



香港基督教服務處

全人關心 卓越創新

流金頌社區計劃—長和滿葵青



香港大學

THE UNIVERSITY OF HONG KONG



賽馬會流金頌計劃  
A Jockey Club Initiative for Seniors

# 流金頌社區計劃—長和滿葵青

## 活出「長和」- 處理「長者被虐」

### 個案實用手冊



捐助機構  
Funded by:



香港賽馬會慈善信託基金

The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

**流金頌社區計劃——長和滿葵青**  
**活出「長和」——處理「長者被虐」個案實用手冊**

編者：香港基督教服務處

出版：香港賽馬會

電話：2966 8111

傳真：2504 2903

網址：<http://www.hkjc.com>

國際書號：978-988-15262-9-8

出版日期：二零一三年十一月初版

非賣品

版權屬於編者，歡迎有興趣人士翻印部份內容作非商業用途，  
並列明出處「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」

# 目錄

序	4
跨專業團隊感言	6
計劃介紹	9
「虐」的疑惑	10
一念之間	14
虐老個案多面睇	16
長者「抗虐」小貼士	36
求生「走佬袋」	37
社區資源何其多？！	
度身訂造自己的求救「一卡通」	38
10句我可以鼓勵被虐當事人的話	39
「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」簡介	40
香港基督教服務處簡介	41
鳴謝及參考資料	42



# 序

隨著香港人口持續老化，長者被虐個案亦有增加的趨勢。社會福利署二〇一二年收到呈報的虐待長者個案達四百零八宗，較去年增幅超過一成。當中，葵青區更連續三年成為全港十八區虐老個案最多的地區。

為減低虐老事件發生的機會及向相關人士提供適切的支援，香港賽馬會慈善信託基金主導推行的「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」與香港基督教服務處合作，並以葵青區作服務試點，於二〇一〇年起推行為期三年的「長和滿葵青」社區計劃。計劃內容包括安排合適的一站式支援及輔導服務予被虐或懷疑被虐長者，及接受社工及公眾就長者被虐或懷疑被虐事件作出諮詢或個案轉介。

計劃的另一項特色是集合多個界別的跨專業團隊 (Interdisciplinary Team)，成員包括政府官員、大律師、老人科醫生、精神科醫生、老齡精神科護士以及學者，他們都義務為處理個案提供有關方面的專業意見和支援，並以多角度探討如何持續推廣及改善「長和滿葵青」的服務。

此實務指引的出版，實有賴香港基督教服務處的積極參與及香港大學社會工作及社會行政學系助理教授甄秋慧博士的實證研究。我很高興「長和滿葵青」計劃圓滿結束，希望此計劃可推廣至其他機構及社區，惠及更多長者。

香港賽馬會  
慈善事務執行總監 蘇彰德律師

# 序

「虐老」，曾幾何時，是「不能說」的禁忌；當事人，則是「被隱蔽」的一群。

十多年來，香港基督教服務處透過政策倡導、公眾教育、專業培訓，以及臨床介入，令虐老課題逐漸受到公眾關注；而過去三年「流金頌社區計劃—長和滿葵青」的實務經驗，更印證了除了社工介入及跨專業協作之外，作為預防虐老「第一道防線」的人士：包括家人、鄰居、前線工作人員（如：活動助理、起居照顧員、議員助理等），以及當事人的參與，更是促進當事人身心福祉不可或缺的力量。

然而，關注虐老人士即使感「知」預防虐老的刻不容緩，仍需要足夠支援，才能身體力「行」，作出具體貢獻。《活出「長和」——處理「長者被虐」個案實用手冊》的編寫，正希望藉著深入淺出的個案分享、生動的常見問答，以及實用的錦囊小工具，成為關注虐老人士的貼心裝備，讓他們釐清對虐老課題的誤解、及早識別潛在虐老個案，以及主動鼓勵及協助當事人求助。

承蒙捐助機構香港賽馬會鼎力支持，並感謝本計劃跨專業團隊成員對於手冊內容的用心指正，成就了本手冊的出版，再次見證跨專業協作對於預防虐老事工的重要性。盼望終有一天，虐老事件不再發生，「長」者及家人都能在祥「和」喜樂中生活。

香港基督教服務處  
副總幹事 陳佩儀女士



## 跨專業團隊感言

通過多專業協作，從不同的角度研討懷疑虐老個案，我們體會到若要長者有尊嚴地活出晚年，是需要互相尊重和諒解，並給予及時的支援服務。

瑪嘉烈醫院內科及老人科顧問醫生  
江德坤醫生

不願虐待經常見  
三年計劃祥和現  
凝聚各家齊敬老  
使家庭關係康健  
絕路有時有彎轉  
個案樂早早發現  
老人健康喜提升  
身心康健樂頤年

葵涌醫院老齡精神科顧問醫生  
余枝勝醫生，MH

## 跨專業團隊感言

跨專業處理虐老重塑和諧家庭  
全方位支援長者共建關愛社區

社會福利署荃灣及葵青區助理福利專員  
陳國豪先生

三年的防虐老計劃處理了不少個案，受虐者和施虐者同時是受害人，他們極需要跨專業的法醫社協助。透過快捷妥善的介入、貼心的輔導和適切的治療，最終都達致完善的結果。

葵涌醫院老齡精神科社康護理服務護士長(精神科)  
黃彩文女士

## 跨專業團隊感言

透過參與計劃，更體會到虐老問題的複雜性和多元性，絕非單一專業可以解決；很多時受虐者和施虐者關係愛恨交纏，因此要找到合適的協助方案，便需要從多角度入手，透過跨專業的合作、人性化的考量，以事主的福祉為依歸。這是一個很有意義和前瞻性的初試計劃，期望總結各方經驗後，不遠的將來有一個更完備的長遠計劃，讓更多的受虐者(和施虐者)得到適切的援助！

大律師  
黃瑞紅女士

回首三年，最令我深刻明白的是，當各專業通力合作時，能令前線社工從更多角度思考，以找出問題核心所在及更有效地處理虐老個案，期望將來各專業能齊心協力幫助被虐者走出陰霾。

香港大學社會工作及行政學系助理教授  
甄秋慧博士



## 計劃介紹

「流金頌社區計劃—長和滿葵青」為「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」的其中一項社區計劃，由香港賽馬會慈善信託基金捐助，自2010年12月起推行，為期3年。本計劃旨在提供簡便的求助途徑，以及適時的支援予被虐/懷疑被虐的長者及其他當事人，並實踐以長者為中心的「增權—調解」介入手法，旨在減低虐老事件發生的機會，並促進被虐/懷疑被虐長者及有關當事人重塑彼此尊重的相處模式。本計劃亦會藉著實證研究，尋求適用於華人社會處理虐老個案的介入模式，推動社群建立互相尊重關愛的社會。

## 「虐」的疑惑

即使虐老行為只發生一次、家人無心之失，甚至長者意識不到被虐待，只要是作出對長者具傷害性的行為，已可能構成虐老。

精神虐待、侵吞財產等虐老形式，有機會令長者情緒困擾、焦慮或面臨生活困境，對長者的心靈及生活同樣會造成難以估計的傷害。



長者會否被虐待，取決於很多複雜因素，例如：擁有資產的長者因未有妥善理財意識而被「侵吞財產」；家人和長者關係惡劣，也有機會透過語言精神虐待長者。

家人通常是長者重要的支援者，家人如何對待長者，會直接影響長者的情緒健康。美國有研究顯示，受虐長者患上抑鬱症的比例，較沒有受到虐待的長者高出五倍（Dyer, 2000），可見長者被虐待和情緒抑鬱有一定的關聯。

## 「虐」的疑惑

大部分獨居的長者仍有不同住的親人，如：子女、媳婿、親戚等，故此，長者仍有機會被「侵吞財產」、「疏忽照顧」或「精神虐待」。

雖然家人此舉可能是出於善意，護老心切，但如果採取之方法不適當，如：在家中限制其活動範圍及時間，有機會反令長者受到傷害，誤墮疏忽照顧的陷阱。



即使長者只擁有少量存款，或每月領取綜援，如他人未經長者同意，擅自挪用其財產或綜援金額，也屬侵吞財產。

無論家人的動機為何，如果長者並不知悉及/或並不同意這安排，已有可能構成侵吞財產。

# 一念之間

## 1. 受到虐待，應否求助？

當事人擔心影響家人形象乃無可厚非，然而受虐事件持續甚至惡化，更有機會令「家不成家」。

透過專業人士協助，掌握資源，釐清思緒，分析不同方案利弊，或較易消除擔憂，找出雙贏方案。

## 2. 受到虐待，應何時求助？

啞忍或能換得短暫平靜，但是「治標不治本」，有機會令當事人身心持續受創。

及早識別及介入虐待事件，避免身心長期受煎熬，或有機會消除雙方誤會，修補關係。



### 3. 懷疑有人虐待，應如何自處？

作為旁人，固然擔心太多事會「枉作小人」，然而對方也許正是求助無門，你的一聲鼓勵、一句建議，或成為他們走出困局的關鍵。

不少倫常慘案都是長年的家庭衝突累積而成的。能在事情未到最壞時鼓勵對方積極求助，或能成功阻止悲劇的發生。

### 4. 受虐求助，有何出路？

有時「同住難」，分開生活後，反而能定期「相見」維繫家庭關係。除非當事人的安全正受威脅，否則當事人大可先想清楚，再決定行動。

凡事總有出路，可考慮先透過輔導了解自己意願，逐步找出最適切的解決方案。

## 虐老個案多面睇



### 個案一：「有苦無路訴」的盧女士

**當事人：**盧女士

**年齡：**70歲

**背景：**盧女士原本和兒子同住於2人公屋單位，兒子結婚及2名孫兒相繼出世後，居住環境變得狹窄，而患有抑鬱症的媳婦對於和盧女士同住甚感不滿，不時要脅丈夫要趕走母親，否則提出離婚及帶走幼子。盧女士為免令兒子為難及捨不得和孫兒分離，低聲下氣忍辱同住。

**事件：**媳婦常咒罵盧女士「嗷米飯」、「早死早著」，在數次口角期間拿掃帚作勢打向盧女士迫其搬走，又刻意教導孫兒向盧女士動粗。一次媳婦發現盧女士忘記關燈，發難衝向盧女士拳打腳踢，甚至用手捏著盧女士的脖子撞向牆。鄰居聽見爭吵聲代為報警。

## 1. 施虐者的精神狀況會如何影響虐老事件的發生？

施虐者如本身已有精神上的困擾，情緒較容易受到刺激而變得波動，加上生活及相處的壓力，當旁人不理解或未懂妥善應對時，容易令彼此關係緊張，甚至發生衝突。

受精神病患困擾的家人，包括個案中的媳婦，如願意積極接受適當的治療及相應的服務支援，大部分能有效改善情況，避免和家中長者相處時，因情緒失控導致虐老事件的發生。

## 2. 盧女士求助後，有關單位可以如何保障其人身安全？

如當事人的即時安全受到威脅，可經專業人士轉介接受緊急庇護服務，並協助解決短期的生活、經濟困難。讓當事人穩定情緒後，再透過輔導，計劃往後的生活安排。

如經進一步評估及商討後，確定當事人不適合繼續與家人同住，可以按照當事人的條件、能力、意願及限制，透過社工的介入，訂立合適的住宿計劃。



### 3. 面對和家人分離及忍辱共處的兩難，盧女士可以如何抉擇？

當事人可嘗試主動及正面地考慮不同方案的可行性，如：是否有機會改善家人之間的相處、解決家庭衝突的源頭（包括：居住空間不足，媳婦的精神情況等），與兒子坦誠商量彼此難處及尋求共識的可行性、甚至分開居住的利弊等。

當現時正身處困境，不妨認真放下成見，考慮不同方案的可行性，在平衡各方利弊後，也許能找到意想不到的出路。

### 4. 反思：俗語說：「寧吃開眉粥，莫吃愁眉飯」，如果當事人選擇另一種生活以及和家人相處的方式，會和現時的困境有何分別？



## 個案二：進退兩難的陳先生

**當事人：**陳先生

**年齡：**72歲

**背景：**兒子兩年前失業後一直寄住陳先生家中，經常喝至爛醉，當向父母索錢不遂會大發雷霆及破壞家中物件發洩。

**事件：**兒子深夜闖入陳先生房中索錢，陳先生拒絕，兒子就不停地搖動床欄去阻止父母入睡，更會恐嚇傷害父母來索錢。

**陳先生：**「我對兒子已心淡，想過遷走避開他；可是『慈母多敗兒』，患有腦退化症的太太對兒子又愛又怕，令我好生為難，太太受到兒子恐嚇後情緒更會失控，令我照顧更吃力。」

「我想不到任何方法解決困境，也沒向別人訴說，我覺得沒有人會幫到我。也許情況會一直惡化，直至我撐不住倒下來。」

## 1. 陳先生對家事絕口不提，旁人如何得知陳先生有否受到虐待？

「精神虐待」一般較難察覺，作為旁人，可透過細心觀察陳先生在和某人相處時，有否表現異常驚慌和不安；他的神情及說話表現，會否難以集中精神。而主動關心及慰問陳先生的身體情況，如胃口及睡眠狀況，及有否消極無望的念頭，也可以初步了解陳先生是否受到精神虐待。

## 2. 如陳先生夫婦持續受虐，會有甚麼後果？

當事人受到精神虐待，雖無可見傷痕，但卻受到不少精神壓力，通常會感到焦慮或抑鬱，更有機會間接影響生理健康，變得食慾不振、體重驟降、失眠；而情況嚴重者，甚至會有自殺念頭和行動。



### 3. 患有腦退化症的陳太太受到虐待，對其病情有何影響？

患有腦退化症的長者通常需要特別的關顧，當陳太太受到虐待時，會對身邊人失去信心，出現更多異常行為，例如：驚慌和害怕某些人，無緣故表示憂慮或焦慮，容易煩躁，行為問題也會增加和惡化，令家人護老壓力大增。

### 4. 患有腦退化症的長者會否更易受到虐待？

患有腦退化症的長者受病患影響，可能會較難和人溝通，或會無故反抗被照顧。如護老者不熟悉其病徵，有機會誤以為長者刻意刁難自己，而將委屈發洩在長者身上，成為施虐者。

而長者因記性或表達能力退化，即使受虐，也較難清晰表述及求助，令虐老事件更難被發現。

5. 如家人有酗酒、濫藥或沉迷賭博等習慣，為甚麼有可能大大提高虐老風險？

同住家人如染有惡習，容易情緒失控，辱罵長者，甚至動粗；而家人更有機會因經濟拮据，擅自挪用或向家中長者苛索金錢，侵吞其財產。

6. 反思：「各家自掃門前雪」的心態已不合時宜，今時今日作為好鄰里，你可以如何發揮守望相助的精神，阻止悲劇的發生？



### 個案三：有難言苦衷的黃女士

**當事人：**黃女士

**年齡：**70歲

**背景：**依靠拾荒維生的黃女士患有抑鬱症，和40歲未婚的兒子同住一公屋單位內。兒子不時因家中雜物囤積和黃女士發生磨擦，互相對罵至驚動鄰居來調停，黃女士更經常哭訴生存無意義。

**事件：**晚上，鄰居聽見黃女士家中傳出對罵聲及拋擲物件巨響，翌日保安員看見黃女士面部近眼睛位置出現不尋常瘀痕，經多番追問，黃女士仍支吾以對，亦堅拒求診。



## 1. 有甚麼因素會引致虐老事件的發生？

香港地少人多，居住環境狹窄，加上家人之間生活習慣不同，容易因「相見好，同住難」出現磨擦，如處理不善，有機會「初則口角，繼而動武」，引致家庭悲劇的發生。

## 2. 黃女士為甚麼會拒絕求助？

不少受虐的當事人，會顧慮「家醜不出外傳」，擔心旁人的歧視目光而恥於求助；或因長時間受困擾煎熬，誤以為事情已「絕望」，未必輕易將感受宣之於口。甚至有當事人害怕家人被控告，為了維護家人而忍氣吞聲。

### 3. 受虐經歷如何進一步影響黃女士的情緒/精神情況？

抑鬱症患者通常看待事物較負面，萬一受虐的話，更容易將問題內化，消極自責，認定事情已絕望，令病情惡化，甚至做出傷害自己的行為如自毀。

### 4. 我可如何鼓勵黃女士向外求助？

讓當事人感受到你的關心，細心了解她的顧慮，並尊重其私隱，避免不必要地張揚其經歷；在當事人的同意下，介紹她向可靠人士求助，有需要時可陪同當事人前往求助，以增強其信心。

## 5. 不同專業人士可為受虐而出現情緒困擾的當事人提供哪些支援，減低其所受的傷害？

當事人向專業人士（如：執法人員、社工）求助時，會先評估當事人進一步受虐的危機，有需要時安排庇護場所確保人身安全。醫護人員及輔導人員亦可為當事人評估因受虐帶來的身心傷害，必要時處方藥物及提供輔導，以協助當事人穩定情緒。

長遠而言，當事人可按需要尋求輔導，分析個人意願，尋求解決問題的長遠方案。同時，專業人士亦可透過接觸當事人的兒子，鼓勵家庭成員彼此分享困難及解決方法。

## 6. 反思：除了個人改變心態及應對之外，外在環境以致社會的改善，如何能夠減少家庭出現衝突以致虐老的機會？





## 個案四：自我放棄的江女士

**當事人：**江女士

**年齡：**83歲

**背景：**江女士患有多種長期病患及腦退化症，需要家人貼身照顧其起居生活，由同住及已退休的女兒和女婿照顧。江女士因受病患影響，經常失眠、情緒反覆及不安，晚間常吵醒家人哭訴身體不適。

**事件：**女兒及女婿不時埋怨江女士令家人睡不安寧，晚上用防盜鍊把江女士關在房間內，以免受其騷擾，又強迫江女士長時間使用同一塊尿片，以便不用攙扶江女士如廁。江女士近日拒絕前往覆診，更表示希望快些死去，以免「累人累物」。

## 1. 江女士的身體並沒有明顯受傷，如何識別當中的虐老危機？

雖然當事人身上無可見傷痕，但是家人約束江女士在家中的活動範圍，令其精神飽受困擾，而不適當的如廁安排，更有機會令江女士因被疏忽照顧而間接受到身心的傷害。

## 2. 「護老」為何會變成「虐老」？

護老者日以繼夜照顧長者，難免會身心俱疲，當承受沉重的護老壓力而無法宣洩或得到支援時，有機會遷怒於被照顧的長者身上，成為施虐者。

如護老者缺乏足夠的護老知識及技巧，更可能事倍功半，不知不覺地成為了施虐者。

### 3. 如何能減低江女士被虐的風險？

鼓勵江女士積極接受治療，協助她更有效控制病情和併發症，減輕由此引致的情緒困擾，能從根本處解決護老困難。

此外，提升護老者對於江女士病患的掌握及接納，與江女士及家人共同設計有效而可行的照顧安排，加強對護老者的支援，更能減輕護老壓力，以避免因護老壓力而引致的虐老事件。

### 4. 反思：你有試過承受沉重的護老壓力嗎？有何健康及有效的減壓方法可以介紹給辛勞的護老者，以免他們誤墮虐老陷阱？





## 個案五：難分難解的張氏夫婦

**當事人：**張太太

**年齡：**70歲

**背景：**張太太和丈夫多年來因工作分隔兩地生活，退休後同住一室，張太太常因生活瑣事向丈夫嘮叨，又常以粗言辱罵丈夫無能，令丈夫不勝其煩，精神困擾。

**事件：**一天晚上，二人因就「風扇應何時開關？」爭持不下，張先生怒極一拳打向太太臉上，瘀青了一大塊。張太太感委屈，希望離家冷靜一下。

### 1. 在個案當中，誰是受害者？

雖然張太太在事件中受到身體上的傷害，可是張太太長年累月的辱罵，也令張先生的精神蒙受難以估計的傷害，在「互相虐待」的情況下，二人都可說是受害者。

### 2. 家人相處「同一屋簷下」，有時難免爭執，如何可以避免家庭衝突演變成虐待事件？

及早察覺並處理家人之間的意見分歧，盡量在發生衝突前已取得共識，避免積壓不滿，變成難解的「積怨」；在彼此情緒激動的當下，安排「小休」（Time-out），離開現場喝杯水或散散步，心中默唸「1、2、3」深呼吸，平靜心情。

之後，再坦誠分享及接納彼此的不同及難處，互讓互諒，化衝突於無形。

**3. 在虐老事件發生後，當事人迫切希望能夠有安全的容身之所，或者希望避靜一下，有何方法？**

如受虐的當事人身處的居所並不安全，可向社工求助，按個別情況安排接受地址保密的庇護服務或緊急住宿照顧服務，除了能確保當事人的人身安全之外，亦能爭取時間讓當事人理清思緒，或者透過輔導的協助，清晰個人意願，計劃下一步的方案。

**4. 反思：「冰封三尺，非一日之寒」，你認為夫婦之間可如何合力，避免關係破裂至難以修補的局面？**





## 個案六：講錢失感情的何先生

**當事人：**何先生

**年齡：**70歲

**背景：**何先生自退休及喪偶後一人獨居，依靠約三百萬的積蓄及退休金自給自足。近年何伯行動不便，一年前和兒子開設聯名戶口，打算在需要時請兒子按其指示代為提款及管理財產。

**事件：**何先生日前發現遺失了存摺，向兒子查問時，兒子支吾以對，及後更避接何先生的電話。何先生到銀行查閱帳戶資料，驚覺兒子於半年前自行提取了所有款項並結束了帳戶。



## 1. 俗語有云：「講錢失感情」，面對大義滅親及無助失財的兩難，何先生可如何抉擇？

當事人應先弄清自己的複雜情感，包括震驚、憤怒、傷痛、憂慮、恐懼等等；再了解個人意願的優次，是以追討賠償、討回公道、讓對方接受法律制裁、抑或以和為貴為目的。另外，平衡自己的期望及底線，以及尋求專業意見，評估不同方案的利弊，才能冷靜地計劃下一步行動。

如當事人決定向警方求助，執法人員會按既定程序，全面考慮案情、表面證據及各方人士的口供，再決定是否受理、繼續調查或正式起訴。注意有關行動主要為讓犯法的人接受法律制裁，並非以追討金錢為主要目的。

## 2. 如當事人希望以維持關係為優先前提，但亦希望嘗試爭取個人權益，可以如何做？

當事人可先嘗試以非法律途徑，透過一切可行方法聯絡對方，盡量尋求對話機會，以表明心意及了解雙方難處；探討是否可以透過調解等平台，找到雙方「同聲同氣」的關注點，再一起尋求雙贏的方案。此方法在雙方均有共同意願時尤其有效。

否則，當事人亦可考慮循民事訴訟途徑追討賠償，按追討賠償的金額入稟相應的司法機關。個別情況宜向法律人員尋求進一步專業意見。



### 3. 當事人在和家人開設聯名戶口前，需有哪些考慮，以保障雙方權益？

首先，當事人需認真考慮與家人開設聯名戶口的必要性，可嘗試發掘其他可行方法或服務，以支援行動不便的人士自主地管理銀行戶口；











如決定開設聯名戶口時，可訂立提款的權限及可行的監察措施，如：必須由雙方共同簽署才能提款等，避免蒙受不必要的損失或引發爭拗；

另外，當事人應定期檢查並存備清晰的帳戶紀錄，而家人亦應尊重當事人的財務決定，並主動向當事人匯報，以尊重當事人的財產自主權；將所有提存款紀錄保存妥當，以便核對紀錄，保障雙方權益。

### 4. 反思：你認為長者在決定是否委託他人代為管理財產時，有甚麼要考慮？有甚麼要注意？



## 長者「抗虐」小貼士

-  心中默唸一百遍：「虐待是不能容忍的行為」，並相信它；
-  生命是屬於自己的，不屬於別人，它是幸福、平安，抑或無助、絕望，全在你一念之間；
-  時刻為家庭關係「保鮮」，多一點體諒，少一點計較；
-  現實中，「親情」難免會有「隔夜仇」，可參考處理「隔夜鏹」的原則：仍有救的，摒除破爛，重新炮製，品味更勝往昔；返魂乏術的，坦然放手，放過別人，放過自己；
-  「出外靠朋友」，三五知己訴心事，結伴同遊解鬱結；
-  害人之心不可有，防人之心不可無；
-  掌握精明理財之道，便宜莫貪，避免因小失大；
-  對於鏡中的自己說：從今天起，我會好好學會愛你，尊重你，照顧你；
-  強身健體，多菜少肉多運動，三低一高身體好；
-  沒有人是「鐵打」的，身心疲乏時，向可信的人呼援，並確保對方接收到。

# 求生「走佬袋」

## 身份證：

用作報警、申請服務、求診通行無阻！



## 眼鏡：

時刻助你保持精明，處事得心應手。



## 應急/常服

### 藥物：

照顧好身體，才能繼續走下去。



## 手提電話：

與家人、負責工作人員、支援單位聯絡全靠它。



## 覆診紙：

避免掛一漏萬，緊記重要覆診日期。



## 數十元至數百元零錢/儲值額的八達通：

吃的、用的、坐車隨時用。



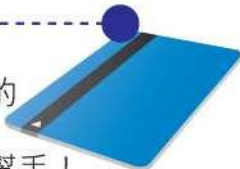
## 家中門匙：

隨時返家收拾細軟



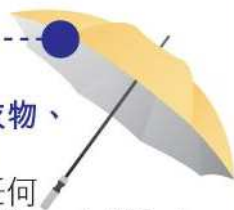
## 求救電話卡：

準備屬於自己的求救電話卡，在徬徨時是好幫手！



## 禦寒衣物、雨傘：

應付任何變幻天氣，有備無患。



\_\_\_\_\_（自行填上個人所需物品，建議為必須品、小巧輕便為主）

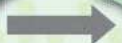
（以上項目僅供參考，請按個人需要增減需要的物品）



# 社區資源何其多？！ 度身訂造自己的求救一卡通！

(可沿虛線撕下此頁備用)

我的人身安全  
受到威脅嗎？



24小時緊急求助電話：999  
警署電話：\_\_\_\_\_  
救傷車電話：2735 3355



我需要暫時離開家  
中暫避 / 避靜嗎？



芷若園24小時熱線：18281  
向晴熱線 (24小時)：18288



我需要和負責工作員  
商討長遠經濟、照顧、  
生活安排嗎？  
我希望有專業人士協助  
我從困境中尋找出路嗎？



個案社工姓名：\_\_\_\_\_  
單位名稱：\_\_\_\_\_  
電話：\_\_\_\_\_



我希望和我最信任  
的人訴說心事，聽  
取建議，並獲得支持  
及鼓勵嗎？




姓名：\_\_\_\_\_  
關係：\_\_\_\_\_  
電話：\_\_\_\_\_



## 10句我可以鼓勵被虐當事人的話...

1. 凡事總有出路，總有條路行得通！
2. 「一人計短，二人計長」，不如搵人傾下！
3. 百忍未必成金，唔好傷身傷心！
4. 與其坐以待斃，不如積極求生！
5. 正視問題，積極求變，才能走出困局。
6. 家家總有本難唸的經，旁觀者清，或者能助你看得更清！
7. 萬事起頭難，行出第一步，之後就會易行啲！
8. 「硬碰硬」只會兩敗俱傷，其他對策更有計！
9. 只要有心解決問題，永遠不嫌太遲！
10. 與其一個人面對困難咁辛苦，多個人分擔下點都好啲！

## 「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」簡介



「流金頌：賽馬會長者計劃新里程」是香港賽馬會慈善信託基金有見於人口老化為社會帶來的種種挑戰而主導推行的一項長者計劃。此計劃由馬會捐款三億八千萬港元，與香港大學社會科學學院及香港中文大學醫學院合作成立，旨在鼓勵社會以正面和積極的態度關愛長者，改善長者服務，及提升他們的生活質素。「流金頌」由四個項目組成，包括：公眾教育、社區計劃、培訓及領袖培訓及科研。有關「流金頌」計劃的詳情，可瀏覽網址[www.cadenza.hk](http://www.cadenza.hk)。

# 香港基督教服務處簡介

香港基督教服務處(服務處)成立於1952年，多年來致力建立一個仁愛、公義的社會。服務處一直為有需要人士提供適切、專業、真誠的優質服務，對弱勢及被忽略的社群尤為關注，並以「社會仁愛公義、人人全面發展」為願景，為市民及社會締造希望、倡導公義、牽引共融。

@ : [info@hkcs.org](mailto:info@hkcs.org)

) : +852 2731 6316

☎ : +852 2731 6333

✉ : 香港九龍尖沙咀加連威老道33號

🌐 : [www.hkcs.org](http://www.hkcs.org)

f : [www.facebook.com/hkcs.org](https://www.facebook.com/hkcs.org)



## 鳴謝

流金頌社區計劃——長和滿葵青跨專業團隊成員：  
(排名按姓氏筆劃序)

江德坤醫生	瑪嘉烈醫院內科及老人科顧問醫生
余枝勝醫生，MH	葵涌醫院老齡精神科顧問醫生
陳國豪先生	社會福利署荃灣及葵青區助理福利專員
黃彩文女士	葵涌醫院老齡精神科社康護理服務護士長(精神科)
黃瑞紅大律師	大律師
甄秋慧博士	香港大學社會工作及行政學系助理教授

## 參考資料

社會福利署(2006)。《處理虐老個案程序指引》  
(2006年8月修訂本)。香港：社會福利署。



封底內頁

