



## 目錄

- 01 今期專題
- 02 知多一點
- 03 各院活動回顧
- 08 義工資訊

探索「心導遊」—— 揭開嶄新健康社區導賞體驗的神秘面紗！

黃棕澤(Anson)

北區醫院註冊護士 暨 醫學導賞策劃人

嶄新的健康社區導賞服務「心導遊」正式登場！新界東醫院聯網引領全港，為了提升病友復康歷程和凝聚社區力量，結合導賞和健康傳播的創新服務已經啟動。一系列導賞體驗將密切連結病友、照顧者和社區持份者，締造一個充滿關懷的社區。特別培訓的「心導遊」大使，由醫院義工和中學生組成，將陪伴大家一同踏上這段獨特旅程。

「心導遊」健康社區導賞服務已於 2024 年 4 月在威爾斯親王醫院和北區醫院率先推出。我們的「心導遊」大使將帶領病友和照顧者進入一場充滿關懷的旅程，一同參觀醫院和附近社區！我們將引導參加者探索社區中重要的健康資源，讓病友了解在離開醫院後如何獲得所需的支持和關懷。此外，「心導遊」還導入五感互動體驗元素和深度社區故事，讓參加者能夠積極參與，提升正能量。

圖 NEC Docent Training\_1: 2024 年 9 月 7 日,新界東醫院聯網共有 90 多位義工參加「心導遊」健康社區導賞大使訓練。

圖 NEC Docent Training\_2: 「心導遊」健康社區導賞大使訓練除了有室內的訓練, 當然少不了體驗一下導賞活動!

「心導遊」融合了健康推廣、互動體驗、正向信息和共融等四大關鍵元素。我們通過分享有趣的醫學歷史和鼓勵戶外深度遊，致力於推廣公共衛生，打造一個健康的社區。互動和體驗式的導覽活動讓參與者能夠積極參與和交流。「心導遊」強調導賞內容背後的正面訊息，希望引導參與者從建設性的角度看待身邊的人與事。這個計劃以共融為核心價值，設計了一系列適合各個年齡層和身體狀況人士的路線，量身定制導賞活動，確保每個人都能參與並有所得著。

目前，我們推出了 10 條導賞主題路線，涵蓋醫學、共融和社區主題。現在，讓我們為您介紹其中兩條最新推出的「心導遊」路線。

北區「心導遊」簡介：北區醫院是全港首家推出「心導遊」服務的醫院。這趟旅程將由醫院出發，感受醫院以人為本的建築理念，探索北區醫療的發展歷程。隨後，您將與「心導遊」大使一同漫遊歷史悠久的石湖墟和上水圍古蹟建築，例如舊上水警署和廖族最大祠堂廖萬石堂，一同欣賞豐富的文化傳統。

沙田圓洲角「心導遊」簡介：從威爾斯親王醫院出發，您將參觀醫院的展覽館，了解其創立的故事和臨床和醫學研究的里程，更與「心導遊」大使一同發掘有趣的醫學冷知識。最後，您將前往威院所在的圓洲角，參觀法定古蹟王屋和城門河一帶，深入了解沙田區獨特的發展歷程。

「心導遊」服務是一個全新的導賞體驗，讓參加者在旅程中不僅瞭解醫療和健康相關的知識，還能夠建立社區連結。如果您對「心導遊」感興趣，可以向醫院的健康資源中心查詢詳情和預約導賞。

讓我們一同探索這個充滿關懷的健康社區旅程吧！

## 知多一點

### <醫社攜手 暖動萬心>

〔全人關顧〕及〔醫社合作〕一直都是新界東醫院聯網的服務宗旨！而健康資源中心亦朝着這個方向，為病人、照顧者及社區等統籌不同的病人關顧服務，透過與病人組織、地區團體、醫療團隊等合作，安排不同的病人賦能、同路人義工分享及支援、健康推廣等等活動。

接着一至兩年，健康資源中心計畫以〔醫社攜手 暖動萬心〕這個方向及口號，與醫院及社區不同的合作伙伴，攜手為有需要的病人及照顧者提供適時適切的支援及協助，透過舉辦不同活動，例如同路人支援分享、「心導遊」、支援遙距醫療等，活化他們的生活，從而加強復康效果及改善生活質素，為他們注入正能量，**溫暖**他們的心！！

期望在不同的病人關顧活動上見到大家，**攜手**共建開心快樂和諧社區！！

**P2**

## 各院活動回顧

雅麗氏何妙齡那打素醫院

## 暑期義工大學堂 2024

2024 年 7 月 29 日至 8 月 23 日有 21 位暑期義工為那打素醫院出一分力。他們協助超過 20 個醫院部門運作，並參與由護士及專職醫療分享的職業體驗，病人小組活動，醫院參觀，興趣班，義工分享會等。

活動增加學生對醫療行業的認識，並培養對病人的同理心及關懷。

**圖 1：**與物理治療部合作，暑期義工為各病友小組策劃遊戲，分享，以及拉筋運動。氣氛樂融融

**圖 2：**每天節目豐富！上午學習了急救技巧，下午便與醫院恆常義工一起體驗芬蘭木柱，分享做義工的心得

## 一病房一探訪義工隊 – 如何與長期病患者溝通

2024 年 5 月 25 日工作坊旨在向照顧者及義工講解長期病患者的特性與照顧者的需要，並透過互動練習學習與長期病患者溝通時之回應技巧及調整心態，為病人提供適切的扶持及安慰。

**圖 3：**大埔醫院院牧部黎嘉翰院牧講解長期病患者的特性與照顧者的需要

**圖 4：**參加者透過互動練習學習與長期病患者溝通時之回應技巧及調整心態

## 豐盛俱樂部 - 迷裡·療癒花園

2024 年 6 月 6 日，與痛症治療中心合辦，由痛症科義工教授盆栽種植，並以同路人身份勉勵病友與痛共存，放鬆自己

**圖 5：**大功告成！義工拿着自己的製成品拍照留念。

**圖 6：**製作盆景時，病友都十分放鬆

## 「心友匯」心臟病患者及家屬互助小組 – 健遊北區: 上水鄉古蹟遊

2024 年 5 月 13 日，透過遊覽古蹟及特色導賞活動，鼓勵病友動起來，在社區漫步，發掘身邊美好的人和事，從而培養正向心態面對病患及生活上遇到的問題。

**圖 7：**身兼註冊護士及文化導賞策劃人的黃棕澤先生向「心友匯」病友導賞上水鄉古蹟

**圖 8：**\*在上水圍廖萬石堂前大合照，留下美好回憶

**P3**

## 雅麗氏何妙齡那打素醫院

愛老聯網計劃 – 端陽敬老匯演

2024 年 5 月 28 日,活動與救世軍長者服務中心合辦，於端午期間舉行敬老活動，為長者慶祝端午節，並在活動中教授健體活動，讓長者在端午節吃喝慶祝時，亦不忘注重健康。

圖 9：社工部部門運作經理溫潔明姑娘協助大會主持活動儀式

圖 10：那打素醫院物理治療師廖景倩姑娘教長者做健體操

#### 照顧者宣傳服務

2024 年 1 月至 7 月, 大埔區多間長者中心定期到本院宣傳照顧者服務，讓病人家屬及照顧者獲得適切的照顧者資源及服務，從而減輕照顧壓力。

圖 11：救世軍長者中心到院宣傳護老者服務

圖 12：仁愛堂彭鴻梓長者中心到院宣傳照顧者服務

#### 大埔醫院

##### 「健樂同行在醫院」- 馬賽克杯墊工作坊 及 樂韻金曲會知音

透過不同活動的體驗，加強病人及照顧者的參與和賦能，從而建立他們的興趣和發掘其潛能。同時透過小組活動，建立病人及照顧者的社交網絡，發揮互助互勵的精神。

圖 13：由香港教育大學學生義工安排骨科院友體驗馬賽克的樂趣，與院友一起構思杯墊的構圖並完成漂亮的成品。

圖 14：兩位資深歌唱義工分別唱出多首粵語小曲及粵曲，在唱歌之餘與院友交流互動。

圖 15：不少院友一同打拍子及和唱，現場氣氛熱烈，院友享受其中。

##### 「健樂同行在醫院」嘉許禮

2024 年 6 月 8 日舉行第一屆健樂同行在醫院嘉許禮，活動在那打素醫院及大埔醫院同步進行，行政總監冼醫生及管理層出席支持，當日有學習成果分享、頒發兩院十優獎項及答謝導師及義工等。

圖 16：大埔醫院醫護、病友及家屬一同大合照

圖 17：嘉許大埔醫院十優病友

#### 龍舟鼓響慶生辰 2024

護養科院友在端午節參加紅十字會及本中心舉辦的活動，由紅十字會義工現場為院友唱歌、跳舞及玩遊戲，為院友送上祝福及禮物，歡度端午節。

圖 18：紅十字會義工與病友一同唱歌玩遊戲

圖 19：同時為 1-6 月生日的院友慶祝生日

P4

## 白普理寧養中心

### 關懷住院病人 - 小丑活動

2024 年 4 月 29 日，兩位小丑義工穿上鮮艷的服裝，在病房送上各個精心製作的氣球，並與住院之病友及其家屬一起進行互動遊戲，為他們帶來不少歡樂。

對象：本院住院病人

圖 20：小丑們特意为病友製作她最喜愛的氣球波板糖。

圖 21：兩位活潑的小丑向病友送上色彩繽紛的氣球花朵，病友感到非常驚喜。

### 關懷住院病人 - 父親節及端午節

2024 年 6 月 4 日，義工們製作了有趣的「龍舟爸爸」送給本院住院病人，並掛在病床旁，以慶祝及感謝病房中所有父親的付出，同時讓住院病友可一同渡過端午節。

圖 22：病友收到「龍舟爸爸」後開心地擺動龍舟槳。

圖 23：義工為每位父親病友製作一個個獨一無二，同時可以上下擺動的「龍舟爸爸」。

## 沙田慈氏護養院

### 共融社區—戲院初體驗

2024 年 8 月 6 日，行街睇戲係唔少人既日常生活，所以趁放暑假，我們誠意邀請暑期義工陪同慈氏院友入戲院欣賞老少咸宜既卡通片。

圖 24：精神奕奕，準備開場

### 慈樂義行

2024 年 8 月 21 日，慈氏院友多年來承蒙各社區機構及團體提供多元化義工活動，為表謝意，慈氏院友也希望可以回饋社區，故此在義工協助下，3 位慈氏院友來到信義會馬鞍山長者地區中

心，與中心會員一同玩遊戲及唱歌。在此也多謝信義會馬鞍山長者地區中心為院友們提供一次難得機會讓他們能回饋社區。

圖 25：院友為長者中心會員獻唱經典金曲

圖 26：活動完成，下次再見

P5

## 沙田醫院

### 「雙親節．愛傳遞」活動

健康資源中心聯同基督教院牧部舉辦「雙親節．愛傳遞」活動，分別於 2024 年 5 月 11 日及 2024 年 6 月 15 日到病房派發禮物。

圖 27 住院中的爸爸媽媽們僅能在院內度過父母親節。

圖 28 雖然未能出外食大餐慶祝，但義工們為院友準備毛巾花，院友們均表示十分驚喜。

### 病人小組活動

健康資源中心聯同中風科病房，院內的物理治療部，職業治療部，醫務社工部及病友組織新健社定期為即將出院的中風病人及其家屬舉辦出院預備講座。

圖 29 講座讓院友及家人為往後的家居復康及護理作好準備，使他們更有信心迎接出院後的生活。

### 閃耀同樂日

健康資源中心聯同香港神託會創薈坊(馬鞍山)、基督教聖約教會耀安長者鄰舍中心及聖公會馬鞍山(南)青少年綜合服務中心於 5 月 11 日在本院一樓大堂舉辦攤位遊戲活動-閃耀同樂日。

圖 30 當日有超過 50 位義工協助帶領院友到大堂玩遊戲。

圖 31 藉此推廣社區共融及精神健康的訊息。

## 北區醫院

### 義工活動—暑期義工大學堂 2024

在 2024 年 7 月 29 日至 8 月 23 日期間，合共 31 名暑期義工在北區醫院提供服務和參與多項病友賦能及支援活動。

圖 32：除了支援部門服務，暑期義工協助跨病友小組活動，與病友們交流。

圖 33：暑期義工籌備《嘉許之旅》總結活動趣聞，並向職員們表達謝意。

### 病人小組活動—藝術減壓工作坊



近期，中心舉辦多節藝術減壓工作坊，向各科病友們介紹氣球、繡繞畫、大集繪等媒介，並分享舒緩壓力的方法。

圖 34：在 2024 年 7 月 29 日，慢阻肺病病人進行扭氣球活動。

圖 35：在 2024 年 7 月 30 日，寧養科病人進行繡繞畫活動。

## P6

### 威爾斯親王醫院

#### I. 病人關顧 (義工服務):

##### 暑期義工大學堂 2024

7 月 29 日，接近 80 位暑期義工，整裝待發。他們穿著綠色 T 恤，醒神又有活力。參加者大部份為區內高中生，雖然年紀少少，但已有心志將來加入醫護行列，因此，趁著暑假參加本活動，利用四星期的時間體驗醫院的氛圍，認識部門運作，並且透過服務病人，學習溝通技巧，了解他們的需要，培養同理心。

圖 36：暑期義工分別到 39 個不同部門提供服務，包括病房、門診部、專職醫療及行政部門等。義工們於分享會中雀躍地交流服務體驗。

圖 37：除了部門服務，暑期義工還參與多個體驗活動，包括參觀不同醫院及社福機構、由中央護理部協辦的心肺復甦法課程及<親親大自然>正向思維工作坊等。不得不提的，還有以下的醫院膳食體驗。首先由營養師邱姑娘講解如何為不同的病人編製餐單。

圖 38：接著醫院主廚顏先生講解不同的餐種，如碎肉餐、糊餐等。最後義工品嚐「正常餐」作為午膳。

#### II. 病人小組活動

##### 癌症病人資源中心--迷你音樂會 2024

2024 年 8 月 9 日，五位暑期義工大學堂的義工在威爾斯親王醫院癌症病人資源中心為一班癌症康復者舉辦一場迷你音樂會。當日有鋼琴、結他和中國笛子表演，參加者都陶醉於悅耳的音樂中。

圖 39：音樂會吸引不少參加者參與

圖 40：五位暑假義工為是次表演付出不少時間練習

圖 41: 每位同學為是日表演非常賣力

III. 社區協作活動

學生健康大使計劃畢業禮

2024 年 7 月 20 日舉行畢業禮，當日有 24 位學生出席。今年共有 55 位來自 7 間中學的學生參與計劃，協助及教導病人使用 HA Go。

圖 42：他們除了在院內服務外，更走出醫院到區內鄰舍中心開班授徒。

圖 43：畢業禮當日頒發證書以嘉許同學們盡力服務病人及積極參與計劃

P7

義工資訊

義工優惠證

圖 44

為了方便義工當值時，可以優惠價享用醫院的餐飲服務而發出的<義工院內餐飲服務優惠卡> 沿用多時，甚受義工歡迎。稍後，該卡將改名為<義工優惠證>，更簡單直接，而且更有新設計，增加新鮮感。不過，大家不用急於即時更換新證。我們會按義工現時持有的優惠卡，需要續期時，便會更換新設計的優惠證。新舊兩款優惠證於使用時，同時有效。

新界東醫院聯網 健康資源中心 服務時間

雅麗氏何妙齡那打素醫院 健康資源中心 電話：2689 2062	星期一至五： 上午九時至下午一時 下午二時至五時	星期六、日及 公眾假期休息
白普理寧養中心 健康資源中心 電話：2645 8897		
北區醫院 健康資源中心 電話：2683 7515	星期一至五： 上午九時至下午一時 下午二時至五時三十分	
威爾斯親王醫院 健康資源中心 電話： 3505 3158		
威爾斯親王醫院 癌症病人資源中心 電話： 3505 4030	星期一至五： 上午九時至下午五時三十分	
沙田醫院 健康資源中心 電話：3919 7457	星期一至五： 上午九時至下午一時 下午二時至五時	
沙田慈氏護養院 健康資源中心 電話：2636 7249		

如對健康資源中心的服務有任何意見，請與所屬醫院的健康資源中心同事聯絡。謝謝！



## 新界東醫院聯網 復康店 服務時間

	服務時間	
威爾斯親王醫院 查詢：3505 3495	星期一至五 上午九時至下午一時 下午二時至五時	星期六、日及公眾假期休息
雅麗氏何妙齡那打素醫院 查詢：2689 2053		
北區醫院 查詢：2683 7516		

編輯委員會名單

督印人：梁堃華醫生

編輯委員：談德榮先生 溫潔明小姐 李嘉欣小姐