

# Mealingful

## 軟膳點



## 讓爺爺麻麻食得有尊嚴 的軟餐網店



「我有家人住在療養院，碰巧用膳時間去探望她時，看到她的食物是一團模糊的混合物。雖然明白她不能吃固體食物，是因為擔心會被噎到。但看到她因為沒有食慾而無法進食，心裏覺得很難受。與此同時，我又知道她不能不吃東西，這就是一個沒有破口的惡性循環。」軟膳點 (Mealingful) 共同創辦人陳彥彤 (Michelle) 語帶感觸地提起她住在院舍的家人的用膳情況。

## 推廣軟餐， 讓有需要人士食得有尊嚴

Michelle 在不同的場合認識了 3 位來自香港大學和香港科技大學的同學，大家一起談論創業時，很快就想到各人家中都有吞嚥困難的長輩，最終憑着色、香、味俱全的軟餐零售及推廣平台奪得香港社會企業挑戰賽 (HKSEC) 2019 至 20 年的冠軍。她說：「我們的社企名字叫 Mealingful，是由『Make Every Meal Meaningful』(讓每一餐都變得更有意義) 而構成的。我們希望可以讓有吞嚥困難的人好好進食，同時亦能藉此幫助他們的照顧者。」

另一位創辦人羅卓賢 (Jackson) 出身於社工系，他提及最初希望在人口老化的主題上，找出一些值得關注但未有市場滿足的痛點 (unmet

needs) 來創業。他說：「可能是一些非牟利團體 (NGO) 或公司暫時未提供，但卻是意義甚大和值得一試的服務。那時我曾經在老人院實習，見過一些糊餐，真的令人胃口大減。」

Michelle 指出這些擁有食物形狀和味道的軟餐並不是他們獨創的。在照顧行業發達的地區如日本和台灣，軟餐十分常見。但在香港，除了部分院舍會向食物工場特別訂購之外，個別家庭則甚少有機會接觸和購買軟餐。她說：「我們會向食物工場訂購軟餐，然後在網上平台賣給個人用戶。我們專注提供零售服務的原因，是希望提升大眾的意識。」

有別於一般「糊仔」軟餐，Mealingful 售賣的軟餐賣相精緻，盡量還原食物外貌。



Jackson 說這些糊狀食物的口感近似薯蓉，而外形可以千變萬化，從家常的蠔油海參扒西蘭花、咕嚕豬肉便當，以至精緻的紅豆湯圓、壽桃包、雲吞雞，甚至節慶食物如盆菜及月餅，都模仿得維妙維肖。耗盡心思而設計各種食物造型，也只是希望讓家中老人能享受及重拾進食的樂趣。

## 公眾教育： 關注照顧者感受

除了推廣美味美觀的食品外，團隊亦同樣重視公眾教育，包括提高大眾對長者吞嚥困難和進食幸福感的關注。Jackson 說：「我們不想大家看到身邊至愛被噎到，才意識到問題的嚴重性。最理想的情況是，當看到老人家出現經常在進食時吐渣、流涎、嗆喉等徵狀，就應該帶他們求醫，或開始安排軟餐。」Michelle 補充說：「我們還希望整理一些從營養師、言語治療師和藥劑師的角度去看待如何照顧長者的資訊給照顧者。」

長者的需要都很容易被看見，然而照顧者的付出卻往往被忽略。Mealingful 未來其中一個發展重點，是推動照顧者社區。Michelle 說：「我們覺得長者照顧者的支援仍然不足，例如公司會讓作為父母

的員工放有薪產假，但對於照顧者員工，可會有類似的支援來認可他們的付出？」

團隊探討的雖然是嚴肅的話題，手法卻很輕鬆。Mealingful 的品牌形象年輕活潑，粉橙色的主調配以可愛插畫，成立兩年已經獲傳媒廣泛報道。名人亦紛紛邀請他們到電視節目分享煮軟餐的技巧。4 位創辦人透過業餘時間在社會創新領域貢獻一己所長，在約談合作、實際營運、財務和市場策劃領域分工合作。Michelle 說：「我們都不是全職員工，便不需要太着重營業額，可以有多些時間思考新的計劃。」

Mealingful 會於社交媒體上以輕鬆手法教育公眾，提升大眾對吞嚥障礙及軟餐的了解。（圖片出處：Mealingful Facebook 專頁）

**人手小心餵食技巧**

- 改變食物質感
- 口腔清潔
- 感官刺激
- 使用輔助食具
- 鼓勵自行進食
- 增加口腔感知

減低吸入性肺炎的風險，助患有吞嚥障礙的認知障礙症患者維持生活質素！

**甚麼是凝固粉？**

改性澱粉凝固粉和黃原膠凝固粉為樣分？

#軟膳點照顧者知多啲 Mealingful #軟膳點照顧者知多啲 Mealingful

## 創業路上收穫信任，更鍛鍊個人成長

主修社會學的 Michelle，之前要兼顧學業與創業，畢業後則要兼顧正職與 Mealingful，她覺得這兩年感受最深的，除了顧客的信任之外，還有個人的成長。她說：「營運這項業務就如一個學習過程。這兩年最大的收穫是與不同的人談判的技巧，談判對象可以是供應商，或是其他夥伴。我花了一段時間才學懂，原來不是人家給你什麼，你都得接受。有些事情得自己爭取，這是唸書所得不到的經驗。」

創立社企令 4 位創辦人（左起）Bianca、Jackson、Joey 和 Michelle 學習到書本以外的知識，更透過參加比賽收穫了亦師亦友的關係。



無論是個人還是公司發展，他們特別重視 HKSEC 導師提供的意見。比賽期間，HKSEC 介紹了社企實戰及顧問經驗都同樣豐富的凌浩雲 (Howard) 予他們認識。Michelle 說：「即使比賽已經完結了，Howard 還會跟我們見面，並給我們意見。這段亦師亦友的關係一直延伸到比賽場外，這也是對我們這個社企理念最大的支援。」

Jackson 鼓勵社創新鮮人可以嘗試參加 HKSEC。他認為參賽除了有機會得到獎金外，還有機會認識一眾的社企。他說：「HKSEC 是一個久負盛名的比賽，許多人都說這是一個了解和經歷社企的絕佳機會。就算是參賽時的我，既是新手一名，構思又未成形，但過程中有導師的陪伴，又有工作坊的加持，慌張的感覺很快便一掃而空。」

參加 HKSEC 後，Mealingful 亦有繼續參與 HKSEC 活動，向其他參加者分享參賽和成立社企的心得。

