

說好 身邊小而美故事

香港的社區客廳是基層市民的第二個家。他們在那裏享受烹飪、學習、交友的自由，體驗沉重生活壓力下的溫情與放鬆，見到艱難生活的陰霾下透出一束希望的光。香港文匯報訪問不同社區客廳的使用者，他們紛紛分享在那兒的溫馨和諧故事，並表示感受到社區客廳的好，願意盡己所能回歸社會。



●筲箕灣社區客廳早前舉行親子瑜珈活動，促進親子關係，增強身心健康。
筲箕灣社區客廳Fb圖片



●筲箕灣社區客廳早前舉辦環保酵素清潔劑製作活動。

筲箕灣社區客廳Fb圖片

踏進社區客廳 身心煩惱盡放輕

媽媽內向變健談 SEN童變乖情緒佳 親子迎正向改變

以「幸福的起點」為核心定位的筲箕灣社區客廳，自今年3月營運以來，已成為當地基層家庭的「第二個家」，改變不少有需要人士的生活，有居於狹小單位的會員表示，客廳令子女有良好的學習環境，亦豐富了自身的社交生活；另一家長亦表示，其有特殊教育需要（SEN）的兒子在社區客廳內獲得職員以至其他家長的支援，情緒變得穩定，她自己亦透過教導製作甜品找到自我價值，成人與兒童也迎來正向改變。

●香港文匯報記者 張茗

筲箕灣社區客廳的常駐會員秀儀，一家4口擠在不足200平方呎的單位內。她對香港文匯報表示，其租住的單位，廚房狹小到需要將爐具放在洗衣機上使用，分別正在就讀中學及小學的子女，做功課及溫習時亦只能輪流使用摺疊飯桌，「來到社區客廳後，幾千呎的空間讓孩子驚呼『怎麼這麼大』！」她表示客廳的學習桌、玩具房，提供足夠空間解決孩子們的活動與學習需求，而完備的廚房設施，更讓她不用再避開煎炸菜式，「現在子女想吃炸物，我都能滿足，不用擔心屋企滿是油煙。」因此客廳的廚房設施亦成為她最喜歡的角色。

欣喜單位寬敞 煮飯無懼油煙

除生活空間得以改善外，秀儀更在客廳找到歸屬感。她表示該處的會員來自五湖四海，有不同年齡層，也有特殊教育需要（SEN）的兒童，而她的小女兒亦是SEN兒童，她透過觀察其他家長與社區客廳職員處理問題的方式，學到更有效的教養方法，「以前面對子女情緒，我通常也手足無措，現在會借鑑別人的經驗，子女亦變得更開朗。」她表示幾乎每日也到社區客廳，中午時獨自準備食材，晚上與家人在社區客廳用膳，「有時候都會煮飯給其他家庭會員一齊進餐。」她直言在社區客廳，較在狹小的居所讓人更放鬆，「職員亦像家人一樣關心我們。」另一位會員阿晴，則因為6歲SEN兒子而加入社區客廳。她對香港文匯報表示，兒子因家中空間狹小，並缺乏社交

生活，常透過搶玩具及哭鬧以表達不快的情緒，就連幼稚園老師也難以應付，「當時老師會叫我去學校接個仔走，等佢自己冷靜下。」她今年5月底因社區客廳「洗樓宣傳」，得知有關設施而到場試用，詎料兒子主動說出「我喜歡這裏，什麼時候再來。」她觀察到社區客廳的環境，以及進入客廳需要刷卡，非任意出入，充分保障安全，讓她放心將兒子暫留在客廳中。

樂見兒子進步 學會表達需求

她表示，在客廳職員與其他家長的幫助下，兒子已逐漸學會表達需求，「以前他不開心就扔東西，現在會說『我不喜歡你碰我』，還會主動問『可以一起玩嗎？』」她透露，兒子的轉變連學校老師也感驚訝，「（幼稚園）畢業時老師問，這兩個月為何進步這麼大？」不僅如此，阿晴還在客廳找到自我價值。由於她擅長製作甜品，故擔任義工開班教授其他家長做蛋糕，結識有共同話題的朋友，從原本內向，到如今願意向他人傾訴心事，「這裏不只是一個客廳，更是接納我們的地方，我現在敢規劃兒子上小學後出去工作了。」對於社區客廳的建議，兩人均認為社區客廳體現特區政府對基層需求的關注，更期待未來能增加成人課程，如英文班，讓成年會員有機會繼續進修，同時希望設獨立的自習空間，讓特殊需要兒童在避免影響他人情況下，能更專心學習。



●左起：阿晴、秀儀，她們均認為社區客廳體現特區政府對基層需求的關注。
香港文匯報記者張茗 攝

深耕「幸福在區區」 打造「第二個家」

香港文匯報訊（記者 張茗）筲箕灣社區客廳設有9個不同主題，包括「食」、「聚」、「歡」等，緩解基層家庭生活痛點，並推動無血緣關係的會員建立「擬親屬」紐帶，實現跨代共融與生活自主。保良局服務經理（綜合家庭）邱寶琴表示，希望打造「幸福在區區」的社區氛圍，讓更多區域的基層家庭擁有社區客廳的「第二個家」。位於筲箕灣海天廣場的筲箕灣社區客廳，約2,700平方呎，每日風雨無阻服務社區基層市民。為讓基層家庭有溫馨舒適的生活環境，客廳被打造成9個不同主題的小角落，包括「幸福·聚」客廳、「幸福·煮」備餐間、「幸福·洗」自助洗衣或乾衣服務、「幸福·歡」放鬆閣等（見上表）。邱寶琴介紹，社區客廳的服務涵蓋東區北角、鰂魚涌、西灣河、筲箕灣及柴灣等地。由於長者可享兩元乘車優惠，故客廳的使用者中，約半數是獨居或雙老長者，多居於狹小單位，部分甚至僅有一個床位，「收音機開大聲響都會被隔離投訴」。另外，不少長者怕「麻煩人」，即使生活困難也不願申請綜援等資源。除長者外，客廳亦吸引眾多單親家庭與劏房住戶。她表示，不少基層人士選擇成為會員，是因看中「幸福·洗」，可每次使用8元的洗衣服務，解決了「洗衫難、晾衫難」的困境。另一主題「幸福·歡」的按摩椅亦十分受歡迎，邱寶琴表示按摩椅除是給長者使用外，「亦為了讓一些返地盤的男士，他們平日養家好辛苦，可以在收工後用按摩椅放鬆下。」

互相關顧 發現長者不適及時送院

邱寶琴認為，社區客廳的價值不僅在於為基層家庭解決生活難題，更在於重建人與人之間的連結。她透露，曾有長者因血壓驟升面色有異，但為免打擾職員而選擇獨自在角落休息，「當時幸親友及時發現並告知職員」，職員立即聯絡其親友並協助送院，醫生事後直言「幸好送院及時，否則可能中風」。這次「守望相助」的經歷，讓會員間的信任更進一步。除此之外，社區客廳亦專注青年關懷，邱寶琴表示，會特意認識每位年輕會員，陪他們玩遊戲、傾心事，當發現有青少年面臨校園欺凌或情緒問題，會及時聯絡學校社工或家長介入，保障他們的心靈健康。她並說，工作人員全年無休，即使黑雨過後亦會很快恢復營運，並坦言團隊的心願是「幸福在區區」，希望將這一模式推廣到更多區域，幫助更多基層家庭。「好多會員最初覺得『唔好意思』接受幫助，現在會主動分享食物、分擔煩惱」，故她笑言：「這裏早已不只是一個社區客廳，而是大家的心靈港灣，是真正的幸福起點。」

兒子放電母放空 客廳成三代主場

香港文匯報訊（記者 康敬）從謝婷婷住所走到位於深水埗福華街的社區客廳，大約只需15分鐘。每逢周末，她都會帶同長子到社區客廳參加各類活動，早前她便陪着兒子參加「小領袖訓練計劃」。謝婷婷日前在接受香港文匯報訪問時形容，社區客廳是小家客廳的延伸，一家三代人都能在「客廳」找到自己的空間。談及最初與社區客廳的結緣經過，正是謝婷婷最需要幫助的時候。去年她正懷着幼子，沒辦法陪同長子外出遊玩，家中空間有限，她又不能陪同兒子去遊樂場，常常只能到圖書館打發時間，但對於一名8歲的小孩而言，需要的正是可以玩耍的時間和空間。

提育嬰需要即添洗浴盆

謝婷婷因未能為長子提供活動空間而焦慮之際，恰好朋友推薦到深水埗社區客廳參觀，自此便成為常客。這裏的大客廳、學習角，讓謝婷婷的長子有了學習、玩耍的空間，也讓她能在舒適的環境裏放鬆休息。在次子出生後，謝婷婷嘗試向客廳反映其育嬰需要，這個建議在不足一周後就落實了，客



●社區客廳用家謝婷婷（右）與社區客廳職員交流。香港文匯報記者北山彥 攝

廳增設嬰兒換片架及嬰兒洗浴盆，「我沒想到這麼快能有回應，很感動。」在生產後的一段時間，謝婷婷的丈夫要返工，父母又在內地，她需要一人帶着兩名兒子，社區客廳也為她提供了很大的幫忙。「我很難抽身做飯，這裏有恒常餐單，每日溫飽可以解決，客廳的職員在我急需幫助的時候，也可以幫忙看護一下小兒子，大兒子可以參加客廳的課後輔導，我們基本上每天都在這裏。」如今次子已一歲多，不時由謝婷婷的父

母帶到社區客廳。「我父母間中從內地來港探望我們，我就趁機返工，他們幫忙帶小兒子，通常是先到社區客廳，我爸爸就到旁邊的街市買餸，再一起回家。」謝婷婷說，社區客廳的地理位置方便，剛好毗鄰街市，街市逼仄，如果要推車帶嬰兒去買菜根本難以做到，現在有了社區客廳，這個問題就解決了。「這是一個包容社會上弱勢群體、滿足不同年齡層日常需要的地方，也是我們小家客廳的延伸。」謝婷婷對社區客廳心存感恩，空閒時特別願意做義工，以回饋社區客廳以及一眾職員給予的幫助，也教育兒子要力所能及地幫助別人。謝婷婷的大兒子曾參加社區客廳組織的葫蘆絲線，一次社區探訪活動中，他有機會為長者表演，這位8歲的小朋友特別認真，原本只有在禮堂表演的任務，但他跟隨義工上樓探訪，看到很多長者由於行動不便只能在家中，他就一遍一遍地為長者吹奏歌曲。這令謝婷婷感到驚喜及欣慰，「兒子是想照顧這些行動不便的長者，讓他們都能夠聽到歌曲。」她亦希望，社區客廳不僅是家的延續，也是愛心的延續。

職員讚溫暖如家 受惠回饋正向循環

香港文匯報訊（記者 康敬）在深水埗社區客廳中，不只是受惠用家覺得「像家一樣溫暖」，提供服務的年輕職員亦感到工作有意義，深水埗社區客廳的活動助理Caesar日前接受香港文匯報訪問時表示，這裏（社區客廳）的凝聚力很強。深水埗社區客廳是全港第一間社區客廳，目前服務的會員人數超過2,000。每日來到客廳煮飯、洗澡的會員市民絡繹不絕。Caesar表示，街坊鄰里每日都在客廳見面，除了使用其中設施，有時都會聚在一起聊生活，分享育兒心得。

街坊自然傾談 互相幫忙

在一個輕鬆的環境裏交流溝通，人與人相識就很自然，「過往大家長期生活在劏房，未必會主動認識鄰居，但在社區客廳的環境下，街坊之間不僅能傾談，還能互相幫手，像是照顧一下小朋友，空閒時間做義工等。」Caesar直言，會員用家不僅受惠於社區客廳，也主動回饋社區。要保持客廳的環境乾淨舒適，離不開像Caesar一樣的年輕職員的配合。「我們的工作看似重複而簡單，例如日常維護洗衣機、廚房等設施的衛生。然而，正是這些看似簡單的事，卻能令很多人受惠。」社區客廳的服務對象是住在劏房的人士，生活環境往往較為逼仄，難以有寬敞舒適的環境去煮飯、沖涼，管理好客廳的設施，在Caesar看來，對用家的生活有很大幫助。客廳除了提供硬件設施，軟件活動亦豐富多彩，「這裏比我想像中能做到的事情更多，服務的範圍更廣。」據Caesar介紹，客廳會針對用家的需要開設服務，如健康方面，開展中醫義診，未來客廳還計劃舉辦更多深入社區的活動，「我們希望以社區客廳作為起點，讓大家一起探索整個地區。」