



# 總結、呼籲及倡導

蕭穎女士

照顧者易達平台召集人

浸信會愛羣社會服務處長者綜合服務服務總監

面對疫情嚴峻，謹代表「照顧者易達平台」再次向所有醫護人員表示衷心的致敬，多謝你們堅守崗位，克盡己任照顧每一個病人。

在此也向一群在社區照顧家人的照顧者獻上衷心感謝，你們默默地付出，成為家庭和社會的祝福！

今天的資訊發佈，就是讓更多人關注社區內照顧者，共同建立一個照顧者友善社區。

# 3 大發現

## 1. 女性作為主要照顧者

數據反映不同類別的照顧者大部份都是女性，女性照顧者比例佔整體照顧者超過8成，社會普遍認為女性是「天生的照顧者」，因此照顧的重擔一般落在女性身上。

## 2. 特殊教育需要(SEN)兒童照顧者的照顧時數超高、全職照顧無酬的情況令人擔憂

是次數據顯示SEN兒童照顧者每周照顧時數61小時或以上者更高達七成(70%)，照顧時數與全職工作時數相若，反映她們極之缺乏喘息時間。SEN兒童照顧者主要為較年輕的母親，不但因照顧兒童而失去職業發展的機會，同時也是長期無酬全職工作，壓力尤其沉重。

## 3. 「80後」照顧「80後」。更老護老情況嚴重

老來相依，以老護老是香港社會的普遍現象。數據顯示有接近九成(88.5%)的71歲或以上護老者正在照顧同齡或以上的長者。當中令人關注情況是更老護老，有接近30%的81歲或以上群組的長者正在照顧60歲至80歲的家人，對高齡照顧者而言，他們的體力是否還能承擔照顧別人的工作呢？高齡照顧者所出現的風險不但令人憂心，在第五波疫情下更是雪上加霜。

# 3 個呼籲



## 1. 照顧者切勿忽略自己的需要。

照顧者切勿忽略自己的需要，及早尋求協助。照顧工作是長遠的歷程，呼籲照顧者切勿忽略照顧自己的需要。

另外，社區上仍有不少有需要的隱藏照顧者，呼籲他們主動尋求支援，及早獲得適當的資源、知識和技能等協助。

## 2. 照顧工作不要由一人獨力承擔。

照顧工作不要由一人獨力承擔。鼓勵家庭中的不同成員，能互相體恤、共同分擔。平台認為「照顧是一家人的事」，建議積極推動政策，鼓勵僱主實施照顧者友善措施，不但減輕在職照顧者的壓力，更鼓勵更多在職男性主動參與直接照顧工作，分擔女性在家庭的照顧責任。

## 3. 呼籲更多社區持份者大發熱心參與支援照顧者。

鼓勵僱主實施照顧者友善工作措施，讓更多家庭成員可以參與照顧工作。商戶、診所等為照顧者提供更多優惠或便捷服務，大廈管理公司或保安也能為照顧者提供一些支援，例如建立通報和轉介及早察覺有迷路的長者、和有需要支援的照顧者等等。

# 3 個倡導

- 1. 制定照顧者休息日，安排後備照顧者**，特別是每位超過70歲年長照顧者，在緊急或有需要情況下代為照料家人，讓照顧者能安心及有休息時間，減輕照顧壓力。
- 2. 政府提供恆常照顧者津貼**，為全職無酬照顧者提供經濟支援，角色的認同，特別在疫情期間為照顧者提供特別津貼，以應付抗疫的開支，減少財政的憂慮。
- 3. 提供一站式的照顧者服務資訊平台**，結集喘息服務、社區資源和各類資訊，讓照顧者獲得快捷、便利及準確的資料，省卻照顧者搜尋資料的時間，也能減少很多不必要的擔憂和誤解。

# 總結



集合社區公、商、民的力量，大家大發熱心，構建照顧者友善社區，讓照顧者得到**尊重、支援、認同**，是我們「照顧者易達平台」的成立目的。

成員機構



請支持照顧者易達平台

讓照顧者生活得更輕鬆

<https://www.carereps.org>

