

義工・同行・分享愛



「施比受更為有福」，如果有能力向其他人施助，實在是一件值得感恩的事，更難能可貴的是看見一個人從受助到施助的轉變過程，事實上不少受助者得到其他人的幫助後會受到啟發、被感動，繼而自己都加入成為義工的一份子，將這份愛繼續向外傳播開去。擔任義工是無償的付出，不求回報，他們願意花自己的時間、心機去幫助其他人，貢獻社會，是很值得嘉許及鼓勵的，希望有更多人願意加入成為義工的一份子，讓這個世界更溫暖，有更多愛。

本會六間長者中心一直致力發展義工服務，提供多元化的服務機會，鼓勵大家貢獻所長，積極參與服務社群。最近機構更舉辦了義工嘉許禮，以表揚本會義工的付出及合作伙伴的肯定及讚許，鼓勵大家往後繼續做義工，向身邊的人分享愛。今期宣紙與大家分享嘉許禮的精彩花絮，讓我們一起看看各義工的分享及故事，盼望大家一起也受感動一同加入義工的行列。

各中心最高年資義工 心聲分享



海濱花園耆學軒
陳月環 義工年資:33年

「最難忘的經歷是有次去探訪弱能人士，他們十分熱情，還反過來為她們表演，落力唱歌，還依依不捨叫她們不要離開。」



利福長者鄰舍中心
周帶妹 義工年資:26年

「希望能『有嘢做』讓自己精神上有寄托，參與義工服務以填補空閑的時間。」



景林長者鄰舍中心
秦敬桃 義工年資:22年
「我們那個時候真的差不多每天都來中心做義工，簡直是把中心當作第二個家！」



長亨長者鄰舍中心
何少珍 義工年資:34年

「做義工可以讓我找回真我及人生意義，自己感到開心之餘，同時可以以身作則，以身教的方式做個好榜樣，教育下一代。」



油麗長者鄰舍中心
何愛華 義工年資:30年

「我從來沒有一刻想過放棄做義工，因為幫到人自己開心。」



翠樂長者睦鄰中心
鄧玉燕 義工年資:19年

「我不再只是一位全職婦女，開始有自己的生活及找到人生意義，現在我的生活多姿多彩使我更積極面對人生。」

2023義工嘉許禮暨 「宣道·關愛·同行」分享愛起動禮



當日活動花絮



本會於2024年5月18日假聖公會李福慶中學舉辦「2023義工嘉許禮暨『宣道·關愛·同行』分享愛起動禮」，當天有超過330位長者義工接受嘉許，並有15間企業團體及堂會派代表出席活動一起參與「分享愛起動禮」。

宣道會社會服務處於2009年開始推行「宣道·關愛·同行」行動，藉此鼓勵各宣道會堂會積極參與我們長者中心的義工服務。除了教會義工，各中心與不同的企業，地區團體合作，動員義工服務有需要的長者及護老者。

需要的長者，藉著是次嘉許禮，我們感謝及表揚各合作伙伴、長者義工、堂會義工及社區義工。多謝大家在過去一年的努力及貢獻。

此外，基督教宣道會社會服務處有限公司獨立註冊成新公司，並於4月1日正式運作，透過是次起動禮為宣道會社會服務發展揭開新一頁。我們連結不同的企業義工團體，宣道會堂會，繼續一同進行義務工作，動員義工服務有需要的長者及護老者。

專題分享: 分享愛



梁醫生分享道，人在不同階段會面對不同的失去，如何將失去變成得到？在40歲時，需面對失去能力、身體出現毛病、失去家人、朋友、長輩等等；而60歲這個階段會面對退休，失去工作、工作上的朋友，而工作上的朋友亦不會再聯絡。因此，如何面對退休？梁醫生分享，第一，漸進式退休，由全職工作再到半職再到兼職，最後退休，讓自己能更好地適應退休這個階段。第二，進行非報酬的工作，即是義工。參與義務工作可以認識新的朋友，建立人際關係，大家有共同意願去付出時間、精力、愛心，幫助弱勢社群、獨居雙老或單親家庭，在過程中產生共鳴感。

透過義務工作，認識有需要幫助的團體或人士，在互動過程中，能更好地瞭解他們的需要和處境，藉此培養同理心，理解及明白人的需要。這些品質對於人際關係和日常生活都很重要。

「情紙系」

義工服務見真情

生命影響生命

— 立文姐姐與雪珍義工 —



立文姐姐是一位82歲的獨居長者，子女已移民外國，經常自己在家缺乏支援，義工雪珍則是經常參加中心義工服務，定期上門關顧有需要的獨居及雙老長者，為他們做簡單身體檢查，包括量血壓血氧等，亦會協助長者做物理治療師安排的復康運動。義工雪珍亦不時教立文姐姐使用智能電話的不同程式和功能。

義工雪珍在立文姐姐身上看到其實長者自身都好叻，只要教懂他們，他們是可以運用得到，可以自強不息。

93歲的歡婆患有認知障礙症，女兒淑芬平日會在家陪伴媽媽做認知訓練，因疫情關係，歡婆的症狀變得更嚴重，變得經常疑神疑鬼，懷疑家人偷錢，甚至曾出現自殘行為，令女兒十分擔心。面對着沉重照顧壓力，加上媽媽的情緒不穩，幸好於2年前，經朋友介紹下認識了海濱花園耆學軒的「歇息得力計劃」，中心安排了義工國享、KK，上門為歡婆提供復康運動訓練，陪伴歡婆聊天，幫助女兒減低照顧壓力，讓女兒可以安排時間歇息，處理自己的事務。

義工國享及KK分享，與歡婆接觸多了，感覺婆婆變得開朗了，願意分享自己的感受。女兒淑芬都表示感受到媽媽的改變，變得開心了，更積極，負面情緒減少了，媽媽開心時自己都開心。計劃亦感染了她成為義工，使她都變得更積極。

陪伴 關愛 同行

— 歡婆及廿兒淑芬與義工KK及國享 —



攜手分享鄰里情

— 孟豪婆婆與淑娥義工 —



孟豪婆婆今年85歲，因身體機能的下降，活動能力漸差，未能好好地執屋，因此漸漸演變成「雜物屋」。家中甚至沒有可以行走的通道，寸步難行。孟豪婆婆在接觸中心「獨」不孤單計劃後，中心配對了義工淑娥定期為孟豪婆婆提供服務，包括一同做由物理治療師安排的復康運動，亦會與婆婆玩不同的遊戲，從而讓婆婆提升身體肌力，及對中心增加了歸屬感。

此外，義工亦定時進行家訪，了解孟豪婆婆的需要，替她執屋，孟豪婆婆自己亦慢慢意識到自己家居太多雜物所引起的不便及安全問題，開始願意斷捨離一些不需要的雜物，現時家中終於見到一條可行的通道。

孟豪婆婆表示：「初時丟(雜物)會有點不捨得，但沒有問題，會聽職員及義工講，我都需要改變自己的生活習慣。」參與計劃的義工淑娥都表示不單是婆婆有得着，她跟着一起做服務連帶自己都會多了做運動，自己都有得着。

這正是義工及計劃為孟豪婆婆帶來心態及生活上的正面改變。

情紙訪問短片



樂紙系

劇組訪問

導演訪問

張彥雯小姐

「戲劇是一種很神奇的東西，他可以把不同年齡及背景的人集合在一起。」

張彥雯小姐(Mandy)是本次「有義『戲』長者戲劇組」的義務導師，同樣也是「分享愛」話劇的導演。對於是次活動，Mandy非常欣賞長者的投入參與，每次見面都能從他們身上感受到正能量。當中最讓她印象深刻的，是長者認真排練、努力背台詞的模樣，讓她深受感動。

此外，Mandy也認為本次劇本內容很有意義，能讓參加者了解社區內有很多資源協助認知障礙症患者。

回顧整個過程，不論戲劇訓練、排練、綵排及正式演出都非常快樂而且順利，感謝各長者及職員的努力，讓是次話劇活動得到非常美麗的成果。



角色訪問



馮彩屏：飾演女兒惠芳(左)
袁文英：飾演媽媽陳婆婆(右)



馮彩屏(飾演女兒惠芳)

「感激緣份 讓我們聚在一起，為觀眾演繹動人的劇本。」

彩屏認為是次演出順利，有賴每一位演員的投入參與，大家就像一顆顆的螺絲一樣，共同努力推動話劇進行，每一位都是不可或缺的。她感謝劇中經常與她對戲的媽媽——「陳婆婆」(文英演)的出色演繹，能夠帶領她進入「女兒」的角色。同時，彩屏欣賞劇組的每一位長者都投入演繹角色，也感謝導演Mandy的用心教導。

彩屏希望透過話劇，讓更多人知道面對照顧壓力或困難時，能夠懂得向社區求助。另外，劇中母女演繹了四道人生中的「道歉」及「道謝」，希望能把訊息帶給觀眾。

袁文英(飾演媽媽陳婆婆)

「我很喜歡陳婆婆這個角色，透過演出，能帶出我的真實感受。」

文英分享到，自己曾接觸不少認知障礙症患者及其照顧者，而文英自己也曾是照顧者，因此明白到當中的困難及需要。因此，在演繹「陳婆婆」的時候，更能夠明白角色內心的掙扎：既愛女兒，同時也因「無記性」而對女兒某些行動感到困惑。

透過演出，文英希望能讓更多人關注照顧者的需要，讓他們了解，每個人在社會上都不是孤獨的，社區上總會有人支持你。

話劇花絮及
其他義工訪問



有義「戲」長者戲劇組



想像你是香港小姐冠軍

為帶出是次義工嘉許禮「分享愛」的訊息，本會在白普理景林長者鄰舍中心及油麗長者鄰舍中心招募了16位有興趣參與話劇的義工，進行了為期2個月的培訓，發揮義工的演藝天份及創意。

在這兩個月的時間中，義工進行了不同的戲劇訓練及排練，義工們投入參與其中，務求能在義工嘉許禮中能夠把「分享愛」的訊息帶給所有參加者。在過程中，義工對於劇本愈來愈熟練，義工之間也愈來愈有默契！

到了正式表演當天，義工們為大家帶來了精彩的演出，不但能帶出關注認知障礙症患者及照顧者的訊息，也能讓參加者反思，作為義工身份去關愛他人的重要。



編者的話

經過了三年多的疫情，本會義工服務發展深受影響。在疫情過後，我們再次著力推動長者義工、堂會義工及社區義工投身不同服務計劃中，支援在社區上獨居或兩老共住及缺乏支援的長者及有沉重照顧壓力的護老者。2023-2024年度，我們共有1225位義工，當中提供了694次義工服務及668次個人服務，參與義工服務的義工人次有5726人次，義工服務時數達26632小時，受惠長者達44381人次。

透過「2023義工嘉許禮暨『宣道·關愛·同行』分享愛起動禮」，我們動員不同宣道會堂會、企業義工團體、地區團體等為長者籌備不同義工服務，發展「專才義工」，讓長者得到更適切的服務。我們期望凝聚各階層年齡人士的力量一同分享愛，為人口老化的社會盡一份力量，支援有需要長者及護老者，讓他們快樂健康地居家安老，令長者及身邊的每一個人生活更添姿彩。你會否也願意加入義工行列，與人分享愛，體會「施予」的福氣？

布敏姿姑娘（長者服務協調主任）

宣紙號外

今年宣紙將改為全年出版三期，分別是

仲夏

深秋

春分

歡迎大家繼續向我們給予寶貴的意見！

義工服務展望



歡迎大家對今期宣紙表達意見，
可掃二維碼填寫意見問卷！



義工・同行・分享愛
意見收集區



基督教宣道會
社會服務處有限公司

地址：九龍大角咀海輝道11號奧海城一期
政府服務中心閣樓

電話：2787-5212

傳真：2395-2855

電郵：cao@cmasshk.org

網址：www.cmashk.org

本會網址



督印人：吳燕卿姑娘

編輯小組：布敏姿、莫栢詩、陳嘉儀、
甄惠雅、曾凱恩

印刷數量：3,000份



社會福利署資助服務

Subsidised Service by the Social Welfare Department

長者服務單位資料

長亨長者鄰舍中心 電話：2432-7232

白普理景林長者鄰舍中心 電話：2703-5123

油麗長者鄰舍中心 電話：2346-3231

利福長者鄰舍中心 電話：2552-1115

海濱花園耆學軒 電話：2406-0201

翠樂長者睦鄰中心 電話：2814-9701

各中心最高年資義工 心聲分享

海濱花園耆學軒
陳月環 義工年資：33年



有能力就應多幫助他人，
幫到人自己都開心

利福長者鄰舍中心
周帶妹 義工年資：26年



做義工讓我的精神有寄托

月環婆婆說當年見證中心由裝修至開幕，轉眼加入中心已是33年。月環婆婆表示入會幾年後，中心樂齡女童軍便成立，她亦從中參與更加多元化的義工服務。每次穿起制服，她都提醒自己要積極參與、助己助人。

這些年來，月環婆婆參與過無數的義工活動：陪老友記覆診、到院舍探訪長者製作生命故事、上門探訪獨居長者，清潔家居、協助機構賣旗、於中心籌款騷表演……

數到最難忘的經歷，她說有次去探訪弱能人士，他們十分熱情，還反過來為她們表演，落力唱歌，還依依不捨叫她們不要離開。某年中心裝修後重新開幕，月環婆婆扮筷子姊妹花，「扮咩都無所謂，最緊要開心」，現在想起也是津津樂道。

她說每次去探訪老友記，聽他們傾訴心事，老友記都會緊緊地握着她的手道謝，而日子久了，彼此也成了朋友，這都是感恩的事。

月環婆婆訴說初入會時，有職員邀請她當義工，其實她對「義工」毫無概念，但也打算試試看，所以答應。就這樣，一直做了33年的義工服務。月環婆婆認為有能力就應多幫助他人，幫到別人自己都好開心，這就是讓她堅持做義工的動力。

帶妹在利福中心已擔任義工26載，談到當時做義工的原因，是因為她當時心情十分低落，希望能「有嘢做」讓自己精神上有寄托，藉著參與義工服務來填補空閑的時間。經中心同事邀請下，登記為中心義工，踏上做義工的旅途。帶妹參與過不同的義工，例如樂齡女童軍、探訪、手工製作等。

講起做義工的感受，帶妹臉上展露出笑容地說：「最開心就是可以幫助不同的人，當自己的付出和服務能夠為他人帶來幫助和歡喜時，就會令我產生成就感和滿足感。這些感受均是推動我繼續進行義務工作的力量。」

除了自己做義工外，帶妹更會帶動家人進行義務工作，希望能有更多人一起做義工，幫助更多有需要的人。當她成為中心最高年資的義工，獲得長期服務嘉許獎狀時，她感到十分滿足，覺得自己的努力沒有白費，更將獎狀給予孫仔看，希望能成為他們的榜樣。

各中心最高年資義工
心聲分享



景林長者鄰舍中心
秦敬桃 義工年資：22年



做義工可充實自己，
幫助別人

敬桃成為中心義工已有22年，回想當初加入中心時剛退休，空閑時間相比以前多，所以她希望好好利用自己「多出來」的時間去充實自己，幫助別人。在這22年間，敬桃曾參與過各式各樣的義工服務，包括探訪活動、話劇表演及協助烹飪等活動，其中數到讓她印象深刻的事情，便是加入「樂齡女童軍」。這個計劃不但讓她認識了志同道合的義工好友，更提供了不少義工服務機會讓她協助不同的長者，過程中累積了寶貴的服務經驗。「我們那個時候真的差不多每天來中心做義工，簡直是把中心當作第二個家！」除了在中心參與義工服務，私底下的敬桃同樣發揮自己的義工服務精神，常常會主動協助鄰居及其他長者，包括協助她們搬較重的物件，遇到一同上課的會員，如她們有需要也會主動協助。「希望盡自己的能力，幫到就幫，幫到人自己都很開心！」除此以外，敬桃也會積極介紹身邊朋友加入中心甚至成為義工，期望朋友能像她一樣，在中心找到樂趣。

長亨長者鄰舍中心
何少珍 義工年資：34年



做義工可找回真我，
尋到人生意義

何少珍(吳太)已經成為長亨長者中心的義工34年，多年來陪著中心一同成長，見證中心不同的轉變，不變的是她服務的心。最初吳太加入中心是做婦女義工，當時她剛剛從藍田搬到青衣，見到中心招募義工的宣傳海報就加入了中心成為義工，一做便是34年。多年來吳太都盡心盡力去做義工，本著不求回報的精神貢獻付出，別人的「感謝」、「感恩」、「多謝」便是她最大的禮物及推動力。另外，她認為做義工可以讓她找回真我及尋到人生意義，自己感到開心之餘，同時可以以身作則，以身教的方式做個好榜樣，教育下一代。多年來的義工經歷之中，縱使偶有困難、辛苦，但吳太一一以她的愛心去跨過。



各中心最高年資義工 心聲分享

油麗長者鄰舍中心
何愛華 義工年資：30年



「我從來沒有一刻想過放棄做義工，因為幫到人自己開心。」

成為義工的契機

數數手指，原來愛華由藍田長者中心的年代已開始做義工，轉眼間至今已經30年時間。愛華分享自己最初做義工是因為當時丈夫突然過身，自己未能接受，頓失去了寄托，身邊的朋友勸導她要參加活動分散精神，她就是在這情況下登記入會做了中心會員，並參加所有可以參加的活動，當中包括了義工服務，因而開展了她做義工的生涯。

分享做義工得着

過去30年，大大小小的義工她都做過，當中如包禮物、探訪、嘉年華攤位、身體檢查、下午茶服務、話劇義工等，當中支持她繼續的動力是中心就像第二個家，覺得中心好親切，做義工時日久了有感情，又能讓她善用閒暇，生活變得更充實。愛華表達幸好當時選擇了做義工，讓她分心漸漸忘卻了不快。最深刻的一次義工經驗是做話劇義工，當時第一次踏上舞台，既開心又緊張，她當時更挑戰做主角，幸好當時有不同的方法協助她完成服務，十分有滿足感。在做義工過程中愛華亦認識了不少朋友，一齊做義工好開心。「幫到人自己又開心。」雖然近幾年愛華因為曾跌倒現需要使用拐杖，但她並不言休，認為若有合適她的義工服務，她都希望可以為中心出一分力，因為覺得「施比受更為有福」。

翠樂長者睦鄰中心
鄧玉燕 義工年資：19年



義工使生活多姿多彩，
使我更積極面對人生

我在翠樂中心做了19年義工，因為當時還年輕，子女不用接送返學放學，又不想與社會脫節，所以便開始在翠樂中心做義工。在翠樂中心做義工後，讓我覺得有家庭的歸屬感，與長者相處時很融洽，發覺做義工真的很開心！不經不覺便做了19年義工，我做義工後認識了好多新朋友，擴闊了社交圈子，做完義工服務後我們會相約去飲茶，我不再只是一位全職婦女，開始有自己的生活及找到人生意義，現在我的生活多姿多彩，使我更積極面對人生。

