

以愛服務 締造希望
Love in the service of hope

逆境自強

明愛
✱
情
報

第 55 期

2025年3月

www.caritas.org.hk

情 報 目 錄

第 55 期

03	總裁的話
	《德·悟·得》- 逆境自強
04	副總的話
	《基督信仰分享》- 高度需求
05	《愛·迪·生》
06	《愛·因·思·坦》
	明愛尋根之旅
08	《愛·服務》
08	學前教育及扶幼服務 - 從小學會愛護地球，實踐低碳生活
09	家庭服務 - 「童跑同行 • Running Buddy」街跑小組
10	家庭服務 - 照顧路上的啞鈴
11	康復服務 - 與青少年共建的身心靈休整空間
12	安老服務 - 澳門明愛安老服務交流團 廣開視野持續進步
13	職業訓練及教育服務 - 應對氣候變遷 推動可持續發展
14	職業訓練及教育服務 - 逆境自強
15	特殊教育服務 - 蛻變
16	《愛·活動》
20	《愛·同行》
	連結各方匯力量 傳揚關愛齊分享
22	《愛·護理》
	入醫院的冷知識 解決你的迷思
24	《愛·資訊》
	網絡釣魚和電郵保護
26	《愛·感恩》
26	廿載服務天水情 攜手共建好家庭
27	「擁抱自己」服務計劃閉幕禮暨成果分享會
28	《愛·祝福》
28	香港明愛家庭服務於亞洲家庭峰會分享創新經驗
29	亞洲傑出家庭工作計劃 2024 頒獎禮
30	《愛·分享》
30	2025 香港明愛新春茶敘
32	明愛之友「友·計·傾之夜」
34	啟思營 49
35	營後工作坊

誠徵稿件

下期主題：「細味人生」

截稿日期：2025 年 5 月 9 日（星期五）

歡迎大家把工作體驗、生活感受等等，以輕鬆簡潔的手法，透過文字、圖像、漫畫等與大家分享。文字以500-600字為限，並附上相關照片或圖案。相片須以JPEG格式儲存（檔案大小為3至5MB）。請於上述日期前，把稿件連同姓名、所屬部門及電話號碼，發送到電郵：comoff@caritas.org.hk（主旨請用：「明愛情報」徵稿）

查詢請電 3589 2525 胡小姐。

註：編輯組保留對來稿的刪改及刊登的最終決定權。

編輯組 傳訊統籌辦公室

總編輯 Michelle TSANG

執行編輯 Celine WU

美術設計 Yee Yan LI

資料整理 Polly HO



明愛情報亦可於網頁
<http://www.caritas.org.hk> 瀏覽

德·悟·得



逆境自強

俗語有曰：「人生不如意事常八九」，這句話正道出人從出生至死亡，生命中遭遇的經歷，往往未盡人意，逆境總比順境多。

面對逆境，我們要如何克服，甚至戰勝它呢？也許首先要調整心態。任何事情的發生，不會是偶然的。面對挑戰，不同的人可能以不同的心態面對。就好像大家耳熟能詳的「半杯水」理論。面對半杯水，消極的人會嗟嘆僅餘水半杯，已經無可作為了；也有人以積極態度面對，感恩還有半杯水，深信仍有成功的機會。對已發生的事情，我們雖然無從改變現實，卻擁有如何看待及應付當前困境的主權。我們若能以正面的心態面對考驗，保持自信，懷抱希望，配合積極行動，堅持努力學習，好好裝備自己，每能左右事情後續的發展。面對時代種種改變，若能與時並進，時代的洪流也奈何不了我們，漫天雲霧總有散去的一天，那時候，我們又可以重見朗朗藍天！

香港明愛過去 70 多年紮根香港社會，服務守護有需要的人士。縱然香港社會經歷多番變遷、經濟一再出現低迷，面對幾許挑戰，感恩天主眷顧，感謝明愛歷代同工努力不懈，讓機構一一跨過考驗，戰勝逆境。我們深知「自強不息」的重要，更特別成立了「明愛學苑」，旨在培養團隊上下認識天主教服務的基本要素與核心价值，並認同機構的願景和使命；透過提供相關課程，讓同工好好裝備自己，與機構同心、同德、同行邁向未來，繼續服務社會上有需要的人士，成為他們最佳伙伴，陪伴他們渡過人生的不同階段，活出有意義的人生！

「自強不息」應是我們的生活座右銘。只有堅持不懈，努力奮鬥，便有達至成功的希望。正所謂天助自助者，只要我們自強不息，以愛的行動將溫暖和希望帶給受助者，深信天主「與我們合作，並以奇蹟相隨，證實所傳的道理。」（谷十六 19）

各位同工，讓我們在新的一年里，共同努力，面對前路不可預料的挑戰，堅定以愛心和希望克勝考驗，並確信天主會作出配合，與我們攜手締結美好的未來！



閻德龍神父



基督信仰 分享

高度需求

耶穌說：「你們應當慈悲，就像你們的父那樣慈悲。你們不要判斷，你們也就不受判斷……」（路 6:36-37a）

在剛過去的二月尾，我有幸與明愛特殊教育服務的七所特殊學校的校監和校長前往台灣探訪，與當地負責特殊教育的機構進行交流與分享。在此過程中，我們不僅見識了他們對智障人士的照顧，更了解到他們對這些學童的生涯規劃。

行程的最後一站是第一福利基金會的第一兒童發展中心及第一永愛發展中心（第一家園），這裡給我留下了深刻的印象。除了他們的熱情款待和精彩的參觀，最令我震撼的是一位資深導師——張老師。她曾在國外深造，學成歸來後，成為了中心內以及所屬機構內教師的培訓者。

在她的介紹中，張老師傳達了一個深刻的信念：「這世界上沒有行為或情緒問題，只有高度需求。」正是基於這一信念，她帶領團隊深入了解學員的需求，耐心地等待他們的成長。她分享了一個感人的例子，花費了兩年的時間，讓學員逐漸融入課堂、社區和人群（具體情況不在此詳述，但深具感動）。

「沒有行為或情緒問題，只有高度需求。」這一觀點成為了耶穌教導的最佳詮釋：「你們應當慈悲，就像你們的父那樣慈悲。你們不要判斷，你們也就不受判斷……」（路 6:36-37a）

我們常常會將他人，甚至我們的受助者視為有著各種不同的問題；明愛的服務旨在為他們解決、消除和改變這些問題，讓問題不再成為問題。然而，當我們理解、感受他人的需求，甚至是高度需求時，我們便能以不同的角度和層面看待他們所謂的行為或情緒問題。事實上，每個人的行為表現都是其內心需求的反映，他們渴望得到回應和滿足。因此，讓他們知道有人理解他們的處境和需求，即使目前無法滿足，也是一種重要的支持。

再次默想耶穌的教導：「你們不要判斷，你們也就不受判斷……」（路 6:37a），我們便能更深刻理解其真正含義。我們又怎能輕易去判斷他人呢？

讓我們重新審視耶穌的教導：「你們應當慈悲，就像你們的父那樣慈悲。」（路 6:36）。反思自己，天主父並不將我及他人視為問題，祂不會消滅我們、厭惡我們或遺忘我們；相反，祂視我們為子女，並會滿足子女的需求，給予我們成長的機會與時間——這正是如同我們的父那樣的慈悲。



盧伯榮神父

願天主聆聽每一位明愛同工、受助人及所有有心人的需求，並賜予他們滿足。

愛·迪·生



然而仰望上主的，必獲得新力量，

必能振翼高飛有如兀鷹，疾馳而不困乏，奔走而不疲倦。

《依撒意亞 40:31》

今年啟思營的主題是「知己知彼，實踐願景」。要做到知己，每位明愛協調委員會（CCC）成員首先都需要在入營前做一個簡單的 24 品格優勢自我檢示。報告把品格優勢大致分了強、中、弱三部分，主要是排出優勢的次序。在第一天活動時，組員和其他同事都互相寫出印象中對方的「優勢」，然後每人輪流分享。發覺很多同事排第一、二的品格優勢也不為別人察覺，反而是中等優勢（middle strengths）最為明顯和主導。

我自己的情況也是一樣，當天最多同事寫我的一項是美的欣賞，然而這品格在自我調查中只是排序第 14。但也有一位寫到我的兩個主要品格優勢，分別是團隊精神（排序 6），與及愛與被愛的能力（排序 8）。真的想知道那位相對了解我的同事是誰呢！有另一位同事寫我有幽默感（排序 24），但這是我調查中最弱的一項。可能我這潛藏的特質，在偶爾的情況下會自然地展現出來（哈哈）！從而可見做到「知己」和「知彼」真是談何容易。

我的辦公室架構相對精簡，正因人數不多，更能團結凝聚，也感恩有這優秀的團隊。但每次舉行跨部門中央統籌活動（如步中情，輕排球比賽），參與人數數以百計，都得有賴各方力量 and 不同部門同事的分工合作。齊心事成，縱然是怎麼的辛苦，遇到如何多的挑戰，不少的逆境，日夜辛勞，回頭看也享受當中跌跌碰碰的過程，留下是更珍貴的回憶。每位成員的盡心盡力和積極投入，深為觸動；感恩之情，牢記於心。完成項目時的激盪，讓我深切領略當中存在的愛。



相信成長的環境某程度上影響一個人的品格特質。我也算是在大家庭中長大，家中共七兄弟姊妹，大夥兒與鄰居關係良好，從小就適應團體生活，感受愛的氛圍。喜愛運動的我在高中時擔任社長，體育學會會長，大學時也做過宿舍迎新隊長，因而深知團隊的力量。朋輩間彼此支援交心，一起朝着目標進發，年青時的團隊流露一份豪情浪漫。踏足職場，戰友更各有所長，心思細密，就多了一份沉著與解難。

我的首 5 位品格優勢分別是判斷力，心靈信仰，感恩，希望和洞察力。覺得這排序是一個有用的「知己」參考。期望在面對逆境挑戰，挫折考驗時，除了發揮這些品格優勢外，更可以做到心寬如海、心靜如月、心堅如石、處變不驚，迎難而上，跨步向前！

— 總編的話

愛
因
思
坦
你同行
然分享



明愛尋根之旅

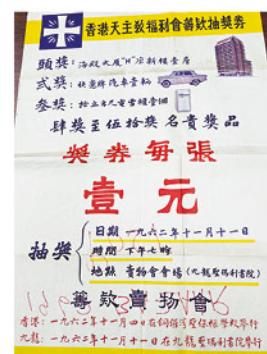
明愛學苑
林綺雲校長

香港明愛（明愛）於 1953 年 7 月由天主教香港教區創立。經過七十多年的發展，明愛現已成為一間提供多元化服務的非政府機構，與時並進，發展及優化各項服務。在社會變遷和面對種種挑戰下，明愛仍然不斷追求卓越，完善服務。明愛服務範圍廣泛，主要包括社會工作、教育、醫療護理、社區發展與賓館及餐飲服務等。

香港明愛的歷史文物保育是傳承重要的一步，為幫助我們啟發新一代明愛人，我們相信建立歷史文物保育文化，意義重大。

大家估一估，這是甚麼部門？

原來位於堅道明愛大廈 402 室，我們擁有一間「檔案室」，不定期蒐集明愛檔案，在這個小小「檔案室」內，我們找到了一些寶貴的歷史文物。例如：



▲ 1962 年的寶物會
壹元獎券



▲ 1962 年 3 月 12 日 Sunday Examiner 的
Caritas Lenten Appeal



▲ 七十年來珍貴的菲林照片



◀ 堅道 2 號明愛大廈 402 室「檔案室」

自 2006 年 3 月 1 日開始，一直由
行政事務辦公室同事李炳新先生整
理檔案室文獻 ▼



◀ 香港明愛 40 週年
嘉賓題名錄

Declaration Order & Authentic
Chinese Text of Caritas-HK
incorporation Ordinance (Cap 4092) ▼



◀ 1979 年 Caritas
Internationalis 的文獻

重整「檔案室」為明愛的歷史文物資料館.....

已踏入「七十歲的香港明愛」是香港歷史悠久的非政府機構，為香港社會提供多元化的服務，七十載建設香港社會的歷史足跡，我們應該引以為榮，更應讓我們的同工共享我們的見證。

明愛學苑初擬六大推展範疇中，了解明愛的歷史是重要的一環，所以明愛學苑會重整「檔案室」為明愛的歷史文物資料室，亦會在堅道明愛大廈，另覓地方，希望更妥善儲存這些珍貴的歷史文物。

2024 年 12 月首先制訂政策： Documentation Policy for Heritage Preservation

為了有系統地保存明愛的歷史文物，明愛學苑於 2024 年 12 月首先制訂政策「Documentation Policy for Heritage Preservation」。本政策是香港明愛保存歷史文物的政策框架，並於明愛協調委員會會議中諮詢各部門管理層，再藉主管徵詢明愛同工意見。本政策適用於參與機構運作的所有員工、義工和持份者。

歷史文物定義

文物具代表性：反映香港明愛的集體歷史、價值和文化意義，能建立、維護和保存機構的歷史和貢獻。

邀請明愛人加入明愛傳承之旅 - 明愛歷史文物保育計劃



2025 年新的開始：明愛一年一度的募集盛事

收集期：明愛學苑將於每年六月第二週向部門 / 單位收取一次

邀請員工及前員工加入明愛的文物之旅，成為文物資料的捐贈者 / 蒐集者

鳴謝捐贈，記錄捐贈者姓名，向捐贈者頒發榮譽證書及禮物

舉辦明愛歷史文物資料館的命名比賽

明愛學苑與聖方濟各大學合作，建立明愛歷史文物資料室.....

2025 年 1 月，聖方濟各大學 40 週年慶祝活動中，亦展示了一些由「檔案室」蒐集的關於明愛構思建立大學的文獻，追古溯今，我們「明愛心」不變，明愛學苑將與聖方濟各大學合作，建立明愛歷史文物資料室。

團結員工參予明愛尋根之旅

大家是明愛大家庭的一員，我們很榮幸能擁有自己 70 年的歷史，我們希望透過同工積極參與，共同努力，推廣和保存我們香港明愛的歷史，加強機構對文化保育的承擔——「明愛人」找到我們的「根」。



聖方濟各大學助理
圖書館館長（一級）
馮啟達先生是歷史
檔案及文獻保育的
專業人士 ▶

◀ 聖方濟各大學 40 週年
慶祝活動，「檔案室」
歷史文物展示

「我們可以創造一個豐富的過去，為我們的現在提供資訊，並塑造我們的未來」

從小學會愛護地球 實踐低碳生活

學前教育及扶幼服務

明愛打鼓嶺幼兒學校



▲ 兒童在「識碳分享會」中，以互動遊戲鞏固所學！



▲ 與家長一同進行低碳本地親子遊



世界氣象組織確認 2024 年是全球有紀錄以來最暖的一年，香港出現了多個破紀錄高溫、5 月曾發生特大暴雨、維多利亞港首現水龍捲及 11 月內三度發出熱帶氣旋警告信號，各類極端天氣事件除了影響香港，更影響全球多處。

明愛打鼓嶺幼兒學校一向致力推行環保教育，培養兒童珍惜資源，保護環境及愛護大自然等環保意識。於本學年，學校響應由環境及生態局和環境運動委員會合辦的「全民減碳大行動」，成為活動的合作夥伴之一及參加了「環境及自然保育基金資助 x 海洋公園海馬同學會」計劃。讓兒童能從多元化的活動中，學習不同的保育知識及鼓勵全校師生與家庭將減碳知識運用到日常生活（衣、食、住、行）之中。

學校方面，我們舉辦了「識碳分享會」，讓全校兒童透過短片、互動遊戲及唱兒歌，認識在日常生活中如何減碳；K2 及 K3 兒童繪畫了「大咗鬼與我齊減碳」，承諾如何實踐低碳生活；進行「低碳飲食，我做得！」，了解購買無包裝食品、進食本地食物及進食時令食物對地球的好處，並一同在校園「種植園地」按時令種植蔬菜，減少碳足跡。

家庭方面，我們策劃了「家中減碳大行動」，鼓勵家長與兒童以相片拍下在日常生活中所進行的減碳行動；組織了「識碳郊遊樂」，讓 K3 兒童與家人一同到訪香港郊野公園，K1 及 K2 兒童及家人一同到訪大埔海濱公園，進行低碳本地親子遊。

學校會持續推動環境教育的工作，提供不同機會讓幼兒接觸環保概念，從小培養他們的環保意識及鼓勵老師和家庭一同身體力行，由行為上作出改變，在日常生活中扭轉習慣，實踐低碳生活。



▲ 兒童繪畫了「大咗鬼與我齊減碳」，承諾如何實踐低碳生活！



▲ 兒童在校園「種植園地」按時令種植蔬菜，減少碳足跡



於 2024 年 12 月 2 日舉行的「2023 香港環境卓越大獎（學校界別）頒獎典禮」，明愛打鼓嶺幼兒學校於憑「愛與希望樂同行 - 親子藝術遊戲日 - 愛地球·傳愛心」教學方案獲得「最佳環境教育方案大獎」傑出獎。

評審員欣賞學校巧妙地將學校其中一個關注事項 — 藝術教育 — 與環保主題有機結合，展現了對社會責任的關注。在提升學生藝術素養的同時，讓他們理解環境保護的重要性，是一個創新的教育模式，充分展現了教師的創意和才華，更有助激發學生及家長對藝術和環保的興趣。



「童跑同行」*RUNNING BUDDY* 街跑小組



▲ 中心出發



▲ 濕地公園



▲ 義工同行



▲ 聚星樓



是什麼令到幾位「80、90 後男士」與一班「住在寄養家庭 / 兒童之家的兒童」走在一起？

係「愛」呀～哈利～



「愛」能減低禍害產生的影響，能療癒傷口，讓人在逆境中有砥礪前行的力量。

「家」本應該是讓人感到安全、被照顧和被接納的地方，使成人可以好好放鬆和休息、兒童可以在愛與包容中安心成長。無奈，社會上有一班兒童，因為自身家庭種種的複雜因素，需要暫居寄養家庭或兒童之家。提供服務的機構固然悉心盡力地給予照顧，但兒童內心的缺口實難以填充。

在截然不同的成人世界，人們很多時需要面對家人期望、社會規範及自我要求。即使是強韌的男士，在不斷被評鑑是否達標的壓力下，亦容易產生自我懷疑，對前路感到困惑……

明愛天水圍綜合家庭服務中心的「童跑同行，Running Buddy」街跑小組，連結了這兩個面對不同逆境、擁有不同需要的世代。中心的男士義工在小組中擔當陪跑員，陪伴兒童跑遍天水圍區內不同的地標。有著大哥哥的陪伴，兒童顯得比平時更雀躍，更有活力；汗水與笑聲交織出「童」跑同行的路徑。

而陪伴並不只是單向的，男士義工在陪跑的同時，亦被兒童陪伴著。兒童主動與大哥哥傾談、講笑話、猜謎語……被接納、被需要的感覺，對平日內斂拘謹的男士而言，亦帶來釋放的治癒效果。

面對家庭、社會帶來的逆境，人與人之間的連結也可以成為出路。即使境況未變，心境亦可隨「愛」提升，讓人如鷹般在逆風中展翅上騰。





照顧路上的 啞鈴

八十四歲的林伯堅持每天晨運健身已有 12 年。林伯持之有恆地維持這個習慣有一個很重要的原因。因為唯有保持健康的體魄，林伯才能繼續照顧好太太的需要，這是林伯每天舉啞鈴的動力。

路上的十二年

「十二年了，太太中風至今有十二年了。」

太太平日較少做運動，或許因此較易出現中風的情況。太太病發時剛好碰上自己進入退休階段，林伯慶幸自己可以長時間照顧太太，協助太太療養及康復上的需要。

太太中風後，生活上的大小事情都需要林伯從旁協助。「太太的飲食是由我照顧，沖涼也是我。」說到這裏，林伯哽咽至不能說下去。明愛粉嶺綜合家庭服務中心的探訪義工們都凝神定睛地看著林伯，從他的抽泣中感受到林伯在照顧路上的艱辛。

路上的艱難

照顧上最艱難的是沒有空間。由於需要照顧太太生活起居，一整天總是忙過不停，寸步不能離開，整個人像是被捆綁著，這是照顧歷程中最令人困擾的地方！

「不是你服侍她，就是她服侍你啦！」基於這個信念，林伯毅然接受了擔任照顧者這份責任。林伯不抱怨太太，不自怨自艾。因他一直深信「執籌論」：夫妻間就是看你撿到哪個籌！當你抽到照顧者的籌，你就要當照顧者。當她抽到被照顧者的籌，她就是被照顧的那一個！這信念讓一切變得簡單了！林伯亦是憑著這個信念，泰然地接受了這個照顧者的籌。

路上的支援

太太患病後，曾經表示在床上看到有牛鬼蛇神在滋擾她。林伯雖然是基督徒，但沒有恆常出席教會聚會。太太出事後，林伯向教會求助。令林伯意想不到，竟然有教友願意於每個周日早上駕車到林伯家，接載林伯與坐輪椅的太太往教會聚會，就這樣維持了十二年。林伯十分感激教友的熱情與關心，令太太可以在患病後繼續有暖心的情緒支援，亦有基督教信仰幫助太太面對康復上的起與跌。

路上的盼望

現時林伯每天都堅持晨運及舉啞鈴，林伯相信唯有自己保持身體健康，才可以繼續照顧太太！見到太太在自理上的進步，見到太太能撐著拐杖踏出一步又一步，心中就覺得甚麼也值了。看到林伯在艱難的照顧路上，仍然保持那一份自強的心境，確實鼓勵了不少同路的人。



與青少年共建的身心靈休整空間

一心一靈青少年身心靈休整空間

「一心一靈青少年服務」的名稱源於 1310 室的諧音，服務對象是中心 30 歲或以下青少年會員，逢星期五下午 4 時半至 8 時半開放，備有桌遊、小食飲品、Switch、豆袋、樂器、藝術用品、書籍等歡迎青少年自由使用；由中心職員輪流當值，陪伴到訪青少年和應對各種情況。

身心靈休整空間之三大元素

「真實」(Genuineness)、「共建」(Co-create)和「青年主導」(Youth Centric)是建立這空間的三大支柱信念。

我們的初衷是建立一個「真實」的心靈空間，讓青年人能在空間中感受自由、放鬆，能夠面對自己的需要，休整心靈。同時間，我們鼓勵青年人學習留意自身狀態，按需要選擇自在的位置 / 活動，希望他們多探索自己的真實感受，亦學習接納當下身心給予的訊息。另外，我們亦會鼓勵青年人在此建立新的社交經驗，真實地表達自己，亦容許彼此間不和諧甚至衝突存在，藉此學習如何處理不同人際關係和社交狀況。同工不「過分」介入或評斷對錯，角色更像引導者，和他們一起嘗試尋找與對方溝通、表達自己感受的方式，以致他們能夠建立真實、自在的關係，也能夠平衡自己及他人的需要，並將從這裡學習到的應對方式擴展至現實生活中。

至於「共建」是我們會定期透過「全民大會」，收集他們對這空間的意見和建議，包括活動想法和感覺、有興趣嘗試的活動、想討論的主題、開放日子、時間、房間設計、設施添置等。我們深信這個空間是與青年共建，能將他們的想法和意向融合於活動或空間設計，從而提高青少年參與度和歸屬感。

「青年主導」是我們著重青少年的意見，持續地邀請他們提出希望嘗試的挑戰，陪伴他們一同作出新嘗試，並從每一次探索的過程去發掘他們的能力、興趣及需要。另外我們亦會邀請青年人輪流擔任導師，與其他青年人分享自己的技能、經驗，以發掘他們不同角色的可能性。至於舉辦家長教育、社區教育時，我們亦會由青年人的經驗出發，鼓勵他們教導我們如何做家長教育、社區教育，以致家長、社會都能真正聆聽到他們的需要和感受。



高瞻遠矚的身心靈休整空間

兩年多的歲月裡，我們見證了青年人在這個空間中開始慢慢地建立安全感，當青年人能夠在這個空間感到自在、被尊重時，亦會願意主動為空間作出貢獻、參與更多事務。我們懷著堅定的信念與青年人共同以愛去建立一個屬於他們的身心靈休整空間，持續地為他們締造更多的幸福和希望。

澳門明愛

安老服務交流團

廣開視野 持續進步



全球人口老化，各地增撥資源全力發展安老服務。香港鄰近部分地方發展先進，不少地方值我們學習和借鏡！

2024 年尾，安老服務 40 位職員漂洋至澳門取經。是次參與的職員主要來自長者中心、長者日間護理中心和照顧者資源及支援中心的前線社工、活動幹事和照顧員。今次參觀的澳門明愛服務單位包括：恩暉長者綜合服務中心（恩暉）、明愛家居護養暨照顧者支援服務（青洲坊）、匯暉長者中心（匯暉）。

三個服務單位給我們的印象都是環境明亮、寬敞、舒適、設備先進和完善。不過除了硬件，它們的軟件，例如服務理念、服務策略、職員培訓、服務態度等，均令我們印象深刻。以下是我們一些職員在參觀後的心聲：

「恩暉（院舍）的長者可憑自己在院舍的義工服務，賺取星星貼紙來換取喜歡的零食或禮物。長者喜歡把零食和禮物款待前來探訪的親友。院舍這個構思可以讓院友感受自己的能力，找回自己的價值，提升自信心！」

「青洲坊包含家居照顧服務和照顧者支援服務，團隊只有 40 多人，但支援全澳 300 多個案！除送飯、護理、陪診，團隊還安排小組活動、照顧者心理輔導和照顧技巧培訓。服務全面、非常到位！」

「恩暉（院舍）設有『空中花園』，這寬敞的空間鳥語花香，令院友和照顧者感受到『有質素』的晚年生活！」



「匯暉長者中心有 24 小時平安鐘、膳食、洗衣、沖涼、物理治療等服務，充份照顧長者不同的需要！」

港、澳兩地服務各有特色、各有可取之處！未來明愛安老服務將繼續組織境外交流活動，與不同地方的業界互相學習，提升服務，為我們的長者營造更愉快、更幸福的晚年生活！

應對氣候變遷 推動可持續發展

在這個環境、經濟及社會充滿挑戰的時代，人們不斷應對變化帶來的考驗。而大自然亦同樣應對著人類活動帶來的影響。去年七月，明愛陳震夏郊野學園帶領學生進行岩岸考察時，成功拯救一隻被鬼網（廢棄漁網）纏著的玳瑁。當時，牠虛弱不堪，其後漁農自然護理署接收並交給海洋公園，經過數月的悉心照料，現在已在海洋公園中健康生活。這事件不僅是對生命的拯救，更是在逆境中堅持與希望的象徵。

學生量度
尺寸作記錄 ▼



▲ 廢棄漁網與附近的垃圾



▲ 玳瑁被廢棄
漁網纏繞

氣候變遷的影響已從過去的遙不可及，轉變為我們生活中的常態。2024 年成為全球歷史上最暖的一年，香港也經歷了 35 項破最高氣溫紀錄的事件¹，還有自 1946 年以來，十一月三度受熱帶氣旋影響、及維港首次出現水龍捲等。這些極端氣候事件的頻繁發生令人憂心，尤其是美國因經濟原因宣布退出《巴黎氣候協定》²，使全球改善暖化的前景更加不明朗。然而，正是在這樣的逆境中，我們更應該思考如何自強不息，迎接挑戰。



人類活動不僅影響其他生物的生存環境，也深刻改變了我們的日常生活。我們必須認識到，唯有積極應對這些挑戰，才能創造轉機。中國在應對氣候變化上展現了應有的責任感，堅持推動全球綠色低碳轉型的可持續發展。在香港，回收和減少浪費的文化正在悄然變化。環保署在全港社區均設置的「智能廚餘機」和「綠綠賞」獎賞計劃，正鼓勵居民逐步改變生活習慣，加上食肆改變不再免費派發即棄塑膠餐具，讓「走塑」文化融入我們的日常。



▲ 玳瑁獲救時
已失去右後腳

儘管去年的垃圾收費措施被暫緩實施，但社會的努力依然持續。玳瑁在惡劣環境中仍能生存，這讓我們明白，在逆境中，我們必須自強不息，才會迎來轉機。作為教育工作者，我們有責任引導學生理解和參與環保行動，培養他們的責任感和行動力。只有每個人都積極參與，才能在逆境中找到出路，創造更美好的未來。



▲ 待漁護署接收時的狀況

讓我們攜手共進，面對逆境，堅定不移地自強不息，共同為環境的可持續發展而努力！在這個充滿挑戰的時代，讓我們共同成為改變的力量，為未來及下一代鋪就一條充滿希望的道路。

海洋公園成功療養及放歸
第 80 隻海龜啦！



¹ 香港天文台。(2025 年 1 月 13 日)。二零二四年天氣概況。取自 <https://tinyurl.com/2a6mcuft>

² 無綫新聞。(2025 年 1 月 23 日)。中方對美國宣布退出巴黎協定感遺憾 優質產能助力應對氣候變化。取自 <https://tinyurl.com/2d4uloo8>

逆境自強



在人生的旅程中，逆境往往是我們無法避免的一部分，每個人都可能會面對挑戰和困難，而如何在逆境中找到力量、克服困難，便是「逆境自強」的真正意義。剛於屯馬畢業的洪家龍校友，在本校的薰陶下，多年來克服身體上的「不足」，在學業、國際體壇上大放異彩。事實上，洪校友的例子不是偶然，不少屯馬的學生都具備良好的心理質素，屯馬舉辦不同的課程、計劃、活動，全方位協助學生建立逆境自強的心態和品格。

屯馬參加了教育局「我的行動承諾——感恩珍惜·積極樂觀 (2024/25)」計劃，透過協助學生訂立目標，以及籌辦相關的學習活動，教導學生抱持積極樂觀的生活態度，勇敢面對生活和成長的轉變和挑戰。在此計劃下，學校舉辦及參與了不同的講座、活動、攤位遊戲等，幫助學生面對逆境。早前屯馬派學生參加元朗區體育會主辦的《鐳射槍爭霸戰》，奪得季軍；參加由軍事遺蹟保育團主辦的《屯門中小學軍事遺蹟定向比賽》奪得亞軍，由鐳射槍爭霸落於下風，最後反敗為勝；再到定向比賽中迷失方向，跌跌碰碰走過了終點，都體現學生逆境自強、從不放棄的精神。

公教及德育組於 2025 年 1 月 18 日舉辦「逆境

訓練日營（歷奇活動）」，以正向心理學元素協助學生發掘內在信念及建立正向思維，培養學生的心理韌性，提升學生的幸福感及面對逆境的能力。訓練營給予學生不同的難題和挑戰，屯馬學生在活動的過程中不斷學習與反思，又在小組中互相分享及鼓勵，將體會轉化成生命成長的動力，從中增強他們的抗逆力和個人自信，建立良好溝通技巧和團隊合作精神，參與活動的學生表示，在營中他們嘗試過很多未遇過的難題，最終都一一克服，這些寶貴的經驗，確實加強了他們的解難能力。

屯馬的關愛隊及服務學習，更令學生體會到社會上的不同難處，讓學生在幫助他人的過程中增強了自信心和同理心。屯馬學生定期參加社區服務，像是探訪老人院、派發物資和清潔社區環境。在這些活動中，屯馬學生不僅學會了珍惜自己的生活，還感受到團隊合作和奉獻的快樂。這些經歷讓他們在面對自身的逆境時，能夠更加堅強。

總括而言，「逆境自強」不僅是一種精神，更是一種生活態度。在屯馬的學習生活中，學生在逆境中學會了堅持、勇敢和相互支持，能夠以更強大的姿態面對生活中的各種挑戰，自強不息。





依撒意亞先知書第 6 章第 8 節「主！我在這裡，求派遣我。」我們每位有特殊教育需要孩子的照顧者都是天主所揀選、所差遣的；我們要成為天主的工具，服侍社會上最末後無靠、最卑微無助和最失落無救的一群。

約翰福音第 13 章第 34 節「你們要彼此相愛，正如我愛你們一樣。」每一位照顧者都是我們孩子生命中的天使，無論是在日常生活中，還是在他們面臨挑戰的時刻，你們始終如一地支持、陪伴他們。這句金句提醒我們，愛的力量是無限的，而作為照顧者的你正彰顯這份「愛孩子」的力量。

愛的表現有時是微小而平凡的，但卻承載著無窮的意義。每當看到你們耐心地照顧每一位孩子，傾聽他們的需求，甚至有些照顧者自願扮演替代父母的角色，我們心中充滿敬佩；你們用自己的行動詮釋了何謂真正的無條件的大愛和無私的奉獻。我們藉著「傳揚愛」的平台，分享每一個動容的故事和經歷、記錄每一個感人的瞬間，讓更多人了解和感受到你們的辛勤付出和無私愛心。因為，唯有愛，才能讓這個世界變得更加美好！



自從面對嵐嵐的學習障礙以來，我的生活徹底改變。每天除了家務，我還要教她學習。回想她的小學時期，學校和家庭作業的奔波讓她疲憊不堪，對她來說，一字一句都是挑戰。她漸漸失去了對學習的興趣，而我看到她的努力卻無法得到回報，感到無助。教育制度的限制，加上過於重視背誦和書寫，讓情況變得更加複雜。

當嵐嵐進入中學時，她在語言和行為上開始叛逆，我們經常因此爭吵。十四歲那年，她和新朋友外出，甚至整夜不歸，卻拒絕與我聯絡。作為單親媽媽，我花了很多時間勸導她，但情況持續惡化。她經常在朋友家過夜，讓我感到無力無助。最終，我不得不報警求助。在社會福利署和學校的協助下，我同意讓她轉到群育院舍寄宿，並在群育學校讀書。我明白她年輕，行為可能不夠成熟；但我整夜都在擔心，這種折磨難以向人分享，心中充滿矛盾。

之後，不論在宿舍還是在學校，嵐嵐都面對許多生活和學習上的挑戰，例如：她不懂得如何整理被子，選擇不鋪被子，而是穿多件衣服來抵禦寒冷；在整理個人物品時，缺乏組織，常把東西亂塞進衣櫃。這些行為或許有其巧妙之處，但卻不被他人理解。在學習上，她難以適應課堂，對課程內容的理解也有困難，讓她感到挫敗。而另一難題是，她的溝通能力有待加強，有時因為聽不懂同學的話而引發爭執，爭執又帶來社交問題。

還記得嵐嵐寄宿的第一個月是不能使用手機的。當她終於可以回家時，卻因朋友的誘導而忘記和我約

定見面的時間。我拿著她的行李在街上等她，一直無法聯繫，只有擔心和焦慮。最終，嵐嵐自行回到宿舍，但卻遭到三個月的罰假，期間不能回家。我三個月不能見她，她三個月不能回家，心如刀割。

感謝上天，就是這些規矩幫助嵐嵐學會獨立和自理。當然，對我來說，讓女兒離開家住宿實在令人捨不得；對她而言，離開熟悉的環境有被拋棄的感覺。所以，我答應每周都會帶她所需的物品，並積極參與學校的親子活動，努力了解她的狀況。同時，我也學習如何更好地與她相處。經過十八個月的努力，她表現穩定，可以轉為走讀生，並努力成為第一個回到學校的學生；而我每天早上則為她準備早餐，讓她能夠精神飽滿地上學。

在照顧嵐嵐的過程中，我也不斷認識自己，學會照顧自己。作為照顧者，我必須全力以赴，同時要了解自己的極限；正視自己、接受他人的幫助，原來如此困難，但卻是必要的。在面對女兒的挑戰時，我也需要聽取他人的建議，果斷做出決定，包括將她送去院舍寄宿。

我非常感謝學校，學校不僅提供了嵐嵐的學術要求，更為她開創了長遠的學習機會，幫助她更清楚地認識自己。在生涯規劃方面，學校積極為她尋找機遇，讓她嘗試不同的實習，並在困難時給予無限的支持和引導。最終，她成功通過考核，成為了一名收納師。在這幾年裡，嵐嵐經歷了巨大的改變，這個蛻變讓我的家庭感到無比欣喜，尋回幸福感！「嵐嵐，媽媽愛你，定會繼續全力支持你！」

服 務	單 位	服務 / 活動 / 計劃名稱	日 期 及 時 間	地 點	活 動 及 計 劃 內 容 ／ 服 務 重 點	備 註
明愛學前教育 及扶幼服務	明愛油塘幼兒學校	郊野遊蹤	2025 年 4 月 1 日（二）	漁護署獅子會 自然教育中心	透過自由探索、與大自然互動、有趣的小實驗和運用多種感官進行探索，讓幼兒走出課室進行戶外學習，以培育他們尊重、欣賞和珍惜自然環境及天然資源；及培養他們愛護大自然的價值觀和態度。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣 綜合家庭服務中心	從「筆」認識你 - 心理投射夫婦小組	2025 年 4 月 1 日至 22 日（逢二，共四節） 7:30-9:30pm	中心	夫婦即使相處多年，大家仍然會因為生活不同大小事務而有不同的想法。透過心理投射繪畫（Projective Drawings），以繪畫的方式，認識自己和伴侶，建立更親密的關係。	
明愛康復服務	明愛樂越 家長資源中心	手沖咖啡體驗	A 組：(2025/4) 2025 年 4 月 1 日（二） B 組：(2025/5) 2025 年 5 月 13 日（二） C 組：(2025/6) 2025 年 6 月 10 日（二） A/B/C 組：10-11am	中心	認識咖啡豆的處理方式、手沖技巧以及讓參加者體驗手沖咖啡。	對象：家長會員 名額：每組 6 位 費用：免費 負責職員：蘇姑娘 查詢或報名：3619 3977
明愛康復服務	明愛樂揚 家長資源中心	本地遊 - 長洲	2025 年 4 月 2 日（三） 9:30am-3pm	長洲	是次小組會帶領家長遠離市區，到離島一日遊，與家長共享午餐並感受大自然的氣息。	對 象：家長會員 名 額：6 位 費 用：\$10／位 負責職員：鍾 Sir 查詢或報名：36110861 備註：1. 來回車費及午餐由家長自費。 2. 負責職員於小組前會通知參加者集散地點。3. 遊覽的地方會有部分斜路和梯級。
明愛安老服務	明愛天悅長者中心	南生「圍威喂」	2025 年 4 月 3 日（四）2-5pm	元朗南生圍	在元朗南生圍分享新興拍攝工具，體驗使用運動相機和航拍機的樂趣，讓參加者回味年輕時拍攝的經歷。	
明愛家庭服務	明愛荃灣 綜合家庭服務中心 （東荃灣）	賽馬會智家樂計劃 — 夫婦安全島(平靜溝通活動)	2025 年 4 月 3 日（四）7:30-9pm 2025 年 4 月 5 日（六）4-8:30pm	首節：Zoom 尾節：屯門麥理浩徑	我們將用輕鬆的方式，和大家體驗正念溝通，覺察當下的心靈觸動，重建關係的橋樑。無論是新婚的小甜蜜，還是長期伴侶的深厚情感，這裡都能讓你們的愛情再次綻放光彩，成為彼此心靈的最佳夥伴！	
明愛家庭服務	明愛荃灣 綜合家庭服務中心 （東荃灣）	賽馬會智家樂計劃 — 親子大自然遊戲療癒小組	2025 年 4 月 3 日及 10 日（四）5:30-6:30pm 2025 年 4 月 13 日（日）9:30-11:30am 2025 年 4 月 17 日（四）3-4:30pm	首兩節：Zoom 尾兩節：13/4 城門谷公園、 17/4 中心小禮堂	1. 大自然遊戲簡介 2. 大自然遊戲與五感探索、身心健康的關係 3. 大自然遊戲療癒體驗日 4. 總結及分享會	
明愛康復服務	明愛樂揚 家長資源中心	本地遊 - 港島	2025 年 4 月 9 日（三） 9:30am-3pm	港島	港島區各有香港獨特的文化特色，此小組會與家長遊走不同的打卡景點，成為一日本地遊客。	對 象：家長會員 名 額：6 位 費用：\$10／位 負責職員：鍾 Sir 查詢或報名：36110861 備註：1. 來回車費及午餐由家長自費。 2. 負責職員於小組前會通知參加者集散地點。 3. 遊覽的地方會有部分斜路和梯級。
明愛康復服務	明愛家長資源中心	石英沙肌理畫	2025 年 4 月 9、16、23、30 日（逢三，共四節） 9:30-11am	中心	石英沙肌理畫是一種透過石英砂與顏料的混合，在畫布上創造出豐富的立體效果的藝術創作。讓我們一起在刮畫的過程中放下平日的壓力，享受當下。	對象：家長會員 名額：6 位 費用：每位 \$200（費用已包括材料費）負責職員：何姑娘 查詢或報名：2843 4627
明愛家庭服務	明愛屯門 綜合家庭服務中心	「爸爸 Zone」保齡球活動	2025 年 4 月 12 日（六） 11am-12:30pm	屯門美樂保齡球場	「爸爸 Zone」系列的活動將召集一眾爸爸參加，於週末一齊放鬆，與各位爸爸互相交流、分享和探索新事物。	
明愛康復服務	明愛樂越 家長資源中心	親子玩轉「玩具」圖書館！	2025 年 4 月 16 日（三） 1:15-4pm	香港中央玩具圖書館 2 樓 玩具圖書館（中心集合）	「玩具圖書館」並非典型坐定定閱讀的圖書館，它注重讓兒童「自由玩樂」及「自主探索」，從而在遊戲中學習。館內提供新奇有趣的遊戲物資及繪本，配合不同年齡兒童的發展需要和遊玩模式，鼓勵兒童自由遊戲及閱讀，發揮創意，寓學習於遊戲。在復活節假期，來跟我們一起去玩具圖書館探索，享受自由玩樂的樂趣吧！	對象：0 至 8 歲之兒童及其家長會員 名額：38 人 費用：免費（已包來回中心旅遊巴） 負責職員：胡姑娘 查詢或報名：3619 3977 備註：1. 活動與「香港中央圖書館—玩具圖書館」合辦，如收生人數不足，活動有機會取消。2. 參加者必須穿著襪子方能進場，同時請穿著褲子及方便運動的服飾。3. 如參加者臨時缺席，有機會影響下次參與免費活動的機會。4. 參加者如行動不便或身體有特別醫療照顧需要，需作特別交通安排或使用無障礙設施，請報名前通知中心職員相關情況。
明愛安老服務	明愛元朗 長者社區中心	雙親節手作 — 傳心傳意	2025 年 4 月 25 日（五）、5 月 8-9 日（四、五） 時間待定	中心	教授製作母親節手作，中心派發給長者，讓他們可以透過手作傳達心意，感受關懷及溫暖。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣 綜合家庭服務中心	愛情疏理站 - 戲劇體驗工作坊（男士限定）	2025 年 4 月 26 日（六）2-6:30pm	中心	你有一段過去難以忘懷的感情想疏理嗎？生活仍要繼續下去，而你又如何面對自己內心？男士好像常被視為理性的一方，而你有時會否其實也想有一個空間好好面對及疏理自己的情感？如你在迎接下一段戀愛關係前，想好好梳理自己的情感與關係，以另一種特別的形式了解、認識自己的內心，迎接一個更好的自己，我們誠邀你參加此工作坊，以程序戲劇（Process Drama）的戲劇方式一同經歷多一次愛情。不知這次你又会怎樣看待自己的愛情？	
明愛康復服務	明愛樂越 家長資源中心	夫婦約會之必要： 性格透視體驗篇	2025 年 4 月 26 日（六） 10am-12:30pm	中心	每個人理解事物的角度難免會有不同，而夫婦間相處莫過於彼此的體諒及理解，嘗試在性格透視的分析下，對伴侶有更深的認識。	對象：夫婦會員 名額：8 對夫婦 費用：每對 \$100 負責職員：劉姑娘 查詢或報名：3619 3977 備註：此活動提供免費託兒服務「252C01 兒童玩樂之必要」，如在活動期間需要暫託子女，請在報名時提出。
明愛家庭服務	明愛蘇沙伉儷 綜合家庭服務中心	「藝術伴你咁一咁」小組	2025 年 4 月 26 日、5 月 3 日、 17 日及 24 日（六） 10:30am-12:00nn	中心	在現代生活的紛擾與壓力中，我們往往渴望一處安靜的心靈淨土。這個小組是一個以靜觀覺察及藝術創作連繫內在的探索旅程，透過與內在連結，為自己打造一片溫暖且充滿支持的空間，將內在資源轉化為面對生活挑戰的力量，找到心靈的平衡與安定。	
明愛康復服務	明愛樂越 家長資源中心	週末鬆一鬆： 道風山文化之旅	2025 年 4 月 27 日（日） 10:30am-1:00pm	道風山基督教叢林 （沙田地鐵站 B 出口集合）	道風山基督教叢林有 90 多年歷史，環境清幽，結合古式古香的中式建築及西方的宗教文化，富有文化氣息。叢林裡有不同的設施，例如明陣、生命門、蓮花洞等，電影《點五步》亦曾在山上的大十字架取景。讓我們於週末抽點時間，放慢腳步，於微風及樹影下，細味道風山的自然與文化，來一趟沐浴心靈之旅。	對象：家長會員 名額：8 位 費用：每位 \$20 負責職員：胡姑娘 查詢或報名：3619 3977 備註：1. 請參加者自備交通費及飲用水。2. 參加者會在沙田站集合，並一同步行上山到「道風山基督教叢林」，腳程大約需要半小時，期間需上落樓梯及斜路，請參加者自行評估是否適合參加活動，及穿著方便運動的服飾。3. 參加者如行動不便或身體有特別醫療照顧需要，需作特別安排或使用無障礙設施，請報名前通知中心職員相關情況。

服 務	單 位	服務 / 活動 / 計劃名稱	日 期 及 時 間	地 點	活 動 及 計 劃 內 容 ／ 服 務 重 點	備 註
明愛家庭服務	明愛東頭 綜合家庭服務中心	陶造我家小組	Zoom: 2025 年 4 月 30 日、5 月 21 日（三） 7:30-9pm 實體活動： 2025 年 5 月 4 日（日）2-5:30pm 2025 年 5 月 25 日（日）2-4pm	中心 / ZOOM	製作陶瓷的過程又好玩又充滿著創意，一家人夾手夾腳一齊做就更加溫馨！活動由專業的陶藝導師，教授陶瓷制作技巧；社工帶領參加者探討一家人如何共建美好的家。邀請你一家來，輕輕鬆鬆去「陶造我們家」！	
明愛安老服務	明愛天悅長者中心	A.I 繪圖與音樂創作工作坊	2025 年 5 月 2 日（五）2:30-4pm	中心	透過應用近年流行的人工智能工具，如 Midjourney、Suno，讓會員一嘗創作圖片及音樂。	
明愛康復服務	明愛樂揚 家長資源中心	頌鉢聲頻浴體驗	A 組： 2025 年 5 月 6 及 20 日、6 月 3 及 17 日 （逢二，共四節） B 組： 2025 年 5 月 13 及 27 日、6 月 10 及 24 日 （逢二，共四節） A/B 組： 10-11:30am	中心	在頌鉢的聲音引領下，家長感受身體與自己內在的連結，了解自己當下的狀態，放鬆繃緊的身心，釋放平日累積的負能量。每個頌鉢均有獨特的聲音和頻率，可以調整身心頻率、回復平衡狀態。頌鉢的振動亦可加速體內血液循環流動，幫助靜心、改善睡眠質素。	對象：家長會員 名額：8 位 費用：\$320 ／位 負責職員：謝姑娘 查詢或報名：36110861
明愛安老服務	明愛荃灣 日間護理中心	花語感母恩	2025 年 5 月 8 日（四）1:15-2:15pm	中心	透過會員匠心獨運的創作，製作出一份份美麗的花藝作品，然後贈送給中心每一位女會員，以感謝她們對家庭的付出，以及對母親無限的愛和感激。	
明愛康復服務	明愛家長資源中心	觸、感、樂親子按摩及 遊戲小組	2025 年 5 月 9、16、23 日（六，共三節）5-6pm	中心	本小組取材自《迷你校園按摩計劃（Mini-MISPTM）》計劃強調在尊重及感恩的氣氛下 與孩子進行按摩。有助建立尊重及感恩文化，加強親子關係之餘，讓兒童更有效地學習，並改善社交關係。小組期間會進行親子按摩、遊戲、理解孩子們的性質及孩子的社交及情 緒發展等活動。	對象：6 歲至 8 歲之親子會員 名額：4 對 費用：每對 \$120 查詢或報名：2843 4627 負責職員：何姑娘（明愛家長資源中心）、 葉姑娘（明愛樂越家長資源中心）
明愛康復服務	明愛樂揚 家長資源中心	親子保齡球	2025 年 5 月 9 至 30 日（逢五，共四節）6-7pm	荃灣迪高保齡球館 （荃灣青山公路 15-23 號 荃灣花園一樓）	小組由教練指導基本保齡球技球，增加兒童對保齡球運動的興趣，更可以訓練孩子手足部肌肉發展。	對象：8 至 16 歲之兒童及其家長會員 名額：6 對 費用：\$400 ／對（包括教練費、場地及鞋租） 導師：場地教練 負責職員：張姑娘 查詢或報名：36110861 備註：1. 集合及解散地點：荃灣迪高保齡球館
明愛康復服務	明愛家長資源中心	「啡」嘗 · 日常	2025 年 5 月 12、19 日（逢一，共兩節） 9:30-11:30am	Hoo! （西環西營盤般咸道 38 號 地下 2B 號舖）	邀請大家為自己預留兩個早上，在陽光的溫暖和咖啡香氣的包圍下，學習簡單的咖啡知識和沖調技巧，捧著親手製的飲品，與同路人分享你的 “Coffee Morning”。	對象：家長會員 名額：6 位 費用：每位 \$100（費用已包括場地、材料費） 負責職員：高姑娘 查詢或報名：2843 4627 備註：是次活動將申請基金資助，若最後未能成功申請，活動費用為每位 \$200。
明愛安老服務	明愛陸陳淑穎 長者日間護理中心	愛意無限雙親節	2025 年 5 月 13 日（二）、5 月 21 日（三） 10:30am-2:30pm	雲泉仙館	荷花出淤泥而不染，故有花中君子之美譽。藉著父母親節，與會員到雲泉仙館一賞荷花的清麗脫俗，同時品嚐館內的健康素食，感受節日的恬靜寫意。	
明愛學前教育 及扶幼服務	明愛油塘幼兒學校	螢火蟲繽紛巡禮 Fun Day	2025 年 5 月 15 日（四）	螢火蟲保育基金會	透過體驗活動及遊戲，讓幼兒學習愛護環境及珍惜自然資源的重要。	
明愛學前教育 及扶幼服務	明愛油塘幼兒學校	兒童故事劇場	2025 年 5 月 17 日（六）	學校	透過故事《小海龜泰瑞的煩惱》及小手工，培養幼兒閱讀的興趣。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣 綜合家庭服務中心	心之重現	2025 年 5 月 17 日（六）3-6pm 2025 年 5 月 24 日（六）10am-6pm	1) 營前活動於中心進行 2) 日營活動於鯉魚門公園進行	夫婦在導師及社工的指導下，運用鉛筆、顏色鉛筆、水彩及陶泥作為媒介，進行繪畫及製作。主題圍繞自身的性格及婚姻關係，從抽象的創作過程中重新探索自己、伴侶及婚姻。不論有沒有畫畫或製作陶泥經驗的夫婦也同樣適合。（此活動並非繪畫學習班，乃是婚姻培育活動。）	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣 綜合家庭服務中心	夫婦同心「伸」氣工房	實體活動： 2025 年 5 月 18 日及 6 月 15 日（日） 2-3:30pm Zoom： 2025 年 5 月 25 日及 6 月 8 日（日） 2-3:30pm	中心	透過學習並練習二人伸展運動，提升身體親密感，感受身體及情感親密的連繫，提升二人的默契。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣 綜合家庭服務中心	療癒小清新水模盆栽製作	2025 年 5 月 20 日及 5 月 27 日（二） 2-4pm	中心	透過情緒認識小遊戲檢視自身狀態和壓力水平，再以園藝活動製作屬於自己水泥盆栽，欣賞自然，欣賞自己。	
明愛學前教育 及扶幼服務	明愛堅尼地城 幼兒學校	有愛無慮 - 親子藝術坊	2025 年 5 月 21 日（三） 3:00-4:30pm	學校	透過創意藝術親子活動，讓家長和孩子一同學習疏導焦慮情緒，用正向心理學的方法加強親子正能量。	
明愛學前教育 及扶幼服務	明愛鯉魚門 幼兒學校	家長鬆一鬆 — 《酒精墨水流體畫》	2025 年 5 月 21 日（三） 3:30-5:30pm	學校	讓家長能彼此交流分享，從製作酒精墨水流體畫的過程中放鬆心情。	
明愛學前教育 及扶幼服務	明愛堅尼地城 幼兒學校	綠幼童碳中和戶外學堂： 碳中和森林與樹木	2025 年 5 月 22 日（四） 9:30am-1:30pm	元朗公園	透過自然教育啟發兒童對環境的關注，以趣味和互動的方式傳遞碳中和理念。活動結合探索森林、趣味遊戲和環境清潔，讓兒童在親近大自然的同時，學習如何減少碳足跡並愛護地球。	
明愛家庭服務	明愛荃灣 綜合家庭服務中心	「小小探險家」 親子遊戲小組 2025	2025 年 5 月 22 日至 7 月 10 日（逢四，共八節） 10-11am	中心	透過唱遊、主題遊戲及創作活動，讓親子以遊戲代替言語，共創親子時光。	
明愛康復服務	明愛家長資源中心	Dr. Pet 親親你	2025 年 5 月 24 日（六） 2 - 3pm	中心	喜愛動物的你們，齊齊相約到中心，與一班熱情又可愛的動物醫生，學習如何愛護動物，尊重生命，並一齊嘻嘻哈哈，渡過一個不一樣的星期六。	對象：3 至 6 歲之兒童及其家長 名額：20 位 費用：每位 \$50 負責職員：唐姑娘 查詢或報名：2843 4627 備註：1. 動物醫生 (Doctor Pet) 是一個香港政府註冊慈善團體，由一群愛護動物人士所創立，致力推動動物治療計劃，透過推行動物輔助活動和動物輔助治療，為有需要人士帶來生理和心理的健康療效；同時教育市民，彰顯動物為人類帶來的貢獻，宣揚愛護動物，尊重生命的信息。 2. 此活動不設減費。3. 是次活動會接觸動物，請各參加者留意。 4. 是此活動仍在申請中，如申請未能成功，活動將會被取消及退款。

連結各方 ♡ 匯力量

傳揚關愛 齊分享

走出黑暗
邁向光明



▲ 到耶穌醫生中心為少數族裔戒毒人士舉行小組活動



▲ 帶領聖方濟各大學的學生為戒毒人士進行義工探訪服務

明愛樂協會於 1968 年成立，多年來一直致力服務全港各區，是一所以家庭介入、創傷工作為本的戒毒輔導中心。本會於 2023 年 8 月開始與胡頌恆神父 (John Wotherspoon) 及其團隊「慈悲香港」為油尖旺區有毒品問題的華人及少數族裔，尤其是為當中的無家者提供戒毒支援服務。透過兩間機構的合作，從而帶出基督的愛，陪伴戒毒人士走出毒品帶來的黑暗，邁向光明與穩定康復。服務至今超過一年半，既為有需要人士提供個案服務及醫療支援外，也舉行了六個系列的小組，讓受眾認識成癮行為、提升戒毒動機、了解自我情緒、處理傷痛、增加自我關顧及認識健康生活模式等主題。此外，團隊也曾一起到區內的美沙酮中心作外展服務。還有，本會帶同義工到「慈悲香港」與胡神父作交流，並組織聖方濟各大學的學生到該區作義工探訪活動。



▲ 樂協會與慈悲香港團隊舉行合作會議



▲ 義工到慈悲香港食堂與胡頌恆神父作交流



▲ Hand in Hand 大合照

明愛家庭服務於 2024 年 12 月 13 日舉辦了主題為「鰻 Hand in Hand: 聯繫 Connection、貢獻 Contribution、協作 Collaboration」的「校長聚會」，邀請了我們服務的 39 間中學校長和代表出席。當日由明愛副總裁麥冠達神父致歡迎辭，承蒙夏志誠輔理主教及天主教香港教區教育事務主教代表龔廣培先生訓勉，家庭服務臨床心理學家曾麗敏博士及高級督導主任伍偉溢博士分享。

當日的服務巡禮，展示了家庭服務在服務中學的不同項目，亦有由學生義工主持的咖啡檔，整個活動氣氛良好，充份體現了我們與各中學一直緊密的夥伴關係。我們彼此期待未來有更美好的聯繫、貢獻和協作，以愛服務，締造希望去服侍我們的學生及家庭。

Hand in Hand
校長聚會

參與活動的嘉賓 ▼



▼ 服務巡禮攤位與屯門天主教中學的學生義工



▲ 服務巡禮與余振強紀念第二中學的學生義工



▲ 來賓體驗服務巡禮的不同項目

入醫院的冷知識

解決你的迷思??

入醫院點解要度高磅重？

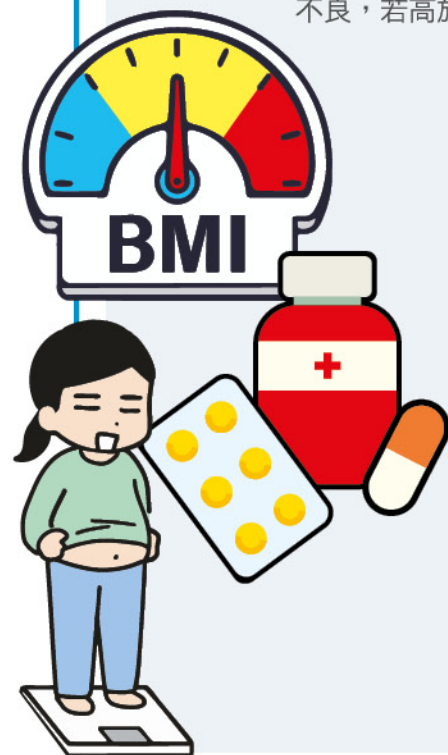
入院除了探熱量血壓之外，還要度高磅重。究竟醫護人員為何要知道您的身高和體重？兩者又有何用途？



計算 BMI

身高和體重可計算出 BMI（身體質量指數），從而得知病人的體態是否理想。

亞洲人而言，BMI 為 18.5-22.9 為適中，若低於 18.5 已是過輕，表示病人可能營養不良，若高於 23 便是過重，大於 25 則屬肥胖，會增加病人患上一些慢性疾病的風險。



計算藥量

醫生主要根據病人的體重和年齡，再依據病人的情況來計算所需藥物的劑量。例如做手術時所使用的麻醉藥劑量，便是按照病人的體重而計算出來的，因此入院時必須量度準確的體重。



監察病情變化

某些疾病會使病人增重，例如心臟衰竭，腎衰竭，肝硬化等均可能會使身體積存過多水分，從而使體重增加，這些病人都需要定時量度體重，以監察治療成效和病情進展。

點解手術室咁凍㗎!!

手術室溫度要保持特定要求，低過我們的體溫，原因是什麼？



要抑壓細菌的繁殖，溫度就一定要穩定。如果溫度太高，細菌就會更容易令到傷口感染，影響病人復原的進度。



溫度太熱，普通人出街都會流汗，更何況是穿著無菌衣的醫生？如果做手術時滴汗，汗水不小心滴落儀器或者傷口，會大大增加手術感染的機會！



大家如果去一個陌生環境，一定會緊張或害怕，更何況當你知道下一秒鐘你要做手術？當人一緊張，血壓自然會升，心跳又加速，身體就會感覺很冷。



希望以上冷知識分享能解答大家對入院的一些迷思，亦希望大家從日常生活做起，注意健康飲食，維持規律作息，養成強健體魄，從而減少入院的機會，這些迷思的冷知識便無用武之地了。

網絡釣魚 和電郵保護

網絡釣魚是資訊安全的主要威脅之一。為了加強明愛同事對網絡釣魚的意識和強化保護電郵，資訊科技辦公室（ITO）推出了三項措施。

第一項是培訓影片。四段各長兩分鐘的影片已上載至明愛內聯網平台。影片的內容包括有如何識破釣魚網站及慎防電腦病毒攻擊等。透過影片內容提升同事網絡安全意識。

第二項措施是參與釣魚電郵演習，ITO 在 2021 年、2022 年和 2024 年已三次組織進行有關演習。該演習的目的旨在提升明愛員工辨別可疑電郵的意識，從而減低明愛同事在日常工作中的網絡安全風險。

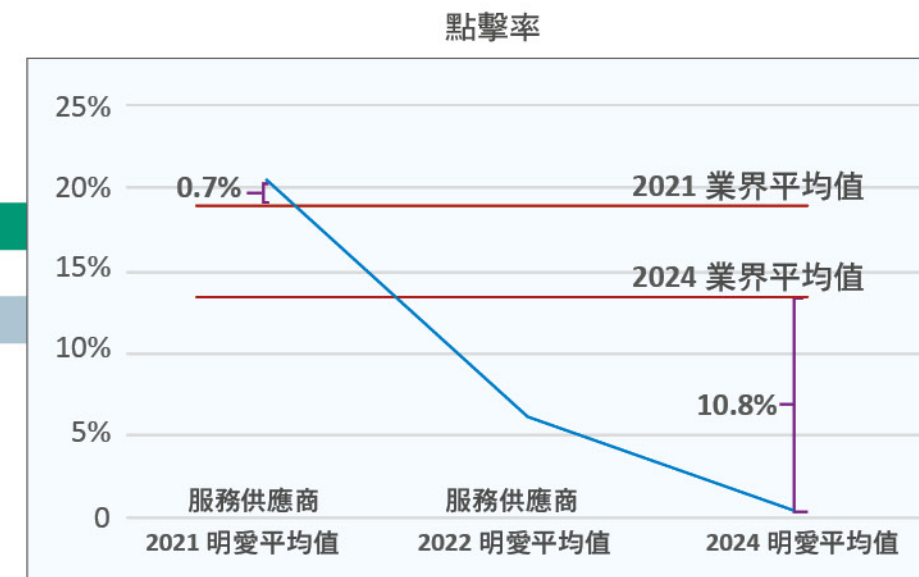
值得一提的是最近一次演習由警務處網罪科所舉辦，除明愛外亦有多個機構參與。網絡釣魚電郵由服務供應商負責設計，涵蓋四種類型，其結果分析同樣由該供應商完成，而 ITO 則負責協調工作。

在這三次演習中，模擬的網絡釣魚電郵會不定時發送給所有同事。服務供應商記錄點擊可疑連結的同事人數（說明：這些連結並無任何實際危害）。測試結果隨後會被分析，並與業界平均水平（即其他參與類似演習的機構）進行比較，以評估同事在應對可疑電郵方面的表現。



令人鼓舞的是，點擊連結的同事人數呈現急劇下降的趨勢，顯示安全意識有所提升。請參閱圖表。

此外，2021 年明愛的點擊率（註：點擊率越低越好）比業界平均水平高出 0.7%，而 2024 年明愛的點擊率則比業界平均水平低 10.8%。這是一個顯著的進步。



2025 年 1 月 1 日起正式實施的強制多步驗證（Multi-Factor Authentication, MFA）也是其中一項重要措施，以進一步提升電郵帳戶的安全性，減少潛在的威脅。

這項措施的引入，旨在應對當前日益嚴峻的網絡威脅，包括電郵帳戶被盜取、密碼破解和釣魚攻擊等。即使某些同事的密碼因不慎洩露，攻擊者也難以繞過額外的驗證程序，從而進一步保護用戶的私隱與敏感數據。

整體而言，強制採用 MFA 不僅是符合現代網絡安全需求的明智決定，也是為保障明愛及其使用者的資料安全奠定了穩固基礎。



廿載服務天水情 攜手共建好家庭



▲ 一眾嘉賓、地區持分者和社區人士於天瑞邨羅馬廣場投入參與紀念慶典

明愛天水圍綜合家庭服務中心自 2004 年起，為區內家庭提供一站式的整合服務。2024 年，適逢中心成立 20 周年，我們在 12 月 14 日於天水圍天瑞邨舉行了一場紀念慶典，邀請了香港明愛副總裁麥冠達神父、社會福利署元朗區福利專員石陳麗樺女士、明愛家庭服務總主任鍾凌慧女士，以及房屋署房屋事務經理李玉娟女士擔任主禮嘉賓，與一眾地區持分者和社區人士一同回顧中心的服務歷程。同時，我們亦邀請了區內的長者、親子、中小學生和幼童進行精彩表演，展現不同年齡層的活力。



▲ 主禮嘉賓為慶典進行開幕儀式

活動當日以「天天愛自己，擁抱獨特的我」為主題，我們希望來賓們除了參與一場慶祝活動外，也可以投入一趟「愛自己」的體驗。透過平日與服務使用者相處，我們明白在困難中談「愛自己」並非易事。因此我們與「情感大學」合辦了「情感實驗室」，與理工大學設計學院協作設計了一系列的體驗活動，希望藉此鼓勵大家「愛自己」可以由接納自己開始。我們都是會犯錯、怕失敗、有限制的人，但正正是這些「不完美」成就了各人的獨特之處。祈盼每位參加者也可學習接納自己多一點，及至愛自己、愛家人、愛社區。

◀ 藝人楊證樺先生到場分享他愛自己、愛家人的心得



◀ 中心邀請了過往曾參與學前幼兒系列活動的家庭到場，進行小 BB 親子勁歌熱舞表演，氣氛樂也融融



▲ 體驗活動－「堆砌失敗的勇氣」，參加者需發揮創意將積木疊起

擁抱自己

服務計劃開幕禮暨成果分享會



圖為閉幕典禮儀式，為「源·點」三年計劃畫上完滿句號▶

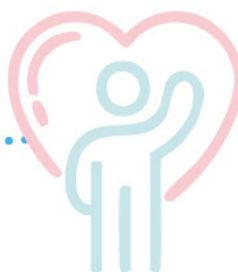


踏入 2025 年的首個周六早上，明愛「源·點」家校心靈支援服務假戲曲中心舉行「擁抱自己」服務計劃閉幕禮暨成果分享會。「源·點」服務開展於疫情期間，於 2022 年 2 月起承蒙香港賽馬會慈善信託基金捐助，推展為期 3 年的計劃，為家庭及學校提供一系列身心靈療愈體驗及介入服務。

我們相信每個人都有與生俱來的特質和能力去面對逆境，只是偶爾因受到身邊的各種人和事影響而引發出不同的情緒和行為反應。「源·點」以「創傷知情正向教育」理論為基礎，揉合「創傷知情照顧」和正向心理學的「品格優勢」框架，並配合明愛家庭服務宗旨以及天主教教育核心價值的教學理念推展服務。我們期望透過提升大家對自己的情緒認識、學懂調節情緒的方法，以及發掘與了解自己的品格優勢，學習接納自己和活在當下。當大家達到內心平靜後，會較易有更好的空間及能力去建立內在資源，應對日常生活中的各種挑戰與機遇。

本計劃邀請了香港城市大學社會及行為科學系的郭黎玉晶教授及團隊，協助我們進行服務評估研究，經過同事們三年來的努力，服務喜見成效，我們感恩得到伙伴學校的支持及社區人士的正面回饋。閉幕禮暨成果分享會當天，我們榮幸邀得郭黎玉晶教授講述研究摘要、也獲家長親臨現場分享感受、更有近 100 位嘉賓出席支持，當中包括校長、老師、學生及社區服務使用者。典禮其中一個環節為全場一起完成一項藝術體驗：每人在相框內畫一種植物代表當時當刻的自己，寄語大家好像植物一樣具有生命力，以自己的內在資源應對生活中各種挑戰與機遇。

明愛賽馬會「源·點」家校心靈支援服務計劃雖然接近尾聲，但我們相信種子已經播下，鼓勵大家在繁忙的每天毋忘「擁抱自己、照護自己身心靈」！



香港明愛家庭服務於亞洲家庭峰會 分享創新經驗



香港明愛家庭服務於「亞洲家庭峰會 2024」中，以三項專題分享呈現機構在家庭支援上的工作成果。透過教育、科技與社會服務的多元整合，回應全球家庭面臨的挑戰。

1 線上服務學習促進品格成長

在「青少年發展與家庭協作」主題討論中，高級督導主任伍偉溢博士在文章發表環節中，闡述有關正向心理學與家庭的課題，題為「探討在疫情下推行網上義工服務學習對學生及其家人品格優勢發展的影響」。該研究實證了服務學習對學生及家長品格發展都有著正面的效果。



2 科技輔助婚姻關係深化

在數位時代，家庭互動需求增長。高級督導主任張慧玲女士在「科技與家庭發展」場次中，分享了婚姻數位化應用的經驗與研究。明愛推出了《我願意+》《Marriage +》From Me to We 新婚篇婚姻自助電子書，並與香港浸會大學合作研究這些電子媒體對夫妻關係的影響。研究顯示，新婚夫婦在閱讀後，婚姻滿意度顯著提升。此舉不僅幫助夫婦建立更親密的關係，還改善婚姻品質，為現代家庭提供靈活支持。



3 具性別敏感度的支援服務

於「家庭角色轉型」議題中，機構關注男士的在家庭和社會服務中的角色轉變，強調以具性別敏感度設計和提供服務。服務的計劃主任鍾斯曉先生在會中分享了當代父親壓力和男士對參與社會服務的興趣的調查結果，並提出能回應到男士特質的「單次諮詢服務」。研究發現這介入對男性服務使用者有著顯著的效果。

香港明愛家庭服務透過實證研究與服務創新，持續回應社會變遷中的家庭需求。此次分享不僅體現服務的發展策略，亦為亞洲家庭服務領域提供可參照的實踐經驗。



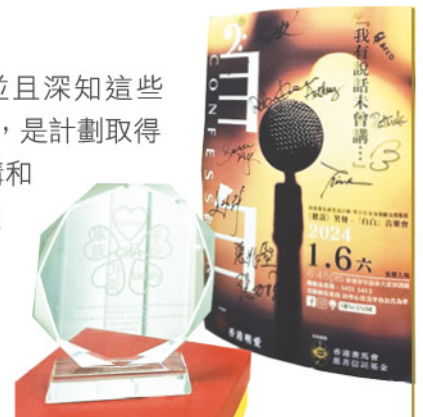
亞洲傑出家庭工作計劃 2024 頒獎禮



香港明愛家庭服務轄下的服務參與了「亞洲傑出家庭工作計劃 2024 頒獎禮」。其中，恩遇—明愛失胎支援中心的「賽馬會『小足。福』失胎支援計劃」榮獲銅獎。計劃為天使爸媽提供支援，並提升社會及專業同工對失胎議題的了解。另一方面，明愛賽馬會思達計劃的「《聽說》男聲」活動喜獲優異獎。活動透過音樂會形式促進男士的情感健康，並提升大眾對於男士需要的意識。

各團隊感謝和富社會企業及亞洲區家庭研究聯盟的欣賞和鼓勵，並且深知這些殊榮是屬於支持和參與計劃的每一位。香港賽馬會慈善信託基金的慷慨捐助，是計劃取得成功的重要基石。服務使用者的信任和支持，是計劃不斷前行的動力。機構和合作夥伴的支持與協作，提供無數寶貴的資源和經驗。同事們的不斷創新及不懈努力，讓計劃得以推展，並在眾多參賽項目中脫穎而出。

得獎團隊心懷感恩，與各位分享這些榮譽，並將會繼續努力延續和傳承服務，為家庭帶來希望和溫暖，讓愛心與關懷在社區中不斷傳遞。



2025 香港明愛

新春茶敘

2025 香港明愛（明愛）新春茶敘已於 2 月 14 日在明愛大廈五樓禮堂順利舉行，接近 300 位嘉賓和明愛同工出席。今年更別開生面地透過無人機光影藝術慶賀新春，展示科技與傳統文化的和諧融合，贏得現場嘉賓陣陣掌聲。此次表演由明愛粉嶺陳震夏中學無人機隊全程安排同策劃，用 12 架無人機帶來金蛇舞動、花開富貴、步步高升、以心連心共四幕表演。

明愛理事會理事長天主教香港教區主教周守仁樞機在致辭時向在場嘉賓拜年問好，祝福大家蛇年能夠機警如蛇，靈巧如蛇，來面對新一年的挑戰。適逢情人節，周樞機亦多謝各界對明愛的擔待。有賴大家對明愛的那份情和愛，明愛才能夠不斷改進，做得更好。周樞機更寄語香港人要善待自己，以正面的態度看待一切。希望大家在禧年繼續用正能量做希望的朝聖者。



▲ 夏志誠輔理主教（左）、周守仁樞機（中）和閻德龍神父（右）祝茶恭賀新年



▲ 嘉賓動手製作新年賀卡



▲ 無人機表演第四幕《以心連心》

▼ 全場大合照



香港明愛總裁閻德龍神父亦衷心多謝各界朋友對明愛的愛與情，並送上兩句十分有意思的祝賀語：一是恭喜發「才」，希望大家用天主賦予的才幹，貢獻社會，貢獻明愛；二是萬事「聖」意，願大家秉承天主的旨意，實踐天主在我們身上所行的事。

在表演環節，來自明愛黃耀南中心的「耀男聲」樂隊和明愛油塘幼兒學校 K3 班的小朋友合作帶來兩首歌曲，分別是應節的賀年歌曲《祝福你》和明愛 70 周年時創作的主題曲《明愛伴我行》。樂隊演唱入型入格，小朋友跳舞活潑可愛，一眾嘉賓亦看得十分投入，熱烈拍掌讚好。

活動場地亦裝飾得充滿節日氣氛，所有嘉賓和明愛同事歡聚一堂，除可品嚐美點外，更可自製新年祝福心意卡，贈予自己或同事朋友，吸引不少出席人士親手製作，場面十分高興。

▼ 明愛黃耀南中心的「耀男聲」樂隊和明愛油塘幼兒學校 K3 班小朋友合作表演



▲ 明愛粉嶺陳震夏中學無人機隊

明愛之友 「友·計·傾之夜」



「明愛之友」的「友·計·傾之夜」每次均邀請有份量的嘉賓就不同議題分享意見，更是一個平台讓機構各持份者聯繫與認識。「明愛之友」於 2025 年 3 月 19 日順利舉行「友·計·傾之夜」，當晚非常榮幸邀請到香港警務處助理處長東九龍總區指揮官羅越榮博士擔任嘉賓講者，吸引了約 130 名人士參與。



羅博士以「騙案解密與網絡安全」為題，引用數據分享近年科技及網絡罪案的趨勢，並透過真實案例，剖析現時常見網絡罪行與騙案的流行手法。他亦分享實用的防騙貼士與網絡安全知識，如介紹防騙流動應用程式及播放警方製作的短片，帮助大家提高防騙意識。現場嘉賓踴躍提問，把握機會向羅博士請教更多防騙資訊。



此外，活動亦邀得明愛青少年及社區服務轄下的「連線 Teen 地一網」上青年支援隊」督導主任黃靜怡姑娘，為大家從心理層面分析青少年誤墮網絡騙案的原因，並介紹明愛在支援青少年方面的相關服務。



除了豐富的講座內容，當晚亦安排了由明愛餐飲服務提供的自助晚餐，讓出席人士在輕鬆氣氛下分享經驗和心得。在活動結束前，明愛總裁閻德龍神父聯同明愛之友主席吳彩玉太平紳士代表致送感謝狀和紀念品予羅博士，以表謝意。「明愛之友」未來將繼續透過不同活動，與各持份者合作交流。



啟

思

營

49



一年一度明愛啟思營於 2025 年 1 月 13 至 15 日在長洲明暉營順利舉行。今年的主題為「知己知彼 實踐願景」，目的是要有效地將明愛的願景付諸實行。除了多了解機構的特質外（例如：明愛管理層的個人品格、對明愛價值觀的理解），對天主教社會訓導的價值及部門之間的互相理解也十分重要。

為了擴闊大家營前思考，籌備委員會於 2024 年 12 月 12 日在明愛大廈公眾會堂舉辦了營前工作坊，邀請了杜國明神父作介紹天主教社會訓導與社會服務的關連，並討論明愛的社會服務是否符合天主教社會訓導的價值。透過這個工作坊，各明愛協調委員會同事都初步理解到天主教社會訓導與明愛價值觀有著極大關聯。

在長洲明暉營三日的討論內容亦十分豐富。教育服務部長胡錦遠博士、社會工作服務部長李淑霞女士及家庭服務高級督導主任伍偉溢博士帶領成員了解自我及機構的品格優勢，認識天主教、社會訓導與明愛使命詮釋的關係，並尋找機構層面「愛」的品格優勢，以及分析各部門在明愛使命詮釋或明愛品格優勢上是否達標。最後明愛協調委員會各成員定立了機構層面「愛」的品格優勢，包括仁慈、公平公正、感恩、希望、心靈信仰，期望明愛各層員工將來都能夠擁有這些品格優勢。

此外，感謝教育服務部創作了一個有趣的危機處理話劇，令同事們都十分欣喜雀躍，氣氛熱烈。今年亦得到營地同事安排前往郊野學園觀星，夜空較上年清朗，可以看到不同的星座，確實是一個值得參與的活動。



營後工作坊



▲ 工作坊上進行了小組討論和問題搶答，獲得最高分數的小組更獲得豐富獎品

寫有 24 個品格優勢的貼紙 ▶



每年啟思營過後，籌備委員會都會為機構的中層管理人員舉辦營後工作坊，分享他們在三日啟思營的總結和得著。今年的啟思營營後工作坊於3月7日舉行，有近240位來自各個服務和部門的中層管理同工齊集在堅道明愛五樓公眾會堂，透過小組討論、匯報及問題搶答等互動形式，了解及認識三日啟思營的重點。



工作坊由社會工作服務部長李淑霞女士、教育服務部長胡錦遠博士及家庭服務高級督導主任伍偉溢博士主持及分享。期間，三位講者透過基礎篇、尋根篇、行動篇、價值篇及落實篇共五大篇章，介紹明愛使命的故事，並結合著名的心理學家馬丁·沙利文博士的24個品格優勢理論，讓參加的同工能夠進一步了解自己，並留意自己和他人的品格優勢和能力，從而在工作範疇上更有效地實踐明愛的使命和願景。

活動結束前，明愛副總裁盧伯榮神父和麥冠達神父亦分別為參與同工送上寄語和訓勉。盧神父更為每位參加者送上天主教2025禧年卡通人物「Luce」的匙扣作紀念，讓大家心靈和口袋都滿載而歸。



我們就是全憑天主豐厚的恩寵，在祂的愛子內，
藉祂愛子的血，獲得了救贖，罪過的赦免。

（厄弗所書 1:7）