



香港道教聯合會青松中學

二零一三至二零一四年度

輔導通訊第一期



開學了！

青松長者學苑開學了！本學年的課程包括長者園藝班、長者電腦入門、長者健體班、長者攝影及長者美容。本年度的義工參加者除了青松義工小組外，還有高大威猛的籃球隊隊員，他們是來自「籃球火-少年當自強訓練計劃」的組員，會定期參與義工服務。同學們，逢星期二放學後 4:30-5:30 便是長者學苑的上課時間，如果你有興趣加入我們的義工行列，請向盧麗萍老師或社工葉姑娘報名！



青松義工小組



籃球隊義工

今年本學苑第一個課程-----「園藝班」已完滿結束，長者和同學們在三次的課節相處融洽，言笑晏晏。導師談笑風生地介紹了香港的不少植物給長者認識，負責的同學也得益不少。在最後一節課，長者和同學們更是親身到康寧道公園，由導師帶領去認識上課所學到的植物，透過親手摸、親眼見，加深對所學植物的印象。現在，讓我們來看看同學們的感受吧！

園藝班同學的感想

4A 許國浩

經過這次外出參觀，我不但獲取了不少的植物知識，還學會與長者溝通。

4B 李宜臻

雖然沒有學到如何種植樹木，但是認識了不同的樹木品種。如果不是在公園走一圈，加上導師的介紹，也不知花朵樹木有那麼多獨特之處。



4B 梁煥桐

我覺得陪長者外出是一件很有趣的事，而且可以學習到很多課外知識，獲益不少。長者們都很友善，也積極學習新事物，他們的行為很值得我們學習。這次活動中，我有很多需要重新檢視的地方，譬如我要與長者們多些溝通交流，不然會變成了「各自為政」，失去原本的意義。總言之，今次活動我覺得很快樂，也學習到很多東西。

4B 譚詠詩

老人家給我的印象是沉悶，古肅和行動緩慢的。但是經過這次外出活動後我才發現，他們也可以笑得像個天真的孩子，說話也能比我們更風趣幽默，看見新事物時更是健步如飛……

除了對長者的印象改觀了，社工更教導我們如何與長者相處的技巧，如何與長者有更多的話題，因為他們是非常需要關心的一群。

4B 馮梓潼

我覺得該次活動很有意義，讓我學習到不同的課外知識和人生道理。最重要的是學習到與人溝通的技巧。我明白對待長者需要一些耐性、包容，這次活動令我獲益良多。

