

適合院舍園藝活動推介

有機蔬果

將「觀賞性植物」與「可食用瓜果蔬菜」結合在一起;在院舍較適合種蔥、芽菜、辣椒、車厘茄或生菜等蔬果，收成後，大家一齊煮食，共享成果。

微型瓶景

配合院舍空間的特點，種植「珠寶蘭」微型瓶景，這種瓶景每2至3星期才需補充水分一次，非常適合放置在長者房間的窗台或床頭櫃上，既簡單方便，又能為生活增添生氣。



院舍長者在參與園藝治療小組後，提升了日常生活活動能力、幸福感和人際親密關係 (Yao & Chen, 2017)，同時也會悉心看顧自己的盆栽或蔬果，為院舍的生活增添色彩，帶來正面積極的益處。

照顧者錦囊

與長者分享生命教育的時候，我們可以練習：

道謝

謝謝你，一直陪伴著我、照顧我 (做過什麼事)

道愛

我愛你，有你真幸福 (表達關愛及彼此祝福)

道歉

對不起，我不應該指責你 (請求你原諒)

道別

別擔心，我會好好照顧自己 (安心告別及祝福)

服務質素標準

本單位根據社會福利署之16個服務質素標準執行及運作 (SQS)，今期長者資訊季刊為大家介紹：

標準2：檢討及修訂政策和程序

服務單位應檢討及修訂有關服務的政策及程序。

如欲了解更多有關「服務質素標準」，可向本處職員借閱文件。

讚賞 / 意見欄

如對本服務有任何讚賞 / 意見，可留言：

填寫後，請傳真至2873 1821或電郵本服務單位。

聯絡我們

服務熱線：2873 1113

傳真號碼：2873 1821

電郵地址：nte.moste@bokss.org.hk

網址：<https://www.bokss.org.hk/healthy-rch-services/service?id=314>

地址：新界沙田石門安耀街2號

新都廣場9樓9-11,12, 15-16室

凡事要謙虛、溫柔、忍耐，用愛心互相寬容。(以弗所書4章2節)

第一期季刊 編印日期：2026年6月 編印數量：1000份



浸信會愛羣社會服務處
BAPTIST OI KWAN SOCIAL SERVICE



健康院舍—
安老院舍外展專業服務
HEALTHY RCH - MOSTE



社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department

長者資訊季刊

園藝治療及 生命教育



照顧者資訊



SCAN ME



本機構支援服務

Re:Fresh
線上精神健康自助平台

SCAN ME



參考資料

香港園藝治療協會。(2022年2月)。《悠然》專刊 (第16期)。

<https://www.hkath.org/>香港園藝治療協會期刊/

Yao, Y. F., & Chen, K. M. (2017). Effects of horticulture therapy on nursing home older adults in southern Taiwan. *Quality of Life Research*, 26(4), 1007–1014. <https://doi.org/10.1007/s11136-016-1425-0>

園藝治療的益處

園藝治療能有效減壓、舒緩情緒與痛症，而在種植的過程能提升長者大小肌肉的協調度。同時，它還能強化長者的認知能力、促進社交互動。透過學習園藝種植，長者不僅能培養興趣，還能增強自信並提升生活質素。



與長者談生命教育

園藝治療與生命教育結合，植物從播種、發芽、開花到枯萎的自然規律，對比人生生老病死的階段，讓長者在自然的環境中分享對人生不同階段的看法。



園藝治療如何觸動長者的生命

對於長期居住在院舍的長者而言，生命教育的體驗能融入於植物的種植過程當中。長者可以從**認識生命、欣賞生命、尊重生命、探索生命**四個不同的方面認識和重塑自己：



認識生命

透過「人生年輪」的設計，讓長者能回憶與代入自己一生中所經歷的重要人、事、物帶來的感受和影響，重塑生命的體會和帶來的感恩。



欣賞生命

人生和植物的生長都有時間的限制，鮮花雖美但終會枯萎。在園藝小組中，長者透過學習「將鮮花製作成乾花」或「將枯萎植物用作堆肥」的過程，能體悟到生命只是以另一種方式延續。這種種植的過程能幫助長者探討身體機能的轉變或親友的離去，減低對死亡的焦慮與恐懼，好好活在當下。

尊重生命

不同的植物都有它不同的價值和特性，分享木棉樹和含羞草在自然界成長的分別，去欣賞自己成長獨特的價值和特性。



探索生命

回顧生命的歷程，從中探索自己圓夢的可行性，積極面對生命的挑戰和限制，發掘對生命的熱情。

