時長，生活壓力大，未能長期照顧家中老人。有許多長者面對獨居的問題，缺乏物質，心靈上的照顧和與社區的連結。他們普遍面對多種的問題，例如經濟壓力和健康問題⁶，例如不同生理上的疾病，甚至是精神疾病，認知障礙等⁷。另外，亦有基層長者需要長期接受社服機構的服務，例如陪診服務等。總括而然，基層長者十分依賴社會上的醫療和社福資源。

比起其他的基層組別，基層老人更倚賴家庭成員的的尊重和支持。面對晚年的壓力與變異，例如疾病、摯親離去、與親人關係轉變、經濟壓力以及生活角色轉變等⁸問題，長者需承受沈重的精神壓力，亦面對心理健康的挑戰。因此，長者十分需要心理上的服侍。

¹ 新聞公布，「立法會十二題：長者年齡的定義」，2011，取於2020年8月5日，<https://www.info.gov.hk/gia/general/201103/02/P201103010262.htm>。

² 香港政府統計處，「2017年至2066年香港人口推算」，2017，7，取於2020年7月24日，<https://www.statistics.gov.hk/pub/B71710FA2017XXXXB0100.pdf>。

³ 政府經濟顧問辦公室 - 經濟札記 2019/02，「香港的人口高齡化趨勢」，2019，3，取於2020年7月24日，<https://www.hkeconomy.gov.hk/tc/pdf/el/el-2019-02c.pdf>。

⁴ 政府經濟顧問辦公室 - 經濟札記 2019/02，4。

⁵ 香港政府統計處，8。

⁶ 政府經濟顧問辦公室 - 經濟札記 2019/02，7。

⁷ 衛生處長者健康服務網站，「健康資訊」，2020，取於2020年9月5日，https://www.elderly.gov.hk/tc_chi/common_health_problems/index.html。

⁸ 香港中文大學，「心理社交健康」，2013，取於2020年8月13日，http://www.cuhk.edu.hk/med/shhcg/healthyageing/healthyageing_in04_c.html。

長者所需的服侍

精神和經濟需要：

社區照顧不足是長者服務的一大問題。服務例如，送飯、陪診、復康、家居清潔等⁹。安老院舍名額不足，輪候時間長，質素參差的問題仍然顯著，而社區照顧服務的等候時間與安老院同樣很長，長者平均輪候院舍服務為**2**年，而社區照顧服務則約**11**個月¹⁰，可見期逼切程度。此外，長者服務一向欠彈性，未能以人為本。例如很多日間服務中心開放時間較短，公眾假期亦不開放；家居清潔服務輪候未能配合實際情況的需要。堂會的服侍能填補社福機構和政府服務的漏洞和空隙。例如在長者輪候社處的家務清潔服務時，堂會可以進行探訪服務為受助長者清潔家居以及與他們聊天，待他們成功申請社處的服務後才切斷這個長者這一方面的服侍。詳細服務方式請參考「如何開展基層長者服侍」的分享。

現時大部分服務著重於照顧長者的基本生活需要。但除了衣、食、住、行，護理的需要外，長者心理素質也是服侍的重點，亦可以是地區堂會主要的服侍目標之一。在緊絀的資源下，長者的心理需要容易被忽視。根據香港政策研究所文獻所說，香港長者欠缺陪伴，聊天的機會，而他們每天平均獨處時間更長達**19**小時¹¹，比其他的年齡層高。因此即使有豐富充足的社區照顧服務，長者的心理健康仍然不可忽視的。

是次訪問的長者表示，他們經常感到非常的孤單。身邊沒有人和他們聊天，甚至過節的時候也是孤獨一人。家庭方面，他們表示兒女長大成人後會與他們分開居住，因此長時間未能與長者聊天。再者，大部分受訪長者收入依賴政府津貼、儲蓄或子女。雖然大部分長者表示他們的子女能成為他們的經濟支柱，但由於長者經濟狀況受兒女經濟的不明因素影響，他們依然擔心自己的經濟狀況。而且，仍有受訪長者經濟受兒女影響而變差，甚至面臨長者暴力的問題。例如，有受訪長者表示兒子曾挪用他的生果金來賭博。令長者不但物質生活上受影響，心理上更受到打擊，感到非常痛心。

其實隨著長者年紀變大，長者會更依賴兒女和社會的幫助。受訪堂會亦指出，很多長者平常會向他們分享生活上的事情，甚至是很細微的事，例如子女何時探望、平時

⁹ 香港01，「零等候時間又如何 長者：居家安老非困在家中」，2017，取於2020年7月24日
<https://www.hk01.com/01%E8%A7%80%E9%BB%9E/126388/01%E5%80%A1%E8%AD%B0-%E9%9B%B6%E7%AD%89%E5%80%99%E6%99%82%E9%96%93%E5%8F%88%E5%A6%82%E4%BD%95-%E9%95%B7%E8%80%85-%E5%B1%85%E5%AE%B6%E5%AE%89%E8%80%81%E9%9D%9E%E5%9B%B0%E5%9C%A8%E5%AE%B6%E4%B8%AD>。

¹⁰ 香港01。

¹¹ 香港政策研究所文獻所，「居家安老 — 社區支援與照顧」，2017，取於2020年7月24日。
<http://www.hkpri.org.hk/research/detail/aging-in-place>。

「買餸」的經歷、家裡電器壞掉等。他們亦希望可以有人在左右為他們提供意見和方向。而相比起堂會同工，其實他們更希望得到家人和朋輩的意見。中文大學的研究亦支持這個說法。研究指出老年令人容易恐慌、焦慮和容易感到挫敗，因此會像小孩一樣比成人有更大的依賴性¹²。

堂會指出，比起專業的心理輔導，長者侍奉最需要的是增加人手陪伴受助的長者聊天，這也是堂會服侍與社會上其他社福機構服侍不一樣的地方 - 教會服侍比社福機構更應注重心靈牧養和提供「愛」。

關係需要：

值得一提的是，長者服務的對象不應只有長者，亦應該包含對家中護老者的支援。在家照顧老人的護老者需面對巨大的時間壓力和經濟壓力。但是，由於家中老人需得到長期的照顧，他們難以有效的釋放壓力，令他們的個人生活和其他的家庭生活難以得到平衡。現時政府對家中護老提供了不同服務，例如資訊提供、技能訓練、康體活動，或是護老者津貼和長者暫託服務¹³。但是以上服務不但申請限制多，而且覆蓋率不廣，受惠的長者佔少數，因此壓力還是落在家中護老者的身上。HSBC 的研究現時，長者護理的需求將有升無減，到2060時，預計需求將會是現時的2.2倍¹⁴。

最後，由於長者很受家庭的影響，若家庭能有效地照顧長者的需要便能減少長者對社區服侍的依賴。因此，部分受訪的堂會表示，要長遠改善基層長者的問題和維持長者的心理健康，不但要和長者保持定期和長期的聯繫，更要和他們的家庭聯絡，從而改善家庭成員對待長者的態度，以及改善長者與家庭成員的關係。

更完整的長者服侍應該延伸長者服侍至整個家庭的服侍。

動機需要：

由成年轉至老人的階段，長者會因退休和被年輕人取代職位而面對社會身分轉變¹⁵。他們會感到沮喪，亦會感到自卑而質疑自己的存在意義¹⁶。加上他們在退休後空閒時間增多，會因感到百般無聊，時日難熬而產生空虛感。比起以前的生活，他們生活容易變得沒有目標更容易對生活感到消極，沒有上進心。情況較嚴重的長者會變成「隱形長者」，阻絕與社會接觸。受訪堂會表示，隱形長者應是基層長者中最需要接受幫助的

¹² 香港中文大學。

¹³ 滙豐銀行（中國）有限公司，「香港長者護理 2018至2060年香港長者護理的預計社會成本」，2019，6，取於2020年7月24日，<https://retailbank.hsbc.com.hk/media/3426/the-cost-of-eldercare-report-chinese-9may.pdf>。

¹⁴ 滙豐銀行（中國）有限公司。

¹⁵ 香港中文大學。

¹⁶ 台灣教育部樂齡學習網，2016，3，取於2020年8月13日，<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/UploadFiles/20160401085534273.pdf>。

一群，他們有可能會因為心理問題而不願出門，但更多的是有健康和生理問題而不方便出門。但正因為他們「隱形」，堂會往往未能從社處獲得他們的資料和聯絡方式，因此成為一大障礙。長者服侍亦應幫助長者提高自身的價值，令他們「老有所為」。以下部分將會更詳細地講述。

具體而言，有前線服侍者提出居家長者的六方面的需要，供希望開展長者服侍的教會參考，初步了解他們的需要，並合適方法關懷他們：

1. 生活物資，如食物、糧油、日用品
2. 健康衛生，如醫療服務、家居清潔
3. 家居安全，確保家居安全，減少意外機會
4. 社交鄰舍，讓長者能繼續與社會接觸，建立人際網絡
5. 心靈需要，長者在孤單時找人傾訴，平常能發揮所長，自我充權
6. 緊急事故，長者遇上事故時能立刻求助

更多詳細資料可參考手冊「參考書本及網頁」中建議的文章，當中提供了各項針對長者需要的研究作參考。

如何開展基層長者服侍

1. 開展長者服侍方式

1.1. 開啟長者服侍的應有態度

受訪堂會表示所有服侍的開展方式都不應存有「人做你又做」的概念。由於每區的基層需要不同，因此所需要的服侍類別、服侍形式以及服侍規模也會有所不同。若該區根本沒有服侍的需要而堂會卻某然開展，不但會浪費社會資源，更會影響堂會本身的日常工作，是得不償失的做法。

在開展服侍前，堂會應從兩方面審視：信仰方面，例如禱告求神的帶領；從環境因素方面，了解現時該區那些客觀資源不足，那些基層類別需要服侍，例如進行數據調查。網上有不同資訊值得參考，如政府人口普查資料、區內NGO調查報告、新聞專題等，幫助教會了解區內狀況，評估區內需要。

另外，堂會亦應從時間成本、人手、物質資源等方面評估自身的能力，例如是否能夠長期支援服侍。值得一提的是，受訪堂會表示，比起其他的基層類別，例如青少年和少數族裔，開展基層長者服侍並不需要有龐大的物質和人才，例如專業輔導人士等。長者服侍最主要的是簡單的心理輔導，例如有兄弟姊妹與他們聊天和聆聽心事。開展長者服侍的首要是有「一個地方」讓長者們聚腳，而其次才是拓展物質和服務的服侍。

在開展長者服侍前，可以先問自己以下問題：

1. 有足夠的人手可以定期關心長者嗎？
 - 有堂會表示若沒有定期與長者聯繫，關係很容易斷掉
2. 有足夠的人手可以長期持續長者服侍嗎？
 - 有堂會表示長者服侍最難的並非認識他們，而是要長期探訪
 - 下部分會講述如何建立更深厚的關係和動員堂會兄弟姊妹進行服侍)

3. 有行政，公共關係的人力資源可以處理大量的行政工作嗎？
- 有堂會表示比起其他基層類別，長者服侍有很多行政的工作，因為堂會的長者服侍較注重長者心靈牧養和幫助受助者向不同的機構和持分者進行各種的申請工作，因此比起其他基層類別，長者服侍的堂會會有更大量的行政工作
 - 優質的行政工作會提升服侍的效率和順暢度，能直接影響教會對外的形象和長者服務的質素

若果教會資源足夠，而且有願意承擔長者生命的異象，可以考慮開展教會的基石事工，開始恆常服侍長者。倘若教會自身資源未能獨自承擔新的長者服侍事工，亦可選擇與區內其他教會、服務群體共同啟動社區事工，匯聚社區資源，一同承擔區內的長者。

1.2. 在社區發掘基層長者的方式

方法一：擺街站和派熱飯服務

根據其中一間受訪堂會的分享，擺街站能在街頭直接向社區人士介紹堂會本身、聚會活動和即時派發的物質來直接吸引長者提供聯絡資料。這個方式雖然要得到很多同工和兄弟姊妹的義務幫忙，但卻能直接與長者對話和解答他們的問題，是較直接和快捷的發掘長者方式。堂會可以到較多長者聚集的地方，例如公園附近，擺放街站。但要留意該地方是否有街站的規管。

堂會表示街站除了能派發宣傳單張，也可以利用派飯等活動來的配合來增加他們了解教會的動力。根據其中一間堂會的經驗，他們每月會有三次的派飯服侍，而派發日主要在星期日，因為社處星期日不派飯，而他們正好可以補了這個缺口。該堂會會先舉行崇拜活動，後在堂會附近派飯，來增加受助者接觸信仰的機會。當然，沒有參與崇拜的長者也是可以領取飯盒的。該堂會與禧福3A熱飯、IBC、廣福堂和惜食堂等機構合作速成熱飯服務。數據顯示，在100-200位派飯活動的受助者中，有70-80人會參與堂會的團契活動，當中更有大約50人會成為兄弟姊妹。

透過街站服侍，堂會能建立正面的質態。受訪堂會紛紛表示很多長者很喜歡在街站和派飯活動與義工們聊天。見面多了，堂會自然而然便會與長者混熟，而長者也會願意主動向同工講述自己所遇到的問題。這樣便

能成功與受助長者建立聯繫。堂會指出不要把受助長者當成是一個一個案件去處理，而是慢慢像朋友一樣等待關係的建立。

方法二：上門探訪

除了在街站派熱飯，堂會還可以動員堂會義工上樓派飯和進行上門探訪服務來發掘更多基層長者。而且比起其他的方式，上門探訪更能發現「隱形長者」。根據堂會的經驗，每次派飯大概需要50-60人義工幫忙，所需的人力資源很多。堂會可以申請社會福利署「長者支援服務隊」或 Egive「意贈慈善基金」的基金援助（每年大概20多萬），來資助探訪者和堂會的經濟需要。受訪堂會表示，他們會與堂會中的婦女組合作，讓受助的基層婦女進行探訪老人的工作。婦女可以拿到超市現金券作為酬勞幫補家計，亦可以充滿他們的心靈（見第3.2部分 - 「推動基層組別之間的互助精神」的補充）。

堂會補充，若未能申請資助，堂會亦可以動員自己的信徒來幫忙。不用工作的弟兄姊妹可以負責日間的探訪，而在職的弟兄姊妹也可以負責夜間探訪和電話問候。

在成功認識長者後，堂會均表示上門探訪依然要持續做，要不然很容易與以建立關係的長者失去聯繫。在透過定期的探訪和電話問候認識長者後，堂會應多一步，邀請他們來教會參與活動、玩遊戲和唱歌來加深與堂會的關係。

方法三：與社福機構和同區堂會初期聯絡

剛起步的堂會必定需要與社區不同機構和團體合作。透過社區領袖和區議員的穿針引線，堂會能在初期向他們借用所需物質，例如桌椅和輪椅等。而透過社區機構，例如牧福和社處的幫助，堂會能獲得實名基層長者列表、詳細資料與聯絡方式，因此直接能夠得到有需要長者的資料。而且，不同機構還可以每年共同舉辦「嘉年華會」來宣傳堂會的活動，以吸引更多有需要的長者接觸堂會（見第2.3部分 - 「社區機構和同區堂會合作」的補充）。

再者，受訪堂會亦表示，起步堂會可以多接觸社區中長者常光顧的店鋪，例如茶莊、茶樓等地方。堂會可以向店鋪了解長者們的話題、某長者的生活情況甚或讓店鋪知道堂會有長者服侍，並鼓勵他們轉介有需要的長者接觸堂會，令堂會的服侍對象擴大和服侍內容更貼近社區需要。

另外，有意起步的堂會亦可以與同區堂會合作，例如派同工在長者服侍較豐富的堂會當義工，附屬在他們的服侍中去了解侍奉的細節和流程。

方法四：接觸整體基層家庭

在起步初期，由於接觸基層家庭也能有效發掘有需要的長者，堂會應該以「認識整個基層家庭來改善長者生活情況」為目標。

由於長者性格較頑固，未必能直接接受堂會的文化。有堂會表示，很多長者對教會有負面印象。即便堂會同工向他們解釋，他們依然覺得教會一定會逼他們接受主，因此並不願意接受教會的服侍。但長者卻很受家庭的影響。這時候，若家庭成員能向長者傳達福音或幫助教會與有需要的長者聯繫堂會，這能幫助堂會更有效接觸需要服侍的長者。因此教會在向信徒傳福音時，應鼓勵他們向家中長者傳福音，讓長者先初步了解堂會和有宗教的概念。

2. 現時侍奉方式和建立關係

2.1. 現時服務列表：

- 長者崇拜、團契
 - 見第2.2部分 - 「長者團體建立的重要性」的補充
- 上門探訪
 - 見第1.2部分 - 「在社區發掘基層長者的方式（方式二）」的補充
- 長者家居清潔服務
 - 由施永青基金及長青樂同行提供
- 熱飯服務
 - 見第1.2部分 - 「在社區發掘基層長者的方式（方式一）」的補充
- 諮詢服務
 - 以團契的小組形式或一對一的方式與長者聊天。
 - 受訪教會表示長者情緒問題主要來自家庭不和，而現時教會同工只能做到陪伴聊天的角色。雖然現時心理輔助導師不足，並未能提供專業的知識，但受訪堂會表示長者侍奉大多並不太需要用到專業的輔導，與他們聊天即可。如果受助長者面臨情緒或精神問題可尋求社工或醫生的幫助。
- 電話關顧
 - 負責的堂會義工或同工以「認領」的方式，分配好要聯絡的受助長者。讓受助長者感受到有同一個同工持續關心他們從而建立信任和深厚的關係，避免傳達「誰有時間便打給他」等的錯誤信息。堂會有什麼活動便打給他們邀請，平時也何以周不時主動關心他們的狀況。
- 信徒培訓
 - 禧福的「天國耆兵」計劃能透過唱歌、禱告、導師授課等形式幫助堂會的信徒（更新人士、退休長者和基層婦女）進行領袖訓練，讓他們參與堂會的侍奉
 - 見第4.2部分 - 「推動基層組別之間的互助精神」的補充
- 義診，健康服務站
 - 參與禧福的「友醫食」計劃，每個月兩次在堂會建立健康服務站，為教會提供長者健康方面的義診、堂會同工培訓、講座、醫生義工寫轉介信等服務。
 - 未來期望：「絕症同行」的心理輔導
- 嘉年華會、節日活動
 - 與其他社福機構或同區堂會合作

- 見第2.3部分 - 「社區機構和同區堂會合作」的補充
- 一次性活動：區議員撥款、長者班、迷你講座
 - 申請老有所為基金：撰寫計畫書申請活動基金，並舉行社區活動來祝福整區的基層長者
- 申請義工基金的活動
 - 上門派飯、清潔、派米等，陪診，買餅

2.2. 建立關係與長者團體的重要性

透過堂會服侍來幫助基層長者建立自己的朋友圈是長者服侍的重點，而舉辦長者崇拜和團契便是其中的辦法。根據一有間有30多年長者服侍經驗的堂會分享，他們的團契會和派飯活動配合，來增加受助者接觸堂會的動力。他們活動詳情如下：堂會會每週兩次於堂會舉辦65歲或以上的長者團契：一次是針對長者與他們家庭的週日崇拜，而另外一次則是只針對長者。他們每週也會有一天到老人院和裡面的長者進行崇拜活動，估計每週總共能服侍約200個長者。在團契的主題方面，堂會指出他們並不是每次都會講信仰的東西，反而會較注重生活上的題目，例如。而他們的團契安排如下：小組有5-6名長者與1-2個組長，大組有7-8名長者與1-2個組長，平常會大約有10組，每次能容納70-80名長者。在組長方面，1個是堂會同工，1個是兄弟姊妹/，帶組經驗較淺，能同工帶領下，從中學習如何進行小組牧養的工作。

透過團契和其他活動，例如共同過節、為堂會兄弟姊妹慶祝生日等，堂會能為受助的基層長者聯繫到社區裏其他生活遭遇相同和有共鳴的長者同伴。這樣能增加他們認識朋友的機會，從而增大他們的社會圈子，令他們不但能與教會同工分享心事，更能有自己的朋友可以聊天解悶。他們亦可以在日常生活中互相幫助和娛樂，例如找朋友陪診、「買餅、閒逛、下棋等。透過建立長者之間社交圈子能不但為他們的生活增添樂趣減少孤單感，保持良好的心理健康，更能減少他們會堂會的依賴，讓其他未有受惠的基層長者能盡快接受堂會的服侍。

2.3. 社區機構和同區堂會合作：

在「社區發掘基層長者」的部分提到過與社福機構和同區堂會初期聯絡能為堂會提供實名基層長者列表和他們的聯絡方式。這對於堂會於初期階段建立長者資料庫有莫大的裨益。在長者服侍的發展階段，與社區機構和同區堂會保持合作依然是完善服侍的重要方式。

受訪堂會分別介紹了以下的合作網路：

- A. 愛網全人關懷基金會：同區之間的網路配合，共同舉行長者下午茶、福音佈道等
- B. 華人基督教聯會：聯會之間共同舉行嘉年華會、節日活動、福音佈道等
- C. 秀茂坪社區網絡：六間堂會和兩間機構的合作，會一起申請撥款、分享受助者資料、舉行社區佈到會、開長者班、開例行會討論活動和合作機會、每月開早禱會
- D. 與房處的大廈管理委員會合作：全年批出四萬元給社區不同宗教的機構舉辦社區共融的活動，例如旅行日、嘉年華等（合作單位（包括教會）為學校、社區人士舉行活動）

堂會之間的合作能非常多元化，而接近全部的受訪堂會均表示保持一定數量的同工與機構持續合作，不但能有助堂會取得服侍資源，更能幫助他們了解社會中有關長者團體的最新資訊。有些堂會更會邀請該堂的牧師到別堂訓練和學習而參考別堂的長者侍奉經驗。

從秀茂坪社區網絡的例子可見，從行政工作，例如申請資助，到信仰推廣，例如佈到會，都顯示該區的緊密聯繫。他們一起討論合作的活動，更互補不足，例如分享堂會的場地和物質等，令堂會之間不但能在精神上共勉，亦能令本來小型的活動變為受眾更廣的大型活動。在吸納更多的長者後，受訪堂會提醒堂會之間應根據堂會的容納能力去「認領」受助者。分享受助者這個舉動能避免有些堂會負擔太大或有些堂會未能吸納足夠的受助者，從而令資源更平均地分配到社區內有需要的長者手中。堂會亦應分享受助者資料來避免長者重複使用堂會的服務或重複拎物質，令眾堂會能服侍更多的基層長者。

受訪的堂會表示，與不同單位合作可能會因文化不同而做法不同。雖然本來沒有對錯，但在合作前應先了解合作對象的文化，找到不同教會的共同點，例如有什麼兩者都想推廣的，有什麼是不建議的，並在活動詳細資料上達成共識。

再者，由於房處在社區的動員能力較弱，他們會主動邀請與區內服侍經驗豐富和服侍時間較長的堂會合作，幫忙舉行活動。有堂會亦特別提到與房處的區內大廈管理委員會的合作。由於合作涉及全不同的宗教的機構，受眾也不只限堂會信徒，而是包括整個社區人士。因此，在舉辦時社區共融的活動時有互相尊重對方的宗，亦要分清楚什麼活動可以推廣

宗教元素，什麼活動是不可以的。受訪堂會其實也鼓勵堂會參與這類型的合作。雖然未必能吸納信徒，但活動有很多年輕的合作伙伴和堂會以外的人。與他們的連結能給堂會機會跳出信仰的框框來吸納新的侍奉想法，亦讓堂會更了解基督教圈子以外和香港長者的情況。

不少長者服侍者亦提出區內有不少可合作的組織、機構，只要主動詢問，可以商討合作進行服侍。服侍者亦強調在與區內組織合作時，不要太在乎參與組織是否基督教背景、義工是否基督徒。只要是全心服務社區，便可一同服侍，在當中即使不是基督教背景，亦可被教會服侍感動，對基督教有更好的印象。

現列舉當中一些組織，供有意尋求合作的教會參考：

- 政府部門
 - 社會福利署、民政長務署、房屋署、衛生署、醫管局、選舉事務署等
- 社福機構
- 義工組織
 - 獅子會、扶輪社
- 社會服務組織
 - 社聯、華永會
- 企業組織
- 大學

3. 如何深化關係及家庭教會

3.1. 長期和定期服侍的重要性

要與受訪受助長者深化關係，受訪堂會均表示長期和定期的服侍十分重要。長期的長者服侍意指，堂會應該以長期且穩定的提供服侍為主要目標，並確保能有穩定的物質資助和人力資源來提供足夠的承接服務，而非只是提供一次性的服侍；定期的長者服侍意指，堂會應該為長者提供規律的服侍，例如以每週幾次、每月幾次來計算，來確保長者與堂會能有不斷接觸的機會來建立更深厚的關係。

堂會表示，物質提供絕對不是長者服侍的重點，而最重要的是讓他們感到被愛。長期和定期服侍才能正確的與基層長者建立關係。而上述提及的陪診和家居清潔的服侍，更能貼身的讓基層長者感受到愛。

堂會的最終目標，應該是讓堂會像一個大家庭，讓長者感受到牧者、同工、兄弟姊妹像家人般的關心和愛的同時，亦可以隨時來堂會聚會尋求幫助和找人聊天。加上堂會其他為基層提供的服侍，例如，婦女英文班、功輔等，堂會能為整個基層家庭提供更全方位的家庭服務，令堂會像基層家庭的「第二個家」。

3.2. 推動基層組別之間的互助精神

要在堂會推動長遠的長者服侍，就要以「以生命影響生命」為服侍目標。因此長者服侍的團體除了堂會同工和牧師外，受助長者本身、基層婦女、退休長者、更新人士也可以參與到長者服侍的工作當中。在受訪堂會以往的經歷中信徒們的工作主要負責手腳功夫，例如派飯和堂會活動的義工等，而牧養還是主要靠堂會同工。他們一開始有機會不太理解為什麼堂會需要做信徒以外的工作。但透過多年的服侍經驗，堂會均表示讓基層組別來成為領袖，分享福音是十分可取的做法。他們甚至比堂會或是專業社工更能走進其他基層人士的心，並以個人經歷給予意見，讓他們走出難關。

受訪的堂會中，有一間堂會著重讓長者服侍和婦女服侍雙軌並行的。例如，他們會讓婦女組探訪老人來讓她們性靈充滿，但同時也可以讓被探訪的老人感受到關愛。因此基層婦女和長者同時是施予者也是受益者。另外，有一間堂會著重讓戒毒的更生人士成為雲彩，有更多的服侍機會。他們會先讓同工帶著更生人士入組與弟兄姊妹舉行團契，到之後更會讓合適的獨立成為團契組別的領袖，透過分享自身經歷提醒其他弟兄姊妹讓他們感受信仰。再者，有一間堂會著重讓退休的長者參與侍奉。長者服侍長者，有充裕時間、知識，而且他們生命經歷和經濟較豐富，由他們帶領小組可能會比同工們有更不一樣的體驗。禧福的「天國者兵」計劃能幫助堂會訓練基層人士成為服侍的施予者。透過運動、訓練班、分組、禱告等活動，計劃幫助信徒訓練裝備服侍和事奉，開展福音事工的工作。

透過以生命影響生命，堂會亦分享了長者的轉變。有一個行動不便的老人因感受到信仰的感動，而依然願意陪同堂會其他兄弟姊妹到不同的地方唱歌，甚至願意到殯儀館為離去的兄弟姊妹唱歌。有一個做過開腦手術的長者在康復後，十分感恩教會的支持，在康復後依然參與教會的社區服侍，例如陪伴現在患病的其他兄弟姊妹看醫生，性靈充滿。可見長者服侍不只是向他們派物質、講聖經故事，而是訓練他們成為勞動和施

予服侍的一份子，用自己的經歷去幫助更多有需要的人之餘更能滿足自己的心靈。

在培訓長者服侍領袖時，服侍者亦有數點提醒。他們建議，必須與長者領袖一同參與服侍，而不只有紙上談兵。由於長者學習能力較弱，化繁為簡的訓練大分重要。故此，能一起服侍便是最好的裝備，使他們能親自體驗服侍，學習當中服侍的心態及技巧。同時，選擇長者領袖時要看重他們的委身、經歷，而不是知識。若長者知識豐富，但不願意使用亦是沒用。而且，比起知識，長者親身的生命經歷比起其他事更能激勵到同齡長者。故此，在選擇長者領袖時要選擇那些願意分享個人生命見證，而且願意委身被神所用的長者，才會更有效。最後，他們亦建議建立長者服侍小組，由二至三個人一起服侍，發揮彼此的恩賜才幹，同時互補不足。有堂會分享到，有位長者領袖擅長粵曲，亦有一位擅長讚美操，二人合作成為服侍小組，能互相配搭，更有動力去服侍其他長者。

3.3. 疫情期間深化長者牧養的方式

在2020年新冠肺炎襲港後，實體聚會被迫中止，一向的長者服侍計劃都大受影響。恆常的實體崇拜聚會、祈禱會、小組活動都中止了。面對恆常事工的改變，前線服侍者更加需要主動走出教會，進入長者的生活處境中了解他們需要，直接關顧他們。

在疫情期間，慣常聚會開始轉為網上形式進行，但單向的傳遞訊息難以維繫與長者之間的關係。故此，有服侍者開始進行電話聯絡關顧，透過電話對話了解長者的近況，雙向的互動讓長者感受到教會真的關心他們的生命。在疫情稍為緩和時，服侍者亦會進行有限度的探訪，或在公園約見，面對面關顧長者生命。

除此以外，不少長者在疫情影響下生活受影響，平常的起居飲食支援都停止了。故此，有些教會在疫情下增加多了送熱飯、派發物資的服侍，以填補社區的服務空隙，幫助長者渡過疫情。

不少長者都分享到，疫情使他們與人接觸的機會少了，令他們更渴望與人見面。這些實體的會面、派發物資能讓長者有與人接觸的機會，滿足他們社交需求。可見，在疫情下的服侍除了要幫助他們、服務他們，更是要與他們同行。服侍者分享到單靠服務難以牧養到長者，因為服務只是切份點，讓教會進入到長者的生命。服務的幫助成為影響生命的切入點，長者會被感動。長期的跟進才是牧養、轉化生命的重點。

因此，教會在疫情中更應踏出安舒區，走到長者的生活中與他們同行，因為同行才是轉化生命的重點。

而服侍者亦要適應服侍模式的轉變，不再安守在教會中等待服侍對象，而要主動關懷他們。牧者的時間管理亦要適應，在疫情中面變許多改變使牧者時間十分緊繃，必與平衡教會事務及社區服侍的事工。同時，在百忙中亦要等待上帝的工作，因為事工未必有即時的效果，數字上未必十分顯眼，但服侍者內心會漸漸出現改變。

疫情只是一個例子，最重要的是掌握與長者同行的心態，即使世界發生甚麼事亦能持續關懷、牧養，轉化長者的生命。

3.4. 使用資訊科技深化與長者關係

疫情中教會、生活模式轉變，資訊科技有助減少因疫情下的隔閡。然而，不少長者不懂得使用新的資訊科技，數碼鴻溝(Digital divide)使長者在這個習慣使用新資訊科技的社會中難以適應，甚至感到被隔離。

有服侍者分享這成為了教會的一個契機，開展長者科技事工。事工目標為提升長者資訊科技能力，幫助長者理解家人科技，及針對長者智能通訊問題解決。服侍由最簡單的拍片教學開始，教導如何使用資訊科技，如智能電話、網上會議程式等。

服侍者提醒，教學時應專注在一個方法上，不介紹太多方法，因為長者學習能力有限，學會一個方法已夠足夠面對大多數問題。萬一出現特殊情況，才逐一處理長者面對問題，會對長者而言更易掌握，亦讓服侍者不會過度操勞。而服侍者亦應要調整心態，多點耐性去教導。

長者在掌握基本資訊科技方法後，便能有更多在疫情下安全地接觸其他人的機會，滿足他們的社交需求。同時，由他們亦減少了由於數碼鴻溝而被隔離的被遺棄感，重新充權他們。

有服侍者亦分享到，在進行資訊科技服侍時可以動員教會不同層面的弟兄姊妹去協助長者，尤其是年青人，運用他們對資訊科技的認識去教導長者，促進兩代之間溝通，亦讓長者感到被關懷。然而，服侍者亦提議不可只有年青人去服侍，要同時有金齡或長者服侍者同行，因為兩代人之間的確存在代溝，年青人與長者有時在資訊科技的認知上落差太大，

無法溝通。故此，有金齡或長者服侍者同行便能成為當中協調者，使服侍不會因溝通困難而弄巧反拙。

4. 可持續發展及擴展

堂會在未來，還有什麼可以做的呢？

- 4.1. 「老人關懷大使」
 - 改善「隱形長者」的問題
 - 透過建立長者的「朋友圈」來發現隱形長者
- 4.2. 長者健康：「絕症同行」，向患絕症的長者提供心靈支援
- 4.3. 增強關顧長者心靈需要的服侍
- 4.4. 聯絡長者本身外，期望日後能以聯絡基層長者家庭為目標
 - 透過幫助長者家庭整體情況（經濟等）、家人改善對長者的態度和長者與家人的關係來改善長者生活
 - 成為NGO：申請更大型的資助來支援整體基層家庭
- 4.5. 增加人手，培訓服侍長者的堂會義工

5. 資源

- 5.1. 物質：IBC、明愛、禧福3A熱飯、廣福堂、惜食堂
- 5.2. 服務：禧福「天國耆兵」
- 5.3. 機構/網絡社福機構：愛網、華人基督教聯會
- 5.4. 基金申請：社處「老有所為」、房處大廈管理委員會活動基金、施永青基金

Dos and Don'ts

Dos :

- 需要長期和定期的貼心關心長者
- 重質不重量
- 加強長者資料分享
- 在堂會互助方面，應互相介紹其他教會活動、避免重複舉辦而浪費資源
- 代入長者的生活情況來了解他們的感受
- 在活動細節上作適量的調教來令活動受眾清晰

例如：舉辦活動時，寧願地方小一點但可以留在教會服侍堂會中的長者；派飯不用到空曠的地方而是較近教會的地方來保證更多返教會的基層長者也可以享用熱飯

Don 'ts :

- 不要以個人和新時代的道德標準批判基層長者
- 不要因為長者的年紀撇除任何的可能性

例如：有受訪的堂會會提供有創意的長者計劃，舉辦長者非洲鼓班

- 不用很多物資和經濟實力才開展長者服侍，他們需要的是有人與他們聊天
- 對基層受助者講話時，減少使用「社工」，「輔導你」等詞彙
- 不要硬銷福音，亦不要只以留她們在教會為服務目標
- 不要過早擴大服侍規模，以免難以提供足夠的承接服務

伙伴教會侍奉故事分享

- 受助者背景： 曾做過兩次的開腦手術
- 對於生活感受： 對於堂會的幫助感到很感動
- 受助經歷： 受助者表示在投入堂會的生活前本來沒有人關心她，覺得自己好可憐。有一次在公園休息的時候有堂會的同工主動向前關心她，令她感到很意外和開心，因此便開始參與堂會的活動。
- 在患病期間，堂會的同工經常探訪她，與她聊天，並在她康復後陪她複診，令她非常感動，並決志相信。
- 受助後改變： 經常參與堂會的義工工作，並認為能夠幫助其他有需要的人使她快樂。

經文分享

在白髮的人面前，你要站起來；也要尊敬老人，又要敬畏你的神。我是耶和華。
（利未記19:32）

不可嚴責老年人，只要勸他如同父親……勸老年婦女如同母親。
（提摩太前書5:1-2）

他們年老的時候仍要結果子，要滿了汁漿而常發青。
（詩篇 92:14）

願神的話語幫助並啟發我們，讓我們倚靠祂，運用諸般的智慧在崗位上服侍。
如您在神的話語上有所領受，歡迎與教關聯絡分享。

總結

教關一直致力提供緊密的網絡，為伙伴教會建立網絡平台。集結各界的經驗、專業知識和資源，以兼具知識與關懷、值得信賴的服務模式，令持服侍的教會不但能共享資源，更能分享侍奉的經驗來完善侍奉。

這本服侍手冊介紹了教關伙伴教會中，現時於長者侍奉經驗較豐富的教會進行分享。透過手冊，有興趣開啟長者侍奉的堂會能參考現時侍奉的狀況和堂會提供的一些小撇步啟動您們的長者侍奉。

此手冊只是一個初階，願我們繼續長者事工禱告，又願更多堂會能參與成為工作小組，共同服侍不同社區的長者。

如您對手冊內容有任何疑問或查詢，歡迎聯絡教關。

負責同工: 李妙如Brenda Li

電話: 3689 9810

電郵: info@hkcnp.org.hk

網址: <http://www.hkcnp.org.hk>

參考書本及網頁

長者現時情況：

1. 香港政策研究所文獻 (2017) 。《居家安老 – 社區支援與照顧》。取自
<http://www.hkpri.org.hk/research/detail/aging-in-place>
 - 主要指出現時對家中護老者支援措施不足以及社區照顧服務不足
 - 文章提出各項符合現實情況的建議
2. 香港中文大學 (2013) 。《心理社交健康》。取自
http://www.cuhk.edu.hk/med/shhcg/healthyageing/healthyageing_in04_c.html
 - 探討長者心理需要，如何幫助他們達到心理健康
3. 浸信會愛群社處服務處 (2017) 《社區長者情緒健康調查 – 報告摘要》。取自
<https://www.bokss.org.hk/content/press/46/201718%20%E7%A4%BE%E5%8D%80%E9%95%B7%E8%80%85%E6%83%85%E7%B7%92%E5%81%A5%E5%BA%B7%E8%AA%BF%E6%9F%A5%EF%BC%8D%E5%A0%B1%E5%91%8A%E6%91%98%E8%A6%81%20Final.pdf>
 - 指出15%的受訪長者處於邊緣抑鬱水平
 - 指出心理支援的重要性

未來長者護理的發展：

4. 台灣教育部樂齡學習網 (2016) 。《老人心理與輔導的策略》。取自
<https://moe.senioredu.moe.gov.tw/UploadFiles/20160401085534273.pdf>
 - 長者的心理與情緒特徵
 - 對不良心理與情緒的輔導策略
5. 威仕曼文化 (2011) 。《老人服務與照護》
 - 照顧老人的教科書
6. HSBC (2019) 。《香港長者護理 2018至2060年香港長者護理的預計社會成本》。取自
<https://retailbank.hsbc.com.hk/media/3426/the-cost-of-eldercare-report-chinese-9may.pdf>
 - 探討香港未來長者護理的成本（僱主，員工，社會）
 - 對「香港如何發展可持續的長者護理模式」的問題提出建議

鳴謝

感謝曾參與製作此服侍手冊的李允平博士，各個伙伴教會並每一位受訪者。這手冊製作其間調查電話訪問了4間教會及5位受助的基層長者。衷心感謝他們慷慨的分享。為豐富手冊內容，及後加插了其他教牧的服侍經驗分享。

教會/機構名稱	同工姓名
中華傳道會基石服務中心	陳士龍長老
宣道會基蔭堂（基蔭家庭服務中心）	蕭如發牧師
香港伯特利教會恩光堂	葉遠強牧師
基督教香港信義會蒙恩堂	林鳳好執行幹事
基督教華富邨潮人生命堂	伍嘉偉主任牧師

（以上按教會/機構名稱筆劃序）