

文  
林喜兒

# 開啟銀齡戲劇人生

——  
以「長・智・戲」專業訓練  
計劃作為案例

提到長者與藝術文化，大概只會想到粵曲、書法這些靜態活動，不是興趣就是閒娛，跟職業、專業沒有關係。然而隨著長者、老友記、銀齡、金齡，這些詞彙愈來愈多，雖然都是指向年長人士，但卻朝向正面積極，甚至歌頌歲月的意義。長者透過藝術文化開展退休生活，不只個人有所獲益，更可成為重要的社會文化力量。由「Arts' Options」藝術總監陳桂芬（Brenda）和行政總監布韻婷（Rebecca）創立的「長·智·戲」，是全港首個以訓練長者成為專業表演者為目標的團體。雖然坊間也有為長者而設的戲劇團體或課程，但長·智·戲除了強調專業以外，更著重長遠及可持續的發展。她們相信戲劇是每個人應有的權利，更深明戲劇不只是興趣玩樂，還可以成就豐盛人生，即使是退休人士，也可以藉著戲劇開展人生下半場。

## 藝術的力量

「長·智·戲」長者專業表演藝術訓練計劃自二〇一九年開展，不過意念卻早在二〇一四年萌生，當時一部日本作品，由蜷川幸雄導演的《烏鵲，我們上彈吧！》在香港上演，Brenda和Rebecca因為很多朋友推介而入場觀看。Rebecca分享：「入場之前對這齣作品完全沒有概念，看完覺得很驚訝，當中的演員平均年齡接近七十六歲，還能夠在專業的舞台上演出，心想自己到了那個年齡，還能不能做到呢？想到香港是不是應該有這樣的劇團？」時為二〇一四年，Brenda說社會氣氛也給她很大的衝擊。「那時的狀態是有一點混亂，感到極端無助。剛好看到《烏鵲，我們上彈吧！》，內容是關於一班老人家佔領了法院，最後就算犧牲了也不後悔。當時我五十多歲，看著平均接近七十六歲的人在台上演出，很具啟發性，原來老了也可以這樣。我在八十年代開始以玩票性質參與戲劇，也因為工作放棄了個人興趣，這時才醒覺人生下半場還可以很精彩。既然我有這些能力，那就不要浪費了。雖然我不知道可以做到甚麼事情，但是『藝術力量』這四個字不停在我腦海出現。」

Brenda和Rebecca是資深舞台工作者，同時亦在商業機構從事行政管理工作多年。受到《烏鵲，我們上彈吧！》的啟發，兩人開始構思，如何可以聚集到一班長者做些事情，

而且不是做單向的施予者，而是建立雙向的關係。Brenda說：「我們開始做資料搜集，發覺香港專為長者而設的活動，多是社區中心的興趣班，例如粵曲、書法、插花之類，戲劇班也不多。其實當時已有不同的社區長者劇團，一般由慈善團體、婦女中心舉辦，規模很小，也沒有註冊成立公司，就像一般香港業餘劇團的生態。」兩人也參考了海外的相關研究報告，發現原來英美在七、八十年代已經做很多這類的研究。Rebecca指出：「這些研究多是以關注健康出發，對象各有不同，有些是專注老人院，有些是關注不同疾病的治療……不過這些研究通常是橫跨不同的藝術類型，如舞蹈、音樂等等，專注在戲劇的研究約有七十七篇，而且都是從長者的角度出發，例如戲劇如何提升他們的社交能力、創意和自信等，同時也看到長者的文化價值如何影響社會文化。英國的英格蘭藝術委員會、國民保健署也曾進行這些研究，結論都是很支持發展長者戲劇。」



二〇二四年八月，陳桂芬（前排左四）和布韻婷（前排左三）與「長·智·戲」計劃學員到新加坡的商場巡迴演出 — 照片鳴謝：Arts' Options

## 漏斗型設計 不只是興趣班

二〇一四年開始醞釀，兩人說到了二〇一六、一七年才開始認真寫計劃書，敲門找資助，卻得不到回應。Brenda憶述：「我們嘗試向不同機構和組織尋找資助，他們大多跟你聊一下，然後就沒有下文。我想那時大家都不太明白我們的概念，簡單來說是除了要讓長者發掘自己喜歡的藝術，還要提升技能。而對方便會懷疑，對長者來說是否可行？培訓長者在戲劇方面發展，有甚麼作用？一般人也認為長者已經退下來，正處於休息的時間，為甚麼還要讓他們重新開展事業，是要做甘草演員嗎？對於培訓長者成為我們口中的半專業甚至專業演員，他們覺得好像意義不大，也不覺得有急切的需要；更甚者，有人認為要做長者服務的話，直接給他們福利似乎更實際。」Rebecca接著解釋她們的計劃其實有點另類。「根據我多年在商業機構工作的經驗，做計劃書申請資助，一定要以數量出發，即是要有最多的受惠者，目標要很闊，但不需要很深入。而我們這個計劃卻是『漏斗型』，概念是在不同階段會篩選一些學員，然後再訓練他們，逐步讓他們變成專業，可以在人生下半場發展一個新的領域。目標受眾方面，我們想到兩個層面，第一是以前很喜歡戲劇，但因為要照顧家庭而放下個人興趣的人，他們退休後是否可重拾志向？第二是素人，他們會不會現在才知道原來自己有這方面的天分？事實上也有七、八十歲才發展成為國際一流的畫家，為甚麼我們戲劇界不可以嘗試尋找這些藏著的珍寶呢？我們從一開始就是在這兩個層面思考我們的計劃，不是想辦純粹的興趣班。我們希望透過戲劇促進長者的身心靈健康，也期待可以發掘新的藝術力量，讓他們在提升技能後能回饋社會，好像銀杏館專門聘請長者做侍應、廚師，我們也可以在藝術行業做類似的事。」

在摸了不少門釘後，Brenda和Rebecca終於找到資助者。「長·智·戲」長者戲劇藝術啟導計劃獲領展「愛·匯聚計劃」贊助，在二〇一九年開展，為五十五歲或以上長者提供專業並具持續性的戲劇藝術培訓課程，目標是發揮長者潛能，讓他們走進社區，與社會連繫，同時啟發他們將興趣發展成第二事業，並以成立全港首個長者專業劇團為長遠

目標。<sup>1</sup> Rebecca提到為何會編寫一個漏斗型的課程設計，就是結合了資助者的角度和她們的目標。「資助方需要的是闊的層面，期望接觸最多的人，所以我們首先找長者中心合作。我們在第一階段先開辦體驗班，讓參加者知道戲劇是甚麼，看看有沒有興趣，如果有的話，接著便是遴選。這個階段不只是看你有沒有能力，還要看你是否真的很有興趣，而且個性是否合群，這也是關鍵因素，因為戲劇本身是一個團隊的合作。」從最初的戲劇體驗課程開始，然後進入遴選工作坊，再從中揀選四十人參與專業培訓課程，之後便是公開演出和社區巡演，這就是啟導計劃的基本架構。計劃一共推出了三屆課程，有接近600位長者參加體驗課程，當中有七十五位完成了500小時的訓練，而曾參與課程的長者都成為了戲劇的愛好者。「他們喜歡上戲劇，市場上多了這一批觀眾。假設一個戲劇節目有四至五場演出，每場演出平均有三十個長者觀眾，加起來便多了一百幾十至200個觀眾。他們看到我們在群組內宣傳其他劇場節目，很多都會購票入場。其實在闊的層面上，我們也在做觀眾拓展。」



「長·智·戲」計劃學員上戲劇培訓課堂 — 照片鳴謝：Arts' Options

<sup>1</sup> Arts' Options 「長·智·戲」長者戲劇藝術啟導計劃。【啟導】計劃簡介。  
<https://www.arts-options.org.hk/啟導計劃簡介>

Brenda進一步闡釋這個漏斗型的設計：「整個『長·智·戲』計劃分不同階段，首階段是『啟導』（Inspiration），是純粹的啟發，告訴長者學員甚麼叫戲劇，讓他們感受到，原來戲劇是可以令人很開心。第二階段是『展航』（Transformation），就是個人的轉變，由一個素人，不敢站在公眾面前說話，到後來敢於去試鏡，敢作出不同的嘗試。至於在社會層面，就是訓練他們成為導師（Train the trainer），希望他們學有所成，回到自己的社區中心去做導師，當他們看到自己可以教導其他人，也增加了自信。最後一個階段就是『扎根』（Deep rooted），長者導師走進社區，到社區中心或者他們原本所屬的長者中心，將戲劇活動變成一個常規活動。我們希望專業培訓系統已夠成熟，做到一個可重複的模型並持續發展，延續長者戲劇的理念。我們最終希望能夠成立長者藝術中心。」她們提到在課程總監李俊亮的策劃下，專業培訓課程的設計參考了香港演藝學院的課程，雖然沒有正式認證，但在師資和課程時數上，大概已達到高級文憑的水平。「長·智·戲」計劃跟其他長者戲劇計劃不同之處，正是其目標不只是一次性或短期的活動，也不是以數量出發，不論是課程或是演出，都強調當中的過程。從初階到進階，從素人到專業，即使在計劃結束後，也可以回到社區成為導師，真正開展人生新一頁。

## 成效顯著 延伸活動

「長·智·戲」計劃成績顯著，獲領展繼續資助「長·智·戲」金齡多元藝術展航計劃和「長·智·戲」金齡多元藝術扎根計劃。首先在二〇二一年舉辦全港首個關於長者藝術的大型論壇「金齡多元藝術寶藏」，主題是「老友記與藝術」，邀請了本地不同藝術界別，包括戲劇、舞蹈、文學、電影、視覺藝術等的藝術團體及藝術家參與。二〇二三年續辦第二屆論壇，主題為「老友記的藝術與社會」，探討金齡藝術與社會的聯繫，除了本地專家與學者，更邀請了海外藝團參與，包括台灣「果陀劇場」、廣州「木棉劇團」、英國「The Performance Ensemble」等。Brenda表示現時長者藝術於世界各地已相當普遍，但香港仍處於萌芽階段，所以希望透過論壇進一步加深公眾對金齡藝術的認識。

論壇以外，長·智·戲更進一步到海外交流。二〇二三年，劇團獲「英國列斯文化年」邀請到當地演出，同時前往曼徹斯特及羅切斯特巡演。Brenda說其實最早計劃在二〇二〇年春天到海外演出，無奈因為疫情擱置了。「大約在二〇二一年底，英國列斯市議會邀請我們參與當地文化年活動。我們希望讓長者學員擴闊眼界，看看海外的長者藝術是怎樣，更可認識當地做長者戲劇的藝術家。我們有十一位學員前往英國，此行演出每場有80至100個座位，入座率約八成，其中大概三成是外籍觀眾。讓我們感到高興的是他們即使不看字幕，也能大致明白獨腳戲的內容，演出後更有不少觀眾主動上前交流。學員得到當地人的反應迴響，自信心也增大了，回港後與其他學員分享，更說是終生難忘的體驗。二〇二四年再接再勵，到新加坡的幾個商場巡演，演出劇目是之前因疫情而取消的《飛越老人院》，當地觀眾反應很好。」Brenda亦提到二〇二四年九月舉行的第一屆金齡藝術節。「這真的是一個紀錄，不只做戲劇，也有舞蹈、音樂、視覺藝術展覽等等。我們希望藉此接觸更多人，告訴大家長者藝術其實是可行的。」



《飛越老人院》（2024）—照片鳴謝：領展「愛·匯聚計劃」

## 《奠酒人》展示三年成果

計劃在二〇一九年開展，在新冠疫情期間依然繼續以Zoom上課，多年來有接近600位長者參與戲劇活動，曾舉辦數十場社區巡演和公開演出。回看多個長·智·戲作品，《奠酒人》可說是最重要的一個作品，見證了三年訓練的成果。二〇二三年十一月，長·智·戲在香港藝術中心壽臣劇院上演了五場《奠酒人》，由四十三位平均年齡近六十六歲的銀髮演員演出。希臘悲劇《奠酒人》講述一個主角弑母祭父，結果陷入公義與倫理道德之間的掙扎的故事，其中一場是四十多位演員的群戲，對銀髮演員來說難度十分高。Brenda在較早前的另一個訪問表示：「我就決定大膽讓這批已接受數年專業訓練、累積不少舞台經驗的銀髮演員，首次在大劇院挑戰高難度演出。我亦希望借此機會，在更大的舞台上，向更多人證明，不論年齡，同樣可夢想成真、開闢新天地。」<sup>2</sup>

## 五年後的挑戰

從一個概念變成一個三年計劃，並獲得資助發展「長·智·戲」計劃的理念，不過她們也明白長遠來說必須開拓其他資源。Brenda說：「我們一直都是主動寫計劃書、尋找不同機構資助，幸好得到領展的資助，因為長者服務是其支持範疇之一。然而，資助機構一般不會長期為同一計劃提供資助，我們已經破了紀錄——本來預計第三年後不會獲得資助，怎料調整一下計劃，加入一些新元素，又得到了領展的支持。可持續發展並被看見是很重要的。」

除了資助，另一挑戰是活動收費。Rebecca說道：「現時的計劃是免費參與的，但繼續走下去也必須收費才能作長遠發展。對長者來說，市面上很多活動都是免費，而且未必每個人的財政都很充裕，或他們有不同的預算，所以要長者願意付錢參與是一個挑戰。然而，我們的計劃有點不同，訓練後得到的技能，有機會可以在你人生的下半場用來賺錢，這是一個很大的成就。如果參與者視此為專業發展，其實也是一種投資，自然

---

<sup>2</sup> 領展。〈金齡演員夥拍資深導演11月上演《奠酒人》〉，《823頻道》，2023年09月。

<https://www.linkreit.com/tc/community/channel823/discover/golden-ager-actors-and-veteran-director-bring-greek-tragedy-to-the-stage/>

便願意花費學習。」Brenda提到有學員先後參與了六十多個影視劇、舞台劇、音樂劇的拍攝及演出，最近亦有畢業生正式簽約成為全職音樂劇演員。雖然計劃做出了成績，但Brenda直言還是有一點灰心。「我們從來沒有得到資助機構的關注，他們並沒有主動施予援手。在戲劇界內也沒能引起大家關注長者戲劇，《奠酒人》的演出得不到迴響，然而我們的確為業界帶來了這麼多的新觀眾。坦白說，這是寂寞的。」當然也有令她們鼓舞的地方。「在社會層面來說，我覺得是有一點旋風出現了。原來真的有一班人，以往很熱愛戲劇，如今因為這個計劃而聚在一起，甚至是一些未能成功入圍的學員，他們經常會問我們何時再開班，又像粉絲一樣追蹤並參加我們的活動。因此，我覺得這個計劃令這一班人有了希望，而某程度上長·智·戲已經成了一個品牌。」

展望未來，Brenda表示將透過不同形式，繼續為老友記創造精彩的人生下半場，「在香港會自己組織表演，將藝術能量散發出去；與此同時，亦會加強與海外藝術團體的交流，和他們分享香港長者藝術發展的現狀，提升本地長者的藝術地位。」回到最初，就是對藝術的追求。「英國有個概念是『everyone has the right to enjoy art』，我們很喜歡這句話，當初成立長·智·戲也是相信每個人都有權利去尋找喜歡的藝術。但在香港，普遍始終覺得這只是一個消閒活動，從來不被重視，所以我們還要繼續努力。」



《奠酒人》（2023）—攝影：Dicky Wong 照片鳴謝：Arts' Options

## 附錄：本地其他長者戲劇計劃

下文嘗試整理與長者戲劇相關的活動及計劃，簡述香港長者戲劇的發展。香港的長者戲劇活動，多數由非政府組織、社福醫療機構主辦，可分為福利和治療兩大方向，前者針對長者的退休生活，後者以長者的健康出發。近十多年有不同慈善基金針對長者服務提供資助，舉辦專為長者而設的藝術文化活動，除了上述的領展「愛·匯聚計劃」，還有香港賽馬會慈善信託基金，以及利駿行慈善基金。

香港基督教女青年會的「創活人生Plan & Go」由香港賽馬會慈善信託基金贊助，計劃對象主要是五十歲以上的退休人士，鼓勵他們積極規劃人生下半場。計劃於二〇二二年舉辦首個舞台劇作品《計到盡·算到尾》人生規劃公司，參加者接受編作劇場的訓練後，將自己的退休生活經歷和心聲化作劇本，最後親身擔任演員，與年輕演員同台演出。作品以喜劇形式呈現退休人士所面對的不同經歷，除了讓參加者有機會實現自我外，同時也讓觀眾了解退休人士的生活。

「銀青共融」是坊間長者戲劇的常見形式，除了上述計劃的舞台劇作品，社區企業尊賢會舉辦了以跨代、銀青共融為骨幹的「活躍銀齡」結網展能計劃。尊賢會深信「非因老而不行樂，因不行樂而老」，鼓勵長者去認識新朋友和嘗試新事物。在《耆舞派對2021—疫情下的愛》中，由「活躍銀齡」計劃的跨代人情味義工隊及銀青話劇團，在舞台上帶動長者大跳「快樂椅子舞」及演出戲劇。

社區組織或慈善機構透過基金資助舉辦的長者戲劇計劃，多以短期的免費活動為主。而由劇團發起且最具規模及持續性的便是「中英劇團」的教育及外展活動。

中英劇團於二〇一三年創辦的「禧戲劇場」（前稱「耆英大匯演」），是一個專為長者提供戲劇訓練和演出平台的年度計劃，並於二〇一四年起獲利駿行慈善基金資助。這個平台不只由長者擔當演員，更讓他們參與劇本創作，在過程中提出自己的見解與經驗，

以戲劇作為分享想法的媒介。其實，早於二〇〇六年及二〇一一年，中英劇團已開始分別擔任香港耆康老人福利會「雋藝劇社」及「世藝劇社」的劇團顧問，教授長者戲劇理論、劇本研讀和創作，以及演戲訓練。近年的禧戲劇場與這兩個劇社合作無間，長者在專業團隊的幫助下，製作《小風波》、《我們仍然油脂》、《三小蟲聖堂夜話》等作品，在葵青劇院黑盒劇場作公開演出，以及進行社區巡演。

另一個比較大型的長者戲劇演出是由「社區劇場」主辦的「銀齡戲劇匯演」，匯演以認知障礙和生死教育為主題，透過戲劇促進社會對長者的了解與關懷，同時展現他們的創意和能力。首屆銀齡戲劇匯演於二〇二三年舉行，集合了三個不同機構，包括明愛安老服務「智好戲劇團」、基督教香港信義會「五十後劇團」和香港耆康老人福利會「老友記劇組」，更邀請了葉童、麥秋擔任演出顧問。而第二屆的參與機構，除智好戲劇團和五十後劇團外，還有明愛臻藝坊「熱戲劇團」和「讀劇劇團」。兩屆戲劇匯演均在牛池灣文娛中心進行公開演出。

至於以治療目的出發的長者戲劇活動，則有醫院管理局轄下葵涌醫院所舉行的活動。二〇一八年，「葵涌醫院話劇團」與葵涌醫院老齡精神科日間醫院暨認知障礙症日間護理中心合作，召集十多位患有抑鬱症及認知障礙症的長者參加戲劇工作坊，訓練他們踏上舞台。他們的首部作品《全家福》，由身兼話劇團團長的精神科資深護士蘇偉生編寫，在荔景社區會堂演出。二〇一九年，葵涌醫院更成立「樂齡劇社」，以戲劇治療和訓練提升長者的溝通和社交技巧，改善情緒管理，增加他們的自信。

明愛臻藝坊的智好戲劇團於二〇一九年成立，以認知障礙症人士及年長照顧者的親身經歷作為創作藍本，編成「認知劇場」的演出，由認知障礙症人士、照顧者及長者參與台前幕後的工作，在演出展現其心路歷程及才能，達至以戲劇推廣認知友善的目的。

## 附錄參考資料

Creative Art Centre Caritas（明愛臻藝坊）。 「明愛智好戲劇團」 [播放清單] ，  
YouTube。 <https://www.youtube.com/playlist?list=PLCAFq4yfbIfhexAYvP2ZlufqPS85nJcbz>

中英劇團。〈長者劇團〉，我們的工作。

[https://atg.chungying.com/our\\_works\\_detail?works\\_id=6](https://atg.chungying.com/our_works_detail?works_id=6)

中英劇團。〈禧戲劇場（長者戲劇）〉，教育及外展（社區）。

<https://www.chungying.com/education/the-golden-aged-theatre/>

香港特別行政區政府新聞處。〈病向戲中醫〉，《香港政府新聞網》，2019年7月7日。

[https://www.news.gov.hk/chi/2019/07/20190705/20190705\\_125533\\_849.html](https://www.news.gov.hk/chi/2019/07/20190705/20190705_125533_849.html)

香港基督教女青年會。〈退休長者參加編作劇場訴說退休疑難〉，最新消息，2022年6月21日。<https://www.ywca.org.hk/zh-hant/最新消息/退休長者參加編作劇場訴說退休疑難>

香港電台。〈#195 銀齡戲劇匯演：演活自己 連繫社會〉，《藝文谷》，2022年12月31日。

<https://podcast.rthk.hk/podcast/item.php?pid=1540&eid=213027>

尊賢會。〈「活躍銀齡」結網展能計劃《耆舞派對2021－疫情下的愛》〉，活動回顧。

<https://www.thejadeclub.com.hk/review/jadeparty/jp2021/>

### 林喜兒

曾任本地報章雜誌副刊記者及編輯，從時裝潮流到旅遊玩樂，從藝術文化到人物專訪。現為自由文字工作者，著有《七層足印——李鄭屋徙置區口述歷史》及合著作品《拾舞話：香港舞蹈口述歷史（五十至七十年代）》、《好景：魯師傅與香港舞台》、《屋宇平民誌——記大坑西新邨：香港最後的「私營廉租屋」》。二〇二〇年榮獲「第十三屆香港書獎」評審推薦之新晉作家之一。

# 香港戲劇概述 2021、2022

HONG KONG DRAMA OVERVIEW 2021 & 2022

版次 2025年6月

First published in June 2025

資助 香港藝術發展局

Supported by Hong Kong Arts Development Council

計劃統籌、編輯	陳國慧	Project Coordinator and Editor	Bernice Chan Kwok-wai
編輯	朱琼愛	Editor	Daisy Chu King-oi
執行編輯	楊寶霖、石育培*	Executive Editors	Yeung Po-lam, Shek Yuk-pui*
英文編輯	黃麒名	English Editor	Nicolette Wong Kei-ming
英文校對	Chad Alexander、Rose Hunter	English Proofreader	Chad Alexander, Rose Hunter
設計	TGIF	Design	TGIF

© 國際演藝評論家協會（香港分會）有限公司

版權所有，本書任何部分未經版權持有人許可，不得翻印、轉載或翻譯。

© International Association of Theatre Critics (Hong Kong) Limited

All rights reserved; no part of this book may be reproduced, cited or translated  
without the prior permission in writing of the copyright holder.

出版 Published by

國際演藝評論家協會（香港分會）有限公司 International Association of Theatre Critics (Hong Kong) Limited

香港九龍石硤尾白田街30號賽馬會創意藝術中心L3-06C室

L3-06C, Jockey Club Creative Arts Centre, 30 Pak Tin Street, Shek Kip Mei, Kowloon, Hong Kong

電話 Tel

(852) 2974 0542

傳真 Fax

(852) 2974 0592

網址 Website

<http://www.iatc.com.hk>

電郵 Email

[iatc@iatc.com.hk](mailto:iatc@iatc.com.hk)

國際書號 ISBN

978-988-76138-4-8



International Association  
of Theatre Critics (Hong Kong)  
國際演藝評論家協會（香港分會）



國際演藝評論家協會（香港分會）為藝發局資助團體  
IATC(HK) is financially supported by the HKADC

香港藝術發展局支持藝術表達自由，本計劃內容並不反映本局意見。

The Hong Kong Arts Development Council supports freedom of artistic expression. The views and opinions expressed in this project do not represent the stand of the Council.

\*藝術製作人員實習計劃由香港藝術發展局資助。The Arts Production Internship Scheme is supported by the Hong Kong Arts Development Council.