



媒體報導

日期：2012年8月12日(星期日)

資料來源：TVB 開心老友記

標題：護老者支援服務

參考網址：<http://mytv.tvb.com/lifestyle/goodtimeoldbuddies/133637#page-1>

Youtube：<http://youtu.be/TCtL6tuoPJU>



患有慢性疾病的「老友記」，生活起居均需要有人長期照顧，重任往往落在家人身上，然而這些護老者卻多有自己的工作，工餘還要兼顧護老職責，實在疲憊不堪！若護老者因照顧「老友記」而長期忽略自身需要，身體及心靈都可能因承受極大壓力而透支！基督教家庭服務中心真光苑長者地區中心舉辦的「護老正能量」，透過中醫講座、工作坊及戶外活動等等，發放正能量，為一眾護老者減壓、打氣！還會舉辦義工訓練，培育社區人士協助及支援護老者，分擔壓力。中心社工馮月媚介紹活動詳情，一位護老過來人亦會細訴照顧雙親的經歷、遇到的難處及處理壓力的心得。

- 完 -