



# 香港卓護義工協會有限公司

會員通訊 2017 年 10 月

香港上環文咸東街 50 號寶恆商業中心 7 樓 701 室

電郵: [info@hkccva.com](mailto:info@hkccva.com) 電話號碼: 3525 1459 傳真號碼: 3747 3393

網址: <http://www.hkccva.com> Facebook: <http://www.facebook.com/ccvahk>



麥潔芸女士

主席

## 主席的話

香港卓護義工協會已經成立了 4 年多。創會至今，本會已從一顆幼嫩的種子漸漸成長。在過去 4 年期間，我們參與的活動多達 250 次，活動時數已經超過 3,300 小時，受惠人次達 9,123。我們至今有 500 位會員，而每位會員的貢獻亦值得表揚。

我們於 2017 年已經籌備及舉行超過 90 次活動。義工訓練是不可缺少的項目，今年在路德會長青群康中心協助下，本會 12 位護士參與手語體驗班。今年本會更得到多位善長的支持，捐出 3,840 盒愛心蛋糕、3,600 罐健康飲品、100 個福字大月曆等物資。在各長者中心的社工協助下，物資已分派到有需要的老友記。今年本會亦有幸獲邀參與香港醫學會社區健康醫學堂 - 老友記外展大使隊及香港聖公會竹園馬田法政牧師長者綜合服務中心「長者社區網絡-樓住愛」等活動，跟各團體合作推廣義務健康教育。繼往年參與糖尿病研究後，今年我們會繼續作認知障礙症研究，希望能發掘潛在患者，令患者能盡早得到治理。

另外，本會提名了靜氣保健氣功學會及防癆會中醫診所參加社會福利署舉辦的社區愛心商戶計劃，已經第二年成功獲獎！本會將會繼續團結護士、服務社會，積極將推廣健康生活的宗旨發揚光大！

## 香港卓護義工協會全體執行委員



護理精神，互愛社群

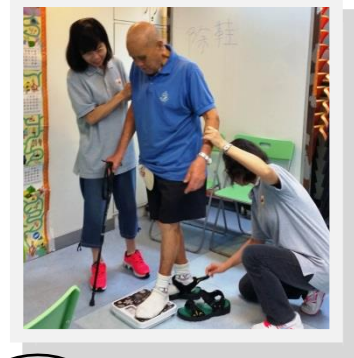
## 2016 年度活動報告

活動項目	次數
心臟病人教育系列	18
探訪住院病人計劃	14
八段錦氣功班	13
獨居/隱蔽長者家居探訪及健康檢查	6
健康檢查及教育	10
高血壓講座及工作坊	3
中醫講座	3
聽障病人教育系列	3
少數族裔健康推廣活動	2
嬰幼兒護理講座	1
唐氏綜合症健康推廣活動	1
香港婦女協會健康推廣活動	1
香港單親協會健康推廣活動	1



## 歷年活動總結

	活動次數	活動時間(小時)	受惠人數
2013	39	358.5	1394
2014	51	572.5	2024
2015	84	1682	3493
2016	76	694.15	2251
合共	250	3307.15	9162



註冊護士吳銘燊先生

### 會員心聲

義務工作對我並不陌生，從中學起亦有參與，主要對象是社會上的弱勢社群。在這個過程之中，我對義務工作有基本的了解。成為護士後參與卓護義工協會的活動，令我對義務工作有着更深層次的體會。

參與卓護義工協會的義工活動包括探訪獨居長者、在非牟利組織或屋村替長者作簡單身體檢查、健康教育等，協助他們注重自身的健康。最初的心態是，可以利用自己的專業知識，付出少許工餘時間接觸他們，灌輸健康的概念，讓其感受到社會對他們的關愛，何樂而不為呢？

其後我亦有機會主持一些健康主題的講座，教導長者們學習簡單的身體檢查，例如正確量度血壓的方法、認識高血壓等，強調自身監察的重要性，有助就診時醫護人員了解他們的健康狀況作跟進治療。

後來發覺健康的第一把關就是預防。預防的層面最廣泛，牽涉整個社會。推廣正確的健康知識，讓每個人能注重自身心理及生理上的健康，繼而擴展至家庭、團體及社會

我在醫院的角色，側重"有病醫病"，未必能顧及病人整全健康，病人往往需要反覆入院求醫。而在卓護義工協會的角色，可以透過簡單的活動，加強弱勢社群對健康意/知識，教導他們自我監察身體狀況，希望能"病向淺中醫"減少病人入院的機會。

而活動期間收集到的資料，更能夠將其整合作統計，從而估計社會上有多少潛在的病者，進行深入的研究。舉例而言，免費為長者作血糖測試，可以了解到那些年齡階層或性別較高機會有高血糖的問題，及尋找出隱蔽糖尿病患者。針對有潛在健康問題的群體而及早處理，減少求醫或入院的機會，才是促進整個社會健康的關鍵一環。

可惜政策資源偏重醫病，忽略了基本的疾病預防，而作為卓護義工協會的一員，我會繼續以專業知識，逐步實踐全民健康的目標。

## 服務機構評語



香港馬凡氏綜合症協會主席

劉志強先生

馬凡氏綜合症協會不單是卓護的服務對象，亦是卓護的合作夥伴。卓護與馬凡會曾多次合辦醫護專題及公眾教育講座，從不同角度介紹馬凡氏綜合症，增強前線醫護及公眾對此罕見病及相關診治方法的認識。馬凡會更有幸與卓護攜手實踐助人自助，多次合辦義工服務，探訪老人中心，舉辦節日慶祝活動，為長者送上溫暖。自公公婆婆們臉上的笑容，我們深感助人為樂的無比滿足。四年來卓護不斷茁壯成長，服務範圍和受惠對象均日益增加。豐碩成果實有賴卓護成員在自身繁重工作之餘，熱心投入精力時間，無私奉獻服務社會，實在令人欽佩！展望未來，我深信卓護必定能團結更多有心人，發揚關愛精神，造福更多社群。我衷心祝願卓護會務蒸蒸日上，同仁身體健康！

### 2017 年度活動 已籌備及舉行 91 次活動 (截至 2017 年 10 月)

活動項目	次數
探訪住院病人計劃	20
獨居/隱蔽長者家居探訪及健康檢查	17
心臟病人教育系列	12
八段錦氣功班	11
健康檢查及教育	8
中醫講座	6
高血壓講座及工作坊	4
義工訓練	4
聽障病人教育系列	3
認知障礙測試	3
預防跌倒講座	2
藥物安全使用講座	1

