基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

香港九龍觀塘翠屏道3號
3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.
電話 Tel: (852) 2861 0283　電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk
傳真 Fax: (852) 2520 0438　網址 Website: www.cfsc.org.hk

媒體報導

日期：　2013 年 5 月 15 日 (星期三)
資料來源：　太陽報 - 港聞 - A22
標題:　醫知健：園藝治療踢走抑鬱
參考網址:　請按此
影片網址:　請按此

訪問基督教家庭服務中心服務總監(服務發展)周淑琼女士、項目發展經理羅迪女士

醫知健

市區心靈綠洲 種植感受生命

園藝治療踢走抑鬱

●園藝治療透過感受植物生命循環，讓人紓緩情緒及工作壓力，達致治療效果。

園藝治療的概念，是透過感受植物生命循環，與人傾訴情緒及工作壓力，達致治療效果。基督教家庭服務中心設首個市區最大園藝治療花園「心靈綠洲」，園內多種植常用植物，如薑、葱及蒜等，配合港人生活習慣。首階段治療八百五十多名抑鬱症或老年癡呆症患者，協助他們改善情緒控制、提升集中力及自信心，當中逾九成人認為情況有改善。花園下月將舉行開放日，七月起接受市民報名參加治療小組，亦會提供導賞服務。

基督教家庭服務中心服務總監（服務發展）周淑瓊表示，園藝治療源於美國及加拿大，多種植香草，為配合港人生活口味，「心靈綠洲」內種植薑、葱及蒜等常用植物，亦有種番茄及粟米等蔬果。園內設五感體驗區，即視覺、觸覺、聽覺、味覺及嗅覺，同時亦會種植多款帶香味及顏色鮮艷的植物。

提升患者自信

周稱，園藝治療重點非種植過程及原理，而是讓治療者從中感受生命。患者經過社工評估及制訂療程，便會到園內種植，再透過小組討論及冥想，分享自身經歷，紓緩情緒及工作壓力。她表示，當患者身份由「被照顧者」變為「照顧者」，有助提升自信心及集中力，「患者負責照顧，植物無淋水就頭耷耷，淋番水就恢復，體驗到自己價值」，透過見證植物生命轉變，患者亦會明白死後的價值，「凋謝嘅植物做成標本或乾香草，都係有價值。」

該中心項目發展經理兼園藝治療助理羅迪表示，曾有一名八十多歲患抑鬱症伯伯，入住護老院兩年，未曾與別人交談。參加園藝治療後，心情改善，願意與別人打招呼及聊天，抑鬱情況有明顯改善，情緒較穩定。

「心靈綠洲」位於九龍觀塘道，佔地約七千平方呎，種植逾百種不同的植物。一〇年至今年四月，二百七十人修畢證書課程成為園藝治療助理。下月二日開放日時間為上午十時至下午五時，免費開放予市民參觀，七月起開放部分區域及接受報名。查詢：2950 5849 。

基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre
香港九龍觀塘翠屏道3號
3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.
電話 Tel: (852) 2861 0283 電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk
傳真 Fax: (852) 2520 0438 網址 Website: www.cfsc.org.hk

園藝治療的概念，是透過感受植物生命循環，與人傾訴情緒及工作壓力，達致治療效果。基督教家庭服務中心設首個市區最大園藝治療花園「心靈綠洲」，園內多種植常用植物，如薑、葱及蒜等，配合港人生活習慣。首階段治療八百五十多名抑鬱症或老年癡呆症患者，協助他們改善情緒控制、提升集中力及自信心，當中逾九成人認為情況有改善。花園下月將舉行開放日，七月起接受市民報名參加治療小組，亦會提供導賞服務。

基督教家庭服務中心服務總監（服務發展）周淑琼表示，園藝治療源於美國及加拿大，多種植香草，為配合港人生活口味，「心靈綠洲」內種植薑、葱及蒜等常用植物，亦有種番茄及粟米等蔬果。園內設五感體驗區，即視覺、觸覺、聽覺、味覺及嗅覺，同時亦會種植多款帶香味及顏色鮮艷的植物。

提升患者自信

周稱，園藝治療重點非種植過程及原理，而是讓治療者從中感受生命。患者經過社工評估及制訂療程，便會到園內種植，再透過小組討論及冥想，分享自身經歷，紓緩情緒及工作壓力。她表示，當患者身份由「被照顧者」變為「照顧者」，有助提升自信心及集中力，「患者負責照顧，植物無淋水就頭耷耷，淋番水就恢復，體驗到自己價值」，透過見證植物生命轉變，患者亦會明白死後的價值，「凋謝嘅植物做成標本或乾香草，都係有價值。」

該中心項目發展經理兼園藝治療助理羅廸表示，曾有一名八十多歲患抑鬱症伯伯，入住護老院兩年，未曾與別人交談。參加園藝治療後，心情改善，願意與別人打招呼及聊天，抑鬱情況有明顯改善，情緒較穩定。

「心靈綠洲」位於九龍觀塘道，佔地約七千平方呎，種植逾百種不同的植物。一〇年至今年四月，二百七十人修畢證書課程成為園藝治療助理。下月二日開放日時間為上午十時至下午五時，免費開放予市民參觀，七月起開放部分區域及接受報名。查詢：2950 5849。

基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre

香港九龍觀塘翠屏道3號
3 Tsui Ping Road, Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong.
電話 Tel: (852) 2861 0283　電郵 E-mail: cfsc@cfsc.org.hk
傳真 Fax: (852) 2520 0438　網址 Website: www.cfsc.org.hk

園藝治療透過感受植物生命循環，讓人紓緩情緒及工作壓力，達致治療效果。

- 完 -