



香港卓護義工協會有限公司

會員通訊 2018 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 電話號碼: 3525 1459 傳真號碼: 3747 3393

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

主席的話

不經不覺，香港卓護義工協會已經成立了 5 年多。創會至今，本會已從一顆幼嫩的種子漸漸茁壯成長。在過去的 5 年，我們參與的活動多達 347 次，活動時數已經超過 4,257 小時，受惠人次達 11,423。我們至今有 550 位會員，而每位會員的貢獻亦值得表揚。



主席 周鳳珠女士

我們於 2017 年舉辦了 91 次活動。義工培訓是不可缺少的項目。2017 年本會安排多次義工培訓講座包括服務長者技巧、聽障人士溝通方法等。更得到多位善長的支持捐出愛心福袋、毛氈、月餅、手鏈等等物資。在不同的活動場合中派發給長者，尤其是加上義工狗狗的親和力下，令每位老友記都感受到無限的喜悅，而每位義工內心的喜悅更表露無遺。

我們於 2018 年已經籌備及舉行超過 73 次活動。因增加了精神科護士的“新力軍”，我們今年的服務將擴展至精神科護理的層面。今年亦有幸繼續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基督教服務處樂暉長者地區中心「齡活城市計劃-健康友里」等活動，跟各團體合作推廣義務健康教育。因應社區上急切的需要本會亦會作出即時的配合，例如主辦“登革熱講座”及替獨居長者作家居防風預備等。

繼糖尿病及認知障礙症研究後今年我們會繼續作膽固醇研究，希望能及早發掘潛在患者，令疾病能盡早治理。研究報告亦會在醫院管理局週年會議中發表。



在探訪獨居/隱蔽長者期間最常遇到被長者詢問的問題是：“姑娘，我週身病痛，無用啦！我幾時死？”當中感受到長者的無助、無奈、孤獨及寂寞感。本會定當竭盡所能推廣關愛長者的信息，希望各位能繼續支持我們驅走陰暗共創和諧社區，令卓護有更多的 5 年、10 年、15 年！

執行委員

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劃，已經多年成功獲獎！由於支持本會的愛心商戶不斷增加，本會計劃來年提名歷栢醫療 Life Impact 參加社區愛心商戶計劃。表揚各愛心商戶。

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！

2017 年度活動報告	次數
獨居/隱秘長者家居探訪及健康檢查	16
八段錦氣功班	14
探訪住院病人計劃	13
健康檢查及教育	10
中醫講座	8
心臟病人教育系列	7
高血壓講座及工作坊	6
愛心物/食品捐贈計劃	5
聽障病人教育系列	3
義工訓練	3
長者認知障礙檢查	3
預防跌倒講座	2
藥物安全講座	1



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	2251
2017	91	950.5	2260
合共	341	4257.5	11422





二零一八年七月

香港醫學會於二零一六年十一月獲「社區投資共享基金」的撥款，在柴灣區開展了「社區健康醫學堂」社區服務計劃，透過健康講座、長者家訪活動及健康外展等服務提升長者的自我管理健康能力，並在社區上建立長者及護老者的支援網絡。在社區上推行醫社合作的項目，需要得到不同領域的有心團隊的支持和配合，才能發揮出應有的效果。很高興香港卓護義工協會能夠成為「社區健康醫學堂」計劃的協作夥伴，與我們一起建構健康社區。

在每月的家訪活動中，本會的醫生聯同卓護的護師和會員，與醫科學生、護士學生及其他輔助醫療系的學生攜手為長者進行身體檢查、藥物檢查、家居安全評估和傳遞健康資訊。在醫生及護師的帶領下，這批年青人有機會體驗跨專業的合作精神，有助他們將來與病人溝通，及與不同的醫療團隊合作提供服務。

除了參與家訪活動，卓護亦曾協助「社區健康醫學堂」計劃邀請不同範疇的專才提供健康講座，包括：註冊藥劑師、註冊營養師、註冊中醫師、職業治療師、社工和氣功教練等，讓長者及護老者可以從多角度了解更多老年疾病及護理知識。此外，卓護的義工亦在健康外展服務日為參加者提供身體檢查服務及認知障礙症評估服務，協助發掘社區上有健康問題的長者。

對於香港卓護義工協會的積極參與本計劃，我們謹代表香港醫學會表達衷心的感謝！我們亦要特別鳴謝周鳳珠姑娘及沈文萍姑娘協助統籌有關活動，並持續招募熱心又專業的義工參與計劃所舉辦的活動。「社區健康醫學堂」將於今年的十月完結，我們期待與卓護繼續攜手締造健康友愛的社區，以及培育醫護界的棟樑！

最後謹祝協會事事順遂！義工人數節節上升！

會員心聲



黃麗嫦護士長

二零一八年八月

將近四十年的護士生涯裡，全在公立醫院渡過，有醫院的支援，護理工作雖然辛苦卻大致暢順。加入了卓護義工協會，在參與了很多義務工作後，才發覺自己的專業知識亦可用於社區不同階層的人仕。卓護有不同種類的義工服務，有為長者在社區會堂或長者中心進行簡單體檢及提供疾病的護理資訊，雖然他們大多有長期病患，但因有社區不同的支援，仍能樂觀面對，大都健康快樂。探訪獨居長者，亦是為他們作簡單體檢，但他們因多為行動不便，身體和情緒都受到困擾，真的需要很多人去關懷，照顧和細心聆聽他們的傾訴。有時發現他們的狀況欠佳，還需召喚緊急醫療隊伍幫手。健康講座：對單親爸媽講解高血壓，教他們準確量度血壓的方法及注意身體健康的重要性。還向心臟病友講解服用薄血藥需注意的事項和飲食，並為他們檢查血凝指數，使他們了解更多自身病患及對藥物遵從的重要性。

透過這些服務，使我能夠憑著多年護理經驗，發揮專業所長，帶教年輕一輩的護理同業，幫到有需要的人而感到驕傲與自豪。期望能繼續保持身體健康，及熱衷助人的初心，來服務有需要的人仕。



2018 年度活動 已籌備及舉行 91 次活動 (截至 2018 年 9 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	25
心臟病人教育系列	6
八段錦氣功班	7
健康檢查及教育	14
中醫講座	5
高血壓講座及工作坊	3
聽障病人教育系列	4
義工訓練	2
預防精神病講座	2
藥物安全使用講座	1
登革熱講座	1

