

【退休正能量】退休廠商創社企支援金齡人士 主力陪長者玩樂預防腦退化

■ 休閒消費 15:56 2021/01/07

熱門 廖啟智 校長專欄 聲夢傳奇 復必泰疫苗 烹飪教煮 靚太安樂窩 新冠疫苗 兒童健康 防敏 開心速遞



▲ 現年68歲的她，既是婆婆麻麻，又是社企負責人，最近還當上繪本作者。她的首個繪本《亂了》，講述腦退化症，鼓勵一眾退休人士以正向和樂觀態度面對轉變。（湯炳強攝）

退休商人黃婉華（Angela）是一位精靈愛笑的金齡人士。現年68歲的她，既是婆婆麻麻，又是社企負責人，最近還當上繪本作者。她的首個繪本《亂了》，描繪出年紀漸長身心出現不同程度的退化而感到徬徨無助的心情，用創意又幽默方式，令讀者關注阿茲海默症，鼓勵一眾退休人士以正向和樂觀態度面對轉變。

以前做生意，講經驗、講流程，但原來創作繪本不是這樣，是講感覺，有靈感才能畫畫，所以要慢慢學。」做了幾十年生意的黃婉華形容繪本創作是一個既好玩又刺激的旅程：「突然有機會可用無限創意去表達內心世界，我好珍惜，好享受！」

黃婉華在80年代是生產帳篷等專業戶外用品的出口廠商，在內地設廠，曾經一度管理400多人。大約18年前，在年過50時，她勇闖新領略，轉型成為物聯網 / 射頻識別科技（IoT / RFID Technology）方案供應商。



▲ 黃婉華自言從前設廠出口帳篷，因此在她創作的繪本《亂了》封面便畫上她心目中最美麗的帳篷款式。（湯炳強攝）

修讀繪本創作課程

多年來遊走歐美及國內市場洽談生意，工作着重流程有序，跟創作沾不上邊。那麼為何她會嘗試創作繪本？原來跟子女支持她退休有關。

「他們說，媽媽咁大年紀，不要做生意了，太大風險。你鍾意讀書，我供你讀啦！」憶起子女的貼心說話，黃婉華就甜笑起來。結果，她一直做生意至2020年3月才把公司結束。而在此之前，她為了跳出商業圈子，便報讀了生產力促進局的「繪本創作與文化」文憑課程，由2019年8月開學讀到2020年5月。

「我以為繪畫和畫繪本差不多，但原來不是，繪本講求畫和文字的搭配來表達意思。我曾經想，做到就做啦，咁難，但好開心班上多位同學都好支持我。」

談到繪本的構思方向，黃婉華說：「大家創作繪本都是以年輕人和小朋友為對象，但我們這一代卻很少人提及。於是，我決定畫自己熟悉的事物，寫現在的我，我這一代人現在面對的問題。」

故事講述華婆婆和朋友包括亞茲婆婆、海伯伯、默爺爺等，在露營時候，互相訴說因年齡漸長以致身心和生活出現變化，感到「亂了」，更擔心在家庭角色上的邊緣化，因而十分徬徨。這班老朋友又分別談到他們面對腰痛彎不到身，常忘記事情和約會，把東西放錯位，甚至有幻覺等問題。而這班公公婆婆也因為下一代總是忙碌，常常見不到孫兒，所以十分掛念他們。

自己腦袋自己救

雖然觸及對阿茲海默症的憂慮，不過繪本文字和圖像的表達，卻不失創作者本人的幽默感，最後還悟出「自己腦袋自己救」的道理。「我想表達的，正是無論甚麼情況，都要以正向和樂觀態度面對，同家人好好溝通，必定獲得他們支持。」她強調，要在苦惱中跳出來，真是要自己的生活自己設計。「繪本中我就用 Amazing Autumn來形容金齡，因為我見到的是金秋美景。」

黃婉華不曾夢想過出繪本，但對於畢業作品可以印成書，又能參加展覽，十分欣喜。目前，她只印了20本書，部分會派予NGO，而她也正在找出版社作增印。「原來繪本是一個有趣和很觸動的溝通方式，分有興趣繼續創作，下一本已有腹稿了！」她滿心歡喜地說。



▲ 黃婉華創立的社企動力天使，為金齡人士設計活動及遊戲，防止腦退化。（被訪者提供）

黃婉華說子女都形容她有過度活躍症，營商時，她曾任公職，包括香港貿易發展局-物流服務業諮詢委員會委員，以及國際食品安全協會執行委員及顧問。2016年，她又加入黃金時代基金會成為籌備委員，修讀社企課程等，並研究海外長者服務和模式，為自己的下一步籌謀。

建立社企服務金齡人士



她於2017年成立了社企「動力天使」(Power Angels)，最初為缺乏家人支援的長者，提供陪伴和協助，到後來轉為主力與NGO及社會服務中心等合作，設計及提供遊戲及活動，讓金齡人士玩得開心，同時預防腦退化。

動力天使還會和金齡人士一起進行創意計劃，包括繪畫、紙藝、DIY環保製作等，甚至會安排金齡老師到學校教興趣班，提供形式式的選擇，讓金齡人士可以做到她繪本中所提出的「自己生活，自己設計」原則。

她強調其社企的定位，不是做護理，不是輔導，不是社工，只是提供服務令金齡人士開心，助人又自助。

「我覺得若能夠在這個階段保持活躍，延遲或縮短自己在垂老時的臥床期，會是很大的成就。」熱愛工作的黃婉華如此總結。

為何關注腦退化症？

無論是繪本內容抑或社企提供的服務，都流露出黃婉華對腦退化的關注。原來這跟她自小的經歷有關。

「記得在我9歲左右，爸爸接了70多歲獨身的姑婆一齊住，她日間很正常，但一到傍晚就敲窗敲門，話未食飯，但其實她剛吃完才20分鐘，她就忘了，又要食飯。我媽媽很有耐性，將一包餅分開多份給她慢慢食。」

她又指出，Power Angels有一位客戶，就是腦退化的婆婆，也是同樣情況。「因此，觸發我有此意念，我們可以努力守護自己的腦袋，不讓自己退到這個階段嗎？」她笑言自己也有點健忘，所以對此議題尤其著緊。

▼ 點擊圖片放大



+ 4

筆名「嫲婆豆腐」

黃婉華創作繪本《亂了》用了「嫲婆豆腐」這個搞笑的筆名，令不少人好奇箇中原因。有3名孫兒的她笑着解釋：「嫲婆，是因為我又是阿嫲又是阿婆；豆腐有營養，可蒸可炸可釀，但最重要是能盛載百般滋味。來到人生這個位，真是要能甚麼都盛載。」

她自言當年家貧幸得契媽資助才讀至中六，雖然創業路上也經過起落，但身為基督徒的她回首數十年來努力成果，以及擁有兒孫滿堂的家庭，就相當感恩。

記者：胡慧雯

相關文章

【正能量】自學技巧照顧97歲腦退化外婆 孝順孫女：即使忘記我也繼續愛她



【好人好事】 認知障礙患者支援少 醫護夫婦創復康中心上門做訓練：幫得一個得一個

17:47 2020/11/19



【非常醫生】 中大醫學院35歲教授高浩奪裘槎前瞻科研獎 期望研究藥物助預防腦退化疾病

08:01 2020/12/22



腦退化

退休

正能量

香港

社企

設計

繪畫

