

東暖

新界東醫院聯網 健康資源中心通訊 第 6 期 2019 年 2 月

目錄

P.2 義工服務管理系統及膳食證

P.3 義工服務意見調查問卷結果

P.4 醫管局及聯網義工活動回顧

P.5 義工服務指引貼士

P.6 病人關顧 (義工服務)

P.10 病人小組活動

P.13 社區協作活動

P.15 服務資訊

醫院義工的保障 - 季節性流感疫苗

為保障醫院義工的健康，醫管局每年都會為轄下所有註冊義工提供免費季節性流感疫苗接種；

今年的計劃於 2018 年 10 月 10 日展開了！仍未打針的義工請盡快接種，「早打早保障！」新界東

醫院聯網各健康資源中心 / 義工部為此均有特別安排，請與你所屬的醫院義工服務統籌聯絡。

知多一點點

問：季節性流感疫苗怎樣產生作用？

答：季節性流感疫苗可令身體產生抗體，而這些抗體可抵抗流感病毒。

問：季節性流感疫苗會否立即有效？

答：不會。接種疫苗後身體約需兩星期產生抗體來預防流感病毒。為預防流感，已接種疫苗的人士須維持良好的個人及環境衛生習慣、注意飲食均衡、恆常運動、休息充足及不吸煙。

問：是否每年都要接種季節性流感疫苗？

答：是。流行的季節性流感病毒株可能會不時改變。季節性流感疫苗的成分須每年根據流行的病毒株而更新，以加強保護。在上一年度接種疫苗後建立的免疫力會隨著時間降低，在下一年度可能會降至沒有保護作用的水平。此外，2018/19 年度季節性流感疫苗的成分與 2017/18 年度的不同。

問：如何決定接種三價或四價疫苗？兩者的保護作用有何分別？

答：三價和四價滅活流感疫苗均獲建議在本港使用。根據過去實驗室數據，三價疫苗預期可以預防大多數的流感個案，而四價疫苗則可能提供對抗乙型流感的額外保護。請向你的家庭醫生查詢。

資料轉載自：衛生署衛生防護中心 <https://www.chp.gov.hk/tc/features/100764.html>

P.1

義工服務管理系統及膳食證

為加強對義工服務的管理和規劃，醫管局於 2016 年底建立了「義工服務管理系統」，並於 2017 年在部份醫院試行，效果理想。2018 年，新界東醫院聯網轄下的 7 間醫院都已實行了這個系統！

有了這個「義工服務管理系統」，義工服務管理就更有效率啦！

為方便義工們在醫院服務時，能在醫院餐廳用膳及以職員優惠價享用餐廳服務，新界東醫院聯網健康資源中心在 2018 年 9 月發出「義工院內餐飲服務優惠卡」供恆常義工使用。義工可向所屬的醫院義工服務統籌申請。

義工院內餐飲服務優惠卡樣本，截至 2018 年 11 月 30 日為止，共有 664 位新界東醫院聯網義工申請。

P.2

醫管局及聯網義工活動回顧

活動名稱：義工嘉許典禮 2018

日期及時間：2018 年 12 月 5 日晚上 6:30-9:30

活動目的：答謝義工的付出及貢獻

對象：新界東醫院聯網已登記義工及團體

人數：19 位嘉賓及 684 位義工

活動名稱：暑期義工大學堂 2018

日期及時間：2018 年 7 月 16 日至 8 月 10 日

活動目的：讓有志投身醫護服務的學生，透過協助部門運作，從而增進有關經驗與知識，及培養參加者的同理心。

對象：就讀中五或以上之學生(年滿 15 歲或以上)

人數：77 位

P.3

醫管局及聯網義工活動回顧

活動名稱: 大笑瑜伽工作坊

日期及時間: 2018年5月25日上午10:00-下午4:00

活動目的: 學習大笑瑜伽基本技巧, 舒緩壓力

對象: 新界東醫院聯網已登記義工

人數: 82位義工

活動名稱: 義工溝通技巧工作坊及正向心理工作坊 - 活學活用·發放正能量 2018/19

日期及時間: 2018年8月11日及9月8日

活動目的: 提升義工與病人及其家屬/照顧者的溝通技巧及加強義工心理社交能力及支援

對象: 新界東醫院聯網義工

人數: 約80人次

活動名稱: 病人組織與病人資源中心交流會 2018

日期及時間: 2018年10月3日(星期三)

活動目的: 1. 加強病人組織代表與病人資源中心代表交流, 促進對彼此角色和服務的認識及相互理解; 2. 分享及探討病人組織與病人資源中心就加強病人賦能及支援的協作例子、挑戰和服務模式; 3. 按病人資源中心重點發展方向與醫社合作的發展, 凝聚共識, 藉以協助推展相關服務項目, 並加強病人疾病管理及支援

對象: 各聯網病人組織代表

人數: 3位病人組織代表及6位健康資源中心社工

P.4

義工服務指引貼士

義工服務時必須穿著義工制服及配戴義工證，並於完成服務後交還所屬健康資源中心。

P.5

義工服務 (病人關顧活動)

雅麗氏何妙齡那打素醫院

活動名稱: 一病房一探訪義工隊 - 家居探訪訓練

日期: 22.6.2018

活動目的: 讓義工掌握家居探訪的溝通及關懷技巧, 並了解探訪守則及危機處理技巧。

對象: 探訪組義工

人數: 11 位義工

活動名稱: 一病房一探訪義工隊 - 哀傷輔導訓練

日期: 31.8.2018

活動目的: 讓義工掌握與喪親者之溝通及支援技巧, 以助他們度過哀傷。

對象: 探訪組義工

人數: 72 位義工

白普理寧養中心

活動名稱: 『金秋圓月濃情聚』之中秋送暖顯關懷

日期及時間: 2018 年 9 月 19 日上午 11:30 至下午 1:00

活動目的: 白普理寧養中心管理層和不同專職同工、關懷大使一起探訪病友，給病友送上關懷與節日祝福。

對象: 病友

人數: 26 人

活動名稱: 『老友探訪兵團』及『織業特工隊』起動禮和訓練日

日期及時間: 1. 『老友探訪兵團』起動禮和訓練日 2018 年 7 月 30 日 下午 2:00 至 5:30

2. 『織業特工隊』起動禮和訓練日 2018 年 7 月 30 日 下午 5:30 至 7:00

活動目的: 1. 社工、家居護士和義工為參加『老友探訪兵團』之探訪義工進行義工訓練，提高義工探訪技巧、知識和為出隊探訪義工打氣，肯定他們參加是次計劃的意義。

2. 『織業特工隊』義工透過編織，默默製作編織物支持病友和出隊義工之探訪工作。

對象: 義工

人數: 1. 『老友探訪兵團』探訪義工: 41 人

2. 『織業特工隊』義工: 17 人

P.6

北區醫院

活動名稱: 健康資源中心義工招募日

日期及時間: 2018 年 8 月 24 日(下午 2 時至 5 時)

活動目的: 1.讓公眾人士認識健康資源中心工作的認識

2.透過活動加強義工間的交流

3.壯大義工隊伍

人數: 79 位公眾人士、24 位義工協助

活動名稱: 愛心同樂迎中秋 2018

日期及時間: 2018 年 9 月 24 日(上午 9 時至 11 時 30 分)

活動目的: 1.為院友送上關懷及禮物包，感受節日氣氛。

2.透過活動加強義工間的交流。

對象: 本院院友

人數: 46

威爾斯親王醫院

活動名稱: 輪椅技巧工作坊

日期及時間: 2018 年 6 月 25 日

活動目的: 教授輪椅的種類和結構、使用技巧及安全守則

對象: 加入義工隊一年內之義工

人數: 20 人

活動名稱: 義工交流聯誼日

日期及時間: 2018 年 10 月 25 日

活動目的: 讓義工互相認識和交流,及到戶外舒展身心

對象: 個人及機構義工

人數: 100 人

P.7

沙田醫院

活動名稱: 新春住院病人關懷行動

日期及時間: 18.2.2018

活動目的: 讓院友住院期間也能感受新年的節日氣氛

對象: 沙田醫院紓緩治療病房院友

人數: 60

活動名稱: 感恩您我他

日期及時間: 19.5.2018

活動目的: 向院友傳遞快樂與關懷，鼓勵他們學習感恩

對象: 院友

人數: 64

沙田慈氏護養院

活動名稱: Sing 月同歡賀中秋

日期及時間: 2018年9月28日 下午3時30分至4時30分

活動目的: 為與本院院友一同慶祝中秋佳節，義工們特意以歌唱比賽形式與院友一同高唱有中秋氣氛的歌曲，希望院友能在歡愉氣氛中渡過中秋佳節。

對象: 院友及院友家屬

人數: 25

活動名稱: 「以心連繫」床邊探訪

日期及時間: 隔週一 下午 3:00-4:45

活動目的: 提供空間予院友以藝術方式表達自己

對象: 院友

P.8

大埔醫院

活動名稱:護養同舟慶端陽暨生日會 2018

日期及時間:2018 年 6 月 9 日

活動目的:院友、家屬、義工同慶端午節，同時為上半年生日的院友慶生晨，分享節日的歡欣。

對象:護養科病人及家屬

人數:79

活動名稱:老友共聚音樂會

日期及時間:2018 年 4 月 14 日

活動目的: 老朋友樂隊現場獻唱流行金曲，讓住院病人渡過愉快又輕鬆的下午，減輕住院的壓力。

對象:住院病人

人數:65

P.9

病人支援及病友小組活動

雅麗氏何妙齡那打素醫院

活動名稱: 「健心飲食」講座暨「心友匯」病友小組啟動禮

日期及時間: 12.5.2018

活動目的: 透過營養師分享及示範「健心飲食」, 鼓勵心臟病患者及家屬正確選擇健康食物, 從而建立有營飲食的生活模式。

對象: 本院心臟病患者及家屬

人數: 26 位心友滙會員及家屬

活動名稱: 「糖滙館」- 舒緩壓力系列之茶藝班及皮革班

日期及時間: 7 & 14.6.2018 及 5.7.2018

活動目的: 透過「茶藝班」及「皮革班」, 讓參加者在泡茶及製作皮革過程中舒緩壓力, 享受箇中樂趣。

對象: 本院糖尿病患者

人數: 27 名糖滙館會員

北區醫院

活動名稱: 「馨爽薈」- 中醫保健工作坊: 骨質疏鬆、骨/肩痛症

日期及時間: 2018 年 9 月 1 日(上午 10 時 30 分至 12 時)

活動目的: 透過工作坊的形式, 傳遞中醫骨質疏鬆、骨/肩痛症的資訊, 讓參加者減輕骨質疏鬆、骨/肩痛症所造成的困擾。

對象: 病友小組組員、義工及公眾人士

人數: 45

活動名稱: 「避豐糖」- 3 點 3 食得精明 D 健康飲食講座

日期及時間: 2018 年 10 月 19 日(星期五) 下午 2:30 至 4:30

活動目的: 透過講座,讓糖尿病人增加對下午茶健康茶點的認識,從而更有效地控制血糖指數。

對象: 糖尿科病人

人數: 27 位病友 · 2 位病人家屬

威爾斯親王醫院

活動名稱: 新界東醫院聯網病人關係研討會 2018

日期及時間: 4/9/2018

活動目的: 由病友義工以打油詩的輕鬆形式表達醫護與人員病人如何有效溝通,以達致醫患一家。

對象: 新界東職員及病友

人數: 參與演出的病友 (17 人)

活動名稱: 糖尿病朋輩關懷計劃之相聚慶中秋

日期及時間: 19/9/2018 1:00- 5:30

活動目的: 活動以遊戲和烹飪示範帶出糖尿病患者在飲食上也有不同的選擇,以及透過聚會加深朋輩義工與組員的認識。

對象: 糖尿病朋輩關懷計劃組員

人數: 40 人

沙田慈氏護養院

活動名稱: 「沿途有你」藝術探索家屬小組

日期及時間: 2018 年 9 月 7 日、11 日、14 日、21 日、10 月 5 日及 9 日 (共 6 節) 下午 3-5

活動目的: 讓家屬抒發情緒、減低壓力, 並互相支持及鼓勵

對象: 院友家屬

人數: 8 人

活動名稱: 心靈綠洲家屬支援小組 之「味噌咖啡」

日期及時間: 2018 年 7 月 23 日

活動目的: 鼓勵照顧者也好好照顧自己, 留一點時間讓自己抖抖氣、鬆一鬆!

對象: 院友家屬

人數: 13 人

沙田醫院

活動名稱: 開心唱歌學講話

日期及時間: 逢星期六 下午 3:00-4:00

活動目的: 透過唱歌改善患者的口腔功能及說話能力

對象: 有言語障礙的中風或腦部受損患者

活動名稱: 健腦樂同行朋輩支援小組

日期及時間: 每月第二個星期二 下午 3:30-5:00

活動目的: 增進病友及其照顧者對疾病的知識, 提倡自我疾病管理概念。

對象: 腦部受損患者、家人及照顧者

大埔醫院

活動名稱: 水墨畫體驗班(護養科病友家屬支援小組)

日期及時間: 每月 2 次

活動目的:透過學習繪畫水墨畫，讓家屬放鬆心情，減輕照顧者的壓力，同時讓院友練習手部協調。

對象: 護養科病友家屬支援小組組員及院友

人數:12

活動名稱:趣緻朱古力工作坊(護養科病友家屬支援小組)

日期及時間:2018 年 3 月 28 日

活動目的:透過有趣，創意工作坊，舒緩照顧者的壓力，加強照顧者間交流。

對象:護養科病友家屬支援小組組員及院友

人數:15

P.12

社區協作活動

雅麗氏何妙齡那打素醫院

活動名稱: 大埔 Cheer 嚮精神健康互動計劃 - 家居探訪

日期: 16 & 25.5.2018 及 7.6.2018

活動目的: 探訪需要關懷及支援之家庭及街坊，介紹合適社區資源，提升生活質素。

對象: 大埔區街坊及家庭

人數: 5 位義工; 14 位街坊

活動名稱: 風中暖流專業探訪行動 - 消暑良伴

日期: 28.7.2018

活動目的: 探訪塔門及高流灣長者. 為他們提供健康資訊, 健康檢查及關懷慰問。

對象: 塔門及高流灣長者

人數: 11 位義工; 80 位長者

白普理寧養中心

活動名稱: 『老友探訪兵團』之 O.A. Home Visit 老人院舍探訪計劃

日期及時間: 2018 年 8 月至 10 月

活動目的: 透過白普理寧養中心醫務社工和家居護士轉介居住於老人院舍之病友, 健康資源中心與多間老人院舍合作, 給計劃義工進行關懷探訪。

對象: 15 間老人院住院病友

人數: 28 位義工, 16 名病友

活動名稱: 開心快活組之『雙慶』喜洋洋

日期及時間: 2018 年 6 月 15 日上午 10:15 至下午 12:15

活動目的: 社區義工 (退休公務員義工) 與白普理寧養中心義工協作為本院日間中心之病友慶佳節 (端午節和父親節), 義工關愛病友, 為病友送上社區溫暖和節日祝福。

對象: 參加白普理寧養中心日間中心之病友

人數: 病友: 8 人, 社區義工: 7 人, 白普理寧養中心義工 3 人

北區醫院

活動名稱: 中醫保健工作坊之訓出個寐來

日期及時間: 2018年5月11日(下午2時30分至4時)

活動目的: 透過工作坊的形式,傳遞中醫防治失眠的資訊,讓學員了解自己的體質特點,學會「由內到外」減輕失眠所造成的困擾。

對象: 北區醫院病人、義工、公眾人士

人數: 25

活動名稱: 社區資源講座

日期及時間: 2018年5月24日(下午2時30分至4時30分)

活動目的: 透過講座形式,介紹與長者有關的社區資源。

對象: 北區醫院病人、義工、公眾人士

人數: 18

P.13

威爾斯親王醫院

活動名稱: 學校健康大使計劃 17/18 - 器官捐贈齊關注

日期及時間: 2017年12月-2018年7月

活動目的: 招募中學生成為學校健康大使,於校園推廣健康生活文化及器官捐贈的訊息

對象: 學校健康大使

人數: 94人

沙田慈氏護養院

活動名稱: 活力八月

日期及時間: 2018年8月17日 下午3時30分至4時30分

活動目的: 得到香港傷健協會賽馬會沙田青少年綜合服務中心的協助，讓本院院友能與一群活力十足的中學生義工們一起唱歌玩遊戲，除讓院友能渡過一個輕鬆的下午，也讓院友能感受義工的關懷。

對象: 本院院友

人數: 20

沙田醫院

活動名稱: 歡樂時光之金秋圓月濃情聚

日期及時間: 24/2/2018 下午 3:30-4:30

活動目的: 讓院友住院期間也能感受中秋的節日氣氛

對象: 沙田醫院院友及其家人

人數: 40

活動名稱: 開心生日派對

日期及時間: 13.8.2018 上午 10:30-11:30

活動目的: 為寧養紓緩日間醫院院友慶祝生日

對象: 沙田醫院寧養紓緩日間醫院院友

人數: 35

2019 年義工基礎訓練時間表

1.	雅麗氏何妙齡那打 素醫院	28/2/2019 (四)	下午 2:15 至 5:30	雅麗氏何妙齡那打素醫 院 J 座 1 樓演講廳	120
2.	北區醫院	9/4/2019 (二)	上午 9:15 至 12:30	北區醫院 1 樓禮堂	65
3.	雅麗氏何妙齡那打 素醫院	24/6/2019 (一)	下午 2:15 至 5:30	雅麗氏何妙齡那打素醫 院 J 座 1 樓演講廳	120
4.	威爾斯親王醫院 (新界東醫院聯網 暑期義工大學堂 基本義工訓練)	12/7/2019 (五)	下午 2:15 至 5:30	威爾斯親王醫院 住院主樓暨創傷中心 1 樓 演講廳	300
5.	威爾斯親王醫院	24/8/2019 (六)	下午 2:15 至 5:30	威爾斯親王醫院 住院主樓暨創傷中心 1 樓 演講廳	300
6.	威爾斯親王醫院	18/10/2019 (五)	下午 2:15 至 5:30	威爾斯親王醫院 住院主樓暨創傷中心 1 樓 演講廳	300
7.	北區醫院	17/12/2019 (二)	上午 9:15 至	北區醫院 1 樓禮堂	65

			12:30		
--	--	--	-------	--	--

義工服務/中心活動 (服務/活動前兩小時如惡劣天氣，活動將有以下安排)

	警告訊號	室內服務/活動	戶外服務/活動
暴雨警告訊號	黃色	Y	Y
	紅色	X	X
	黑色	X	X
颱風訊號	1 號風球	Y	Y
	3 號風球	X	X
	8 號風球	X	X
雷暴警告	雷暴警告	Y	X

Y 服務/活動如常進行

X 服務/活動暫停

P.15

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 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：上午九時至中午十二時	星期日及公眾假期休息
白普理寧養中心 電話：2645 8896	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
北區醫院 電話：2683 7512	星期一至五： 上午九時至中午十二時三十分 下午一時三十分至下午五時三十分	星期六、日及公眾假期休息
威爾斯親王醫院 電話：3505 3158	星期一至五： 上午九時至下午一時 下午二時至五時三十分	星期六、日及公眾假期休息
沙田醫院 電話：3193 7457	星期一至六： 上午九時三十分至下午五時	星期日及公眾假期休息
沙田慈氏護養院 電話：2636 7249	星期一至五： 上午九時至下午一時 下午二時至五時 星期六：上午九時至中午十二時	星期日及公眾假期休息

--	--	--

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三十分 下午二時至七時	星期六 上午九時至下午一時 下午二時至下午五時
雅麗氏何妙齡那打素 醫院 查詢：2689 2053	星期一至五 上午九時至下午一時 下午二時至五時	星期六 上午九時至中午十二時
北區醫院 查詢：2683 7516	星期一至五 上午九時十五分至中午十二時三十分 下午二時至五時三十分	星期六、星期日 及公眾假期休息

編輯委員會名單

督印人：劉敏昌博士

編輯委員：胡鎮文先生 溫潔明小姐 房靜思小姐 談德榮先生