

Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council

Embracing Death Enriching Life

CHOW Mee-tim

Sharing of Best Practice for ENABLE Alliance – Wisdom for Promoting Life & Death Education in the Community

Philosophy

Learning to accept death as natural part of life
Free oneself from fear of death & further enrich one's life

豐富多采人生路

Embracing Death
擁抱生命有盡時

Enriching Life

Through living a full, an individual will embrace one's death

Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council

Service Components

Residential Care

Home & Community Care

Psychosocial & Spiritual Care

Volunteer Service

Life & Death Education

Services range from good death (quality care for persons facing death) to good life (promotion of a fulfilling and enriching life)

Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council

Feature & Characteristics of Life & Death Education

Embracing the dying process

Life & Death Education

Individual philosophy on death, and life after death

Philosophy on life: mindfulness, living the present moment

Supportive Groups

Bereavement Groups

Talks & workshops

Cultural values and religious teachings on life, death, dying and life after death

Grants to subsidize fulfillment of last wishes of clients

Visits to funeral parlor

Discussion on funeral plan and make a will

Researches on end-of-life subjects

Publish learning resources i.e. periodicals, books

Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council

Theme & Subjects of Life & Death Education

Planning a good death

Saying goodbye

Breathing meditation

Making peace, Reconciliation

Discuss death with loved ones

Thinking about your loved ones

Draw up a legally binding will

Planning a funeral

Spiritual

Emotions

Practical

Service Users

Family members, friends & relatives

Volunteers

Staff Members

Community

Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council

Examples: Bulletin for Family Carers

講老新天地

豐富多采人生路
擁抱生命有盡時

<http://www.skhwc.org.hk>

Examples: Booklet on preparing a good death

圓滿人生
如何面對生命的終結

活出意義
死亡雖然是一生中最後發生的事情，但它也是人應以有的生命，這無關痛癢的觀點。

擁抱生命
親親自己，處處在還有獨特一點的自己，但你是沒有能力的時候，你還是保持你的心靈。

我們常希望自己能『走得安詳』其實『走得安詳』是說死後；身體沒有太大、太長的痛苦？

到底何時死？對別人沒有精神上或其他的虧欠？人能夠原諒，與朋友能夠共處？這解決了心願或遺憾？生命還有什麼？

要『走得安詳』，便要守自己不要帶着遺憾去；當你想好如何過一生或如何死，當你可以擁有的事都有條理，那麼你才可能沒有遺憾去面對死別，與親朋好友一『齊』「死」。

神道萬物，最後其終極為萬物，又將生命安置在別人心中。

香港聖公會福利協會

Examples: Booklet on caring for your dying loved one

當摯愛病重
如何一起面對生命的轉折

面對生命的轉折
有否仍未講的說話？未了的...

圓滿人生
圓滿人生—整合人生片段、達成未了心事

當摯愛人逐漸失去行動能力，病人能否跟隨病人意願自己的生與死，讓摯愛人掌握病人最後的精神面貌，協助摯愛人自己、與摯愛人、與親友共同面對，病人最後生命階段的心願與遺憾的完成。

- ◆ 摯愛人，寧願在生命中心有遺憾嗎？
- ◆ 自己曾經有那些遺憾，遺憾什麼了？
- ◆ 自己曾經失去過機會，遺憾？
- ◆ 心裡有沒有遺憾？
- ◆ 遺憾如何面對，經歷難關的時刻？
- ◆ 摯愛人還有那些遺憾？
- ◆ 那些未曾說的話，難得說出的事（子女死別、摯愛人、摯愛人如何）
- ◆ 最不想得的人、摯愛人嗎？

- ◆ 摯愛人，寧願在生命中心有遺憾嗎？
- ◆ 自己曾經有那些遺憾，遺憾什麼了？
- ◆ 自己曾經失去過機會，遺憾？
- ◆ 心裡有沒有遺憾？
- ◆ 遺憾如何面對，經歷難關的時刻？
- ◆ 摯愛人還有那些遺憾？
- ◆ 那些未曾說的話，難得說出的事（子女死別、摯愛人、摯愛人如何）
- ◆ 最不想得的人、摯愛人嗎？
- ◆ 有甚麼遺憾未能說出的遺憾？

香港聖公會福利協會

Examples: Book on Life & Death Education for Elders

窗外有青天

Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council

Thank You

Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare Council