



# 香港卓護義工協會有限公司

會員通訊 2016 年 9 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: [wttp://www.facebook.com/ccvahk](http://www.facebook.com/ccvahk)



麥潔芸女士

主席

## 主席的話

不經不覺，香港卓護義工協會已經成立了三年多。創會至今，本會已從一顆幼嫩的種子漸漸成長。而在過去的 2015 年，我們的總活動時數已經超過一仟陸百捌拾小時，比較前一年的多接近三倍。我們至今有接近四百位會員，而每位會員的貢獻亦值得表揚。

本會在各位會員努力孕育下屢獲殊榮，包括義務工作發展局頒發的國際義工日-義工團體嘉許狀 2015 及社會福利處頒發傑出義工團體嘉許狀 2014-15，實在令人欣慰。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處舉辦的社區愛心商戶計畫，最後亦成功獲獎。

本會於 2016 年已經籌備及舉行了 88 次活動，服務亦推廣至唐氏綜合症協會、婦女會及單親家庭協會。值得一提的是，本會的多位護士學生亦陸續畢業成為正式護士，並由附屬會員晉升為正式會員，為本會注入新動力！本會將會繼續團結護士服務社會，積極將推展健康的宗旨發揚光大！

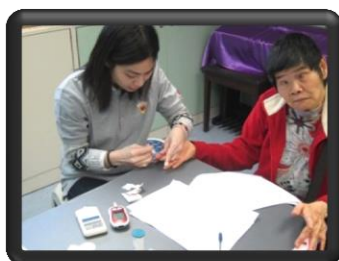
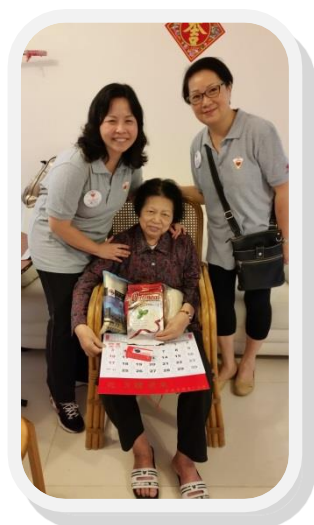
## 護理精神，互愛社群



香港卓護義工協會全體委員

## 2015 年度曾參與及舉辦的活動

活動項目	次數
八段錦氣功班	18
探訪住院病人計劃	11
專題講座(心臟病、心肺復甦、癌症、Marfan Syndrome)	9
健康檢查及教育	7
獨居長者家居探訪	7
高血壓講座及工作坊	6
糖尿病系列健康講座	5
長者身體健康監察計劃	4
華法令(warfarin)及血凝指數 INR 講座	3
中風系列健康講座	3
耳蝸手術分享會	2
長者扶抱技巧及位置轉移 / 預防跌倒講座	2
少數族裔中醫講座	1
DIY 長者禮物創作	1
心瓣膜病人教育光碟拍攝	1
義工訓練	1
嬰幼兒護理及照顧技巧	1
義行義跑「義」015	1
香港肝壽基金會《全港肝炎普查大行動》	1



## 整體活動總結

	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
合共	174	2613	6911



## 會員心聲

登記護士傅明燦先生

我在卓護義工協會做義工已有一段時間，卓護由一班專業醫護人員組成，與一些非牟利機構合作為有需要人士定期做簡單身體基本檢查，如量度BMI、生命表徵等。

參加卓護義工活動與我之前做義工經驗有很大不同，以往做義工去一些長者中心或探訪獨居長者只是跟他們聊天，但在卓護做義工不但用口去關心人，我們還會用行動為他們量度血壓，血糖，膽固醇等等檢查，使他們能注意自己身體情況，在心理和生理上都可以有照顧。

做義工時不但可以幫助別人，同時在過程中自己也獲益良多，特別在與長者在溝通技巧上，有一次我們去探訪獨居長者，她的伴侶前幾天剛離世，婆婆的心情比較激動，當時幸好有二位資深護士在場，她們與婆婆的對話令我學習到在什麼情況講什麼說話。還有一次到一個聾啞人士機構，這是我第一次接觸她們給我有另一種體會，當時我跟某一位女士做完基本身體檢查後，聊了一會兒，雖然我不明白她的手語，但從她的眼神裏感到有好多委屈說不出來的話，就好像很少人願意聆聽她們分享，我覺得她們是一班弱勢社群，在社會生活困難，而且受到別人的歧視眼光和不公義對待，但我覺得她們仍然很堅強繼續生活下去，這是很值得我去學習。

我覺得很開心參加卓護義工可以幫助有需要人，一方面我從同伴身上學習到待人處事方式，另一方面從一班弱勢社群學習到他/她們正面堅強生活態度，同時將我所學習的專業知識不但應用在工作上，還可以在應用在社會上，幫助有需要人。

## 服務機構評語

關心您的心(主席) 梅卓能先生



「關心您的心」(“本會”)與「香港卓護義工協會」(“卓護”)過往一直有緊密合作，感謝卓護義工以其專業醫護知識，熱心服務的精神，攜手合辦過不少活動，包括針對於醫院服務的義工提供培訓，也為我們的心臟病會友及其家屬，定時舉行「齊量血壓工作坊」、「心瓣膜置換手術前後講座」、「搭橋手術前分享講座」及「解碼華法林」等等活動，讓會友學習到與心臟病及復康護理相關資訊，加強會友對自我管理的關注，促進復康之路。

作為病人自助組織，我們深深感受及觀察到在有限醫療資源下，香港醫護人員每天的工作是非常繁重及面對很大壓力，然而卓護義工在工餘時間，仍然不遺餘力回饋社會，實在難能可貴！當中最令我本人深刻印象的一次，本會於晚上舉行一個關於心瓣膜病講座，卓護義工正是放工後義務來中心擔任講者，由於解說內容實在太清晰及精彩，至講座完成後，很多參加者仍然依依不捨向講者發提問，但講者仍然笑口迎人，盡心盡力詳細地逐一回答在場參加者的問題，表現出的專業及友善，令人讚嘆。

本會很有幸成為卓護長期的合作伙伴，也期望將來也持續攜手合作，服務更多心臟病人。現本人僅代表「關心您的心」，祝願「香港卓護義工協會」義工們，上下一心，繼續以愛心將醫護訊息傳揚，讓病人在復康路上與醫護同行。

## 2016 年度活動預告

已籌備及舉行 88 次活動 (截至 2016 年 9 月)

活動項目	次數
心臟病人教育系列	20
探訪住院病人計劃	15
八段錦氣功班	12
獨居/隱秘長者家居探訪及健康檢查	10
健康檢查及教育	7
高血壓講座及工作坊	6
中醫講座	5
聽障病人教育系列	3
小數族裔健康推廣活動	3
嬰幼兒護理講座	2
唐氏綜合症健康推廣活動	2
香港婦女協會健康推廣活動	2
香港單親協會健康推廣活動	1

