

1	<p>「沙田區照顧者休閒站」</p> <p>社會福利署自 2023 年開展為期三年的「齊撐照顧者行動」全港宣傳活動，讓社會更了解照顧者的重要性和需要、推廣社區互助，並締造照顧者友善的環境。為響應今年度「撐得起 因有你」(Walk with Carers) 的主題，推廣家庭為本的支援及朋輩照顧者間的互助，威院癌症病人資源中心於 11 月中舉行 3 節的「沙田區照顧者休閒站」(ShaTin Carer Cafe)，讓照顧者於休閒站內享受一下喘息空間、認識更多朋輩及社區資源。詳情請留意宣傳海報。</p>
---	---

## 重點推介活動:

2	<p>減壓工作坊 - 聖誕樹倒數盒子 (實體)</p> <p>內容 透過製作聖誕倒數盒子，從而幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下</p> <p>對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者</p> <p>講者 本中心職員</p> <p>日期 2024 年 11 月 29 日(星期五)</p> <p>時間 下午 2 時 30 分至 4 時</p> <p>名額 20 人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)</p>
---	--

P1

## 活動一覽

### I. 新症講座

1	乳癌放射治療新症講座暨同路人分享 (視像及實體) 內容 講解有關放射治療及治療期間之護理、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務及社區資源 對象 新界東醫院聯網 乳癌病人 講者 本院臨床腫瘤科放射治療師、護士、本中心社工及義工 日期 2024年10月2日、11月6日、12月4日(星期三) 時間 下午2時30分至4時 *由放射治療部轉介*
2	頭頸癌新症講座 (實體) 內容 由護士講解有關頭頸癌成因與治療，並由營養師分享適合癌症病人的飲食方案，和社工介紹癌症支援服務及社區資源 對象 新界東醫院聯網 頭頸癌病人 講者 本院臨床腫瘤科護士、註冊營養師、本中心社工 日期 2024年10月3日、10月10日、10月17日、10月24日、10月31日、11月7日、11月14日、11月21日、11月28日、12月5日、12月12日、12月19日(星期四) 時間 上午9時15分至11時 *由醫護人員轉介*
3	癌症化學治療新症講座 (視像及實體) 內容 講解有關化學治療旅程之準備、介紹癌症支援服務及社區資源 對象 新界東醫院聯網 癌症病人 講者 本院臨床腫瘤科護士、本中心社工 日期 2024年10月14日、11月11日、12月9日(星期一) 時間 下午2時30分至3時30分 *由臨床腫瘤科轉介*
4	鼻咽癌放射治療新症講座暨同路人分享 (視像及實體) 內容 講解有關放射治療及治療期間之護理、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源 對象 新界東醫院聯網 鼻咽癌病人 講者 本院臨床腫瘤科放射治療師、護士、本中心社工、健樂社義工 日期 2024年10月17日、11月21日、12月19日(星期四) 時間 上午11時至下午12時30分 *由放射治療部轉介*
5	腸癌新症講座暨同路人分享 (實體) 內容 講解腸癌成因與治療、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源 對象 新界東醫院聯網 腸癌病人 講者 本院護士、本中心社工、義工

	<p>日期 2024年10月28日、11月25日、12月23日(星期一)          時間 下午3時至4時30分          *由醫護人員轉介*</p>
6	<p>前列腺癌新症講座暨同路人分享 (實體)          內容 講解前列腺癌成因與治療、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源          對象 新界東醫院聯網 前列腺癌病人          講者 本院泌尿科護士、本中心社工、前腺聯盟義工          日期 2024年10月3日、11月7日(星期四)          時間 下午2時30分至4時          *由泌尿科護士轉介*</p>
7	<p>膀胱癌新症講座暨同路人分享 (實體)          內容 講解膀胱癌成因與治療、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源          對象 新界東醫院聯網 膀胱癌病人          講者 本院泌尿科護士、本中心社工、明胱會義工          日期 2024年11月28日(星期四)          時間 下午2時30分至4時          *由泌尿科護士轉介*</p>

## P2

### II )同路人分享

1	<p>午間小聚 (實體)          內容 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程          對象 新界東醫院聯網 血癌、淋巴癌、骨髓瘤病人及照顧者          講者 心血會義工          日期 2024年10月10日、10月24日、11月14日、11月28日、12月12日(星期四)          時間 中午12時30分至下午2時</p>
2	<p>禪繞畫暨同路人分享 (實體)          內容 透過一起畫禪繞畫學習放鬆，同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源          對象 新界東醫院聯網 乳癌病人及照顧者          講者 本中心社工及義工          日期 2024年10月9日(星期三)          時間 下午2時30分至4時</p>
3	<p>肺癌同路人分享會 (視像)          內容 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源</p>

	<p>對象 新界東醫院聯網 肺癌病人及照顧者          講者 本中心社工、義工          日期 2024 年 11 月 14 日(星期四)          時間 下午 2 時 30 分至 3 時 30 分</p>
4	<p>腸癌同路人分享會 (視像)          內容 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源          對象 新界東醫院聯網 腸癌病人及照顧者          講者 本中心社工、義工          日期 2024 年 10 月 22 日(星期二)          時間 下午 2 時 30 分至 3 時 30 分</p>
5	<p>泌尿科聖誕聚會暨同路人分享會 (實體)          內容 聖誕聚會，分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源          對象 新界東醫院聯網 前列腺癌病人，膀胱癌病人及照顧者          講者 本中心社工、前腺聯盟義工及明胱會義工          日期 2024 年 12 月 20 日 (星期五)          時間 下午 2 時 30 分至 4 時</p>

**P3**

**威爾斯親王醫院 癌症病人資源中心**  
**活動系列**

**I) 復康治療**

1	<p>願智會互助小組 每月迎新聚會 內容 運動，迎新聚會，乳科護士及社工分享 對象 新界東醫院聯網 乳癌病人 講者 香港乳癌基金會 註冊護士 日期 2024年10月5日及11月2日(星期六) 時間 上午10時至中午12時 地點 北區醫院/威爾斯親王醫院 查詢及報名 26837515 (北區醫院健康資源中心) 62952263 (Whatsapp)</p>
2	<p>乳癌治療及康復護理工作坊 (實體) 內容 術後皮膚護理知識，治療期間的注意事項，壓力手袖套配戴建議，義乳胸圍配戴建議 (治療期間或治療完成後)，教授預防淋巴水腫的運動，治療後疤痕護理及上肢伸展運動 對象 新界東醫院聯網 乳癌病人 講者 香港乳癌基金會 註冊護士 日期 2024年10月16日、11月13日及12月11日(星期三) 時間 上午9時30分至11時 名額: 20人</p>
4	<p>營養講座：充足營養撐住你-挺過癌症治療 (視像及實體) 內容: 由營養師講解電療和化療期間的飲食知識，以應對治療。 對象: 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者 講者: 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 註冊營養師 日期: 2024年10月25日(星期五) 時間: 下午2時30分至4時</p>
5	<p>展開新一頁 (實體) 內容: 透過活動，認識如何正面積極生活，預防癌症復發或第二個癌症的發生。 對象: 新界東醫院聯網 結直腸癌康復者 講者: 新界東醫院聯網 結直腸科專科護士及癌症病人資源中心社工 日期: 2024年10月30日及11月20日(星期三，共兩節) 時間: 下午2時30分至4時 名額: 20人</p>

	*由醫護人員轉介*
6	<p>癌症專題網上講座 - 「平安五寶」之 遺囑 (平安紙)、持久授權書知多啲 (視像)</p> <p>內容: 講解平安紙及持久授權書的辦理程序、用途及注意事項</p> <p>對象: 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者</p> <p>日期: 2024 年 11 月 6 日(星期三)</p> <p>時間: 下午 2 時 30 至 4 時</p> <p>名額: 30 人</p>
	<p>營養講座：彩虹飲食 (視像及實體)</p> <p>內容: 講解什麼是彩虹飲食法、彩虹飲食法的好處及如何預防癌症，並淺談營養補充劑</p> <p>對象: 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者</p> <p>講者: 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 註冊營養師</p> <p>日期: 2024 年 11 月 15 日(星期五)</p> <p>時間: 下午 2 時 30 分至 4 時</p> <p>名額: 20 人</p>
7	<p>紓緩電療及化療不適 - 中醫食療講座 (視像)</p> <p>內容 由註冊中醫師講解電療及化療期間的養生食療，以紓緩電療及化療引發之不適</p> <p>對象: 新界東醫院聯網 接受化療或電療的癌症病人及照顧者</p> <p>講者: 香港中文大學中醫學院 專業顧問 註冊中醫師</p> <p>日期: 2024 年 11 月 25 日(星期一)</p> <p>時間: 上午 10 時 30 分至中午 12 時</p>
8	<p>紓緩痛症講座 - 穴位按摩 (實體)</p> <p>內容: 講者實體示範如何透過穴位按摩紓緩癌病引致的痛症</p> <p>對象: 新界東醫院聯網 鼻咽癌病人及照顧者</p> <p>講者: 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 註冊中醫師</p> <p>日期: 2025 年 2 月 21 日(星期五)</p> <p>時間: 下午 2 時 30 分至 4 時</p> <p>名額: 20 人</p>
9	<p>展開新一頁系列 - 樂在遊中 (實體)</p> <p>內容: 北區導賞遊暨認識社區資源</p> <p>對象: 新界東醫院聯網 結直腸癌康復者及照顧者</p> <p>講者: 新界東醫院聯網 心導遊義工</p> <p>日期: 2024 年 11 月 30 日(星期六)</p> <p>時間: 上午 9 時 50 分 (上午 10 時正出發)</p> <p>名額: 20 人</p>
10	<p>戶外身心舒展日 (實體)</p> <p>內容: 讓病友互相認識，分享交流經驗，以增強朋輩間的支持</p> <p>對象: 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者</p> <p>講者: 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 合辦</p> <p>日期: 2024 年 11 月 22 日(星期五)</p> <p>時間: 上午 9 時至 4 時</p>

	<p>費用: 港幣 50 元正 名額: 48 人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)</p>
11	<p>節日飲食攻略 (視像) 內容: 講解慶祝節日時的實用飲食貼士 對象: 新界東醫院聯網 癌症康復病人及照顧者 講者: 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 社工 日期: 2024 年 12 月 13 日(星期五) 時間: 下午 2 時 30 分至 4 時 名額: 20 人</p>
12	<p>造口用品的應用講座 (視像及實體) 內容: 1) 造口用品的應用 2) 社區資源介紹 3) 同路人分享 對象: 新界東醫院聯網 造口病人及照顧者 講者: 本院外科專科護士、本中心社工及香港造口人協會義工 日期: 2024 年 12 月 19 日(星期四) 時間: 下午 2 時 30 分至 3 時 30 分</p>
13	<p>展開新一頁系列 - 聖誕聚會 (實體) 內容: 遊戲 及 聖誕禮物抽獎 對象: 新界東醫院聯網 結直腸癌康復者 導師: 本中心職員及結直腸科專科護士 日期: 2024 年 12 月 18 日(星期三) 時間: 下午 2 時 30 分至 4 時 名額: 20 人</p>

P4-5

## II)心靈紓緩服務

1	<p>減壓工作坊 – 勾織班 (實體) 內容 認識基本勾織技巧，透過勾織班物品，從而幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下 對象 新界東醫院聯網 乳癌病人及照顧者 講者 信義會(錦泰)義工 日期 2024 年 10 月 15 日，10 月 22 日，10 月 29 日 (星期二，共三節) 時間 上午 10 時 30 分至中午 12 時 名額 8 人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)</p>
2	<p>減壓工作坊 – 聖誕樹倒數盒子 (實體) 內容 透過製作聖誕倒數盒子，從而幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下 對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者 講者 本中心職員 日期 2024 年 11 月 29 日(星期五)</p>

	<p>時間 下午 2 時 30 分至 4 時 名額 20 人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)</p>
3	<p>減壓工作坊 - 聖誕聚會 (實體) 內容 遊戲 及 聖誕禮物抽獎 對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者 講者 本中心職員 日期 2024 年 12 月 23 日(星期一) 時間 上午 10 時至 11 時 30 分 名額 30 人 (名額有限 先到先得)</p>
4	<p>減壓工作坊 - 齊來畫禪繞畫 (實體) 內容 透過畫禪繞畫，從而幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下 對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者 講者 本中心義工 日期 2024 年 11 月 5 日(星期二) 時間 上午 10 時 30 分至中午 12 時 名額 20 人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)</p>
5	<p>癌症病人加油站 (青草地) (視像及實體) 內容 詩歌、見證、訊息分享 對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者 講者 新界東醫院聯網心靈關顧服務 基督教院牧部 沙田區醫院院牧事工 日期 2024 年 10 月 8 日、11 月 12 日、12 月 10 日(星期二) 時間 上午 10 時 30 分至中午 12 時</p>
6	<p>共同渡過 (視像及實體) 內容 1) 禪修系列: 紓解身心壓力、培養慈心自愛 2) 講座系列: 透過短片、問答、分享等，建立正面心態 對象 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者 講者 新界東醫院聯網心靈關顧服務 佛教院侍部 日期 2024 年 10 月 21 日、11 月 18 日、12 月 16 日(星期一) 時間 上午 10 時 30 分至中午 12 時</p>

### III) 臨床心理服務

臨 床 服 務  心 理	<p>臨床心理服務 內容 由威爾斯親王醫院臨床心理學家提供臨床心理服務 對象 因癌症令情緒、思想或行為上受困擾的癌症病人 (需於威爾斯親王醫院臨床腫瘤科覆診)</p>
*由醫生及醫護人員轉介*	

#### IV) 社區支援服務

1	<p>社區藥房藥物資助資訊及癌症病人服務資源介紹 <b>內容</b> 中心職員介紹社區藥房服務、癌症病人服務資源及申請方法 <b>對象</b> 威爾斯親王醫院 癌症病人 <b>日期/時間</b> 請與中心職員聯絡</p> <p>*社區藥房藥物資助資訊 由腫瘤科護士轉介*</p>
---	---

**P6**

最新活動資訊，請向中心職員查詢

(電話 logo) 報名及查詢電話 3505 4030 (WhatsApp logo) WhatsApp 9092 9770