新肺冠炎 大流行：1人1講

COVID -19: IN and OUT

我們已經很了不起！

作者 : 陳詠珊

不經不覺已來到七月下旬，始乎第三波疫情尚未有緩和的趨勢，相信大家也有著不同的心情，感謝 香港社區健康學院提供這個平台，讓大家在家抗疫的同時，也有著另一份結連。現實生活的形態或許不同，但彼此的心聲可以藉著文字產生共鳴，建立起一份互相支持，並一起向前走的動力。

回想起這幾個月的疫情轉變，好像一切也來得很快和突然，還記得當時只是五月下旬，作為長者中心社工的我，跟同工們已經準備就緒，慢慢開始恢復不同的實體服務，從電話的約談中，看到長者們的雀躍，非常期待我們各方面的安排，也不厭其煩地配合我們各項的防疫措施，為的只希望可以讓大家平安重返社區，與很久沒見的老友記見面、做運動、細訴近況等。可惜直到七月上旬，本地確診個案不斷增加，而所有實體活動也需要再一次暫停了。那種失落、無奈、不捨，對很多長者來說都是有口難言的。

或許你會說，「現在只不過是回復當時二至四月的情況」，對我們一班有自理能力、懂得善用互聯網、很容易聯絡上親友幫忙的成年人來說，或許這真的是不難適應，但對一些獨居或雙老的長者來說，他們使用的大都不是智能手機；他們的眼睛、耳朵、手腳、記憶力等又隨著歲月開始退化，要學習新知識也不是一時三刻可以追趕得上，所以他們平常多在熟識的社區中，與其他老友記吹吹水，參加中心活動，每天與街坊見過面、說說笑，知道大家平安，已經是心裡最大的滿足。可惜這份再見面的期盼又要多等一回了·····

雖然如此，但我十分欣賞長者們的適應力和常存一份知恩、感恩的心。雖然在第二波疫情後，中心只能恢復一個多月的實體服務，但長者們都很主動、積極地參與各項健康管理活動，他們會說：「因為之前疫情無法來中心上堂，所以現在更加珍惜·····」、「我無 WhatsApp，但你打電話約我的日期，我一定會寫在日曆記好的·····」、「姑娘，疫情下我個仔失業了，其實我好擔心，不過都想出來見下你們，我知道繼續躲在家中都不是辦法·····」等。

疫症無情、但人間有愛。這個第三波疫情會持續到何時，我們都無法知道。在這個不安、不知、不確定的生活歷程中，盼望我們都對自己多一份肯定；接受自己或許有時會感到疲乏和孤單，但同時也讓我們去學習一班長者 — 常存一份知恩、感恩的心，去期待著我們再在社區重聚的日子。

看到這裡，讓我們一起跟自己說聲：「我們已經很了不起！」。

~完~