



## 目錄

- P.2 「HA Go」一站式管理病人健康
- P.3 抗疫自助法 (懶人包)
- P.4 病人及照顧者資訊
  - 攜手抗疫 2019 冠狀病毒病
- P.5 聯網義工活動回顧
- 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 義工資訊

致各位新界東醫院聯網義工：

好耐無見，大家好嗎？

受疫症的影響，為保障義工安全，義工服務已暫停數月。在這數月間，大家經歷著疫症及日常生活中的種種挑戰—有對口罩不足的不安、有整日需要照顧家庭的疲憊、有限制外出娛樂消遣的孤單……但在這段期間，在關顧義工情況的時候，收到更多的是“好耐無見其他義工老友記，祝願各位身體健康！”，“你地系醫院工作要小心 D 呀！”，“你地也要保重呀！”，“疫症快 D 走，我地又可以繼續返黎做義工服務！”，“系疫症下，醫護人員同你地仍堅守崗位，向你地致以萬二分的敬意！”想說的是，比起疫症令人的不安、疲憊、孤單，大家的關愛更強大！

疫情下，我們特別製作了**口罩收納袋**並郵寄送給義工以表達對義工的關顧。收納袋上印有防疫貼士及資訊錦囊，以提供實用的資訊予大家！除了實用的資訊，大家心靈上同樣地要做好抗疫準備！因此我們於今期通訊特別節錄**抗疫自助法 (懶人包)**為大家心靈上叉叉電！（詳見通訊第 3 頁）

另外，雖然義工服務已暫停多時，但我們對病人及照顧者支援並沒有停止。今期的通訊我們為大家介紹醫管局以不同的形式為病人及照顧者提供的支援：

「HA Go」：一個一站式專為病人而設的應用程式，綜合醫管局現時多個獨立應用程式，並加設更多貼心合用的新功能，令病人、照顧者或監護人可管理病人就醫安排及護理健康。這個應用程式已在 2019 年第四季在 Apple App Store 和 Google Play 正式上架，供市民下載。（詳見通訊第 2 頁）

<<攜手抗疫—2019 冠狀病毒病>>醫管局病人專頁：為讓病人及照顧者足不出戶亦可接收到最新的疫情及醫管局服務安排，醫管局設立<<攜手抗疫—2019 冠狀病毒病>>醫管局病人專頁 (<http://www.ha.org.hk/covid>)。專頁內亦有介紹社區資源及相關的健康資訊，以提供全面的資訊予市民。（詳見通訊第 4 頁）

除此以外，為讓到醫院覆診病人能了解到更多的**社區資源**，威爾斯親王醫院和北區醫院兩間健康資源中心今個夏天製作以醫、食、住、行及心靈為主題的手搖扇，以二維碼(QR code)方式介紹沙田和北區的社區資源。（詳見通訊第 4 頁）

現時疫情的發展仍存在許多未知之數，大家照顧、關愛別人的同時，也一定要好好照顧自己，保持身體健康，以應付未來的挑戰。祈求疫病止息，人人平安健康！

祝  
身體健康！

新界東醫院聯網健康資源中心全體全人敬上

圖 NTEC 17：新界東醫院聯網健康資源中心特別製作了口罩收納袋送給義工以表達對義工的關顧。

**P1**

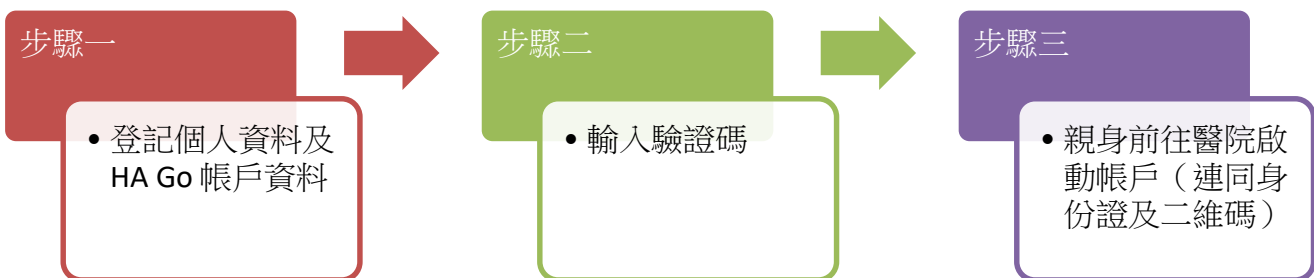
## 「HA Go」在手 盡握醫療資訊

醫院管理局已推出流動應用程式「HA Go」，讓病人可管理就醫安排及護理健康。病人可透過「HA Go」查閱個人預約紀錄、支付賬單及藥物費用（自費藥物除外）、預約專科新症、查閱藥物資料或按照訓練方案進行康復練習。病人更可透過「HA Go」下載其他醫管局手機應用程式。市民只需下載程式及輸入個人資料，並親身前往醫院出示其香港身份證及「HA Go」發出的二維碼，便可以完成啟動帳戶程序。



立即掃描二維碼，免費下載「HA Go」！

### 「HA Go」會員登記三部曲



溫馨提示：病友可於下次覆診時，帶同所需資料到醫院/診所，一併完成啟動帳戶程序。



「HA Go」提供中英文版本，支援已安裝 iOS9.0 或以上的智能手機。如有查詢，請瀏覽「HA Go」網頁 <https://www3.ha.org.hk/hago/> 或電郵至 [enquiry-hago@ha.org.hk](mailto:enquiry-hago@ha.org.hk)。

### 「HA Go」五大功能及好處

#### 預約記錄 管理預約更方便

• 病人可以查詢過去一年和未來的覆診期。現階段範圍覆蓋：未來的預約及過去一年的診症紀錄：

- 普通科門診
- 專科門診（不包括門診醫療程序及兒童身心全面發展服務）
- 放射科檢查
- 專職醫療（不包括醫務社工服務）
- 護士診所
- 藥劑師診所

過去一年的診症紀錄：

- 入院
- 急症室

• 病人更可透過此程式取消專科門診新症預約及接收預約提示。

#### 預約通 預約門診更輕鬆

- 現階段，市民可透過此程式，遞交專科門診新症的預約申請，包括內科、心胸外科、外科、耳鼻喉科、兒科、骨科、神經外科、眼科、產科、婦科、麻醉科（痛症科門診）和臨床腫瘤科。
- 稍後，市民更可透過程式預約普通科門診。

### 藥物 隨時查閱醫療紀錄及藥物資訊

- 現階段病人可查詢其過敏紀錄及兩年內的配藥紀錄和藥物資訊。
- 稍後，病人可透過設定用藥提示功能，提醒自己依時依量服藥。
- 將來，病人更可查閱自己的病歷，化驗報告、放射報告等。

### 繳費服務 流動繳費免排隊

- 繳費服務 繳付賬單及藥費
- 繳費紀錄 顯示繳費紀錄及詳情
- 查看賬單 查詢未付及已付賬單
- 掃描繳費 掃描賬單上條碼以繳費



「HA Go」會顯示需要支付的項目，病人透過應用程式即可繳費。現階段，流動繳費可支付賬單及藥物費用（自費藥物除外），並可查閱透過應用程式繳費之紀錄。繳費服務會逐步擴展至專科及普通科門診費用等。

### 康復 個人化健康管理

- 治療師透過程式，以影片、遊戲等多媒體功能，為不同疾患的病人設計最合適的康復訓練方案，協助他們有系統地在家中或社區進行康復練習。
- 日後程式更可記錄血壓、血糖等個人健康指數，成為電子醫療護理日誌。



現時，在「HA Go」首頁亦可連接到智友站網頁，方便病友及照顧者瀏覽疾病資訊、自理貼士以及社區資源（包括病人組織資料）。

資料轉載自：醫院管理局《關懷短訊》第五十六期

## 抗疫自助法（懶人包）\*

### 情緒篇

#### *接納情緒*

面對突然的危機，有不同的壓力反應是很自然的。不需要過度抑壓或要求自己馬上平伏，試試接納並了解自己的情緒反應。

#### *抒解情緒*

留意自己的身心警號，在需要時調適情緒，例如保持正面信念、與信任的人分享內心感覺，寫日記等去抒發感受，令情緒得以抒解。

當壓力反應持續、甚至影響日常生活，請及早處理，尋求協助。

### 日常生活篇

#### *固本培元*

盡量維持生活作息，要有適當的休息、飲食、運動。盡可能保持生活均衡，讓身體發揮天然的抗逆力。

#### *善待自己*

盡可能預留時間做讓自己放鬆的事，例如呼吸鬆弛、伸展運動。亦可發掘不同的個人活動，如聽音樂、練習廚藝等，嘗試令生活保持姿采。

### 社交及資訊篇

#### *互相守望*

可用電話或短訊保持社交連繫，亦可主動提出自己的需要，接受別人的幫助。同時，可以透過通話、短訊或鼓勵等去關心身邊的人。

#### *適量接收資訊*

適時及適量接收資訊固然重要，亦要保持冷靜，客觀分析其可信性。同時避免花太多時間搜尋或重看資訊，這只會令人難以放鬆。

資料轉載自：醫院管理局職員心理服務—抗疫自助法(懶人包)2020



<<攜手抗疫—2019 冠狀病毒病>>醫管局病人專頁

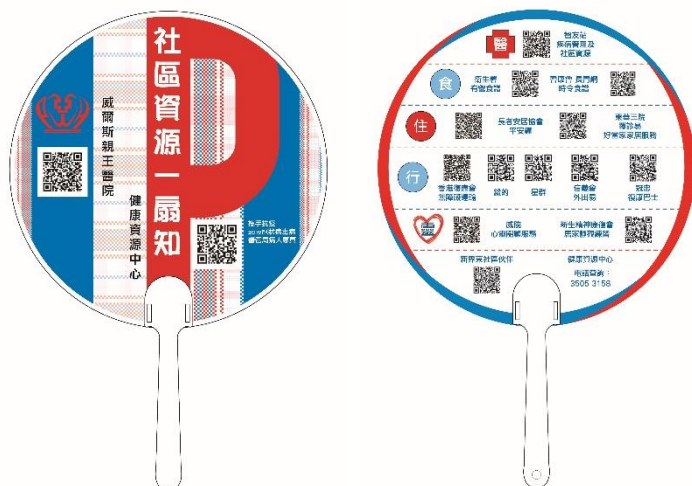
受疫情影響，醫院管理局暫緩了部分非緊急服務，集中資源以應對挑戰。有見本地疫情稍為緩和，醫管局亦按實際環境及需要逐步恢復服務。為讓病人及照顧者足不出戶亦可接收到最新的醫管局服務安排和相關健康資訊，醫管局特別設立<<攜手抗疫—2019 冠狀病毒病>>醫管局病人專頁 (<http://www.ha.org.hk/covid>)。大家可透過專頁了解醫管局的服務安排、健康建議、社區資源等等。



<<攜手抗疫—2019 冠狀病毒病>>醫管局病人專頁二維碼

社區資源—「扇」知 ~~~ 威爾斯親王醫院 x 北區醫院 健康資源中心

夏日炎炎，手搖扇一定是外出時必備的用品之一！威爾斯親王醫院和北區醫院兩間健康資源中心今個夏天製作以醫、食、住、行及心靈為主題的手搖扇，以二維碼(QR code)方式介紹沙田和北區的社區資源。大家可以一邊撥扇乘涼，一邊掃描扇上的二維碼，詳細了解需要的服務！







## 聯網活動回顧

### 活動名稱：冬日送暖-關懷出院長者大行動(新春探訪)

日期：11/2019-4/2020

目的：由新界東醫院聯網社區外展服務、三間健康資源中心(威爾斯親王醫院、北區醫院、雅麗氏何妙齡那打素醫院) 及香港中文大學醫學院 賽馬會公共衛生及基層醫療學院合辦一項結合醫療、社會及學術性的照顧離院長者義工計劃。計劃的探訪對象是由新界東醫院社區外展服務部轉介的沙田、大埔及北區的出院長者。探訪包括為長者提供簡單的健康檢查、提醒長者在秋冬季節時要小心保暖和預防流感、介紹社區資源和教育長者禦寒技巧。

由於疫情關係，醫院的探訪服務在 1 月下旬時暫停。雖然義工未能上門探訪長者，但社工同事在 2 月開始，每月致電長者慰問長者，了解他們的身體狀況和提供防疫訊息。

對象：離院長者

人數：受惠長者:100 多位，探訪義工:120 位

圖 NTEC 9：威爾斯親王醫院於 2020 年 1 月 18 日(星期六)舉行新春探訪活動。當日威爾斯親王醫院羅院長與 100 位義工一起參與。大家拜過早年及大合照後，一齊出發將福袋和祝福送給一班長者。

圖 NTEC 10：雅麗氏何妙齡那打素醫院文院長親身到場支持活動並為義工們打氣，出發前來個大合照。

圖 NTEC 11：義工在探訪期間得悉長者家中缺乏保暖衣物，擔心她在寒冷天氣下著涼，即時為長者送上棉被，更顯溫暖。

圖 NTEC 12：北區醫院孫院長及護理總經理譚姑娘與義工們一起為長者送上新年的祝福！

### 活動名稱：義工嘉許典禮 2019

日期：2019 年 12 月 5 日

目的：新界東醫院聯網健康資源中心舉辦義工嘉許典禮以答謝義工的付出及貢獻。

對象：新界東醫院聯網各醫院義工及義工團體

人數：700 多位義工及嘉賓

圖 NTEC 13：700 多位義工及嘉賓聚在一起，當然要來個大合照留念啦！

圖 NTEC 14：適逢威爾斯親王醫院 35 周年，新界東醫院聯網的 35 位最年長義工也一起來慶祝！

圖 NTEC 15：嘉賓頒獎予一眾服務超過 20 年的義工，以表揚“長情”的義工！

圖 NTEC 16：活動順利完結，同事與一眾嘉賓合照留念。



病人關顧 (義工服務)

## 雅麗氏何妙齡那打素醫院

活動名稱：一病房一探訪義工隊—社區資源體驗團

日期：2019 年 10 月 23 日

目的：透過參觀理工大學轄下兩所中心，認識高科技產品及康健服裝如何提昇長者及殘疾人士的生活質素，以便日後介紹給有需要之服務對象。

對象：一病房一探訪義工隊義工

人數：53 人

圖 AHNH 1：參觀賽馬會智齡滙體驗中心，認識高科技產品如何改善長者生活。

圖 AHNH 2：綾緻康健服裝中心為殘疾人士度身訂做復康服飾，減低因殘疾帶來之不便。

活動名稱：聖誕住院病人關懷行動 2019

日期：2019 年 12 月 16 日

目的：透過節日關顧，讓病人感受到義工及醫院同工的關懷，同時感受節日溫馨的氣氛，歡度節日。

對象：那打素醫院及大埔醫院住院病友

人數：兩院病友共 1300 人；參與義工 30 人

圖 AHNH 3：全體義工於關懷活動舉行前在醫院大堂集合拍照留念。

圖 AHNH 4：文院長及義工打扮成聖誕老人到病房派發由義工製作的聖誕小禮物。

## 大埔醫院

活動名稱：悅耳歌聲迎聖誕

日期：2019 年 12 月 15 日

目的：The Pelicans 合唱團到大埔醫院表演無伴奏合唱，讓住院病人感受聖誕節的歡樂氣氛，同時表達社區人士對他們的關愛。

對象：骨科、護養科、精神科院友

人數：55 人

圖 TPH 1：感謝 The Pelicans 合唱團首次到大埔醫院，唱出不同語言的聖誕歌，為院友帶來聖誕節氣氛。

圖 TPH 2：合唱團以無伴奏方式獻唱多首歌曲，非常有特色及動聽。

活動名稱：第 54 屆工展會之旅

日期：2019 年 12 月 28 日

目的：由醫護人員陪同護養科院友、家屬及照顧者一同前往工展會會場購買日用品及美食，放鬆心情之餘，又可以享受購物樂趣。

對象：護養科院友、家屬及照顧者

人數：14 人

圖 TPH 3：每年的工展會之旅，都是護養科院友及家屬十分期待的外遊。

圖 TPH 4：今年的工展會人流較少，讓院友及家屬們更輕鬆的選購物品及品嚐美食，大家都盡興而歸。

**P6**

病人關顧 (義工服務)

### 白普理寧養中心

活動名稱：病人回憶錄

日期：2019 年 12 月

目的：為本院的晚期病人製作回憶錄，將他過往的生平事跡及值得懷念的紀錄在回憶錄內，留下美好回憶。

對象：本院住院病人

圖 BBH 1：中心義工為病人紀錄回憶錄內的資料，並將所有資料用電腦整合和用心的去設計和裝飾。

活動名稱：製作賀年揮春

日期：2020 年 1 月

目的：義工們為住院病人節日活動預備精致可愛的小禮物 – 賀年揮春。

圖 BBH 2 & 3：鼠年將至，一班義工們忙於準備賀年揮春予住院病人共賀新年。

活動名稱：家庭相片

日期：2020 年 4 月 23 日

目的：為住院病人和家人拍攝家庭照作留念。

圖 BBH 4 & 5：病人在醫院接受洗禮期間，為她和家人拍攝照片作為留念，並送上小禮物作為我們的祝福。

### 沙田醫院

活動名稱：妙韻會知音

日期：2020 年 1 月 4 日

目的：讓院友感受農曆新年的節日氣氛。

對象：院友、家屬及公眾人士

圖 SH 1：由一眾醫護人員組成的醫院管理局中樂團到本院演奏多首耳熟能詳的新年歌曲，院友手舞足蹈，氣氛熱鬧。

活動名稱：鼠報年來福滿門

日期：2020 年 1 月 21 日

目的：透過派發福袋讓院友感受外界的祝福及關懷。

對象：院友

圖 SH 2：於肺炎疫情下，佛教院侍部送上福袋為院友打氣。

病人關顧 (義工服務)

## 沙田慈氏護養院

活動名稱：工展顯關懷

日期：2019 年 12 月 17 日

目的：本院院友每年翹首以盼的眾多活動中，其中一個肯定是參觀工展會。院友不但能感受熱鬧的活動氣氛，而且可在義工或家屬的協助下購買心儀的各式貨品。

對象：本院院友及家屬

人數：8 位院友及 2 位家屬

圖 SCH 1：入場前當然要先嚟張大合照。

圖 SCH 2：出發 shopping！

活動名稱：喜樂平安過聖誕

日期：2019 年 12 月 21 日 下午 3 時 30 分至 4 時 30 分

目的：又到聖誕，又到聖誕！今年的慈氏聖誕慶祝活動不僅有義工獻唱優美的聖詩及豐富的遊戲環節，而且義工更化身小丑為院友帶來精彩的表演。

對象：本院院友

人數：30 位

圖 SCH 3：院友義工嘉賓濟濟一堂。

圖 SCH 4：小丑搵埋院友一齊表演。

圖 SCH 5：點少得向病房內既院友送上祝福呢！

活動名稱：狗醫生探訪

日期：2019 年 12 月 18 日

目的：狗不單是我們的朋友，更能關顧我們心靈，紓緩情緒！感謝「亞洲動物基金」義工帶同咁多位狗醫生探訪慈氏院友，為院友生活添上歡欣。

對象：本院院友

人數：8 位

圖 SCH 6：咁入神望緊咩啊？

圖 SCH 7：狗醫生真抵錫！

病人關顧 (義工服務)

## 北區醫院

活動名稱：義工旅行

日期：2019 年 11 月 8 日

目的：1. 增加義工之間的凝聚力；  
2. 加強義工對健康資源中心的歸屬感。

對象：北區醫院義工

人數：58 人

圖 NDH 1：一眾參加義工到達後先來一張大合照。

圖 NDH 2：義工拿著剛從菜田新鮮摘下的蔬菜一起合照留念，非常開心。

活動名稱：生日小隊-3D 寧養中心生日會

日期：2019 年 10 月 29 日及 12 月 23 日

目的：1. 透過不同的遊戲來加強病友的感統訓練，如手眼協調。  
2. 為病友帶來生日祝福，加強義工與病友的互動。

對象：3D 寧養中心病友

人數：6 位義工

圖 NDH 3：生日會中透過不同遊戲來考考病友反應，病友都非常投入。

圖 NDH 4：遊戲期間，義工為病友打氣，加強氣氛。

## 威爾斯親王醫院

活動名稱：義工訓練: 幽默的藝術

日期：2019 年 12 月 20 日

目的：1. 認識幽默的藝術。  
2. 學習如何加強自己的幽默感。  
3. 透過適當的幽默，加強溝通技巧。

對象：個人及機構義工

人數：55 人

圖 PWH 1：資深培訓導師講解應用「幽默」的技巧，並給予服務小貼士，以促進義工與病人的溝通。

圖 PWH 2：經過導師精彩的解說及演繹，義工們在答問環節亦踴躍提問，最後來張大合照，訓練圓滿結束。

活動名稱：<義工服務發展> 交流會

日期：2020 年 1 月 8 日

目的：1. 讓義工了解最新義工服務的管治架構及機制。

2. 參加者交流對義工服務未來發展的意見。

對象：個人及機構義工

人數：35 人

圖 PWH 3：房姑娘為大家介紹義工服務及醫院的新動向，包括威院重建計劃。再由兩位社工講解義工服務機制、統計數字及義工服務問卷調查結果。

圖 PWH 4：義工分組討論及匯報，就義工服務未來發展積極表達意見。



## 病人小組活動

### 雅麗氏何妙齡那打素醫院

活動名稱：「健樂同行在醫院」 - 太極基礎班

日期：2019年9月至2020年1月

目的：透過練習太極運動，讓病人及照顧者學習放鬆，調整呼吸，並鍛鍊身心平靜沉穩。

對象：本院病友小組會員及家屬

人數：10人

圖 AHNH 5：義務導師區啟明博士悉心教導每位參加者，與組員合照。

圖 AHNH 6：組員學習楊家太極基本功訓練如站樁及八段錦。

活動名稱：「心友匯」輕鬆一天遊

日期：2020年1月11日

目的：由本院心臟內科的醫護人員陪同心臟病患者及家屬參觀香港濕地公園及流浮山，鼓勵他們走出社區，建立同路人的社交及支援網絡，從而提升病友間的互助互勉精神。

對象：本院心臟病患者及家屬

人數：42人

圖 AHNH 7：病友、家屬及醫護人員在濕地公園門外的入口廣場拍照留念。

圖 AHNH 8：病友及家屬悠然自得地參觀香港濕地公園每個優美的景區。

### 大埔醫院

活動名稱：水仙花開樂盈盈

日期：2020年1月3日

目的：透過培植水仙花活動，讓家屬之間彼此分享，互相交流，同時感受農曆新年氣氛。

對象：護養科家屬

人數：9人

圖 TPH 5：家屬透過培植水仙花活動，有機會互相交流分享，發揮同路人互助精神。

圖 TPH 6：義務導師細心講解鑿水仙球的技巧及培植時要注意的細節。

圖 TPH 7：每位家屬順利完成2個水仙花球，就是踏出成功的第一步！

活動名稱：動物插花工作坊

日期：2019年10月11日

目的：透過插花工作坊，鼓勵家屬及照顧者運用創意，創作屬於自己的盆栽，提升參加者的自信，同時舒緩壓力。

對象：護養科家屬

人數：9人

圖 TPH 8：導師準備了色彩繽紛的花束，讓參加者發揮創意，輕輕鬆鬆創作自己喜歡的盆栽。

圖 TPH 9：多位參加者表示自己第一次學插花，每一件的作品都有板有眼，真是意料之外。

**P10**

病人小組活動

## 沙田慈氏護養院

活動名稱：「慢遊慈山寺」家屬秋季聚會

日期：2019年10月29日

目的：讓院友家屬暫時稍稍放下照顧工作，關顧自己的身心健康，發揮家屬間朋輩支持。

對象：院友家屬

人數：10位

圖 SCH 8：放開懷抱，與朋輩在藍藍的天空下享受片刻的寧靜

## 沙田醫院

活動名稱：聲韻靜心工作坊

日期：2019年11月22日

目的：透過體驗頌鉢的聲音，讓身心得到放鬆、自在

對象：6AB病房院友

圖 SH 3：慈山寺佛法心靈輔導中心邀請了頌鉢導師為院友示範頌鉢，院友們體驗過後，身心得到放鬆，內心感到寧靜及平安。

活動名稱：健腦樂同行朋輩支援小組

日期：每月第二個星期三，下午 3:30-5:00

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：院友及家屬

圖 SH 6：慧進會義工每月來到外科病房與院友分享自身經驗，以「同行者」的身份陪伴院友，使他們更有信心戰勝病魔。

## 北區醫院

活動名稱：顯智會及笑口做人病人互助小組聯合聖誕聯歡會

日期：2019年12月14日

目的：透過健康飲食講座讓病友們增加對健康飲食的認識，另外亦透過小組遊戲，促進同路人的交流。

對象：乳科及造口科病人、家屬

人數：86人

圖 NDH 5：活動邀請了營養師介紹健康飲食，參加者均獲益良多。

圖 NDH 6：活動在歡樂的氣氛下完成，大家一起來個大合照！同時亦感謝乳科及造口科醫護義工的協助，使當日活動順利進行。

活動名稱：健氣同行協作計劃—“師兄師姐”朋輩義工訓練計劃

日期：2020年1月9日、1月13日、1月15日及1月16日

目的：透過工作坊，訓練慢阻肺病病人及家屬成為朋輩義工，發揮互助精神，助人自助。

對象：慢阻肺病病人及家屬

人數：10人

圖 NDH 7：工作坊除了教授知識和技巧，亦讓參加者透過角色扮演及小組討論實踐所學。

圖 NDH 8：工作坊亦邀請了乳科病人互助小組—顯智會的朋輩義工分享義工經驗，讓參加者更真切了解到朋輩義工的意義。

活動名稱：糖尿及內分泌科中心之友--多元化運動班

日期：2019年11月至12月

目的：運動對糖尿病患者有很多好處，例如有助增強肌力，延緩肌肉骨骼退化；能降低血液中低密度膽固醇(俗稱壞膽固醇)，提升高密度膽固醇(俗稱好膽固醇)水平等的好處。

是次開展的運動，包括肌肉訓練班、瑜伽班和太極班。參加者非常投入，認為運動班可以培養他們建立做運動的習慣、又能強身健體和認識其他糖友，分享管理血糖經驗。

對象：糖尿及內分泌科中心之友

人數：47人

圖 PWH 5 & 6：導師鼓勵組員以樂觀正向的態度學習瑜伽和面對病患。

圖 PWH 7：每節訓練包括熱身、核心訓練及緩和運動。

活動名稱：「淺談燒、燙傷：預防與急救」講座

日期：2019年11月30日

目的：當日講座內容非常豐富，由本院燒傷科醫生和顧問護師講解燒傷與治療的知識，而燒傷科的護理團隊以生動有趣的話劇形式帶出正確的急救方法；最後由香港灼傷互助會的會員以同路人的身分分享他們如何跨過燒傷所帶來的創傷，重新活出美好的生活。

對象：沙田社區人士

人數：130人

圖 PWH 8：顧問護師黃芷穎女士講解燒傷急救方法。

圖 PWH 9：日常生活常遇到燙傷危機，燒傷科的護理團隊以話劇方式教大家正確的處理方法。

圖 PWH 10：香港灼傷互助會以同路人身份分享自身經驗，讓參加者認識預防燒燙傷的重要。

活動名稱：手足同樂 Budding Well~~ Zoom 幼兒畫班

日期：2020年7月18日至9月19日(逢星期六)

目的：活動以美術為媒介，針對上肢訓練和鍛鍊手和大小肌肉，以提昇上肢的控制力和協調性。此外，透過有趣的繪畫，參加者可以享受當中的樂趣，學習接受及超越肢體障礙，提昇自信心及自我認同。

對象：兒童骨科幼兒2-4歲

人數：4位

圖 PWH 13：疫情關係，今年手足同樂的暑期畫班改以網上形式進行，但仍無損大家對繪畫的熱情。

圖 PWH 14：第一課是繪畫彩虹，小朋友非常投入，家長對網上畫班亦非常讚賞！

## 社區協作活動

### 雅麗氏何妙齡那打素醫院

活動名稱：大埔及北區關懷行動 – 社區關懷探訪 2019-20

日期：2019 年 12 月 9 日至 2020 年 1 月 13 日

目的：透過家訪，為居於大埔及北區的低收入住戶送上關心，並進行簡單的生活狀況調查，以便向居民介紹適切服務。

對象：居於大埔及北區的居民

人數：義工：9 人；住戶：86 戶

圖 AHNH 9：職員與義工一起走進社區。

圖 AHNH 10：義工為劏房戶送上禮物及關心。

活動名稱：愛心伴耆年社區義工計劃暨嘉許禮 2020

日期：2019 年 12 月 21 日

目的：推廣服務長者之義工計劃及嘉許大埔區內義工過往的貢獻。

對象：大埔區內長者及義工

人數：本院參與義工：23 人 整個活動參與人數：492 人

圖 AHNH 11：本院義工夫婦何華星及李堅玉獲大會頒發「共顯關懷」家庭義工之星獎。

圖 AHNH 12：本院義工親手扭汽球送贈當日之參加者，讓他們笑逐顏開。

### 北區醫院

活動名稱：北區花鳥蟲魚展覽會 – 「關顧認知障礙 醫社同行跨障礙」攤位

日期：2019 年 12 月 22 日至 12 月 27 日

目的：透過遊戲攤位，讓公眾增加對認知障礙的認識。

對象：公眾人士

人數：53 位義工

圖 NDH 9：攤位活動豐富，除了有攤位遊戲及展板外，亦有聖誕裝飾及相框提供予參加者拍照留念！

圖 NDH 10：義工協助展板前維持秩序。



## 社區協作活動

### 威爾斯親王醫院

活動名稱：病人節日慶祝活動

日期：2019年9月13日及2019年12月19日

目的：1. 透過社區人士的探訪，向住院病人表達關心和祝福。  
2. 與病人分享節日的歡愉。

對象：個人及機構義工

人數：72人

圖 PWH 11：煤氣溫馨義工隊聯同醫院管理層及健康資源中心義工，於中秋節當日為住院病人送上健康月餅及應節水果。派發的月餅更是一眾義工早前在醫院廚師指導下親手製作，滿載愛心及誠意。

圖 PWH 12：為慶祝聖誕，香港賽馬會義工隊與醫院管理層到病房派發聖誕禮物。當中更有義工裝扮為聖誕老人，殊添氣氛，引來不少人爭相合照。

### 沙田醫院

活動名稱：慈濟日-感恩.尊重.生命愛

日期：2019年10月31日

目的：向院友傳遞快樂與關懷，鼓勵他們學習感恩

對象：院友及家屬

圖 SH 5：慈濟義工跟院友就像一家人一樣，一起用手語合奏「一家人」一曲，場面溫馨。

活動名稱：聖誕歡樂報佳音

日期：2019年12月21日

目的：分享節日的祝福，向院友表達關愛

對象：院友、家屬及公眾人士

圖 SH 4：本院院牧部聯同四間區內教會為本院送上聖誕祝福。當天超過100位義工於本院各層病房獻唱聖誕歌曲，最後更在大堂大合唱，聲勢浩蕩。

**傳染病應變級別下之活動安排指引\***

項目	應變級別			
	戒備	嚴重(S1)	嚴重(S2)	緊急#
隔離病房	只按個別情況 給予批准	只按個別情況 給予批准	只按個別情況 給予批准	暫停
其他臨床範圍	准許	由醫院聯網總監 和感染控制小組 發出指示准許	由醫院聯網總監 和感染控制小組 發出指示准許	暫停
非臨床範圍及非 醫院環境	准許	准許	准許	暫停

\* 資料來源：摘錄自「醫院管理局感染控制計劃（流感大流行）」的相關檔案

# 緊急應變級別(E) 於 2020 年 1 月 25 日起啟動，所有中心活動、病友組織活動及義工服務暫停至另行通知。

**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、日及公眾假期休息
白普理寧養中心 電話：2645 8897		
北區醫院 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 電話：3505 3158		
沙田醫院 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 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		

\* 因應疫情的最新發展，新界東醫院聯網復康店服務時間於 2020 年 2 月 27 日起作出調整。

督印人：許鷗思醫生

編輯委員：胡鎮文先生 溫潔明小姐 房靜思小姐 談德榮先生 李嘉欣小姐

**P16**