

文慧妍 The Project Futurus 創辦人

Date: 26 / 6 / 2023

# 一盅兩件的快樂



疫情過後，終於重回忙碌的步伐。昨天到安老院舍又完成了一場「流動五感大茶樓」，不知不覺已經舉辦了超過50場，「老友記」在一片歡樂氣氛下品嚐美食，滿足了胃口，亦重拾溫暖窩心的感覺。回想當初，從零開始推廣軟餐和籌辦「流動五感大茶樓」的點滴，彷彿是昨天發生的事。

四年前，我創辦了樂齡社企 The Project Futurus，不時探訪安老院舍，都會見到有吞嚥困難的院友，因吃「糊餐」而食慾不振，影響吸收營養，但卻十分懷念飲茶的日子。於是我便構思「流動五感大茶樓」社區計劃，將茶樓帶入安老院舍，因應他們的吞嚥能力，提供包括正餐、碎餐和軟餐的精緻點心，令長者彷彿置身茶樓一般，吃過一盅兩件。

## 將茶樓搬進安老院舍

記得首場「流動五感大茶樓」於2020年開張，正值疫情相當嚴峻。團隊排除萬難，做足防疫措施，盡力保障工作人員及院友健康。大家帶上茶樓佈景道具、點心，與團隊和義工們拍住上，將安老院變成大茶樓，我是部長、他是伙計、她是知客，個個投入角色。

我們推著點心車，開壺普洱茶，奉上造型逼真的軟餐點心，蝦餃、燒賣、叉燒包等應有盡有，現場還播放著懷舊金曲，讓「老友記」再嘗久違的飲茶滋味。有婆婆緊緊捉住我的手表示感謝，有伯伯因再次感受



我另一個身分就是軟餐俠，一身銀髮super hero 打扮非常搶眼，為大家解答有關軟餐疑問。



到關愛而泣不成聲，他們訴說昔日與兒孫飲茶的片段，話匣子就這樣打開，同時亦打開了長者的內心。

飲啖茶、食個包，對常人來說是平凡不過的事，但對吞嚥困難患者來說，卻是遙不可及，慶幸我們可幫助他們重拾飲食的尊嚴與樂趣。

## 化身軟餐俠作推廣

事實上，不少長者，甚至癌症患者，都面對吞嚥困難的問題。因此，The Project Futurus的另一個使命，就是推廣軟餐，及開辦軟餐學堂，讓照顧者學習製作軟餐，提升長者及吞嚥困難患者的生活質素，攝取更多營養之餘，並生活得更有尊嚴，減輕照顧者的負擔。

為了增加大眾對軟餐、腦退化症、有尊嚴飲食的認識，我和團隊決定以八格漫畫傳遞訊息，希望更富娛樂性，團隊甚至特地為我設計了「軟餐俠」的英雄角色。還記得當初裝扮成「軟餐俠」時，難免有點尷尬，但往往吸引很多人查詢關於軟餐的問題，漸漸覺得肩負起社會責任。

## 獲馬會捐助項目認可

很感恩我們推廣樂齡生活的工作，逐漸獲得外界認可，包括今年連續第二年成為「賽馬會齡活城市『全城·長者友善』計劃」的參與機構，共同推動香港成為「齡活城市」。(編按：為鼓勵社會各界共同建構長者及年齡友善城市，此計劃是馬會慈善信託基金策劃及捐助的「賽馬會齡活城市計劃」旗下項目之一，自2018年起舉辦，是首個連繫各界持份者，包括商界、政府部門及公營機構推行各項長者及年齡友善措施的活動)



長者一句「今日好開心呀！」對我來說已經是最大回報。



點心車穿梭大茶樓，為長者送上軟餐點心，燒賣、鳳爪、牛肉球，個個食慾大增。



軟餐以手工精心製作，有時用模具定型有時會發揮創意。茄汁蝦的蝦身以真蝦肉打碎製成，接上蝦頭蝦尾，口感軟身易吞嚥，賣相味道與真正茄汁蝦無異。

如欲了解更多軟餐的食譜，可到「軟餐俠」YouTube頻道觀看影片

<https://youtube.com/@CaptainSoftmeal>

