

# 生命因「里」動聽

## 兒童照顧者分享

循道衛理亞斯理社會服務處  
逸葵綜合發展中心兒童及家庭服務



**兒**童照顧者是服務處持續關懷的服務對象。

要使兒童健康成長，家長必須先滋潤自己的內心，給自己足夠的快樂。因此，本處逸葵綜合發展中心於二〇二一年開展「家庭外展社工服務計劃2.0——疫後支援服務」（由香港公益金資助），全面支援兒童照顧者各方面的需要，強化他們的互助網絡，特別設立技能交換平台，邀請家長分享自身的技能及經驗（如：製作便當、茶點、手工藝、車衣及花藝等），促進他們彼此間之交流及學習，建立熟悉的「鄰里友」，讓他們不論在疫情的前、中、後階段也有喘息空間，擁有自在、自信及自主。

「早晨，我們又見面了！」街坊常常在平日早上來到中心，參與不同主題的活動（如：研習簡易的食譜、製作天然的環保產品、設計喜愛的手工藝等），一邊學習，一邊分享生活經歷及育兒點滴，互相打氣及支持。因着彼此的相遇及交流，他們的生命有一點點的轉變——街坊A過往長時間專注於家庭及小朋友，很少有自己的時間；日積月累的照顧與管教壓力，令她漸漸喘不過氣，又累又疲憊。自與其他家長相遇後，因着持續的關懷及陪伴，他一直緊閉的心門得以鬆開，積壓已久的負面情緒得到釋放，「同路人」漸漸成為他的青草地，讓他可以做回自己。除學習自己喜歡的事物外，亦可與其他家長分享他最擅長的烹飪。與其他家長交流，是他最能放鬆及喘息的時光。一班「技能交換好友」發現自己的技能與價值，並看見及明白需給自己足夠的愛與體恤，才能照顧好身邊人。

家長內在的轉變，也感染到小朋友，親子間的相處多了理解及寬容，讓子女健康地成長。家長更與小朋友攜手製作自家蚊磚及冬瓜磚送給區內家庭，支持及關心更多家長，以自身經驗鼓勵其他家長踏出一步，先照顧自己的需要，為自己預留喘息的時間。

感謝這班家長與兒童成為區內的義工，願意在任何時候與「里」同行。

