

## 警告一本影片受法律保护

本影片或其任何部份（包括但不限于影片声带）的版权持有人只准许阁下在私人家庭内使用本光碟，阁下只可在私人居住地方内观看本影片，观看者并不用缴付任何入场费或其他代价。在不影响前文的概括性的情况下，阁下尤其不可在会社、俱乐部、公共汽车、医院、酒店、旅馆、饭店、酒家、酒吧、监狱、学校、飞机、船只、火车、戏院、任何类别的电影院等地方使用、展出或播映本光碟。

版权持有人也警告严禁本影片或其任何部份（包括但不限于影片声带）任何未经许可的翻印、改动、删改、出租、交换、售卖、转借、分销、出口、入口、分发、展示、公开表演、传播及 / 或播送及任何其他方式的利用（不论任何性质），违反者将受刑事检控、民事惩罚或两者同时进行。

卫生署 长者健康服务

## 灌溉关爱种子

### 香港人情冷暖？

(人与人之间相处)怎样去  
照顾、接触或互相问候  
现在已经没有这些行为  
现在的人情味跟以前差别很大

感慨社区人情味渐淡，王先生用积极的态度，帮助社群

### 身体力行，为社区服务

像那些老太太、老伯伯过马路  
你轻轻地扶他们一把  
你也会感觉开心  
你去帮助他们，事情就会好一点  
我有时在地铁遇上  
携带重物的长者  
我也会主动上前问：  
「需要我的帮忙吗？」

### 热心助人，亦有碰壁的时候

我也有遇过长者不接受关怀  
他们会表现得不高兴、没有笑容

觉得自己可以照顾自己  
不用你帮助

### **主动关心，打破彼此隔膜**

我会问：「你的身体怎样？  
食物适合自己吗？」  
或是提醒他们要注意某些东西  
长者听见你表达问候和关心  
知道你的好意  
他们便会开放自己的心

### **王先生探访长者实况**

**不分年纪、不分能力、不分事情大小**

### **不分能力大小，尽力回馈社会**

其实我没有想过要做到几岁  
不管今天我年纪有多大  
只要有一分力量去帮助他人  
有一分力量去做一件事  
我都觉得要去做  
我从来不觉得自己年纪很大  
我就像只有 40 多岁  
我就是抱着这个心态去做  
不会觉得 70、80 岁便做不来  
我很少这样想  
我的心态不管是多做一点还是少做一点  
我做得来的就去做  
不代表你能扛 100 斤或只是 50 斤  
才算是做了好事  
有时你的说话，对其他人有益处  
已经可以帮助社会，使大家更融洽

### **凝聚力量，献出关爱精神**

虽然我们每个人的能力有限  
但是如果我们没有一个人愿意去做  
更加甚么也做不成  
如果每个人都做一点点

那么（加起来）就变了很多

### **香港人情薄似纸？**

新社区邻舍之间的凝聚力  
没有以前那么好

### **眼见社区缺乏关爱**

**邓女士决定要为邻里  
做一点事 出一分力**

### **助人为快乐之本**

#### **亲力亲为，服务社区**

看到长者自己推着轮椅  
哪有手去开门？  
还要帮助推着婴儿车的妈妈  
她们推着婴儿车又怎样开门？  
去老人院  
我们义工组会预备很多节目  
唱歌、跳舞  
表演给住老人院的长者看

#### **真诚付出，感动人心**

我们去探访  
是出于一份真心真意和关爱的心  
他们也能感受到  
因为我感觉他们握着我的手  
我问候一下他们  
他们便哭起来  
可能他们内心很欢欣  
或是很感激我们  
你们跟自己的年纪也差不多  
不过你们都那么热心

#### **尽力将关爱传扬出去**

我希望我做得到的话  
我要帮助更多长者  
不是我夸奖自己

我希望除了我家中的长者  
能够得到我的关爱之外  
我也希望有能力帮助其他人  
我希望帮一个算一个  
希望每一个长者都活得开心

「勿以善少而不为」，多微小的力量也会积少成多，今天就由自己开始，再次唤起社区的人情味，并且感染你身边每一个人。

鸣谢：王先生，邓女士

卫生署长者健康服务