

聖方濟各大學
Saint Francis University



明愛白英奇專業學校
Caritas Bianchi College of Careers

加拿大社會科學考察團

(2024年5月16日至28日)

報告



鳴謝：



行程簡介

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			15 / 5 Flight to Canada	16 / 5 Arrival to Toronto	17 / 5 Day tour Toronto City	18 / 5 Visit Gibson Center Visit St. Lawrence Market Share with alumni
19 / 5 Meet local students Visit: University of Toronto , Little Italy, China & Korean Town	20 / 5 Free Day	21 / 5 Day tour Niagara City Cruise	22 / 5 Yee Hong Work- shop	23 / 5 Yee Hong Work- shop	24 / 5 Yee Hong Work- shop	25 / 5 Sharing Session with Dept . Head of York University
26 / 5 Free Day	27 / 5 Flight to Hong Kong	28 / 5 Arrival to Hong Kong				

序言(一)

多謝同事的努力，令到我們的研習團，在經歷千辛萬苦的籌備工作後，終於在限期前趕及順利完成。這次研習團，是我們成為聖方濟各大學後的首個往外地的交流團，也是我們再次突破地域的界限，衝出亞洲，第一次踏進北美洲的世界。從同學們的反思文章，看到他們頗能體會加拿大多元文化的一面。他們不單只在日常生活中領會到如何與不同種族共存，更是在生活態度及世界觀中感受多元共存的意義。這是在課堂上無法學到的地方，也證明這些額外付出的時間和金錢，是十分值得和別有意義。期望在未來的日子裡面，我們能夠秉承這種開放自我，擴闊眼界的態度和視野，將學習延伸到不同的領域。這將是我們聖方濟各大學的繼續努力發展的方向，也是我們教學上的一個重要手法，為同學提供更多元的學習機會，突破本身的能力，從而帶來更多新的改變，朝向一個更包容及互相尊重的社會。

在此再一次感謝同學的積極參與，還有帶隊老師 Sharon 以及 Kelvin 的投入，讓同學享受到一種共同學習的氣氛。他們良好的照顧，以及同學之間的彼此支援，讓團友們雖然身處千里之外，但卻仍有家的感覺！多麼美妙！

(湯羅鳳賢社會科學院副院長
朱昌熙博士)



序言(二)

由香港特別行政區民政及青年事務局國際青年交流基金資助的加拿大社會科學考察團。在疫情後能夠再次出發，讓學生可以繼續探索世界，更深入地了解世界不同文化、人民生活及社會服務的發現及現況。再反思自己在香港生活的異同，並思考如何結合外國經驗從而發展切合香港多元文化及種族的需要。

在事前由構思到出發，多謝學校及學院支持，特別唱sir及朱sir的支援，令到整個行程得以順利完成。同時，是次交流團不同的交流項目，有賴整個學院不同的同事的網絡，讓學生對加拿大有更深入的認識。

根據歷史，加拿大與香港同屬英國的殖民地，文化、生活及政策上都有一部份地方相近。是次參訪不同的團體及當地華人組織，與當地大學生交流及自行策劃學習活動等，都能夠令到學生能以第一身方式了解及接觸不同的事物，最後發展自己獨特的價值觀。

(湯羅鳳賢社會科學院
朱家俊老師)



文化 / 社區特色



多倫多的城市規劃給我留下了深刻的印象。這座城市有著寬敞的街道、現代化的建築和綠化的公園。我在多倫多市中心漫步時，感受到了城市的活力和忙碌。而當我來到尼亞加拉瀑布城，呼吸到新鮮的空氣，欣賞到瀑布的湛藍和天空的遼闊時，我感到寧靜和放鬆。最重要的是

這座城市運用的空間非常自如，加上優美的公園和綠地以及豐富的娛樂和休閒設施。當我在多倫多的街道上行走時，感受到城市的安全和整潔，這讓我感到舒適和放鬆，特別是房屋設計方面，頤翠園的退休設施令人感到嚮往在此生活，包括送飯服務、樓下有活動室去舉辦不同類型的興趣班等，非常完善和方便。因此，多倫多的城市規劃和環境保護讓我認識到城市發展和環境永續性之間的重要平衡，明白了一個城市可以是忙碌和寧靜並存的，也讓我對城市的未來發展有了更多的想像。

最後，多倫多的人民給我留下了深刻的印象。我在這座城市遇到了很多友善和樂於助人的人們。無論是向路人詢問路線還是需要幫助時，他們總是熱心地給予指導和支持，其中令我最深刻的是一位老師在駕駛Uber時與我的交談，讓我了解到當地居民對多倫多的看法。這種友善和樂於助人的精神讓我感受到了人與人之間的連結和彼此的關懷。在不同的社福機構參觀時，負責人遇到問題亦會積極向同學分享，讓我獲益良多。我意識到在這個世界上，我們都是相互依存的，應該用善良和友愛來對待他人。

(陳偉恒 BSS-SW Year 2)

文化 / 社區特色



首先，在服務對象的多元性方面，加拿大的社區中心更能吸引到各種背景的人士參與，從不同種族、國籍和宗教的群體都能找到歸屬感。相比之下，香港的社區服務往往集中針對本地香港人群。造成這一差異的一個重要原因，在於加拿大的非牟利機構需要自行爭取各

種基金和捐贈，這迫使他們必須更好地貼近不同群體的需求，提供針對性的服務內容。香港社工機構則較多依賴政府撥款，缺乏生存競爭壓力，服務模式也往往僵化陳舊。

另外，在應對社會突發事件方面，加拿大的社區中心表現出更強的靈活性和反應速度。以最近的以巴衝突為例，加拿大迅速湧入大批難民，Gibson Centre也立即提供各種援助服務。而香港的社工機構則往往受制於繁瑣的行政流程，難以及時回應新出現的社會需求。

再者，加拿大社區中心更加重視志願者服務，不僅設有專業培訓，還為義工提供各種福利。這有助於持續吸引更多熱心公益的民衆參與。相比之下，香港社工機構通常只將義工視為無償補充性力量，缺乏系統性的管理和激勵。

在團隊管理方面，加拿大的社區中心表現出更強的民主化和扁平化特徵。工作人員能自由參與決策討論，管理層也鼓勵創新想法。而香港社工機構則普遍存在較為僵化的等級制度，高層領導對日常事務把控過強，容易壓制基層員工的積極性。

(楊嘉敏BSS-SW Year 2)

文化 / 社區特色

在探訪北約華人基督教會時 Sophia 提及到不同種族之間都需要互相信任，讓我反思到香港的情況很難做到。即使香港有不少少數族裔居住在社區，但可以觀察到其實族群之間仍存有隔膜，人與人之間太多不信任，讓每個人的防備心更強，很難做到真正的共融。而信任是要從積極的交流互動中建立，但香港人普遍對少數族裔仍存有偏見及歧視，導致雙方都抗拒互相認識。

加拿大是一個以共融和多元文化聞名的國家，加拿大政府和社會非常重視多元文化的價值，並致力於確保不同文化和種族群體的平等和融入。他們有許多政策和措施旨在促進多元文化的發展和保護少數族裔群體的權益，例如加拿大人權法、移民和難民政策、多元文化機構和資源等。加拿大的多元文化政策鼓勵不同文化和種族群體之間的互相尊重和理解。政府也提供資源和支持，以幫助少數族裔群體在社會、教育和就業方面實現平等機會。留意到他們有一個華人電視頻道，是加拿大多元文化的一個例子。這樣的媒體平台可以幫助加強華人社群的凝聚力，並促進不同文化之間的交流和理解。加拿大社會對多元文化的重視體現在各個層面，從政府政策到教育體系、工作場所和社區組織都存在著對多元文化的支持和推動。這種價值觀的鞏固和實踐有助於加強不同文化和種族群體之間的連結，創造一個更包容和共融的社會。

(簡韻研BSS-SW Year 4)



文化 / 社區特色

在種族層面上，由於加拿大也在香港一樣是一個多元種族的社會，所以當地會有不同種族的人在社區當中。而在整個交流學習的當中，能夠從不同人士身上聽到當地是甚少有歧視的狀況，包括了解到近年越來越少在種族上的衝突和歧視。可見加拿大這個社區裏面對於在共融上面的努力，在共融上有很大的進展。

在語言層面上面，加拿大也涵蓋了很多種語言在日常生活當中。雖然主要語言是英文，但是些區域華人可能比較多，甚至香港人比較多，當地也會有很多中文或普通話的語言存在在當中，甚至有一些商場和餐廳的餐牌上也會有中英合集。值得了解的是，原來加拿大有一個省份叫魁北克省，當地是以法文為主要語言，大部份人都是用法文溝通。而在加拿大讀書的學生，他們在上學的時候，法文也是他們必要讀的語言。從此可見，加拿大在語言的多樣性上是非常多元的。

在衣着方面，發現加拿大當地的市民對於衣着要求各有不同，一般平民百姓以舒適及耐用性為主，他們一般都不會購買貴重的衣服。而有些加拿大人則會穿着一些風格獨特的衣服，一些大膽的穿搭對於加拿大人來說是很平常的，這裏的人不會批判別人的衣着。

(陳浩然BSS-SW Year 4)



文化 / 社區特色

金斯頓市場是一個很有本地特色的地方，充滿了文藝氣息。可以看到不少本地形式的文化表達。我去了一家義大利麵店，裡面貼滿了關於女性和黑人權益的畫和海報，其中有馬丁路德金恩的畫。食物的味道如何倒是其次，當店員知道我們是來自香港的社會科學系學生後，與我們分享了許多他們的觀點。雖然加拿大是一個多元化的國家，但種族間的歧視問題仍然存在。如果一個地方包含不同種族，但歧視問題依然存在，那麼它還算是一個多元化的社會嗎？我和店員都認為種族間文化的交流才是種族共融的重點。



原本去多倫多大學是爲了體驗當地大學生活，欣賞多倫多大學豐富的建築藝術。但我們碰巧遇上當地大學生示威。他們關注的議題並不是多倫多，甚至不是加拿大本地的議題，而是以巴衝突。他們佔領了校園內的一個圓形草地，

搭帳篷，掛上標語示威。我們與示威學生了解了以巴衝突的情況，以及他們的請願內容。他們非常樂意分享他們的看法，以及他們如何在多倫多大學校內進行示威。我很欣賞他們對世界上發生事件的關心，畢竟以巴衝突對我們的影響微乎其微。可惜香港也難以再有機會舉辦類似的集會。

(黃力恒BSS-SW Year 2)

文化 / 社區特色



記得有一天到Gibson參觀，它是多倫多的一間社區中心，我們到場聽當地同事親身分享。他們的中心相比香港的十分大，我十分驚訝看到社區中心可以擁有四個羽毛球場。不過他們亦需要面對他們的問題，因為他們是沒有政府資助的，因此他們需要用盡方法去收集足夠的資金來營運。例如把運動場，活動室，廚房等一切資

源租給社區。我認為香港的中心也可以參考加拿大社區中心的模式，把部份場地租出而換取資金來維持營運。這樣可以達至雙贏的局面，香港市民能夠使用社區資源，中心機構亦能補足日常開支。

另外他們只有2位青少年工作人員，因此光應付日常的工作也比較吃力，幸好多倫多的文化與香港不同。他們的義工文化十分普及，很多人願意在空閒時間上做義工，大大減少他們的負擔。其中有一位來自阿富汗的女生，她的數學能力十分強，未來希望成為老師，同時亦很有興趣做義工導師。因此Gibson的同事為她開設數學補習班，招募有需要的青少年來上課，他們能學習到知識，阿富汗女生亦能為未來做老師而累積經驗。

剛巧在星期四有機會親身跟他們一起運動並且交流，討論加拿大的日常生活。當中最深刻的是與香港中學生聊天，他隻身來到多倫多讀書，巨大的環境轉變，居住在寄宿家庭，學習環境的變化，重新建立人脈關係，獨自一人面對一切，實在不易。這個個案令我更加理解新來港人士的困境，希望在未來能夠多開新來港人士小組，為他們提供助人自助的環境。

(張顯晉 HDSW Year 1)

文化 / 社區特色

在與當地大學的學生進行交流時，我們討論了各自國家的社會福利政策，尤其是對於老年人和低收入家庭的支援。首先在討論老齡化問題時，加拿大學生介紹了他們國家如何透過政府主導的退休金計劃和全民健康保險來支持老年人。這些制度確保了老年人在經濟和醫療上的基本安全，而這在香港則是一個重大挑戰，香港的老年人經常面臨經濟困難和健康保障不足的問題。這種差異促使我思考，作為未來的社工，我們應如何倡導政策的改革，以更好地照顧到老年人的需求。其次談及住房問題時，我們討論了香港極高的房價和居住空間狹小的問題，這對低收入家庭尤其具壓迫性。香港的房地產市場對多數市民來說是不可負擔的，這直接影響到他們的生活質量和社會福利。相對而言，加拿大的房價雖然在某些地區也顯著上漲，但政府透過提供公共住房和租金補貼等措施來減輕公民的負擔。這一對比使我意識到，作為社會工作者，我們需要不僅關注立即的個案管理，還要積極參與到制度層面的倡議和改革中。透過這些深入的討論，我們雙方都認識到了跨國學習和合作的重要性，尤其是在全球化的背景

下，許多社會問題都需要國際視角和合作方案。這次交流不僅加深了我對社會福利政策的理解，也激發了我對未來社會工作實踐的熱情和方向。

(林星余BSS-SW Year 3)



文化 / 社區特色

在異國他鄉，我感受到與香港截然不同的文化氛圍。加拿大是一個多元文化的移民國家，在這次交流團中體驗到了許多令人耳目一新的文化元素。首先是語言的差異，英語和法語是加拿大兩種主要官方語言，當中很多網頁都包含這兩種語言。在與當地人交流時，有時會遇到溝通障礙，就好像口音的問題，未必可以即時聽到對方的意思，但這也是一種跨文化學習的機會，提醒我們要保持開放的心態，注意聆聽和理解對方的文化背景。

其次，也感受到了加拿大文化的獨特魅力。無論是在城市街頭，還是在萬錦的社區，都可以發現他們獨特的藝術創作和宗教禮儀，因為很多地方都有教堂和塗鴉。能看出這個國家十分尊重民衆的創作及信仰。而香港對於藝術創作空間則比較受限，很多時都以影響市容為由，而將塗鴉清除。讓我反思公共空間的應用有沒有可能由市民出發，讓市民作出選擇。

此外，還有機會深入了解加拿大的多元宗教文化，我們曾經到訪北美華人教會，參與了他們的崇拜和聆聽牧師的講道，並且與教會年輕人進行遊戲帶領及衣食住行幾方面的交流，對於宗教理解和與教友之間的交流也有了更深入的體悟。



另外，十分能體現娛樂盛事化。在加拿大看了兩場球賽，分別是棒球和足球，可以感受到民衆非常享受。反觀香港這個金錢掛帥的地方，娛樂都只是賺錢的一部分，過於貴的門票及周邊產品阻礙了市民想參與的意欲，並非所有階層都可以享有娛樂。

(張梓聰 HDSW Year1)

社工專業發展

在頤康三天的學習，了解到加拿大的長者服務、房屋政策以及不同的創新方式去提供服務，這些方面的學習都為我帶來不同的啟發以及反思。雖然這邊的資源較為豐富，不論在金錢上、人手上，甚至土地資源上。雖然他們擁有不同的資源，他們也會善用一分一毫，有時候甚至會重複使用一些道具去為長者提供服務，然而卻能為他們帶來不同的效果！把這個情況套用到香港的情況，香港資源雖然不多，但善用資源以及以最少資源達到最大成效的重要性相信香港的社工也有很深感受。除此之外，頤康的創新長者服務也很令我深刻。有同學說到資源限制想像，認為香港資源過於貧乏，導致甚少新穎的長者服務。然而，我覺得最重要的是我或我們作為社工，內心的熱誠以及想像力。

除了社工自身的熱誠以及想像力以外，與不同持份者的協商以及合作對於創新的長者服務都很重要。最後，對於正面年老（Positive aging）的概念希望可以帶回香港。之前曾到一間長者鄰舍中心進行實習，當中了解到多數長者對於自己的自我形象都較為負面，認為自己沒有能力，沒有用，退休後很多時間不知如何是好。然而，這次的學習讓我醒覺，其實年老只是一個轉變的過程，從成人過渡到長者的階段。最後，希望自己也能轉變對於長者的既定印象，記住「老都可以好靚」這句句子。

(黃雪盈BSS-SW Year 4)



社工專業發展



During our visit to Yee Hong and the Gibson Centre, I gained a lot of insights, but what struck me the most was the enthusiasm and innovation demonstrated by every staff member. Consider the workers at Yee Hong as an instance. I could truly sense their pride in their work as they eagerly explained their duties to us. Providing senior citizens with various stimulating activities with table tennis and other props was one

particularly noteworthy activity. Designing new games one after another required countless attempts and continuous adjustments to achieve their goals. The dedication and effort put in by the staff are truly immeasurable.

In addition, it is essential to recognize the importance of the macrosystem. Toronto fosters innovative ideas more than Hong Kong does. Yee Hong gave out a message that “Just give it a try if you think it will be effective.” This ideology might have origins in Toronto's rather liberal and tolerant atmosphere, which shapes its citizens' prevailing mindset and lifestyles. Upon introspection, I find myself doubting my ability to persevere, be passionate about what I am doing, and the ability to think creatively. Meanwhile, I am puzzled if I could rise above my personal limitations and provide services that genuinely attract users' interest.

On top of that, there is a further significant concern to consider, which is the diverse definitions that are assigned to different objects in the two places. Along with the previously noted instances of “animals” and “pets,” I noticed a startling difference between the phrases “senior” and “elderly.” These terms have a significant impact on how people view the relevant groups and can influence how they view themselves. Thus, how many individuals truly embrace this idea even if positive aging is advocated in Hong Kong? How can seniors accept such a concept when there is a lack of acceptance? Toronto has been mindful of human rights issues from the beginning, which helps mitigate such challenges and prevents unintentionally stigmatizing a certain population. In my opinion, it is imperative that social workers develop more sensitivity and vigilance about any stigmatization, labeling, or prejudice that may be found in the definitions of any issue they encounter.

(管思穎 HDSW Year 2)

社工專業發展

至於在社會福利方面，加拿大作為一個社會福利國家透過參觀Yee Hong Center & Glbson Center, 讓我對加拿大的社福機構的運作模式和服務範疇有了更深入的認識。特別是老人長者服務，在Yee Hong Center三天的學習工作坊中，讓我學習到加拿大對於患有認知障礙症的長者及其照顧者提供大量一站式以及多化的社會服務，例如透過Play Intervention with Dementia, Music Therapy in Drum Circle，VR Games和透過Table Tennis 作為媒介的記憶力訓練來為長者帶來創新好玩的活動，同時亦達到訓練長者的認知能力和短期記憶力。Yee Hong Center 與加拿大政府和其他專業組織合作，為長者造就居家安老概念的生活環境，同時亦達致醫社合作的工作模式為有需要的服務使用者提供服務。最令我欣賞的是加拿大政府為服務使用者建立了強大的database,記錄他們使用過的社會服務，除了他們想分享的對象，所有資料同樣亦有保密協議，保障了服務使用者作為人類的尊嚴重。我認為香港亦可模仿加拿大建立一個相似的服務使用者Database & Networking, 從而使香港的社會福利服務更貼合以人為本的理念。

加拿大是一個安樂死合法化的地方，Yee Hong Center 一站式的善終服務配套設施十分完善，讓服務使用者能以較人性化及無痛苦的方式走完他們的人生旅程，保障了他們的尊嚴。雖然香港並不是安樂死合法化的地方，但對於生死的議題和服務仍然十分落後，希望我能將這個旅程所學的回到香港與更多不同的人分享，改變香港對於生死的觀念，推廣Active aging的概念。

(陳樂軒BSS-SW Year 2)



社工專業發展



頤康會引入了虛擬現實(VR)技術，通過VR讓長者沉浸式地遊覽海底和玩遊戲（砍西瓜）。對於行動不便的長者來說，VR技術打破了地域局限，彷彿置身其中，讓他們也有機會體驗，而不是沉悶和單一的遊戲。除此之外，

中心還有一系列適合長者的遊戲娛樂項目，如拋豆袋和drum circle等，讓長者在玩樂中鍛煉身體，尋找樂趣。

相比之下，香港的長者服務活動往往過於千篇一律，缺乏創新元素，很難引起長者的興趣和主動參與。即便是一些文娛活動，也多局限於一些傳統的表演和遊戲形式，缺乏科技元素的融入。這無疑在一定程度上抑制了長者的生活激情和參與熱情。

若要解決香港長者服務存在的沉悶和單一問題，政府和社福機構應該更多地借鑒先進地區的經驗做法，積極引入新技術和創新理念，開發更多富有吸引力的長者服務項目，我也希望能把這些創新帶回香港，有望能為服務使用者帶來樂趣和幫助。同時，我明白到要充分聽取長者自身的意見和需求，不斷優化服務內容，讓他們在日常生活中真正感受到幸福和充實。只有不斷創新和改革，香港的長者服務才能真正適應當代社會發展的需要，讓更多長者享受到豐富多彩的晚年生活。

(唐靖棋BSS-SW Year 2)

社工專業發展

在今次的交流中我十分榮幸地能夠參觀及學習頤康的服務，這個在長者服務方面擁有全面發展的中心令我擴闊對此類服務的看法，原來一個專注於長者的服務中心可以包含退休後起居飲食照顧直至臨終，堪稱「一條龍」服務，甚至當我知道當中的細節時，到對此完善和舒適的程度感到震驚。除了在系統方面有所學習外，一次親身的參與也令我感受到社工最重要的一—「熱誠」，短短的四十五分鐘中，與長者們互動時的社工讓我看見熱誠的重要。是有社工們的真心投入，才有服務使用者的信任和動力。而我也發現，原來長者不是我們想像中的「老人」，看見如此有可愛的長者，甚至感受到是他們帶動我們這群年輕人的活力。

除了參觀和認識當中的服務以外，頤康亦貼心地為我們講解了數個在加拿大流行的治療手法和理論。當中提及到老人在性方面的知識時，才讓我發覺其實性的需求只是人的基本需求之一，就算是長者有這類需求，其實也是在正常不過的事，只是香港的大眾文化中仍然對性的議題有所避忌。當中最啟發到我的兩句說話，「Live life to the fullest」及「熱誠是成為好社工最重要的元素之一」，前者是說無論人生活到幾多歲，都應該豐盛自己的生活，人在多少歲都要擁有讓自己無悔的生活，而作為社工的我們，應該讓自己的生活豐盛之餘，也要令我們的服務使用者有豐盛的生活。

(廖愷媚BSS-SW Year 2)



社工專業發展

頤康中心的服務內容也比較創新而且多元化。在香港，不少服務都有很多考慮的部分，例如保守或是進取、以人為本或是配合各種死板的規限等。但在頤康中心，我竟然會聽到與老人相關的性需要及親密行爲的研究及相關工作，這些根本很難在香港展開討論的。又例如它們



提供了play intervention for dementia、乒乓球介入治療、VR介入治療等，都是比較新穎針對長者服務的工作內容。

最重點的是，我比較關注更多長者照顧者的服務及工作。自己在過去有一段工作經驗是與照顧者相關，所以我嘗試帶着一些看法來看看加拿大的狀況會否可以借鑒於香港。香港的支援照顧者的政策一向比較弱，甚至可以說是亡羊補牢，當有照顧者壓力爆煲時發生悲劇，社會才會關注。在加拿大頤康中心，他們的服務其實與香港相約，主要是提供照顧技能及知識予照顧者參考，來支援其照顧工作。但我不認為這樣與香港相似的做法是足夠的，因為照顧者不只是照顧他人過活，他們也是人，應該有自己的生活、社交、metime等，但他們往往投入不少精力金錢去照顧他們的照顧對象。所以，我們不應只着重支援他們的照顧工作，因為這樣只是令他們的照顧角色的重擔放鬆一點，但不是提醒他們要找回自己的身份，好好照顧自己的需要，社會也要多關注他們的生活平衡，分擔照顧工作之餘，亦提供空間、資源及機會去讓他們放鬆。

(梁育浩 BSS-SW Year 3)

社工專業發展

而整段加拿大的旅程當中，我亦產生了一個啟發是空間限制想像。因為加拿大是一個空間很大，有無限創造潛能的一個空間。對比香港，香港做到的東西都因為狹窄的空間而導致香港做到的東西都非常有限制。從來沒有想過一間做長者服務的機構能夠直接處理長者的住屋問題和處理善終。這一條龍的服務亦讓我大開眼界和感到驚訝。同時亦讓我反思香港的社福界的機構發展。

首先，這次交流活動為我們提供了跨文化交流機會。在與當地大學生的交流中，我們分享了彼此的生活和讀書經歷的差異。透過這種直接的交流，我們不僅了解到加拿大當地的學生的生活習慣和軌跡。了解到香港和加拿大生活的差異，例如：香港經常乘搭公共交通工具，但加拿大以車輛作代步。因為加拿大地方大，難以用短時間去不同的地方，以車輛代步能夠縮短大部份的時間。可見，因為居住環境的地方能直接影響到不同的生活習慣和方式。



另外，我們亦有在一間做長者服務中心與中心內的長者進行交流。而當中，中心的一些活動方式亦令我們大開眼界，甚至作為年輕人的我們亦感到非常有趣味。而當中的長者亦是非常有活力和願意去參與當中的活動。因此，我感受到工作人員的真誠和熱誠，亦讓我希望能夠套用他們的活動方式和他的態度去帶優質的服務給香港的服務使用者。

(方浣滢BSS-SW Year 3)

社工專業發展

這次參觀了萬錦市的長者服務、青年及社區服務的機構，了解到加拿大的福利政策的不同，特別是安老服務。加拿大對於長者安老服務有較完善的地方，尤其是離院支援方面；在加拿大，醫院有專責同事評估離院支援是否足夠，而且該職的同事必需確保有接案社工，而且



在長者離院前兩者需要互相聯絡。這除了確保長者離院後有照顧服務外，亦令同一支援網絡的助人專業人士能夠互相聯繫，久而久之其實社工間都建立起聯繫網絡；相較香港，個案通常只由一位社工負責，壓力其實十分巨大。因此，是次加拿大的交流活動令自己反思到其實作為社工都需要支援網絡，除了減輕作為社工的壓力外，亦可令服務對象有更全面的服務。社工業界並非競爭關係，而應是互補的關係，或者未來社會服務業界可以有自己的互助組織，令服務對象有更多元和全面的服務。

另外，是次交流亦讓我們有機會接觸有關老年性需要的議題。當時講者提到，社工需要先處理好自己的心理關口才開始服務，如果實在不能，中心可以安排其他同事接手處理。這令自己反思到自己作為社工不需要認為自己不能拒絕，其實社工也是普通人也需要照顧自己的心情和感受。

(袁鴻毅BSS-SW Year 3)

個人成長

這次加拿大之行,不僅讓我對社會工作有了更深入的認知和思考,也促進了我個人的成長和進步。

首先是在溝通方面,由於語言和文化的差異,我在與當地人交流時曾一度感到很大的壓力。但是在與當地人交注流的互動中,我學會了如何以更包容、開放的態度傾聽對方,耐心地表達自己的想法。這種跨文化交流的經歷,不僅提升了我的語言表達能力,也增強了我的同理心和適應能力。

其次是在團隊合作方面,在此次考察活動中,我們需要與不同同伴通力合作,完成既定的任務。在這個過程中,我學會了如何協調分工,相互配合,並以開放、包容的心態接受他人的意見和建議。這不僅鍛煉了我的組織協調能力,也培養了我的團隊意識和合作精神。

最後是在自我認知方面,通過這次經歷,我對自己的興趣愛好和未來發展方向有了更清晰的認識。我發現自己對於社會工作事業有著濃厚的興趣,並有強烈的責任感和使命感。這種對未來的明確定位,讓我的人生規劃更加清晰,也增強了我為之奮鬥的動力。

總的來說,這次加拿大之行不僅是一次專業視野的拓展,也是一次具有里程碑意義的個人成長之旅。我會珍惜這次寶貴的經歷,並以此為基礎,不斷提升自己,為未來的工作和生活做好充分的準備。

(謝詠而BSS-SW Year 4)



個人成長

當中其中一個由頤康人員所提出的關注點：長者的親密感和性需要，讓我對長者的需要有了新的看法。過往的我未曾想過，亦未曾關注長者在性方面的需要，以至於我未能意識到這個話題在香港是一個禁忌。大多人都忽略了長者的親密感和性需要，以為長者並沒有親密感和性需要...我亦因此感受到自己的視野變得更加廣闊，不再只局限於香港的情況，而是更加察覺到某些出現在香港的情況並不只是發生在香港，也會有可能存在於不同的國家。所以在專業發展方面，我作為社工亦可以了解以及參考不同國家的情況和處理方式，並嘗試調節至適合香港的模式，從而能夠應用在香港，為服務使用者提供更好的服務，改善香港的情況。我亦通過是次考察團增加了對加拿大政策、安老、民主方面的了解以及知識。這對於我作為社工以及對之後的個人發展添加了不少新的見解，例如長者退休後的生活也並不一定只是沉悶地每日重複做一樣的事，而是可以探索不同的可能性，例如頤康所提及的跳舞、打乒乓球，也會因應不同的服務使用者特性來調整服務內容，例如若長者行動不便也可以改為坐着打乒乓球；擔心長者在打乒乓球時會失平衡，於是制定規矩若長者沒有把其中一隻手扶着乒乓球枱，便會扣一分，以此提醒長者在投入打乒乓球時也要兼顧其人身安全，避免長者跌倒。這些活動設計亦讓我感受到他們作為社工的熱誠、投入，同時也讓我對於投入長者服務有了新的一番感受。

(王丹妮BSS-SW

Year 4)



個人成長



This trip to Toronto was a valuable experience that taught me a lot. I learned the importance of cross-cultural communication, deeply felt the beauty and power of nature, and was full of curiosity and interest in the city of Toronto. This journey not only enriched my knowledge and experience, but also made me more mature and open-minded. I believe this experience will have a positive impact on my

life and inspire me to explore the world more actively, understand different cultures, and make myself more comprehensive and richer.

This journey also made me aware of my own growth and changes. In the exchanges with other college students, I not only learned new knowledge, but also discovered my own shortcomings. Sometimes, I may have difficulty communicating with others, but this experience made me work harder to learn and improve my communication skills. I realized that good communication skills are very important in order to become a better team member and social person. Therefore, I will work harder to learn and improve my communication skills to cope with various challenges that I may encounter in the future.

Finally, I would like to share my expectations and plans for the future. Through this trip to Toronto, I realized that I have a strong interest and passion for cross-cultural communication and internationalization. Therefore, I plan to look for more similar opportunities in the future, actively participate in international exchanges and cooperation projects, expand my international horizons, and be fully prepared for my future career. I also hope to give back to the society, contribute what I have learned to the society, and become a person who contributes to the world. I believe that through unremitting efforts and persistence, I will be able to realize my dreams and make my life more exciting and richer.

(洪政男BSS-CS Year 3)

個人成長

在個人成長方面，我比起以前在香港更努力使用英文與當地人交流，這是我有更大的信心，打破說英文的恐懼。我認為自己的英文程度不高，因此我頗擔心與當地大學生進行交流，害怕自己不能與他們溝通。但是我發現其實他們都很親切，並用心聆聽我所說的話，從中亦有所交流及談及香港不同的房屋政策，不同的獨特文化等等，所以我頗欣賞自己有打破對說英文的恐懼，盡力與他們交流，讓我有不一樣的收穫，例如我更認識加拿大當地的社會政策，當地人喜歡的食物等等。所以我有更大的信心去做一些自己不擅長的事，亦希望回到香港的時候，能有更多不同的機會去練習自己的英語能力，能夠在之後與不同世界各地的人進行交流，了解他們的文化。

在文化方面，透過不同的旅程中我體驗了加拿大的多元文化，對此我很深刻。加拿大人很親切，他們願意與我們分享當地的文化特色，以及經過這14天的親身體驗，我認為加拿大真的擁抱着多元文化。因加拿大是一個移民國家，因此不同的移民社區帶着自己的語言、飲食、節日等文化特色，這大大豐富了文化多樣性。例如這裏的飲食文化有很多風格，港式，美式，日式，韓式等等，這裏有包羅萬有的款式。另外透過與當地人聊天，我發現加拿大人很願意分享以及與陌生人聊天，我曾經被外國人讚美我的穿搭，而香港華人都是較為內斂的，這是很明顯華人與外國人的分別。我很喜歡加拿大人這種讚美別人及願意主動與人交流的文化，亦期望回到香港時，我能實踐這種文化。

(馮嘉儀BSS-SW Year 3)



鳴謝 (排名不分先後)

1. 青年發展委員會
2. Gibson Center
3. Yee Hong Ho Lai Oi Wan Centre
4. North York Christian
Community Church
5. York University