

藥、以人工及機械除草代替除草劑，配合安全用藥及合理化施肥，除了產品品質提升、儲架壽命延長，也降低整體果園的損耗率。

## 結語

產銷履歷達人背後都有發人深思的小故事，而這些小故事除了開啟個人事業發展契機外，也深深觸動消費者的心。本文簡單介紹本場轄區111年度產銷履歷達人，讓我們生活周遭的小故事引起農民的興趣，進而走進產銷履歷生產、獲選產銷履歷達人。112年度產銷履歷達人徵選活動也會在4、5月間辦理，歡迎已經導入產銷履歷生產的農民朋友踴躍報名參加，共同推動產銷履歷政策，降低環境負荷，促進永續農業發展，朝向健康、美好的未來邁進。



文·圖/吳倩芳

## 前言

藉由園藝活動來療育的工作很多人在進行著，本場也在高屏地區的日間關懷據點、安養中心或是大學所設的樂齡大學陸續進行多場園藝活動，姑且不論種植什麼植物，但看到他們的心情及行為，筆者心裡想著，喔～原來資深美女/帥哥也可以很High！一場日間關懷據點的開場，我說：一早朋友問我今天有外出嗎？我回－今天要去跟老人玩。一位女士馬上舉手，老師，我們是資深美女，不是老人喔！我馬上改口－各位資深美女/帥哥早上好，他們的心境是快樂的，跟年齡成反比。

## 促進人際關係 結交朋友

資深美女/帥哥每天來上學，報到時志工們為他們的健康把關－量血壓、心跳，進教室看到桌上植物就會好奇問，這是今天上課的材料嗎？哈哈，從這個時候就開始讓他們動腦了；再聽他們之間談話內容，有人開始說出植物名稱，也有人分享利用果皮自製肥料的祕方，更有

人開始說出上次種植作物的生長情形，這都是利用園藝活動讓他們可以增加人際關係及結交朋友的方法；但也有人悄悄無聲的進來就坐。

## 動動手

考量資深美女/帥哥的居住環境及行動能力，於是本場利用不同的園藝活動方案(如多肉植物組合盆、植物繁殖、香草植物種植、豆類裝飾品等)，來讓他們活動一下筋骨、頭腦及手指，從65歲到90歲都能完成作品，在活動進行中也勇於發問並與老師們討論，當作品完成時還舉手問老師，這樣對嗎？他們是認真又勤快的學生。

動手開始操作後，出現不同反應。有的人很直接的表示－不要拿這些來讓我忙了，有的人則是露出期待的眼神，甚至有的哇哇叫說她的手不靈巧沒辦法做。千萬別急啊！經由老師的講解及操作示範與個人指導後，這些聲音逐漸變成互相幫忙指導及談笑聲。樂齡大學83歲的資深美女在做紅豆節慶吊飾時，她說其罹患類風濕關節炎，用鑷子夾紅豆無法順利操作且手很痛，做的不漂亮，筆者鼓勵她慢慢來，不要在意美醜。她默默地操作一陣子後突然大叫－我找到讓我手不痛的方法了，因為她捨去鑷子，用手直取紅豆，不但手不痛，速度也加快，作品漂亮；她為自己找到方法而高興！

有對夫妻默默地操作著，也有同學幫著他們，筆者上前了解是否需要協助時，資深帥哥說，他有帕金森症，太太有初期的失智，女兒鼓勵他們出來參加活動，多與人接觸，於是來上學。他們的動作雖然不快，但在同學的互相幫忙下還是順利的完成，並拿著作品快樂拍照留念。

日間關懷據點的90歲資深美女，她跟著同學在本場研究人員及志工的指導下，每次都能自己完成作品並跟同學分享。讓筆者不禁想，我90歲時也能這樣自如嗎？每次活動最後總會來個



83歲罹患類風濕關節炎的資深美女展示她完成的成品

1. 空氣鳳梨的家－她將它作為耳飾
2. 紅豆節慶吊飾



90歲資深美女穩妥的種著香草植物

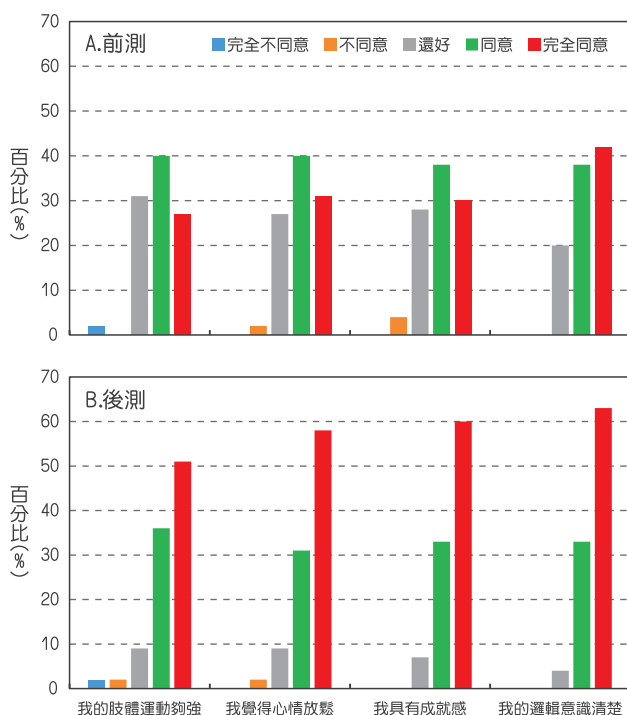


資深美女高興著被抽中選禮物

大摸彩，讓大家更快樂的拿著獎品回家。當聽到自己的號碼被抽到時，邊歡呼邊跑到臺前選自己喜歡的植物，真的不是老人，只是資深而已。

### 園藝活動真的可以讓他們有成就感嗎？

為瞭解園藝活動對學員的幫助，於是利用筆者設計操作比較困難的紅豆節慶吊飾方案，請本場策略聯盟國立高雄師範大學樂齡大學學員試作，以了解方案操作上有無難以完成或需改進的地方，便於日後執行推動，故在操作前後利用簡易問卷進行效益評估，樣本數為53人，其年齡分布分別為41~55歲3人、56~60歲9人、61~65歲9人、66~70歲11人、71~75歲17人、76~80歲0人及80歲以上4人。由統計數據顯示，測前覺得自己肢體運動夠強完全同意的占27%，心情放鬆占31%，具有成就感30%及邏輯意識清楚占42%；活動操作後測得覺得自己肢體運動夠強完全同意的占51%，心情放鬆占58%，具有成就感60%及邏輯意識清楚占63%，顯示操作者於操作後的健康評估有提升的效果。此方案對於長者而言較為困難且所需時間較久，操作者從剛開始的心情不耐煩、逐漸安穩至最後的操作順利，甚至操作者自述其實也不難，只有剛開始因不熟悉而覺得困難而已，只要抓到訣竅就可完成。



操作者於製作紅豆節慶吊飾活動前後之自我評估

### 結語

不論是健康或是亞健康、甚至是不良於行的資深美女/帥哥，他們都是需要關懷與照顧，只要願意邁出門來"上學"、動手做或與人交談，對他們而言都是正面的能量。園藝活動也算是一種陪伴，操作種植過程中，跟他們聊天、協助操作是一種交流的陪伴；成品讓他們帶回家照顧，看著植物的生長發育，又是另一種心靈的寄託與成就。而能夠陪著資深美女/帥哥一起玩，也是我們的小確幸！