捨我情深

傑出照顧者的動人故事
[長者組]

一生的約定

余伯伯 81 歲，與太太結婚 50 多年，感情要好，近年太太因中風、認知障礙症及其他病患，身體日漸衰弱需要照顧，余伯伯雖然患眼症（因甲狀腺問題）及其他病患，每天要食 13 種藥，但仍一直不分晝夜地照顧太太各樣飲食起居。雖然辛苦，余伯伯堅持「執子之手，與子皆老」的愛情觀，有見太太因病情影響，情緒不穩，記性不好，很多事情學會後又會忘記，為鼓勵太太，余伯伯想到教太太畫眉，這能令太太開心並有學習整理儀容的動機。

為對太太提供更好的照顧，余伯伯不斷學習，除閱讀有關單張資料，亦加入「小腦認知會」接受小組訓練，以提升照顧太太的能力及知識，他相信「人生要有眼光睇未來」。雖然並不富有，余伯伯常懷感恩的心，包括對鄰里、社互，除了經常口頭表示欣賞及謝意，更試過將生日所收的部分禮金捐予社福機構作鼓勵。

余伯伯細水長流的愛情觀、積極的學習態度、常懷感恩的生活態度，不但令人油然生出一份尊敬，也令人反思何謂一份真正的愛情。

孝心的服待

吳婆婆年近 70，在家人支持下來港照顧一對年老父母（父 96 歲、母超過 85 歲），除了三餐飲食，亦包括其他起居衛生細節，由於自己亦有高血壓及白內障等毛病，因此照顧工作絕不輕鬆。由於體弱，父母均需以輪椅代步，為讓父母有適當的社交生活，吳婆婆常不怕辛勞，輪流推父母到中心或教會參加活動；又由於父母的言語表達能力不強，吳婆婆更需要無比耐性，以明白父母的表達內容，為讓母親開心，吳婆婆甚至願意陪同母親進行最愛的行為-收集紙皮。

吳婆婆生活態度正面，雖然來港要放下自己的家庭，亦要面對種種適應問題，但仍盡量自學不同的照顧父母技巧，例如推輪椅、扶抱等，一切付出只因「他倆是養我育我的親生父母」。

83 歲的無私奉獻

本身是獨居長者的陳婆婆，雖已 83 歲高齡，但仍然有心有力，熱心助人，不問回報地長期照顧及探訪區內其他體弱長者，就算自己病了在家，仍會致電關心其他人。陳婆婆認為助人者要知分寸，量力而為，除了要提升自己的知識技巧，遇上能力不能應付的請求，她會適當地拒絕或轉介予有關機構，她認為「幫人不能半桶水，唔得就要找其他人幫手」。

她認為助人者要有健康的身體及心態，因此陳婆婆作息定時，除了出外運動，還會與朋友旅行、信佛等，保持心境開朗。

雖然非親非故，但她不問回報，充滿正能量，將關懷與鼓勵與有需要的街坊分享。