



媒體報導

日期: 2015年11月22日(星期日)
資料來源: 東方日報 — 港聞 — A20
標題: 「園藝心靈藥」治腦退化抑鬱
參考網址: [請按此](#)

「園藝心靈藥」治腦退化抑鬱

【記者鮑曼珊報道】近年愈來愈多人喜歡遠離煩囂，到郊區做農夫，親手收割自己種植的蔬果，既開心又滿足。基督教家庭服務中心將這個原理轉移到治療情緒病，在市區開闢一片「心靈綠洲」，通過植物作媒介開展園藝治療，透過種植及觀賞等活動，幫助受困的參加者心靈產生正能量。

近三百人已受惠

這個園藝治療花園至今已服務近三百人。基督教家庭服務中心高級服務總監周淑琮表示，園藝治療在香港是一個較新概念，這片位處彩虹佔地約六千平方呎的「心靈綠洲」，服務對象為腦退化症長者、抑鬱症患者及自閉症患者等，屬輔助性質，以小組進行，每組不超過十人，整個治療分六至八節進行，每節約個半小時。她希望園藝治療在港能慢慢為人接受，並希望將服務範圍拓展。

小組導師何啟邦解釋，園藝治療是利用植物

作媒介，事前為參加者進行評估，了解他們的背景及參與目的，再配以六節課程，包括播種、種植、澆水及施肥等種植活動，令參加者從被照顧的角色轉成照顧者，藉此增強自信，過程中會帶領參加者觀賞園景，令他們放鬆及洗滌心靈。

他說，印象最深刻是一名轉介來接受治療的女士，接受評估時的抑鬱指數達滿分的爆燈水平，經過接觸園藝活動開解自己後，慢慢變得開朗和投入，課程完結時更自發提交一份記錄植物生長過程的功課，完成治療後再接受評估，抑鬱指數跌至零。另一位患腦退化症的伯伯覺生活沉悶，參與活動後，成功找回自己興趣，退化徵狀沒有再惡化。

■小組導師何啟邦解釋，園藝治療是利用植物作媒介，對參加者的身心靈起正面作用。



近年愈來愈多人喜歡遠離煩囂，到郊區做農夫，親手收割自己種植的蔬果，既開心又滿足。基督教家庭服務中心將這個原理轉移到治療情緒病，在市區開闢一片「心靈綠洲」，通過植物作媒介開展園藝治療，透過種植及觀賞等活動，幫助受困的參加者心靈產生正能量。

近三百人已受惠

這個園藝治療花園至今已服務近三百人。基督教家庭服務中心高級服務總監周淑琮表示，園藝治療在香港是一個較新概念，這片位處彩虹佔地約六千平方呎的「心靈綠洲」，服務對象為腦退化症長者、抑鬱症患者及自閉症患者等，屬輔助性質，以小組進行，每組不超過十人，整個治療分六至八節進行，每節約個半小時。她希望園藝治療在港能慢慢為人接受，並希望將服務範圍拓展。

小組導師何啟邦解釋，園藝治療是利用植物作媒介，事前為參加者進行評估，了解他們的背景及參與目的，再配以六節課程，包括播種、種植、澆水及施肥等種植活動，令參加者從被照顧的角色轉成照顧者，藉此增強自信，過程中會帶領參加者觀賞園景，令他們放鬆及洗滌心靈。

他說，印象最深刻是一名轉介來接受治療的女士，接受評估時的抑鬱指數達滿分的爆燈水平，經過



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

接觸園藝活動開解自己後，慢慢變得開朗和投入，課程完結時更自發提交一份記錄植物生長過程的功課，完成治療後再接受評估，抑鬱指數跌至零。另一位患腦退化症的伯伯覺生活沉悶，參與活動後，成功找回自己興趣，退化徵狀沒有再惡化。

- 完 -



香港公益金會員機構
Member Agency of The Community Chest

Prepared by CAD-CU 20151124