



階段展覽導賞  
EXHIBITION GUIDE



賽馬會「學藝再玩」  
創齡藝術計劃

JOCKEY CLUB ARTISTRY  
CREATIVE AGING PROJECT

主辦機構



基督教香港信義會  
社會服務部

捐助機構



香港賽馬會  
慈善信託基金

推行單位

基督教香港信義會  
金齡耆

學  
藝  
再玩

A  
RT  
IS  
TRY



<b>前言</b>	<b>1</b>
<b>計劃簡介</b>	<b>2—3</b>
<b>計劃理念</b>	<b>4—5</b>
• 計劃運作路線	6—7
• 改變理論	8
• 社藝合作	9
• 藝術家駐留特質	10
<b>關於「創意高齡」</b>	<b>11—13</b>
<b>階段駐留成果</b>	<b>14</b>
• 試吓掛住 —— 版畫	15—16
• 試吓咁痛 —— 混合媒介	17—18
• 試吓做專家 —— 視覺藝術	19—20
• 試吓郁郁憤 —— 身體律動	21—22
• 試吓咁睇 —— 攝影	23—24
• 試吓講自己 —— 紀錄	25—26
• 試吓搵泥搞 —— 陶藝	27—28
<b>階段展覽</b>	<b>29</b>
• 策展語	30—31
• 公眾活動時間表	32—33
• 團隊名單	34
<b>計劃研究成效初探</b>	<b>35—43</b>
<b>鳴謝</b>	<b>44—45</b>

# 前言

信義會抱持創新及以人為本的精神，帶著服務弱勢社群的使命，多年來拓展嶄新服務手法，累積經驗。疫情陰霾未盡，長者孤立情況嚴峻，社會須再激活長者的生命力，賽馬會「學藝再玩」創齡藝術計劃就是當中一項創新嘗試：同工積極引入海外「創意高齡」之概念，邀請藝術家走進長者服務單位駐留，與社福同工互動合作，為長者帶來藝術引發的新體驗。

計劃實踐至今，已完成首階段，即為七間中心長者帶來創新嘗試。誠盼是次階段展覽的作品與分享，能啟發我們透過藝術及創意，發掘長者生活的無限可能！

*Let's embrace Creative Aging!*

基督教香港信義會社會服務部  
服務總監 (長者服務) **鄧光宇**

讓藝術、  
藝術創意、  
藝術創作  
陪你繼續

再

再玩

學藝再玩  
三年計劃  
簡介

由基督教香港信義會社會服務部主辦、香港賽馬會慈善信託基金捐助，賽馬會「學藝再玩」創齡藝術計劃是一個為期三年以藝術作為媒介實踐「創意高齡」的社藝合作計劃。

計劃將結合跨界力量，邀請關心高齡化社會的藝術家，以駐留形式 (*Artist-in-Residency*)，為信義會長者服務的對象帶來高質素的藝術實踐機會。期望帶給長者新鮮感與活力，以藝術作為積極連結社區的媒介，重燃自身的創造力，消弭孤寂感，並致力展現本地的「創意高齡」(*Creative Aging*) 實踐。

首階段於2022年1月開展，邀請本地藝術家走進七個長者服務單位（包括長者地區中心、日間護理服務、家居及社區照顧服務等），提供為期半年的一系列藝術活動。駐留除了讓長者有學習藝術的機會，更希望激發老年好奇心及創造力，實踐「創意高齡」。

基督教香港信義會金齡耆  
服務發展主任 **陳志强**  
計劃藝術顧問 **方韻芝**

計劃

理念

# 計劃運作 路線

**#6 成果分享**  
單位展覽  
階段展覽

**#5 創齡藝術小組**  
• 藝術體驗  
• 基礎藝術創作  
• 進階研習

**#4 社藝合作**  
藝術家與社福同工探索  
適合的藝術介入方法

**#3 駐留開展**  
藝術家觀察長者需要

## 目標

- 促助長者與社會連繫
- 激發長者學習新事物  
(藝術) 的好奇心
- 鼓勵長者探索表達  
自己的方法

循證研究

## 方法

以藝術為媒介  
實踐「創意高齡」

## 步驟

**#1 駐留配對**  
配對藝術家與長者服務單位

**#2 藝術培訓**  
社福同工參與藝術培訓及體驗

## 理想狀態

長者自主創作  
單位繼續策劃藝術活動

## 駐留優化

單位將駐留經驗應用  
在日常服務中

# 改變理論 (Theory of Change)

## 老年孤獨感

客觀因素：社交孤立  
主觀因素：自覺孤獨

活動投入

經驗提供

環境營造

跨界協作

創齡倡議

## 預期成效

- 降低長者的孤獨感
- 改變對孤獨和藝術創作的態度
- 增加社工對應用「創意高齡」之意願及能力
- 提升藝術家對社會服務 / 長者認識
- 改善公眾人士對長者的刻板印象
- 建立及嘗試驗證計劃之介入模型
- 帶來社會效益

## 轉化

- 對孤獨的態度
- 社會連結感
- 對藝術的態度
- 「創意高齡」實踐的環境

## 長者充權

- 社會連繫
- 動力
- 個性
- 自信
- 自學
- 自主
- 自發

## 社藝合作

## 策略

- 社會參與
- 技巧建立
- 藝術價值建立

## 教學元素

- 漸進式學習
- 開場暖身
- 練習及實踐
- 分享
- 反思
- 完場解說
- 嘗試的空間

教學藝術家

社福同工

# 藝術家駐留特質

## 藝術活動類型

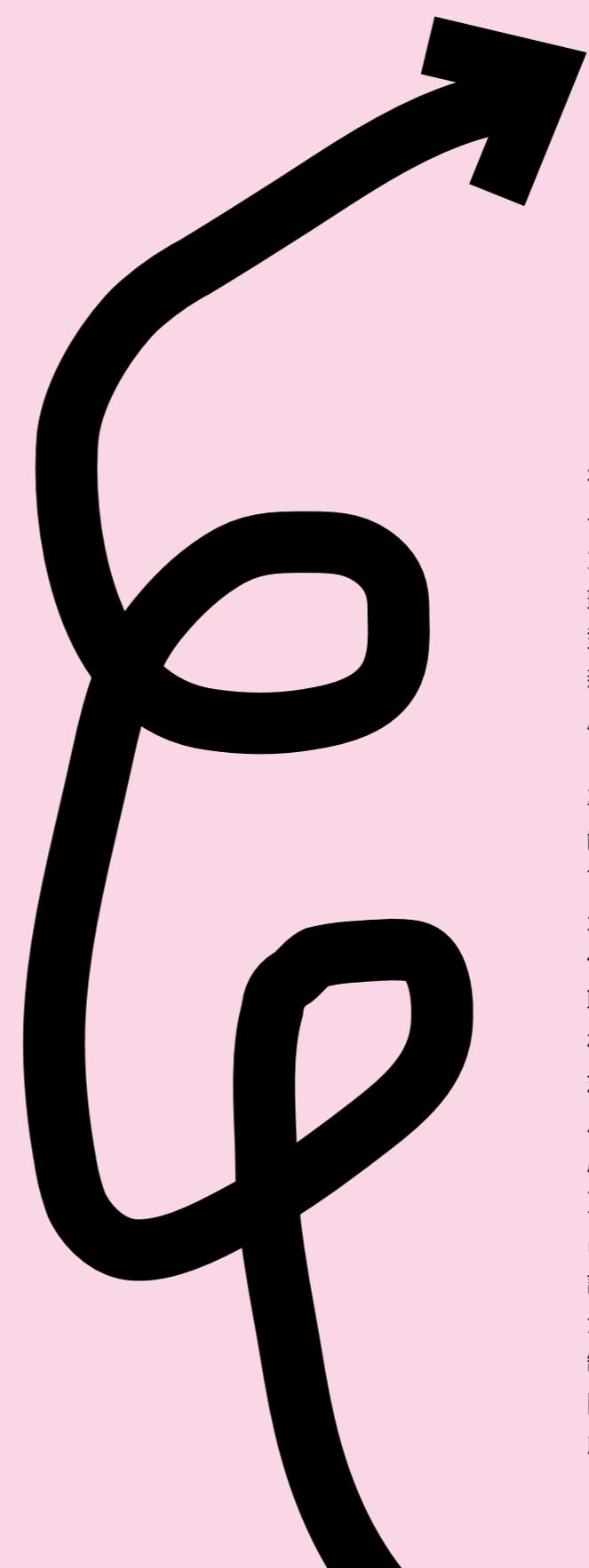
	藝術班組	藝術家駐留	具治療性的藝術小組
在哪發生	<ul style="list-style-type: none"> <li>課室</li> <li>指定課堂時間</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>駐留中心及社區</li> <li>提升任何時間及角落的玩樂氣氛</li> <li>駐留後延續「創意高齡」的條件與氛圍</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>指定小組時間內</li> </ul>
由誰主導	<ul style="list-style-type: none"> <li>導師主導教學</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>藝術家引進創作媒介</li> <li>社福同工開拓活動環境，促進關係建立</li> <li>共構及催化長者創作意向</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>社工或治療師帶領或引導案主表達</li> </ul>
重點目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>較著重技巧學習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>著重漸進式的藝術學習</li> <li>營造一同藝術創作的小組氣氛</li> <li>誘發長者自主地學習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>讓案主表達及抒發情感</li> </ul>
展示目的	<ul style="list-style-type: none"> <li>自娛</li> <li>展示學習成果</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>透過藝術創作與社區連結</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>按情況而定</li> </ul>

# 關於「創意高齡」

## 用藝術觸發高齡大腦的潛能

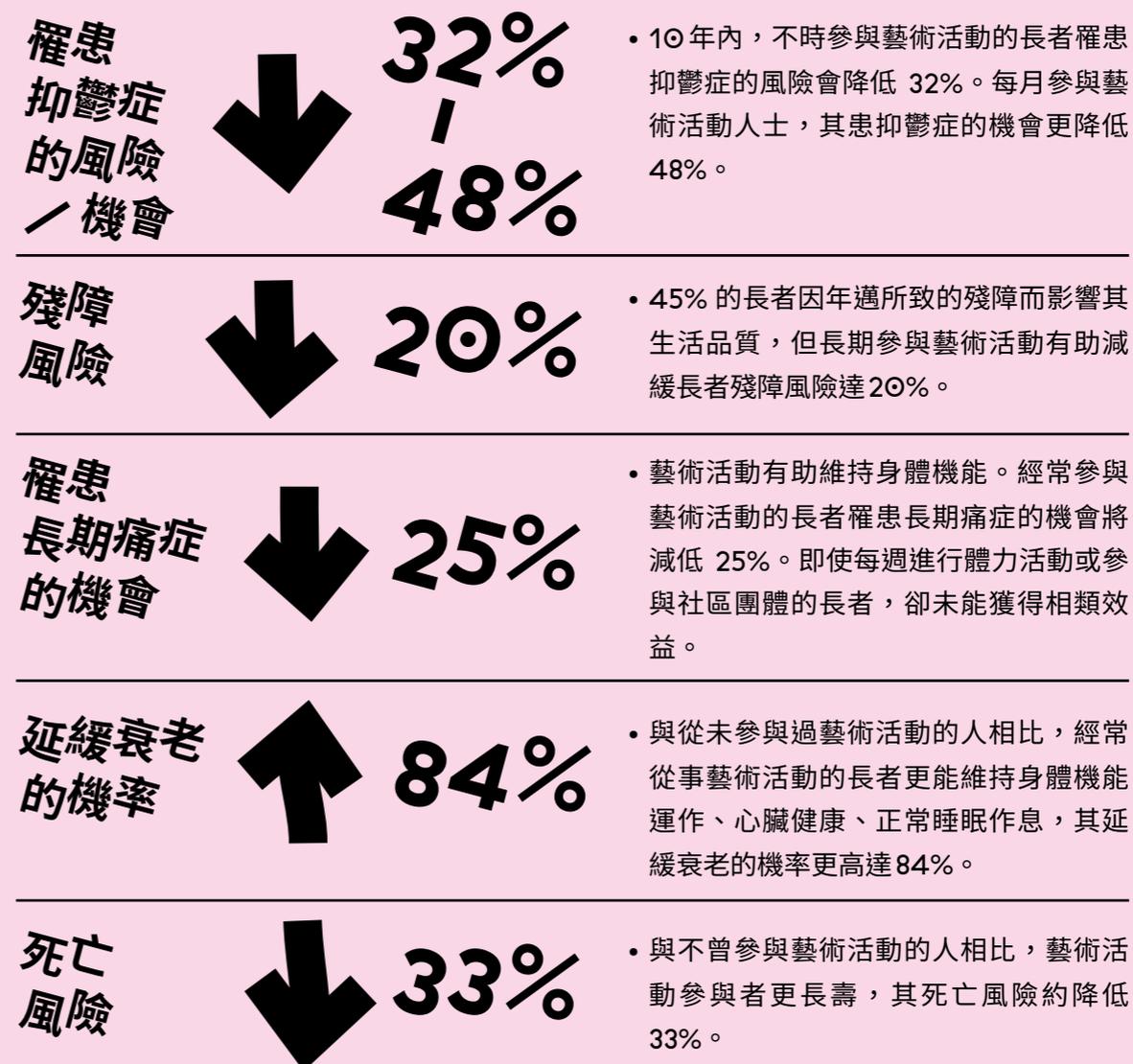
「創意高齡」關乎長者教學理論與實踐，旨在以富有想像力與創意啟發的藝術活動，令長者生活得更積極、更有動力，並以其創造力持續參與社會。據此理念而發展的藝術計劃試圖打破「老年」的迷思，鼓勵參與者面對歲月帶走的舊東西，同時發現歲月帶來的新禮物，因而活得更長久、更健康、也更能展現生命的尊嚴。

專注於高齡大腦的發展與創造力的關係，高齡學學者 Gene D. Cohen 認為經驗與學習可促使大腦不斷重塑，而達致「神經元新生」(neurogenesis)，觸發創造力的發揮。他的研究顯示年輕的左右腦半球大多各司其職，左腦負責語言、演算、邏輯等理性分析；而右腦掌管圖像、音樂、直覺等感性創造。然而，伴隨著歲月，長者大多較平均使用左右兩側大腦，藉以協調其認知能力、情感智商、待人接物、自我意識，進而顯現出更深沉的智慧與洞察力。Cohen 進一步指出長者的創造力有賴於外在活動的刺激，更講求自身的意願與行動力，發揮創意解決生活遭遇的種種疑難。而藝術活動正是不可或缺的外在刺激，鼓勵長者學習新技藝、以不同的觀點看世界，從而觸發高齡大腦的潛能，發現自我的不同面向。

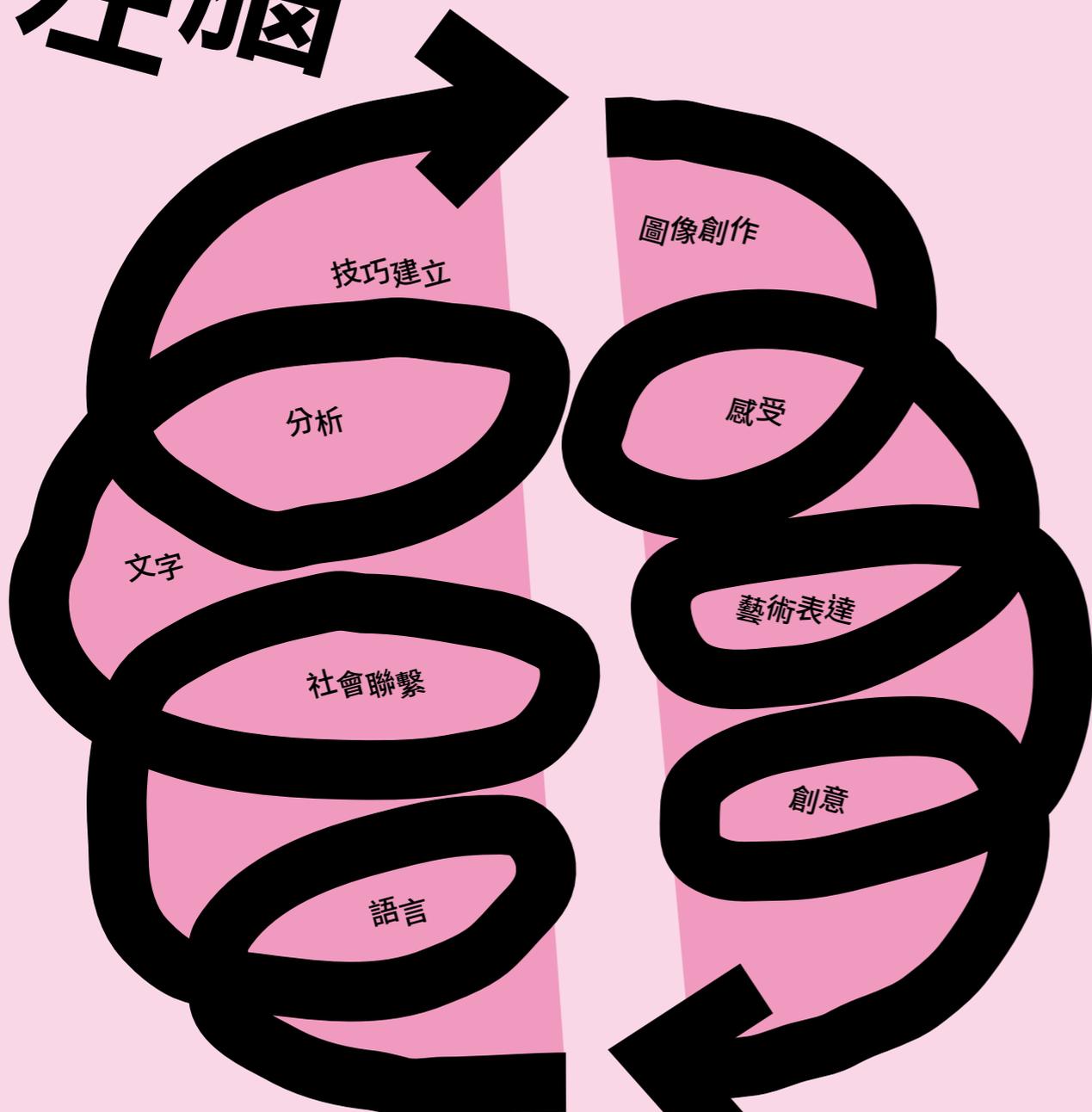


## 藝術活動助身心健康

2017-2022年間，倫敦大學學院社會生物行為研究小組長期追蹤逾千名藝術文化活動的參與者，藉以考察藝術活動對個人身心健康的影響。他們的研究指出藝術活動不但鼓勵參與者與他人連結而不再感到孤立，更令他們發現人生目標、感到自己足以掌控生活，並且滿足自己現有的生活。就身心健康的各項指標而言，研究又表示：



# 左腦



技巧建立

分析

文字

社會聯繫

語言

圖像創作

感受

藝術表達

創意

# 右腦

階段

馬主留田

威

興

試

吓

挂卦

住

版

畫

2022年6月

引入版畫車：

打造專屬長者的版畫創作小角落

2022年7月

集體創作——《一餐飯》：

藉著版畫記錄街坊聚首的日常

2022年8月

藝術家家訪：

走進長者家裏，

藉著速畫記錄長者的生活痕跡

2022年11月

戶外寫生：

嘗試打開感官，

觀察身邊的一樹一木一花一草

2022年12月

製作農曆新年月曆：

共同製作代表古洞長者的月曆

2023年3月

參加「我地大家藝術節」：

長者走入社區，向公眾介紹自己的作品

和分享玩藝術的感受

2023年6月

「\_\_\_\_\_過日子，古洞小物誌」單位展覽：

公眾透過長者的藝術創作，

了解他們的鄉村生活點滴和文化



# 試吓掛住

# 版畫

- # 變遷
- # 離散
- # 鄉郊生活
- # 生活日常
- # 講心事
- # 隨心玩
- # 創作不設限
- # 創作是陪伴

基督教  
香港信義會  
靈合長者  
健康中心  
ELCHK,  
Communion Lutheran  
Elderly Health Centre

## 參與計劃 長者

- 李妙娣
- 李偉珍
- 陳才鳳
- 賴運珍
- 黎群娣
- 李運妹
- 黃婉文
- 董友蘭
- 張玉和
- 曾玉蘭
- 利嫦友
- 吳玉杏
- 何煥權
- 李天養
- 鍾漢年
- 陳馬觀有
- 黃木嬌
- 廖彩濃
- 林惠珠
- 莊錦祝
- 陳嬌
- 高大姐



基督教香港信義會靈合長者健康中心  
主要服務古洞鄉郊的長者，以「健康、環保、福音」為主題，關顧長者身、心、社、靈的需要，建立長者支援網絡，讓他們能在社區「安享晚年」。



曹穎祺創作以油畫及版畫為主；大多數作品描繪在身邊工作和生活的人們，觀察大家面對生活時的一呼一吸，並從中摸索出自己在群體中的位置。她希望能夠與自己關心的群體分享繪畫的力量，然後與大家一起面對生活。



駐留藝術家曹祺（長者對她的暱稱）與在古洞生活半世紀的長者，以版畫共同記錄古洞的生活日常，由家門前的木瓜、荔枝樹，到陽光下慵懶的家貓，以創作分享鄉間生活單純的美好。

2022年6月  
顏色線條練習：  
藝術家在中心大堂和長者试玩，  
以一種顏色演繹多種質感，  
放膽落筆，長者在畫紙上漸漸找到新發現

2022年6月  
感受黏土練習：  
藝術家帶領長者感受身體每一個部分，  
把痛感及感受手捏出來

2022年7月  
創作詩詞：  
藝術家與同工陪伴長者進入自身故事，  
從中找出詩詞創作的素材

2022年8月  
到牛棚藝術村參觀蛙王工作室：  
長者與蛙王對話後，  
擴闊了對藝術的定義，發現藝術就是生活

2023年6月  
「有世藝」長者藝術表達單位展覽：  
分別於商場及中心舉行單位展，  
讓公眾人士透過長者的作品，  
了解長者的難以言喻的感受



# 試吓咁痛

混合媒介



基督教  
香港信義會  
馬鞍山  
長者地區  
中心

ELCHK,  
Ma On Shan District  
Elderly  
Community Centre

參與計劃  
長者

羅美玉  
鄭雪萍  
陳淑貞  
賴樂勝  
香煥章  
李淑賢  
廖桂潔

傅煥彬  
林宗祐  
何婉君  
陳寶珊  
歐陽孔亮  
鄧澤田  
謝伴興

#痛症  
#身體經驗  
#身心的痛  
#面對歲月  
#講感受  
#隨心玩  
#共感共創  
#被看見



駐留藝術家  
影行者  
李維怡 & 蕭朗宜



基督教香港信義會馬鞍山長者地區中心透過地區層面的社區支援服務，協助長者留在社區安老，並過著健康、受尊重及有尊嚴的生活，與及發揚他們積極參與的角色，中心同時亦推動沙田區內的居民及不同團體共同建立關懷的社區。

影行者相信藝術應該是每人可以用來表達自己。只要排除意識、技術與資源障礙，鼓勵互相尊重的藝術創作和欣賞態度，每人都可藉藝術自我觀照，以及看見彼此。

將難言之痛變成創意



痛很抽象，但痛與我們很親近。駐留藝術單位影行者在與長者探索物料的過程中，助長者慢慢掌握以創作連結因身體或移民離散之痛引起的感受，通過藝術感受自己，連結他人。

2022年10月

花盆拼貼：

以色彩繽紛的材料鼓勵

認知障礙長者嘗試拼貼

2022年11月

路線圖創作：

以幾何圖案拼貼成由長者家

至延智會所的路線圖，

以及介紹附近景點

2022年12月

藝術證件：

長者二人一組，互相拍照，

並創作上課專屬的藝術證件

2023年1月

社區報：

共同創作社區報，分別名為

《延智足跡》及《穿窿報》

2023年2月至4月

發掘專長：

與長者一起從個人特質及

過往生活經驗出發，

發掘個人創作的主题

2023年8月

「好拿手生活藝術」單位展覽：

邀請家人到中心欣賞作品，

認識長者的另一面



# 試吓做

# 專家

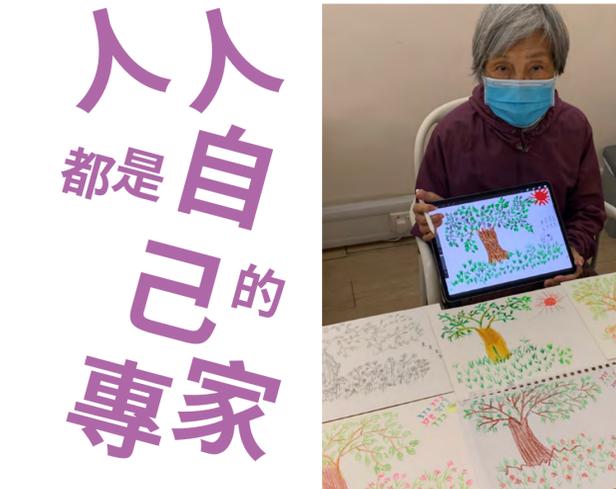
## 視覺藝術

基督教  
香港信義會  
延智會所  
ELCHK,  
Smart Club

### 參與計劃 長者

林少霞 余清裕  
周蕙冰 葉秀芳  
林堅美 李麗琼  
謝桂香 陳啟祥  
姜肖娟 吳威林  
許永波 何少侶  
楊麗冰 陳經燕  
蘇碧玉 朱順勤

#人與群體  
#人人都係專家  
#對抗遺忘  
#純粹當下  
#随心玩  
#自主創造  
#我都做得到  
#與人連結



基督教香港信義會延智會所是一個專為輕度及早期認知障礙症患者而設的一站式支援服務及訓練中心。本會所主要以社交及心理社會模式運作，提供無挫敗 (failure-free) 及多元化的認知訓練活動、生活訓練、減壓活動等，旨在減慢認知功能衰退、維持日常的生活操作及透過各項支援服務舒緩患者家屬的身心壓力。

駐留藝術家  
**二加二等於五  
工作室**  
梁廣耀 & 羅逸文

二加二等於五工作室圍繞平面與空間設計、社區與人的工作。  
藝術教育工作者灰熊 (梁廣耀) 及空間設計師羅逸文習慣用「嘗試」去改變固有的想像。

## 人人都是自己的專家

駐留藝術單位二加二等於五工作室的藝術家相信每個長者都值得被閱讀。在與認知障礙長者的互動過程中，發現每位長者擅長而且感興趣的，例如畫蝴蝶、拼貼、車布袋等，讓他們通過作品，體現自己作為自己的專家。

# 郁 郁 憤

試吓  
身體律動

#身體經驗  
#肢體與空間對話  
#探索身體  
#探索環境  
#隨心玩  
#郁多啲  
#相信身體  
#PlaytoMove

基督教  
香港信義會  
恩耀坊  
ELCHK, Radiance Hub

參與計劃長者

基督教香港信義會恩耀坊日間護理服務長者

2022年9月  
「花恤衫」男子組合進場：  
藝術家很著重氣氛營造，  
每次活動都會換上花恤衫，  
並播放音樂，氣氛馬上活潑起來

2022年10月  
飛出恩耀坊：  
在藝術家帶領下，  
長者以memo紙加點聯想力，  
想像飛出恩耀坊

2022年11月  
齊齊玩、齊齊郁：  
透過各種小遊戲，  
一起感受身體律動的樂趣

2023年4月至6月  
創作影片《手·眼·心·飛》：  
透過影像記錄長者以有限的身體  
實現對律動的無限想像

2023年8月  
「試吓身體律動」單位展覽：  
與公眾一同探索身體律動的可能



基督教香港信義會恩耀坊為長者提供一系列的全面服務，以滿足健康或體弱長者的需要。中心服務包括長者日間護理服務、物理治療服務、長者支援服務、隱蔽長者服務及恒耀老友記等。體弱長者可使用日間護理服務，痛症長者或社區人士可使用物理治療

服務，體健長者可參與恒耀老友記，而獨居或兩老長者可參與長者支援服務或隱蔽長者服務。

駐留藝術家  
不加鎖  
舞蹈館  
王榮祿 & 李振宇



不加鎖舞蹈館為香港其中一個最具前瞻性及實驗精神的當代舞團。舞團積極擴闊舞蹈表演的可能性，並嘗試體現和實踐於製作中，銳意發展多元的表演藝術生態。解放體制化的舞蹈美學，以個人為本，根據身體的獨特性重新為舞蹈定義。

自己  
探索  
身體  
的  
自由



身體是功能性，也是表達性。有時我們忘記了，身體也可以是展現創意的平台。不加鎖舞蹈館的藝術家和長者一起探索身體，以輕巧、生活化的物料，例如 memo 紙、紙條，加點聯想和創意，讓長者身、心都輕盈活起來。

2023年1月  
新春攝影活動：  
藝術家及「小型影樓」出現

2023年2月  
「影樓」開幕：  
為長者拍下今昔對比的人像照片

2023年3月  
打燈練習：  
齊齊嘗試不同的燈光效果

2023年5月  
扮嘢大賽：  
以不同的服裝及道具拍攝人像照片

2023年6月  
模擬經典西洋畫：  
用布及燈光營造出西洋畫效果

2023年6月  
我的另一面：  
長者用創意角色說自己，  
拎鑊鏟的英女皇、  
煮黑暗料理的廚師



# 試吓咁睇

攝影

- #百變形象
- #我是誰
- #面對歲月
- #面對人與我
- #想像自我
- #隨心玩
- #自主創作
- #我都做得到



基督教  
香港信義會  
頌安長者  
鄰舍中心  
ELCHK,  
Chung On  
Neighbourhood  
Elderly Centre

## 參與計劃 長者

- 羅蓮妹
- 彭顯光
- 謝雯秀
- 李愛珍
- Ann Lau
- 周梅英
- 鄒練如
- 呂秀琴
- 邱揚美儀

- 鍾錦玲
- 胡有轉
- 丁玉芬
- 梁德麗
- 甄順儀
- 盧萬珍
- 謝玉英
- 黎少珍

基督教香港信義會頌安長者鄰舍中心  
自2002年開始為馬鞍山頌安邨及  
錦豐苑長者提供服務，透過鄰舍層面  
的長者社區支援服務，協助長者留在  
區內安老，並提供一系列的全面服  
務，以滿足不論健康或身體缺損的長  
者，在身心社交及個人照顧上的需  
要。

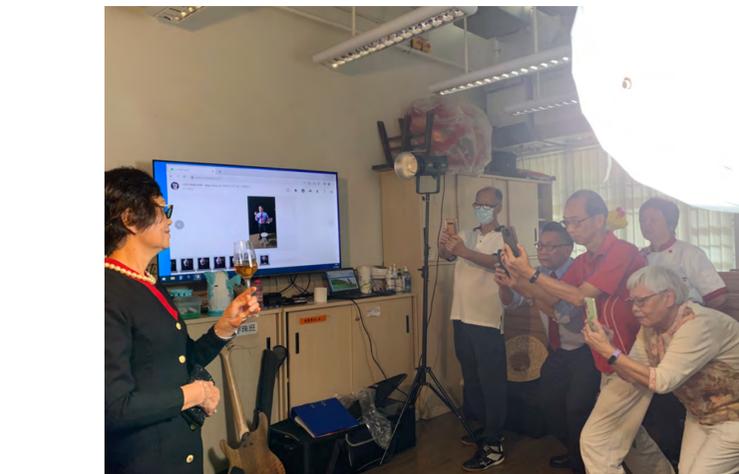


駐留藝術家  
柏齊



柏齊，現職攝影師。其作品於《影  
象香港當代攝影展》(2008)、《點  
開飯？基層晚餐流動展》(2011)，  
以及各個出版計劃中展出和使用。  
2002年，共同創辦策劃團體「民間  
博物館計劃」，透過收集和展覽物件  
及視覺痕跡，揭示民間的創意、社會  
的視覺文化及公共文化。

## 用鏡頭打開新世界



通過相機的 viewfinder (取景器) 觀看，世界變得有點  
不一樣。駐留藝術家柏齊和頌安長者，一同發掘鏡頭下  
觀看世界的新視點。只要進入創作模式，眼裏盡是創作  
靈感，隨手拈來都是拍攝道具，湯杓也可變權杖。

2022年10月  
活躍中心氣氛：  
於中心大堂空間  
進行開放式的藝術體驗活動

2022年12月  
親近自己的身體：  
感受以自己身體和他人連結

2023年4月  
物件說故事：  
學習如何用家裏收藏的物件  
訴說個人故事

2023年6月  
「唔噏唔講」：  
將「我」的一生經歷  
濃縮成一個行李箱

2023年8月  
共同創作：  
長者共同創作  
「女人故事館」橫幅

2023年9月  
「女人故事館」分享會：  
長者分享行李箱盛載的人生故事



試吓

講

紀錄

自己

#隨心玩  
#講感受  
#自我演繹  
#身份重構

#記錄生命  
#物的情懷  
#對抗遺忘  
#書寫自我

基督教  
香港信義會  
善學慈善基金  
關宣卿  
愉翠長者鄰舍  
中心

ELCHK,  
Sheen Hok Charitable Foundation  
Kwan Shon Hing  
Yu Chui Neighbourhood Elderly Centre

參與計劃  
長者

鄧妹  
莫淑儀  
陳麗玉  
馮潔貞  
葉樹賢  
許鑾卿  
黃麗新

黃桃園  
黃綺湘  
區愛芬  
歐慧芳  
蘇巧瓊  
孔淑珍  
陳劍青



基督教香港信義會善學慈善基金關宣卿愉翠長者鄰舍中心是一間位於沙田第一城的長者鄰舍中心，自2002年起，透過鄰舍層面的長者社區支援，提供全面及多元化的服務予區內長者及社區人士。



駐留藝術家  
俞若玫

俞若玫 (Cally)，香港文字藝術家，大學兼職講師及策展人。2018年以《墨迷宮》獲IATC劇評人獎的年度編劇。2013年成立《銀青乒乓》推廣Creative Aging社群藝術概念，以工作坊為形式，相信創意可以圓滿長者人生，肯定銀髮的創作力及美感，同時建立跨世代及跨領域對話。

用人生故事  
擠滿一個  
行李箱



打開行李箱，閱讀的是長者的故事。藝術家俞若玫應用紀錄的概念，和長者一起，以各種代表長者不同生命時刻的物件鋪陳，拼出一段段人生故事。

2023年2月  
藝術家家訪：  
藝術家與職業治療師  
一同看看長者家中  
如何架設做陶瓷的地方

2023年3月  
舊相練習：  
藝術家邀請長者帶來舊  
相，從回看舊相回顧當  
年的自己

2023年4月  
上門玩陶泥：  
藝術家連續四個星期到  
長者家中，與長者和照  
顧者一同玩陶泥

2023年5月  
第一次：  
長者初次見到自己的創  
作、完成釉燒的作品

2023年5月  
出外參觀：  
長者和照顧者一同  
參觀藝術家的陶藝工作室



#生活經歷  
#生活器物  
#相信雙手  
#創意日常  
#隨心玩  
#創作不設限  
#我都做得到  
#又有新搞作

# 泥吧

試  
體  
吓

搞

陶藝

## 基督教 香港信義會 沙田改善家居及 社區照顧服務

ELCHK,  
Shatin Enhanced Home and  
Community Care Service

### 參與計劃 長者

吳珍  
黃美芬  
李漢明  
何玉群  
馮玉卿  
章瑪琳  
陳愛蓮

林燕  
陳素蘭  
曾慕清  
何鈺其  
方麗容  
羅潤有



基督教香港信義會沙田改善家居及社區照顧服務提供到戶式持續照顧服務，依個別體弱長者的需要，訂立照顧計劃，讓他們在生理、心理及社會人際方面達至和諧；以讓他們可按意願繼續在家頤養天年。透過多元化服務及配套，支援及舒緩長者及其家庭的壓力。增進護老者的護老知識及技巧，提升照顧質素。



### 駐留藝術家 葉皓賢

葉皓賢 (Casric) 2016年畢業於澳洲皇家墨爾本理工大學藝術文學士，主修陶瓷。曾服務不同社福機構及擔任中小學陶藝導師。現時任職陶藝工作者及靜觀導師，及創辦本地陶藝工作室「土間」，並研究陶瓷工藝在社會的連結、功能實踐與發展。



## 相信雙手的力量

脫離了「治療」的框架，長者隨駐留藝術家葉皓賢重新探索雙手的可能性。陶泥隨一搓一捏改變形態，捕捉了長者的當下。藝術家上門和長者及照顧者一起創作的過程中，讓他們暫時抽離日復日的照顧日常，同時也滋養及 refresh 了長者和照顧者的關係。

#生活經歷  
#生活器物  
#相信雙手  
#創意日常  
#隨心玩  
#創作不設限  
#我都做得到  
#又有新搞作



階段  
展覽

# 築箱 展覽

## 面對社會高齡化 「創意高齡」 可以是一種回應

在「創意高齡」的框架下，長者不再被視為「被治療者」，而是回歸個體狀態——跟任何年紀的人一樣，長者同樣具有開創性、創造力。計劃依據「改變理論」(Theory of Change) 設計駐留模式，通過一系列藝術小組，激發長者對藝術創作的好奇，提供參考、工具、方法，使長者自主、自由探索和學習以藝術表達自己。創作過程鼓勵長者分享——不止於分享技巧，更鼓勵長者分享創作背後的故事。除了藝術小組中的分享，計劃亦包括於單位或商場舉行單位展覽，通過與藝術家、社福同工共同策劃展覽，向觀眾介紹作品等，豐富了長者和社區之間的交流與連結。

## 一年駐留期間 改變靜靜地 發生

計劃於2022年1月展開，首階段有七組藝術家單位進駐七個長者服務單位，包括長者地區及鄰舍中心、日間護理服務、家居及社區照顧服務、鄉郊長者服務等。在一年駐留期間，藝術家於各單位進行一系列藝術創作活動。是次展覽展示了計劃首階段七個組合的七段駐留旅程。

藝術對大部份長者來說都很陌生，在藝術家和社福同工共同合作，藝術逐漸變成單位日常——藝術家一年下來持續駐留在單位，按個別需要與長者們共同探索創作。在分成三個階段的漸進式藝術小組，長者從初時隨藝術家學習新藝術技巧，漸漸主動投入，轉化成自行發掘創作的樂趣。

## 藝術之所以有生命 在於它有盛載 和傳達的力量

七段駐留旅程的風景也不一樣。在馬鞍山長者地區中心，長者隨藝術家影行者探索不同物料和藝術表達方法，以創作與身心接軌，表達難以言喻的痛；在沙田改善家居及社區照顧服務，照顧者和社福同工走進長者家中，隨藝術家葉皓賢同枱學習小型泥塑，難得的共同經驗帶來話題和互動；在恩耀坊（日間護理中心），長者隨藝術家不加鎖舞蹈館通過色彩斑斕的紙條接通世界，隨紙條舞動身體，鬆動了原本被歲月和病患困住的身軀。展覽期間不加鎖舞蹈館更會舉辦活動，分享駐留點滴，並讓公眾體驗如何重新探索熟悉又陌生的身體。

展覽將展示七段駐留旅程的風景，除了藝術作品，也展示了藝術家月復月的駐留痕跡。接下來請打開感官，細細感受長者對生命和創作的熱情，感受「創意高齡」的價值和力量。

策展人  
梁展峰  
丁穎茵  
張艾淳

# 公眾活動時間表

9月

10月

23 (六)	24 (日)	25 (一)	26 (二)	27 (三)	28 (四)	29 (五)	30 (六)	1 (日)	2 (一)
<p>10:30 — 11:30 <b>試吓先 工作坊</b> 身體律動體驗</p> <p>11:45 — 12:45 <b>社藝跨界 講座</b> 舞蹈藝術家 與體弱長者 的可能</p> <p>15:00 — 16:00 <b>開幕典禮</b></p>	<p>11:30 — 12:30 <b>試吓先 工作坊</b> 痛痛的多元表達</p> <p>14:00 — 15:15 <b>試吓先 工作坊</b> 兩代陶藝體驗 (第一場)</p> <p>15:45 — 17:00 <b>試吓先 工作坊</b> 兩代陶藝體驗 (第二場)</p>	<p>10:00 — 12:00 <b>導賞團</b></p> <p>14:00 — 16:00 <b>導賞團</b></p>	<p>10:00 — 12:00 <b>導賞團</b></p> <p>14:00 — 16:00 <b>導賞團</b></p>	<p>10:00 — 12:00 <b>導賞團</b></p> <p>14:00 — 16:00 <b>導賞團</b></p>	<p>14:00 — 15:15 <b>試吓先 工作坊</b> 照顧者陶藝體驗 (第一場)</p> <p>15:45 — 17:00 <b>試吓先 工作坊</b> 照顧者陶藝體驗 (第二場)</p>	<p>10:30 — 11:30 <b>社藝跨界 講座</b> 職業治療結合 陶藝在家居服務 的運用</p>	<p>10:30 — 12:00 <b>長者帶領 導賞團</b> 女人故事館</p> <p>14:00 — 15:30 <b>長者帶領 導賞團</b> 古洞的版畫日常</p>		<p>10:00 — 12:00 <b>導賞團</b></p>



# 執行

計劃執行  
基督教香港信義會金齡薈

計劃主任 陳志強  
計劃藝術顧問 方韻芝

計劃社工 鄒慧玲  
宣傳及推廣 伍慧君



# 研究

研究顧問 羅淑敏  
研究主任 鄧宛芯  
研究助理 潘佳欣

# 展覽策劃

方韻芝 梁展峰 丁穎茵 張艾淳  
Studio MARY

@JCArtistryCreativeAging  
Follow 我地, 追蹤最新消息!

聯絡及查詢

6019 5251

# 賽馬會 「學藝再玩」

## 創齡藝術 計劃

研究成效初探

### 研究方法及進度

本計劃藉推動「創意高齡」實踐，期望透過藝術家駐留活動，讓長者從中

1. 學習新技巧（藝術）、
2. 創意表達自己的方法及
3. 增強與社會連繫，從而改善長者孤獨感。

同時，因著計劃進程中的社藝（甚至多方）協作，期望能於長者服務及社區中營造更有利「創意高齡」實踐的氛圍。

為了解上述兩大計劃成效，是次研究採用混合式研究方法，分別以問卷調查、課堂觀察、聚焦小組及深入訪談等工具，向參與是次計劃的長者、同工、藝術家，收集相關的量化及質性數據。

截至10/8/2023，完成核心活動元素（即8節小組 +4節進階小組 +1個單位展覽）的中心有3間，包括古洞「靈合長者健康中心」、「馬鞍山長者地區中心」及「延智會所」。故用以初步窺探本計劃成效的分析結果將以這三間中心的數據為主，並有以下發現：

### 發現一：

**計劃成效在不同單位呈現不同程度及面向的轉變**（詳見表一至表三），  
**說明「創意高齡」實踐在執行上有按單位特色微調設計的需要。**

按量化數據分析結果顯示，古洞長者不論在主觀或客觀孤獨感上也有正面提升，而在藝術態度方面的轉化，亦

是在 3 個單位中最明顯的。其次為「馬鞍山長者地區中心」，除客觀孤獨感外，該單位的參加者在主觀孤獨感及藝術態度方面也有正面的轉化，上述的差異估計與「馬鞍山長者地區中心」參加者本身已是活躍於社區的長者所致。最後，「延智會所」則只有客觀孤獨感上有正面的轉化，這或許說明以問卷調查形式量度計劃對認知障礙使用者的轉化之局限：因為在課堂觀察的質性數據顯示，駐留的藝術家用心地按長者的特徵調節課堂內容，令即使有認知障礙的長者大都能在課堂中投入創作，創意地表達自己

及享受藝術，這亦提醒「創意高齡」實踐過程中是需要按單位特色微調設計方能帶出相同的效果。

**發現二：  
「8 + 4 + 1」設計有效  
令長者在計劃中  
有著相近的學習歷程，  
過程中「促進型」藝術家  
(*facilitative artist*)  
發揮著重要角色。**

不同單位的長者在初段接觸藝術創作時都處於較為迷惘的狀態，會經常將

「唔識」掛在嘴邊。然而隨著藝術家給予適當的鼓勵、引導（如展示坊間長者藝術品，及帶領參觀社區藝術讓長者明白藝術的多樣性），加上自由的創作空間，讓長者發揮自己的創意，過程中不加批判，避免以作品「靚」與否定下唯一審美標準，而是給予長者肯定，能令長者更容易逐漸進入藝術創作，創作出具有自我特色的作品。

故直至計劃中期，不少參加者開始進入認真創作模式，課堂中連話都少說，少數長者甚至發展出自主創作及

練習的習慣，可見長者的創作動機和能力都有所提升。此外，普遍長者在經歷單位展覽後其自信都有更進一步的增長。「靈合長者健康中心」及「馬鞍山長者地區中心」長者在單位展中擔任導賞員時，展現出積極、主動、自信的一面，自豪地介紹著自己及他人的作品，毫不怯場。最重要的是，當長者知道公眾對他們不吝嗇的讚美、欣賞後，他們開始相信自己的作品的確是值得被欣賞、有價值的。故「8 + 4 + 1」設計在是次實驗中，的確見證到不少參與計劃的長者由初期迷惘無自信，至活動期間漸漸在藝

## 研究數據 (長者、同工問卷)

表一：各中心長者社交支援網絡方面表現 (N=32)

	N	前測	中測	差異
靈合長者健康中心	10	4.6	5.5	+0.9
馬鞍山長者地區中心	9	7.4	6.9	-0.5
延智會所	13	3.8	3.7	-0.1
總數	32	5.3	5.4	+0.1

社交支援網絡的總分為15分，  
得分越高代表有越多的社會參與和越強的社會支持網絡。

表二：各中心的長者在社交連結感方面的表現(N=32)

	N	前測	中測	差異
靈合長者健康中心	10	86.9	87.1	+0.2
馬鞍山長者地區中心	9	87.6	89.6	+2
延智會所	13	80.7	80.8	+0.1
總數	32	85.1	85.8	+0.7

社交連結感的總分為120分，  
得分越高說明個體主觀認知自己與整體世界的親近程度越高。

術家的鼓勵及引導下感到參與創作的可能性，經多番嘗試後逐漸投入創作世界，甚至發展出自主創作能力，並在展覽中獲得確認與印證後變得更具自信。

### 發現三：

#### 「藝術」新視角 —— 看到「平民化」的藝術，成為創作動機催化劑。

除學習歷程中的轉化外，長者對藝術的態度在過程中亦有所改變，而這轉化更成為提升長者創作動機上一個重要的催化劑。以「馬鞍山長者地區中心」為例，初階段的學習中，不少參

加者對參與創作信心不大，亦提到昔日在藝術館覺得藝術品很高深，有種「睇唔明」的感覺，然而在藝術家的安排下到訪牛棚藝術村，並與藝術家「蛙王」對話後，發現原來「好多嘢都可以係藝術」，「原來廁紙串埋一齊吊起都可以係藝術」，令長者知道原來藝術創作可以是「平民化」的，明白其實人人都可以創作，創作可以很簡單。

而在古洞的例子，同工亦觀察到部分長者昔日會執著於「靚 / 唔靚」、「啱 / 唔啱」，但隨著時日，開始會認為「睇到係咩就係咩」，亦「唔一定要畫到啲咩」，由此可見長者在活

開始接納藝術的多元性，從而建立出「我是可以創作」的想像。

### 發現四：

#### 與別不同的自我表達 有助達至更深層次交流，由共鳴感引申更強烈的社區連繫感。

為了增進參加者之間的交流，小組在設計階段刻意以相關群體共同關注的議題作為小組的主題，包括身體痛症、移民、古洞搬遷事宜。活動中，長者有機會透過形象化的創作以及展覽演講去表達對自己生活、身體方面的想法，與社區交流並且建立連繫。

以痛症小組為例，有參加者表示以往很難以言語表達身體所經歷的痛，一般只能說「這裏痛、那裏痛」，鮮有能力更具體或仔細表達及形容出是怎樣強度的痛或是怎樣的痛法，更莫說能令對方感同身受；但當參加者以藝術創作，透過顏色、物料、形狀的運用，將自己的所想所感以形象化方式呈現，再描述作品各樣細節及背後的構思時，發現原來可以如此豐富地描述出所承受的痛，而且這種表達能令身邊的人也有切身體會，加上與同樣經歷著痛症的小組成員交流，參加者之間的共鳴感乃至連繫感也頓時大增。由此可見，有別於一般以言語運作為主的互助小組，以藝術創作作為媒

表三：各中心的長者對藝術及藝術創作的態度和價值觀(N=32)

	N	前測	中測	差異
靈合長者健康中心	10	18.3	19.5	+1.2
馬鞍山長者地區中心	9	17.3	18.3	+1
延智會所	13	17.9	17.5	-0.4
總數	32	17.8	18.4	+0.6

對藝術及藝術創作的態度和價值觀的總分為28分，得分越高代表態度越正面。

表四：社福界同工對在單位服務中推展「藝術家駐留計劃」及「創意高齡」的支持度和信心 (N=76)

	平均值(標準差)	最小值	最大值
推展「藝術家駐留計劃」的支持度	4.1 (0.7)	2	5
推展「藝術家駐留計劃」的信心	3.6 (0.6)	2	5
推展「創意高齡」的支持度	4.2 (0.7)	3	5
推展「創意高齡」的信心	3.7 (0.6)	3	5

每項得分範圍為1至5分，得分愈高代表支持度或信心愈高或愈大。

表五：社福界同工對在社會工作中應用藝術的意願和態度 (N=76)

	平均值(標準差)	最小值	最大值
對藝術創作的能力之焦慮感	4.9 (1.0)	2.4	7.0
藝術在社會工作上的有用性／用處	5.0 (0.6)	3.7	6.0
對藝術的正面態度	5.0 (0.7)	3.7	6.0
藝術與自己日常生活的相關度	5.0 (0.6)	2.8	6.2
藝術困難度	4.5 (1.1)	2.3	7.0
整體對在社會工作中應用藝術的意願和態度	24.3 (3.0)	18.7	30.9

量表一共有32項題目，每項得分範圍為1至7分。

整體得分愈高代表社福界同工對在社會工作中應用藝術的意願和態度愈高。

介，賦予參加者「另類語言」表達自我，這種受視覺化呈現刺激下而被豐富的言語表達，促成了別具共鳴感的交流，能更有效達至深層交流。

### 發現五：

**「創意高齡」氛圍建立方面，計劃在促進單位持續實踐「創意高齡」方面的成效未見突出，需繼續投入資源，透過更多的經驗實踐，增強同工對「創意高齡」實行上的信心及決心。**

根據同工問卷結果顯示，計劃開始前，單位同工對在長者服務中推展「藝術家駐留計劃」及「創意高齡」的支持度頗高，平均分分別為4.1分和4.2分（滿分為5分）；而對在長者服務中推展「藝術家駐留計劃」和「創意高齡」的信心則相對略低，平均分分別為3.6分和3.7分，反映同工十分支持在長者服務中推展「藝術家駐留計劃」和「創意高齡」，但在實行則有些憂慮（詳見表四）。

此外，同工整體對在社會工作中應用藝術的意願和態度為正面，平均分為24.3（滿分為35分）。同工大致認同藝術在社會工作應用上的效能、對藝術持正面的態度、認同藝術與自己日常生活有相關性，此三個層面的平均分各為5分（滿分為7分）。反之，同工於「藝術創作的能力之焦慮感」和「藝術困難度」的得分相對為低，為4.9分和4.5分，反映同工對在社會工作中應用藝術有輕微的焦慮及感到有點困難（詳見表五）。

值得關注是，計劃在促使單位持續實踐「創意高齡」方面的成效未見突出。由於空間及人手所限，參與單位大多未能在計劃後設立「藝術閣」以便有意繼續創作的長者持續進行自主創作。而即使個別單位如古洞，設置了一架版畫車讓長者在空餘的時間使用，也因空間有限而被置在一旁，長者在缺乏藝術家或同工鼓勵，乃至藝術小社群下，亦未有積極地在閒時參與創作。由此說明，「創意高齡」在單位的持續實踐上仍需要一些額外的資源投放。

表六：公眾對單位展覽的回應 (N = 44)

	認同	中立	不認同
展覽令我認識「創意高齡」這個新鮮概念	41 (93.1%)	2 (4.6%)	1 (2.3%)
展覽令我明白創意高齡有助長者表達自己、與他人連結	42 (95.5%)	0	2 (4.5%)
展覽令我明白創意高齡有助增強長者的自信心和自尊感	41 (95.5%)	2 (4.5%)	1 (2.3%)
展覽令我明白創意高齡有助長者看見自己的潛能和自我價值	41 (93.2%)	2 (4.5%)	1(2.3%)
展覽令我明白創意高齡有助長者的身體變得更靈巧	38 (86.4%)	5 (11.4%)	1 (2.3%)
展覽令我發現長者也可以活得精彩，活出有活力的老後人生	41 (93.2%)	2 (4.5%)	1 (2.3%)
展覽令我發現長者也可以有無限的創意及創作力	43 (97.7%)	0	1 (2.2%)

## 發現六： 公眾迴響正面：

經單位展覽向社區及長者家人展示作品後，整體對「創意高齡」以及長者的創作能力都具有很高的評價（詳見表六）。根據公眾問卷，93.1% 公眾認同展覽讓他們認識了「創意高齡」，以及透過是次活動認識了長者的另一面——長者也可以活得精彩有活力（93.2%）、有無限的創意及創作力（97.7%）。正如有公眾反映對於長者教版畫及帶導賞團印象深刻，說明是次活動在很大程度上令社區人士對長者的藝術能力有正面的態度，以及改變他們對長者的刻板印象。同時，單位展覽讓公眾及長者有機會互相認識，讓長者從公眾的口中了解自己——展覽上有很多參觀人士都很欣賞、讚歎長者的創作力。

基督教香港信義會

社會服務部

## 簡介

基督教香港信義會社會服務部自1976年成立，是香港大型的綜合性社會服務機構，以創新的方式、關愛及以人為本的精神為基層及弱勢社群提供多元化的服務。本機構現時共有超過50個服務單位及30個特別計劃，服務範圍遍佈全港，由幼兒到長者，從家庭、學校以至職場，每年服務過百萬人次。

## 我們的服務

包括：幼兒教育服務、青少年服務、家庭服務、長者服務、康復服務、戒毒服務、就業及社區服務，以及其他創新性服務，例如：賽馬會「學藝再玩」創齡藝術計劃、生活再動計劃：賽馬會居家安老新里程、i-Change賭博輔導平台、賽馬會「a家」樂齡科技教育及租賃服務、屯門地區康健中心等。

# 鳴謝

## 參展單位

基督教香港信義會靈合長者健康中心

基督教香港信義會馬鞍山長者地區中心

基督教香港信義會恩耀坊

基督教香港信義會延智會所

基督教香港信義會善學慈善基金關宣卿愉翠長者鄰舍中心

基督教香港信義會頌安長者鄰舍中心

基督教香港信義會沙田改善家居及社區照顧服務

## 駐留藝術家

曹穎祺

影行者（李維怡、蕭朗宜）

二加二等於五工作室（梁廣耀、羅逸文）

不加鎖舞蹈館（王榮祿、李振宇）

葉皓賢 俞若玫 柏齊

## 特別鳴謝

黃乃忠師傅 朱凱婷 郭孟浩（蛙王） 葉浩麟

## 培訓導師

俞若玫 白雙全 黃淑琪 丁穎茵

孔繁強 創不同協作

（排名不分先後）

出版  
基督教香港信義會社會服務部

地址  
九龍窩打老道50A 信義樓一字樓

電話  
(852) 2710-8313

傳真  
(852) 2770-1093

電郵  
admdept@elchk.org.hk

編輯  
張艾淳、梁展峰

校對  
陳志強、鄒慧玲、伍慧君、  
方韻芝、余詠詩

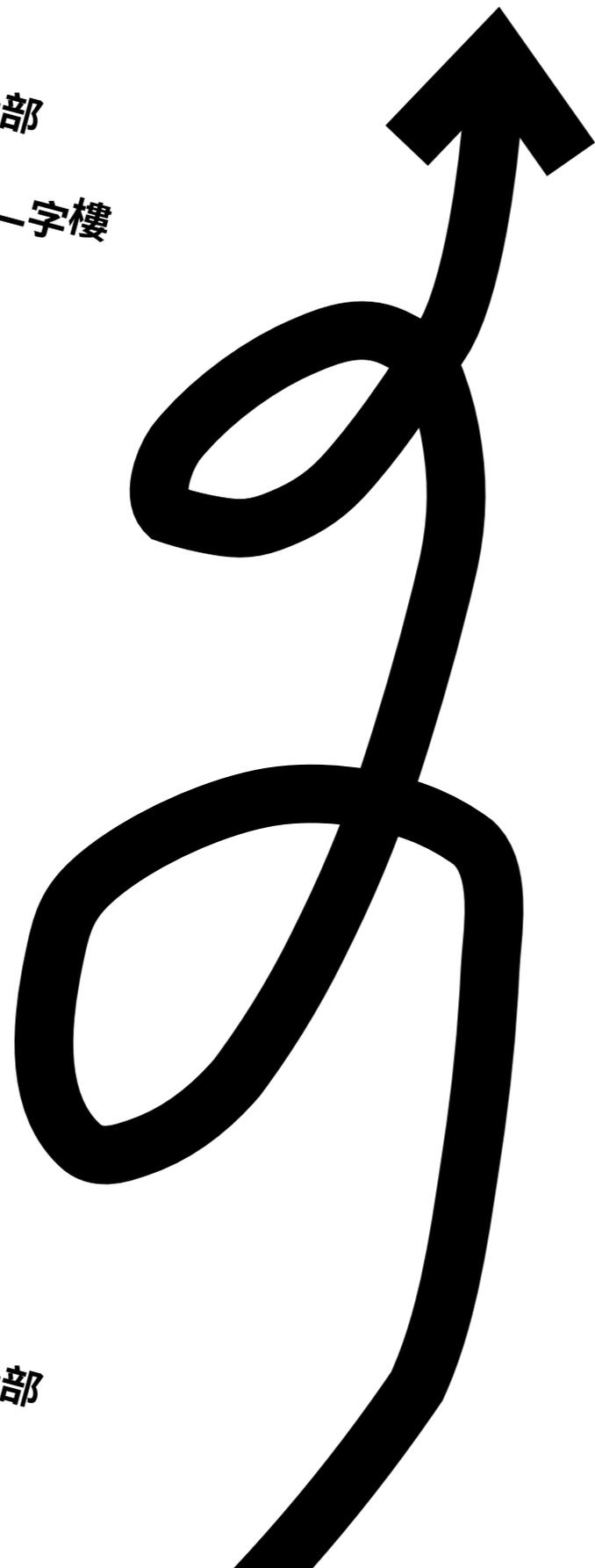
設計  
Studio MARY

出版日期  
2023年9月

承印  
麒丰盛印刷有限公司

印刷數量  
1000本

版權所有 ©2023  
基督教香港信義會社會服務部  
不得翻印





 **@JCArtistryCreativeAging**