

## 退休，退而不休

Roberto C.

人口老化是現代社會最受關注的議題之一。人口老化為社會的各個方面均帶來不同程度的影響，世界各地對此都十分重視，並陸續提出相應的措施，以進一步應對當中所帶來的挑戰。

在重視社會福利的澳門，人口老化這一現象自然受到社會各界的關注。澳門統計暨普查局曾預測人口年齡結構，顯示按現時趨勢，澳門將於2036年左右進入“超高齡社會”。根據聯合國定義，即每五個人中就有一人為65歲或以上的長者。

對於“銀髮族”的退休生活，每個人都有自己的偏好。退休生活給人的刻板印象是在家裡享清福或含飴弄孫為樂。然而，社會不斷進步，醫療條件也較昔日優越，不少長者退休後仍然精力充沛，退休生活自然有更多選擇。例如可重新加入勞動力市場，繼續發揮自己的才華與能力；亦可重返校園或選擇進修，活到老學到老，一圓自己年少時未能實現的夢想。

談到學習，澳門特區政府近年為居民終身學習創設了良好的條件。例如，教育暨青年局自2011年起推行持續進修發展計劃，支持澳門居民終身學習，提升自身的素養及學習不同技能。此外，也有高等教育機構開設“長者書院”，鼓勵長者重返校園，通過多元的活動教學模式，讓他們學習新知識，避免與社會脫節，豐富和充實了長者的退休生活。

筆者有一陣子經常到公園旁的茶餐廳吃早餐，注意到店內時常坐着很多已退休的街坊，他們像小組討論般“搭枱”，邊吃早餐邊討論社會大小時事，更不時結合自己退休前所從事行業的專業知識，說出自己的想法及建議。我很喜歡聽他們的討論，於我而言，簡直是另類的早晨時事節目，十分值得我們年輕人細味咀

嚼。一群在不同領域工作了數十年的資深居民，有豐富的人生歷練及實踐經驗，關心社會，且對學習新知識充滿熱情，持續進修發展計劃及其他長者教育的途徑正好給他們提供交流學習的平台，讓他們可在退休後繼續更新知識，並在學習過程中肯定自身的價值，繼續發揮個人的潛能。長者退休後，彼此相聚交流、學習，放下壓力，享受生活，不失為小城退休生活的一道美好寫照！

社會上有很多長者雖然已達到退休年齡，但他們仍然有能力、有活力，希望能繼續就業，參與並服務社會。不少大學教授，他們雖然已經榮休，但仍致力於教學工作，閒時指導學生的論文，又或會對大學的研究提出寶貴的建議。其實，各行業皆有這種已經退休但仍有能力繼續工作的“教授”，他們知識淵博、工作經驗豐富，並廣結人脈，退休後換個角色再參與工作，不單能對企業或機構帶來直接明顯的效益，更能通過以老帶新的形式，培養年輕的同事成為行業未來的接班人。而對長者自身而言，只要他們願意再就業，一方面意味着經濟得到保障和維持原先的生活質量，另一方面，能充實生活，繼續為社會貢獻一己之力。

無論是享受家庭生活、重返工作，抑或持續進修，沒有一種退休方式是最好的。理想的退休生活，應是社會提供條件，保障長者能在退休後可選擇自己喜歡的生活方式，而不是成為社會或家庭的附屬品，度過餘生。豐富多彩和充實的退休生活，是讓長者保持身心健康的重要方法，也是讓老齡化社會保持活力的方法。只要長者能夠健康、快樂及充實地生活，就是最好的退休生活。

長者為社會貢獻了大半生，祝願他們都能享受退休生活，越活越年輕！

