

天空海闊 家友站會員通訊

第十三期

義工照亮復康路

在復康路上，病人除了「接受」之外，原來還可以選擇「付出」，透過服務別人，體現義務精神而提升自我，對復康無疑是一支很好的強心針。就讓我們今期《天空海闊家友站會員通訊》為大家剖釋義工服務的各種好處。

肯定自我·重掌人生

「病人不僅可以在參與義工的過程中找到快樂，亦能找到發揮潛能的機會，找到肯定、重拾自信、重掌人生，為生命開拓新方向。生活並不只有單面，而是充滿著很多可能性和驚喜，讓你能夠體會人生趣味和色彩。我衷心鼓勵有興趣參與義工服務的朋友盡快踏出第一步，透過身體力行去感染身邊其他朋友一同參與義工服務，締造一個充滿更多愛心和關懷的社會！」



本院精神科顧問醫生
楊位爽醫生

享受過程·有所成長

「義工服務不單可以提升自己的責任心，更是一個機會去讓自己擔當主動的角色，去學習解決困難和處理各種壓力。義工服務實在是一件很有意義的事，除了助人自助，更可確定自我，發揮潛能。我藉此希望各位有興趣參加義工服務的『準義工』能夠享受服務過程，有所成長！」



本院精神科職業治療師
黃嘉寶姑娘

助人自助·自我提升

「轉化為朋輩義工的角色去服務其他病人的同時，亦學會與人互動溝通及解難等技巧，透過參與義工的過程達到了助人自助，亦可提升自我。偶然看到有些義工在服務時遭到對方拒絕，我希望藉此鼓勵各位義工不要氣餒，因為每一項有你參與的義工服務，都是一件充滿意義的事情！」



本院精神科病房經理
孫國華先生

各有所能·總有發揮

「由日間醫院義工自行管理的流動圖書車服務是其中一項令我相當感動的義工服務，因為整個服務均由義工們自行管理及執行，義工亦透過參與提升自己的責任感、獨立能力及解難技巧等。曾經有病人在出院後以義工的身份再回來提供其他義工服務、服務他人，實在令我感動，令人鼓舞！冀望病人不要看輕自己，因為任何人都有各自的材能，總有發揮的機會！」



本院精神科註冊護士
張永業先生

施

比

受

更

為

有

福

有的人說要窮一生的力「去賺取更多的金錢」，又有人說「生命本應是他他條條，不應過度花精力於無謂事上」，你又有何看法？

在醫院裡的工作，每天總會見到一位位精力充沛的義工遊走於不同的服務崗位，無私付出自己的時間、體力去關懷其他病人身上，傳遞溫暖。

你有否想過擔任我們的義工，將閒暇時間貢獻給醫院裡的病人，體現助人自助？在此向大家介紹一下本院兩大類服務精神科的義工服務，使你了解更多才作進一步參與服務的考慮。



第一類 個人義工

本院致力培訓本科病人及家屬於康復後成為義工，並安排他們於門診部/收症病房門外的精神健康資源站當值，以過來人的經驗幫助初患病的朋友/家屬；此服務亦同時招募有心人士與我們的康復者及家屬義工合作，透過彼此的不同互相學習及交流，發放著正面的能量。

第二類 團體義工

本中心亦會安排來自五湖四海的機構及組織，例如學校、非政府機構、義工團體及教會等，義工會定期為本院精神病房提供探訪活動（例如節目探訪、與病人外出同遊的活動以及休閒式的小組活動等等）。義工們常在工餘時/周末浩浩蕩蕩到病房探訪，他們的積極關懷確實叫病人滿心歡喜。

如欲了解更多擔任精神科義工服務的資料，
歡迎致電 **2595 4008** 精神健康資源中心向當值社工查詢。

有趣又實在的體驗機會，你曾否想過擔任我們的義工？

義務工作的意義

表達愛心、關懷、分享的積極行動。

體現互助互愛、互相學習的精神。

人人平等參與，互相引發潛能，共同貢獻社會。

增進人與人之間的接觸，協助反映社會問題及服務對象的需要。

提供豐富人力資源，協助加強及改善服務的質素。

義工可作橋樑，協助加強福利機構與社區的溝通。

豐富個人的生活體驗。

發揮所長及學習新知識和技能。

盡公民責任，貢獻及回饋社會。

做義工有
好多嘢學

可以
擴闊自己
的視野

反正唔做義工
都係
浪費時間

有需要
我幫手

以前都
受過義工
的好處

可以
幫助別人

可以
服務社會

我為
人人

可以識到
好朋友

擔任義工的好處

以上資料來源：社會福利署義工運動網頁

義工招募計劃

服務推廣大使義工招募計劃

日期：6-10-2012 (六)

時間：中午12:30-下午4:30

地點：本院精神健康資源中心

*參加者必須出席組前面試

精明大使義工招募計劃

日期：27-10-2012 (六)

時間：上午10:00-下午1:00

地點：灣仔愛群道38號7樓
浸信會愛羣社會服務處

*參加者必須出席組前面試

家友站 新書推介



快樂軌迹

作者：區祥江

書中第十章「助人為快樂之本」中提到：「我們作在自己身上的好事會隨我們逝去，但一些作在別人及世界上的事卻會存留和流芳百世。」



放下為樂

作者：關伯倫

書中第六章「付出慈悲」中提到：「當義工就是做放下的工作，慷慨付出就是放下。」



學會知止

作者：朱榮智博士

書中第二章十七節「知止才能盡力服務助人」中提到：「體認生命的價值，不在於得到多少，而在於付出多少，服務愈多的人，是能力愈強的人。」



快樂就是心態好

作者：尹璞

書中其中一章「愛和奉獻是一種生活方式」中提到：「而愛心則是無限的，而且越給越多，因為它能感染更多的人付出愛心。」

註：1. 借用費用全免，借用期為兩星期 2. 借閱地點：本院東座一樓精神健康資源中心 / 東座七樓精神健康資源站 3. 借閱詳情，可致電2595 4008查詢

有關義工服務的網頁

社會福利署·義工運動
<http://www.volunteering-hk.org/tc>

義務工作發展局·義工資訊網
<http://www.volunteerlink.net>

「好心」網站
<http://www.ho-sum.org>

東區尤德夫人那打素醫院
社區及病人資源部
精神健康資源中心