

关爱乐龄办事处成立10周年 计划增加义工提升数码沟通

黄银川 报道
yingchuan@sph.com.sg

护联中心关爱乐龄办事处成立10周年，下来计划扩大义工网络，应对老龄化人口的需求，并利用数码沟通方式，进一步提升对乐龄人士的关怀与支持。

关爱乐龄办事处（Silver Generation Office）目前约有5800名义工。办事处处长孙福霖受访时说，组织在过去10年接触社区中的年长者，帮助他们解决老龄需求。随着新加坡即将成为超级老龄化社会，他们希望通过学校、志同道合的公司，以及愿意跟同龄人互动的年长者，一起合作来扩大义工网络。

孙福霖指出，虽然建国一代的年长者喜欢面对面交流，然而他发现越来越多年长者熟悉数码工具和服务，并倾向于使用不同的互动方式，因此关爱乐龄办事处会探索更多的互动方式，比如电话互动和数码方式的互动。

义跑活动吸引92人参加

推动年长者相关的服务有一定的挑战，孙福霖认为当中包括如何让年长者积极看待老龄化、协助年长者应对孤独感，以及减轻看护者的压力等。他说，就算从工作岗位退下后，年长者也要



护联中心关爱乐龄办事处举办义跑活动来欢庆10周年，办事处处长孙福霖（左一）与参与者在开跑前同吉祥物合影。（特约李姿仪摄）

继续与社会保持联系，并积极与亲戚和朋友等往来，保持生活活跃。

配合成立10周年，关爱乐龄办事处义跑活动星期五（8月23日）在兀兰宇宙民众俱乐部举行，吸引义工、合作伙伴和职员参加，参与者共92人。

办事处队长王瑞恩（28岁）说，她从2017年担任关爱乐龄办事处义工，到后来转为正职，这些年接触和帮助了不少年长者。她了解到许多年长者只是需要一

个倾诉对象，因为当家人都忙于工作和其他事务时，他们一天中的大部分时间都独自度过。年长者往往最珍惜与家人相处的时光，这些社区经验也让王瑞恩更重视与家人的相处。

在进行社区服务时也会碰壁，比如遇到不愿透露心声的年长者，这时候王瑞恩就会耐心地解释服务目的，让年长者慢慢放下戒心，并开始畅谈和分享生活需要，这让她有成就感，并推动她继续为社区服务献力。