

掌握攝影技巧後，長者隨藝術家按「我的另一面」和「上有高堂」主題創作，營造不一樣的自己，或者是借拍攝思故人。

試吓 zine!!

藝術家駐留紀錄



參與單位

信義會頌安
長者鄰舍中心

藝術家駐留

試吓咁睇

藝術家柏齊希望透過攝影，助長者掌握視覺語言，讓他們可通過攝影表達自己。在智能手機通行的年代，柏齊順勢而行，跟長者以手機拍攝人像和物件。過程中，柏齊希望和長者一同透過攝影發掘的，不只是手藝，而是希望通過小組，



讓長者掌握以視覺表達自己，對視覺語言更敏感。

柏齊回想，第一小組靈感來自中國攝影藝術家馬良，主題是「我的另一面」，「他的風格充滿幻想，很多富實驗性質的擺拍，而當中包含一些想表達的訊息。」馬良的太高階，柏齊便和長者試一些簡單的，以鏡頭展現不一樣的自己，例如長者想扮演奸商、地獄廚師，便一起構思如何以燈光和道具營造出氣氛。

第二小組主題則完全不同，是「上有高堂」，柏齊邀請同樣為中心戲劇組成員的長者，帶來和父母或有關連的物件。

那些物件盛載了情緒，長者們都花盡心思準備；然後柏齊便引導長者以影像重塑某些重要時刻，或表達某種情緒。

駐留藝術家

柏齊



了解更多：



柏齊，現職攝影師。其作品於《影像香港當代攝影展》(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。

從了解機位、燈位，希望長者可建立自己看事物的方式。



駐留日誌

2023.01
新春攝影活動
藝術家柏齊和「小型影樓」出現，趁農曆新年在中心營造拍攝氣氛



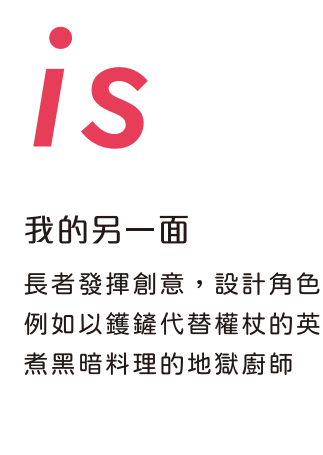
art

2023.05
模擬經典西洋畫
長者們巧妙地運用布，以及調整燈光，以營造出如西洋畫的拍攝效果



is

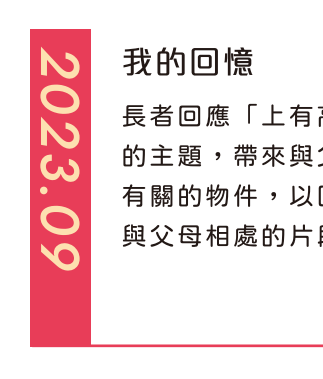
2023.06
我的另一面
長者發揮創意，設計角色，例如以鑊鏟代替權杖的英女皇、煮黑暗料理的地獄廚師



try

is

2023.09
我的回憶
長者回應「上有高堂」的主題，帶來與父母有關的物件，以回顧與父母相處的片段



2023.09 & 2024.01
公開展覽
長者參與於石硤尾賽馬會創意藝術中心舉行的「學藝再玩」創齡藝術計劃階段展，以及於商場舉辦的單位展覽

試吓咁睇

長者創作與分享

鄉生

現在遇到有趣的，都會嘗試拍下來，多了留意生活裏的細節。



/ 組員鄒太攝影作品 /

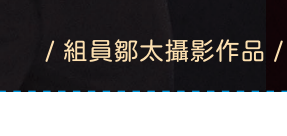
我會把照片傳到家庭WhatsApp群組，阿仔會問在哪裏拍，又會讚我拍得很好，大家之間多了交流。以往年輕時喜歡拿著菲林機到處拍，不過放低了幾十年，想不到等到現在才有閒情重拾這興趣。

第一小組拍攝多是群體創作，我覺得很熱鬧，大家互相討論造型，談得興高采烈，感覺不那麼孤獨。



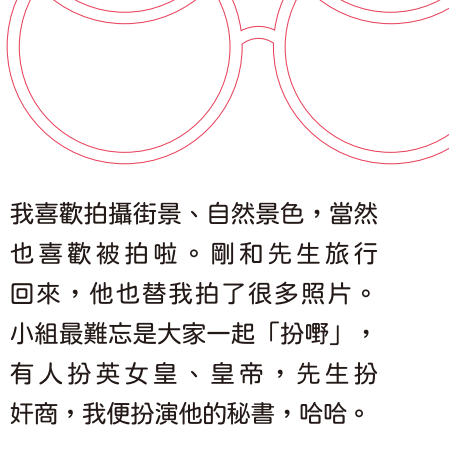
/ 組員李愛珍攝影作品 /

鄉太



我喜歡拍攝街景、自然景色，當然也喜歡被拍啦。剛和先生旅行回來，他也替我拍了很多照片。小組最難忘是大家一起「扮嘢」，有人扮英女皇、皇帝，先生扮奸商，我便扮演他的秘書，哈哈。

我們又試過模仿名畫，照片還被放大參加展覽，在展場見到時也嚇了我一跳。過程中大家討論造型、從哪裏找道具，如何扮得更維肖維妙，都是很難忘的新體驗。



自己表達，表達自己，希望長者掌握攝影，助長者掌握攝影，助長者掌握攝影。

試咗啲咩？

長者創作與分享

理理

為準備「上有高堂」主題拍攝，特別把爸爸留給我的茶葉帶回來。這些茶葉我一直珍而重之，連妹妹我也只會分些少給她。知道了題目之後，便馬上想到茶葉。後來又想拍媽媽吸煙，希望模仿她吸煙拍攝，也因此和妹妹討論了很多往事。拍攝時特別帶著爸爸送給我的玉鐲來模仿吸煙，感覺好像阿爸阿媽融為一體。



「在別人眼裏普普通通的茶葉，在我心中是充滿父親的愛！父母不在了，但，愛依然在。」

/ 組員琴琴攝影作品 /



/ 組員綠豆攝影作品 /



/ 組員琴琴攝影作品 /

綠豆

小組「上有高堂」主題創作令我回憶起和媽媽的點滴，每個人也有自己的故事，在小組的氣氛下，讓我很容易吐出自己的心事。我對媽媽的感情很複雜，因為創作，讓我重新閱讀自己的感受，也很感動，可以和同組組員互相真誠地分享。



「到自己出嫁了，媽媽買了一件紅色睡袍送給我，親自幫我上頭，戴上扁柏（紅頭繩）；出門當天親手為我穿上嫁衣，在跪下敬茶時看到她又哭了，這是第二次她為我而哭。」

試完有發現！

藝術家的觀察

每次開小組，藝術家柏齊都會帶來一些攝影作品集。他認為觀摩他人的作品可以讓參加者建立自己的喜好和判斷，分辨什麼是好的、什麼是不好的作品。「這是一個擴闊視野的過程。相比起高角度近距離，遠距離拍攝有什麼分別？怎樣去理解圖像？當中表達了一種怎樣的感覺？從了解機位、燈位這些基本的視覺語言，希望長者可以建立自己看事物的方式（ways of seeing）。」柏齊說。

希望長者掌握更多視覺語言；長者也主動分享日常生活拍下的照片，有次長者傳來點心相，正好柏齊也在飲茶，便馬上拍照回應，就著如何拍出適合的光線交流。

分享各式作品 掌握視覺語言

除了攝影書，柏齊不時會在WhatsApp群組分享一些廣告、宣傳片、電影海報，



機位燈光 展現獨有喜好

問柏齊對「創意高齡」的看法，他希望長者可以建立一套自己的喜好（taste and preference），過程中便會產生「創意」，「甚麼機位、怎樣的燈光，用甚麼道具拍攝，全部都是長者自己的選擇，過程中他們慢慢知道自己想要、喜歡甚麼，知道自己和其他人有甚麼分別，建立了喜好，這便是了。」

單位同工的觀察

「有次長者從街上拾來假檳榔樹葉作道具，我們聽到也覺得很驚喜。」基督教香港信義會頌安長者鄰舍中心服務統籌員李凱琪（Cindy）回想，在動手拍攝之前，長者做了很多準備功夫，「那時已經開始創作。」她認為，過往很多時長者參與活動較被動，見到長者主動、自發去創作，那份自信和投入令她感到驚喜。

單位社工關鎮輝（Bunny）補充說：

「一開始大家慢慢摸索何為影得靚，引起興趣之後，長者有了『原來我也影到』的信心。」

「慢慢有了創作者的心態，多了即興創作，群體間的氣氛也令長者更隨心更投入。」Bunny說。



藉攝影連結內心感受

Bunny認為，最重要並非學懂攝影技巧，而是通過過程提升自信和創意。他特別提到第二小組以「上有高堂」為主題，借物件鼓勵長者們互相傾訴與父母的故事，他特別深刻其中一位長者Amy借創作表達對母親的思念。

「她借毛衣懷念母親，帶來6、7款母親為她織、不同款式的毛衣，她花了很多心思，思考如何拍下毛衣平順細滑的紋理，和背景布的配搭、擺位、燈光，甚至毛衣摺法，她都仔細思考。」

又有一位長者重塑當年結婚上頭一幕，希望藉創作和拍攝過程重新思考和母親的情感和關係，「過程勾起長者們深刻的回憶，也讓他們趁機深入思考和再次連結內心感受。」Bunny說。



單位介紹

基督教香港信義會頌安長者鄰舍中心自2002年開始為長者提供服務，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。

基督教香港信義會
頌安長者鄰舍中心

地址：
馬鞍山頌安邨
頌智樓地下

電話：
2144 3199

Facebook：



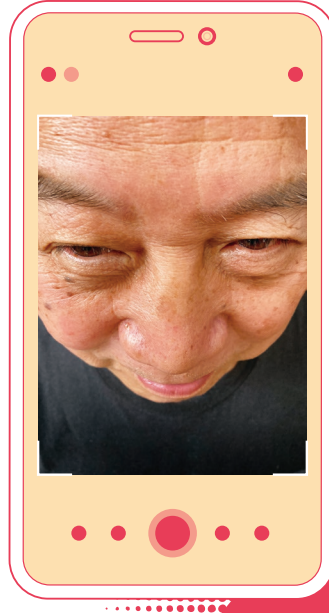
一齊試玩！

變形的鏡頭

你可曾細心看看手機拍出來的照片，發覺不少相片總是變形？手機鏡頭所涵蓋的角度通常比我們的肉眼更闊，拍出來的影像容易失真和變形。

邀請你用手機近距離去拍攝人像。嘗試用手機往上拍和往下拍，看看不同的鏡頭角度會帶來什麼變化。

保持平視
注意拍攝時，被攝者
頭部保持平視，不要
看著手機



變形都OK！
變形也不一定壞事。
變形也可以是一種影像
語言，可用於滑稽和迷
亂的情景

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、信義會齡齡耆推行，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。

讓藝術、
創意
陪你繼續
再玩！

Facebook



6019 5251

creativeaginghk@elch.org.hk

主辦機構



捐助機構



任何情況下，捐助機構皆不會對任何人或法律責任因此內容而作出或沒有作出的任何行為負上任何法律責任。

基督教香港信義會社會服務部
Evangelical Lutheran Church
Social Service - Hong Kong

香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club
Charities Trust