



明愛情報

以愛服務 · 締造希望
Love in the Service of Hope

<http://www.caritas.org.hk>

編號：10

日期：2013年12月16日

感恩

感謝上主，
讓我領悟到
你的臨在，
感受到你的慈愛
不必盡如人意才學會感恩
不用事事順遂才懂得說多謝





目錄



編號：10
日期：2013年12月16日

- P01 ■ 封面
- P02 ■ 目錄
- P03 ■ 楊鳴章神父
 - 『鳴誌』 - 「我感謝主！」
- P04 ■ 明愛傳訊統籌辦公室
 - 2013年明愛籌款運動
- P05 ■ 明愛青少年及社區服務
 - 基層飯局之「一飯之恩」
- P06-07 ■ 明愛總部
 - 你「情」我「報」
明愛副總裁閻德龍神父的「萬千寵愛在一身……實在感恩萬分！」
- P08 ■ 明愛家庭服務
 - 明愛恩典
- P09 ■ 明愛康復服務
 - 我的精彩人生
- P10-11 ■ 明愛總部
 - 停一停·想一想
- P12 ■ 明愛特殊教育服務
 - 感恩?感恩!
- P13 ■ 明愛總部
 - 說說笑·講講理
 - 至理名言話你知
- P14 ■ 明愛安老服務
 - 「退休生活多姿采」 感恩篇
- P15 ■ 明愛營地服務
 - 明愛營地知多少
- P16 ■ 明愛國內服務計劃辦公室
 - 感恩!報恩……
- P17 ■ 明愛汽車維修工場
- P18 ■ 明愛總部
 - 全港賣旗日
- P19 ■ 明愛醫療服務部
 - 寶血醫院(明愛)
- P20 ■ 明愛社區及高等教育服務
 - 我們改名了

「我感謝主！」

當今教宗方濟各在上任後第一個月，接見了國際明愛議會議員及職員，他向大家講述了一個猶太人的故事：「上古時代的人，受了一項政治命令，要建築一座摩天的巴貝耳塔，他們需要大量的磚塊。磚塊是用特別的沙土、特別的泥漿、特別的草繩結構而成，每一塊都負著崇高的意義和價值。當磚塊從地面運上高空時，萬一墮下一塊跌碎了，許多人會受審訊、嚴刑拷打，甚至被處死；可是，若不幸墮下的是一個工人時，旁人就會把屍體草草埋葬了事。甚麼更重要？磚塊或工人？原則、政治立場或人命價值？」

我在三十六年的鐸職生活中，其中二十三年是在明愛度過的，當中使我傷痛流淚、寢食難安的情況出現了無數次，只因工作上所遇到的人和事，絕大部份都有不愉快的故事。你怎能為一位被親人遺棄的老人笑得出來？你怎能不為一位受至親污辱的女孩子感到憤怒和傷痛？你看到一位成績、品行都極差的學生背後的因由嗎？徬徨困苦中，向誰傾訴？走投無路時，能靠誰重拾信心和建立自我形象？

假如，富貴人家的捐助我們不能接受，否則就是攀附權貴；電視台的捐贈也不能接受，否則就是政治立場不正確，這好比上古時代的人重視一塊磚石，卻讓人跌死算了、草草埋葬算了。受苦的人的需要誰來照料？面對真實的困苦，我不懂得誇誇而談理論。

誰捐、誰不捐，本來於我並無損益。耶穌在荒野中面對五千人飢餓時，可沒有使餅從天降下，祂對門徒說：「你們給他們吃的罷！」（瑪十四 16）涼薄的話我說不出口，這些年來我仍堅持唾面自乾的留在明愛，重要的原因是為了一大夥好同事。當我看到淒涼的事而感到傷痛，可是同事們卻站在更前線，每日身體力行，在不足的資源中，尋求方法繼續服務。如果他們肯「俯首甘作孺子牛」，我為何不能為他們「橫眉冷對千夫指」？我感謝所有服務弱小者的同事，每日在塑造我；我感謝所有接受我們服務的苦痛中人，敞開了我的心，讓我看到他們對生命的堅持；坦白說，我更應感謝所有辱罵我的人，使我明白謙卑的真義，就是成為地上的塵土，為人踐踏；天主不是從塵土中塑造了亞當嗎？我感謝主！

楊鳴章神父



二零一三年將臨第二主日



2013年明愛籌款運動 用愛抗衡關係貧窮，以誠共建和諧社會

一連三個星期在港、九、新界六區舉行的 2013 明愛賣物會已完滿結束。這個由明愛服務單位、天主教學校、堂區及友好團體攜手合作的周年愛德活動，共有攤位 450 個，入場市民逾 9 萬名。

港島區

11 月 3 日的港島區賣物會由食物及衛生局局長高永文太平紳士擔任主禮，並由天主教香港教區主教湯樞機及工銀亞洲副行政總裁梁銘謙先生陪同剪綵。湯樞機在歡迎辭中讚賞高永文局長熱心公益，身體力行，並積極解決工作範疇內的問題。他亦表示在物質富裕、社會表象繁榮的背後，出現了心靈困乏、人際關係疏離等現象，實在需要各界關注。湯樞機呼籲大家用關愛抗衡關係貧窮，提倡互助互愛、互諒互讓的精神。高局長讚揚明愛 60 年來盡心服務各階層，貢獻深受社會認同。他更分享在天主教小學就讀時，明愛賣物會已是他和同學每年期待的一個節目。他認為這項活動不單可以幫助有需要的人士，亦能為家人朋友送上有意義的禮物。

九龍區

政務司司長林鄭月娥太平紳士為 11 月 10 日的九龍區賣物會主禮，並由香港明愛理事會主席曾慶文神父與工銀亞洲助理行政總裁宋萬海先生陪同剪綵。曾神父在歡迎辭中除感謝林司長對明愛的支持，也表示很開心在每年的明愛賣物會與不少舊朋友聚首一堂，共襄善舉。他感激各界善長多年來的參與，同時提出「新血」的加入對香港明愛持續發展的重要性，並呼籲大家繼續與明愛一起開拓合作空間，發揮更大的協同效應。在天主教學校成長的林司長表示她早與明愛賣物會結緣，稱得上是位「舊朋友」。及後她在不同的公職崗位中都與明愛有緊密的接觸；她欣賞明愛能夠隨著社會的需要和轉變而推行不少先導計劃，並呼籲大家支持明愛籌建天主教大學。香港明愛總裁楊鳴章副主教亦讚揚林司長擁有服務市民的心志，樂於承擔和永不言棄的香港精神。

明愛慈善抽獎券攬珠於九龍區賣物會當日下午順利進行，在此恭賀一百位得獎的幸運兒。



湯樞機於港島區賣物會參與一個「傳揚希望」的攤位遊戲



九龍區賣物會攤位負責人落力向林司長推介慈善禮品

明愛周年籌款運動得以順利舉行，實在有賴各界善長、義工朋友、堂區教友及老師同學不斷付出的心思、時間及汗水，我們謹此再次衷心致謝。期待明年在賣物會再與各位新、舊朋友相聚！

基層飯局之 「一飯之恩」



曾有小說情節提及「一飯之恩」的橋段，裏面包含無限的關懷及愛心，受惠者所感受到的，不單是飽腹、維持生命的意義，還有感恩、受到照顧的溫暖。現實版的「一飯之恩」亦發生在明愛服務單位內。

有否想過臨近月尾時，基層家庭會因經濟困難而吃隔夜食物、兩日才吃一次肉、把原本是一餐的餸菜分三餐吃呢？

本著致力扶助弱勢社群的精神，明愛青少年及社區服務自2012年推行「基層飯局」，期望透過有關計劃，令基層家庭於每月月尾經濟拮据時能獲得支援，得到溫飽。亦透過社區人士與基層人士的接觸和溝通，增加社會各界對基層的了解，促進彼此共融，並共同關注影響社會民生的政策。

每月一餐的飯局當然不能解決溫飽問題，身處一個不單是經濟貧窮，更是一個「關係貧窮」的處境中，飯局令參加者感受到社區的關懷而心存感恩。

現時，舉辦「基層飯局」的中心包括明愛九龍社區中心、明愛牛頭角社區中心、明愛莫張瑞勤社區中心及明愛荃灣社區中心。部份地區得到堂區大力支持，使服務順利推行之餘，亦讓堂區教友們體現將基督的愛帶入人群中。

為了進一步將「基層飯局」的活動及概念在堂區推廣，明愛堂區社會服務及教區之堂區關社支援小組於2013年9月6日晚舉辦「基層飯局」體驗活動。當晚，參加者一邊品嚐基層街坊預備的特色美食，一邊交流和討論各堂區參與及支持「基層飯局」的方法，包括親身參與籌辦飯局、鼓勵教友出席飯局及鼓勵教友為飯局進行捐獻等。出席者除了有堂區關社支援小組主席陳志明副主教、香港明愛社會工作服務部陳美潔部長、香港明愛青少年及社區服務黎永開總主任外，還有160名堂區熱心人士一同為扶助弱小共商對策。



「我實在告訴你們：凡你們對我這些最小兄弟中的一個所做的，就是對我做的。」（瑪25:40）



你「情」我「報」



明愛副總裁閻德龍神父的 「萬千寵愛在一身……實在感恩萬分！」

● 訪問者

■ 閻德龍神父

● 神父，教區委任你來明愛做領導階層，和你以往在堂區的牧職服務很不同，曾否有「錯配」的情況呢？

■ 很多人都想知道為何教區在神職人員不足的情況下，仍然委派兩位教區神父到明愛。因為明愛本身是教區的社會服務機構，而大部分員工都不是天主教徒或無宗教信仰，教區高層認為神父的領導角色可藉著服務，培育員工，發揮明愛的理念和精神。若找非神職人員，即教友負責，總是會有一點落差，例如對教會的訓導、掌握明愛的正確方向、以教會心向員工培訓等，教友在信仰層面及生活的層次方面都與神職人員有所不同。

● 當時陳樞機邀請你加入明愛是什麼原因，你的反應是怎樣？

■ 當陳日君樞機委派我來明愛，我曾問他：「我是神父，首要職責理應做牧養羊羣及施行聖事(牧民)的工作，明愛那裡合適呢？」他回答說：「羊，不一定在羊欄裡，牠可能是不認識牧羊人、四處飄泊的羊。明愛正好有許多這樣的羊，所以同樣可以帶出福傳見證的訊息。」

我回應說我對明愛認識不多，亦無接受特別的訓練去為一個慈善機構服務。陳樞機鼓勵我只要多多學習便可以了，他們並不是要一位專家來服務，而是需要一位牧者。同時亦因為當時急需找一位神父，可以協助總裁，分擔一下他繁重的工作。

● 但你接觸的層面都是高層，怎可以將見證帶給其他員工呢？

■ 雖然我的工作崗位不是每個階層都接觸到，但藉著新入職同工培訓講座、單位舉辦的研討會、中學聯校聚會、聖誕聯歡及周年聚會等，我均有機會與他們接觸溝通，帶出明愛的精神和理念。

另外，我一直希望藉著與不同單位領導層的接觸，幫助他們了解明愛的精神及理念後，讓他們在個別服務上，直接影響及教導他們的同工，間接地亦可以把好的訊息傳揚開去，所以層面也可以很廣闊。

● 在員工的心目中，神父你是否一個嚴肅的領導層？

■ 當然不是，我有時會出席他們的聯誼活動，有時在講座中與他們交流，在總部也能與不同階層的同工打招呼傾談。他們都很雀躍及驚訝原來神父也不是那麼嚴肅和高高在上的！我蠻喜歡在非官式的場合中，了解他們。

我常說我的門是打開的，有急事找我，只要我沒有其他事務在身，可隨時進來。任何階層的同工也可以來找我傾談，雖然我未必一定可以解決他們的疑難，但我總會細心聆聽及盡力幫忙。

● 為什麼學校都喜歡邀請你去演講？

■ 他們希望神父來主講，可能由於我是副總裁和教育部部长關係，在同工的心目中，神父是領導層，他所說的話較有份量。另一方面，同工們藉著聆聽神父的分享，在精神及服務上，對他們有著很大的幫助及鼓勵。

例如有一次我去社會工作部分享，接着的星期日當我在堂區主持彌撒後，有一位教友前來，表示她是明愛社會工作部的員工，她反映其他員工對我那次的分享，覺得很有 feel，對他們多方面都很有幫助及啟發。我發覺原來我可以從分享中帶出見證，就如聖經所說，把種子撒出去，它會發芽生長。但如何成長，便需要明愛單位負責人做延續的工作了。

● 對於明愛未來的方向，你可有什麼提示？

■ 我們都要時常留意時代的徵兆，在未來 5 至 10 年社會將會有什麼的轉變，來檢視我們服務的方向。現在社會問題複雜，我們需要與時並進及有前瞻性。對於與政府配合的服務，由於未來給予的財政可能較緊絀，又要自負盈虧，明愛更需要多方面的檢視後才可以作出決定。希望明年的「明愛啟思營」可以有更具體的新方向。另明愛還有高層接班人的問題，都是需要立刻有計劃地作出整體的規劃與培育。

● 現在你有沒有特別值得感恩的事？

■ 很多。真是「萬千寵愛在一身」。一個人實在無法做這麼多的工作，我的工作其實是有很多同工幫助及支持的，由於有他們的協助，我才能順利地處理好現在的工作。同時，不少教友都在祈禱中為我代禱，這一切都實在感恩萬分。

● 你對員工有什麼勸勉的說話？

- 在明愛工作需要有一份愉快與感恩的心。
- 不與他人作比較，學習懂得欣賞自己所貢獻的。
- 若你的工作比其他人多，不要以為是負累，反而要有一份欣賞的心，為你有能力去面對而感恩。
- 全力以赴地做好份內之事。





明愛恩典

明愛展晴中心服務使用者 奇恩

作者參加「信有晴天」夫婦小組活動 — 舞出夫妻情

本來熱愛運動、音樂的我，在一次生意的應酬上接觸了賭博，其後視之為正常的娛樂和投資，並代替了以前健康的活動，享受那「罪中之樂」，以致沉迷賭海多年，嘗盡痛苦。這人為的災難影響及至家人、朋友、同事和社會，實難估計所帶來的傷害有多大多深。最可惜是輸掉了大部份的人生，忘卻了做人的意義。

直至找到明愛展晴中心的輔導服務 — 一群熱心的社工把我從罪惡的深淵中拉上來，從撒旦的手中奪回我的生命。社工們所付出的愛，讓我深深感受到人間有情。很自然地，從心底說出來，正如我所創作的一首歌：「明愛恩典」。

除了個別輔導和夫婦面談，我與太太也參與了「信有晴天」夫婦小組，修補了因賭博而破損的關係。經歷過生與死，由絕望、唏噓、懊悔以至被拯救、覺悟、感激，並對人生重現盼望。在信了主後，更讓我明白到社工們所付出無私的愛，像是從主耶穌來的。我立志仿效他們去關愛家人和他人，對工作和社會熱情地投入，作出貢獻。



出席「信有晴天」夫婦小組日營 — 配偶溝通的良方

這群無私捨己，以愛以誠助人的社工朋友，成為以生命影響生命的典範，以有限的力量去救拔無數的苦難，實在太偉大了。願將這首「明愛恩典」獻給明愛展晴中心的社工朋友，歌頌他們的無私奉獻。更希望藉著這首歌去警惕仍在賭海中浮沉的朋友：「勿把親情友情盡化煙……」

後記：在此感謝為這首歌編曲的弟兄

讀者可透過以下連結收聽「明愛恩典」一曲及有關作者的故事：
http://www.gamblercaritas.org.hk/html/chi/audio_1.asp



我的精彩人生

「我認為每一個人只要盡上自己最大的努力去完成每一個目標，便值得別人的尊重，不管他/她是普通人還是有任何特殊需要的人。」

自小患有大腦麻痺症的羅思憫，除影響智能外，右邊肢體行動亦有協調困難。「在每個成長階段，我都需要比別人付出更多才能完成目標，但盡上最大努力後，我總覺得自己比別人更有滿足感。」

思憫能夠在逆境中自強不息，是來自她懂得感恩的心態。時常保持正向心理，是推動她不斷求進步的動力來源。「我其實是一個很幸福的人，除了在人生路上有很多同路人外，亦很感謝我的母校（香港耀能協會羅怡基學校）給我的栽培，令我從那時開始相信自己可以貢獻才能的。現在我在明愛樂務綜合職業訓練中心受訓，這裏的教職員和學員給予我很多鼓勵和支持，讓我保持動力去珍惜每一次學習和發揮的機會。當然我要感謝上主和教會，弟兄姊妹的關心和彼此尊重，讓我得到肯定，靈性上的培育有助我堅持走自己的路。另外和香港傷殘青年協會的朋友一起外出服務，亦令我很感受到同舟共濟的那份支持和推動力。」

2012年開始，思憫參加了明愛康復服務的「樂劇場」藝術培訓計劃，此計劃目的是透過不同的藝術學習體驗，增加參加者的人際溝通和合作機會，提升表達技巧和解難能力，並藉著不同表演及成功的經歷，提升自信心及自我效能感。此外，計劃亦希望透過共融活動，讓更多公眾人士對殘疾人士有更深入了解，達致傷健共融。「有機會參與不同的藝術活動及表演，讓我更認識自己，獲得別人的尊重，讓社會大眾認同有特殊需要人士。」

在2013年11月1日及2日，思憫有機會參與在柴灣青年廣場演出的話劇「同檯・同行」，這齣話劇表達出人與人之間可以不分傷健，有情有義地在人生路上互相支持。「在不斷的綵排中，我為自己訂下一個明確的目標，就是努力去演好自己的角色，努力去與其他演員合作創造一個難忘的演出。經過兩場表演，我感到好開心、好興奮，多謝導演、各位職員及義工朋友，感謝大家陪伴我和其他演員一起同行，我好感恩自己能夠得到這麼多朋友的愛護及支持。」

「我相信自己一定能夠活出精彩人生，得到別人的尊重和重視。」



思憫(左)在話劇「同檯・同行」的演出



停一停·想一想



主，感謝祢賜予我們：

父母－讓我們擁有生命

朋友－讓我們活得更精彩

工作－讓我們能發揮所長

健康－讓我們可以積極工作……

好能光榮祢！

應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝

(得前5：16-18)





感恩？感恩！

有些人相信「事在人為」或「人定勝天」，認為一切成功都是出於自己的機靈才幹、努力苦拼、甚至是自己的幸運，成功是配得到的；縱有外間的支援或幫忙，也是應該的。換言之，成功是屬於自己的、是理所當然的，可說沒想過有感恩這回事。

其實，感恩的心意和行動代表著我們的胸襟和情懷。這是一份發自內心且自然流露的感激之情，向特定的對象傳達感動、謝意和讚美；是心口一致的，是真摯的。簡單帶著微笑的點頭或說聲多謝，已是表達感恩的第一步，能牽發彼此接納和欣賞的互動。當感謝和讚美的人和事是超越所思所想和期待的時候，感恩之情便更濃厚和難忘了；感恩的對象應是不分尊卑、高低，感恩的事情也應是無分大小的。

感恩是需要有謙下、順服和感謝的心，而懂得感恩的人是快樂和幸福的。每個人都有不同的恩賜，感恩是其中之一。作為基督徒，我們要與別人分享感恩的恩賜和生命。藉著感恩的心意和行動，讓彼此的信仰根基和信心得以堅固，也讓人的關愛、關係和恩情連結起來。

不要單是在順心、順境時才感恩，處於逆境或失意時更要感恩；因為逆境當中也有其美意，使我們學會信靠、學會反思，並作美好見證，讓生命得以長進。很多時，跨越困境後的感恩是深刻的、是叫人口唱心是的，也讓我們感到愈是感恩、愈得力量和平安喜樂。何等奇妙！

在退休前的年多來，我為著退休而落實的繼任安排，可說是「盡是祝福、無限感恩」。過程中，需於同時處理和完成服務總主任和行政主任的更替和培育、三位校長的晉升和接任、一位校長的調任、屬下六校的校監更替、六校成立法團校董會的人力和行政準備等，當中深深感受到沒有任何事工是可以單靠一人之力去支撐和達成的。藉此，感謝上司楊神父和閻神父的支持和信任，也感謝相關同事的深明大義和願意承擔責任，更感謝妹妹每周與我一起禱告和感恩。

很多時，單靠個人或世俗的標準去作抉擇，我們可擁有或能成就是極為有限；但若加上信仰的維度和助力，一切重擔卻會變得輕省和完美，值得重溫過往美好的人和事。因此，為著天父給我生命、為著父母給我教養、為著在明愛工作認識了不少摯友，我要再感恩！



明愛特殊教育服務
黃綺湘女士

說說笑 · 講講理

人生，有什麼好煩惱的？

人生只有兩種情況可能使人煩惱：

一則是你生病時；一則是你沒生病時。如果你是後者，既然沒生病，當然就沒什麼好煩惱的。

如果你生病了，那也是只有兩種情況可能使人煩惱：

一則是你會不治而亡；一則是你會痊癒。如果你是後者，既然會痊癒，當然就沒有什麼好煩惱的。

如果你會不治而亡，那也是只有兩種情況可能使人煩惱：一則是你會下地獄；一則是你會上天堂。如果你是後者，既然會上天堂，當然就沒什麼好煩惱的。

而如果是前者，你下了地獄之後，你會忙著與比你先來報到的親朋好友握手寒暄，根本沒空給你煩惱。

所以，人生有什麼好煩惱的？

因為幽默 人生無限開闊

作者：賴淑惠

出版者：智慧萬家出版社

我們很多時都會為家庭、健康、工作、人際關係等而煩惱、擔憂，其實我們所憂慮的往往都是大於實際情況。回想人生，當中不少難關均得以過渡，我們應多感恩，感謝每天獲得的恩惠：例如平安、健康、工作、生活所需從不匱乏，就如上述所講，人生有什麼好煩惱呢？多些感恩吧！實際的感恩是和其他人分享自己所擁有的，例如時間、智慧、金錢、學識……等。用時間去關懷四周的人；以智慧、學識協助他人前進、成長；金錢花在值得花的地方上，以促進社會繁榮。讓我們一起將感恩付諸行動吧！

至理名言話你知

究竟什麼才是真實永恆的？在什麼上面我們才能標貼上我們的名字？我認為大概只有一份真摯而謙卑的感恩之心，一份慷慨而熱誠的回饋之情。

楊鳴章神父
(節錄自『鳴誌』-「路線圖」)
二〇〇八年三月

大部分人從未了解到，人生的一項主要目的，就是享受生命。

Most people have never learned that one of the main aims in life is to enjoy it.

我們活著的每一天，都在創造自己的命運。

We create our fate every day we live.

巴特勒 (Samuel Butler)

你的天分是上帝送你的禮物，而如何使用它，卻是你回送上帝的禮物。

Your talent is God's gift to you. What you do with it is your gift back to God.

巴士卡力 (Leo F. Buscaglia)

摘自：世界名人開講
出版：九歌出版社有限公司



「退休生活多姿采」

感恩篇

明愛牛頭角長者中心會員
梁啟經

「樹高賴根深，快樂緣感恩」，一個懷有感恩之心的人，就會對生活知足，而知足者則常樂。這話說來容易，但要真正懂得感恩是很困難的。很多年青人總覺得世界和別人欠他們太多，而他們所得到的比別人少，所以很難存有感恩之心，珍惜今日所擁有的。



與長者中心相遇

雖然，我已退休多年，但我並沒有像一些退休人士的苦惱，相反，我覺得很快樂和感恩。緣於數年前，我加入了明愛牛頭角長者中心成為會員，參加多種活動後發覺有很多事物我是從來未曾接觸過的，令我眼界大開，如探訪那些環境及健康欠佳的長者、街展宣傳、活動策劃等，使我對「幸福」二字，有不同的解釋與看法。

明愛長者聯會之旅

為了擴闊自己的見識與視野，了解更多政府對長者事務的政策及其相關福利，於2009年，在中心的推薦下，我參加了當年明愛長者聯會委員選舉，有幸地成為主席；並於2011年改選時，獲連任主席一職，直至2013年6月。四年間，我結交了許多良師益友，令我從一個對長者服務認識不多的人，到現在可以和城中資深長者服務的議員、學者、社工和長者等交換意見、分享心得。期間還有機會與政府高層官員見面、溝通及反映長者意見。更令我開心的是可以有機會為廣大長者出一分力，爭取被尊重和應有的權利。

得到多位明愛員工的循循善誘、孜孜不倦的教導與協助，令我在處理明愛長者聯會工作方面，跨越無數挑戰與困難，真的非常感激。

不斷感恩

感恩不單是說話，不純是思想或觀念，也是一種行動。

長者或許是最懂得感恩的人，因為他們通常會把曾領受過的恩典留在記憶中，並想着如何報答、幫助別人、使別人快樂。

總的來說，我加入明愛牛頭角長者中心之後，發現當義工可能是我最好、最快樂的決定之一。在過程中，結識了志同道合的新朋友，又學到新知識，助人助己，日子過得充實滿足，個人亦充滿信心。我還可以每天起床，吃早餐、散步、溜狗、看報及與人交談，有至親與朋友相伴，夫復何求！



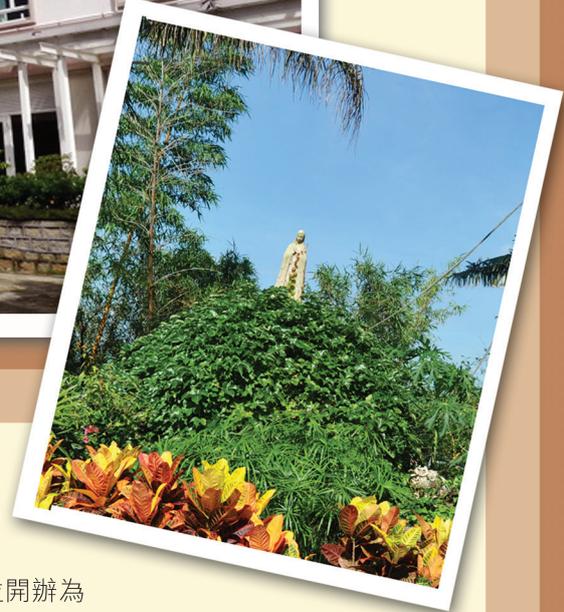
明愛 營地知多少

香港營地活動發展始於六十年代，「露營」之概念最初由歐美社會傳入，當時的營地活動都是人數較多的團體營。到了七十年代，營地服務發展已相當蓬勃，新的營地陸續落成投入服務，而市民對營地的要求亦日漸提高。營地提供的活動漸趨多元化，並開辦為家庭及人數較少的團體服務。現在，一般營地都提供不同形式的活動，如歷奇輔導、領袖訓練、天文觀測、親子、長者健樂、綠色生活和環保教育等。時至今日，市民為了休閒或組織活動到營地度假是相當普及。

明愛營地服務開展於長洲，明愛明暉營於 1964 年落成投入服務，是香港其中一個最早開辦的營地。為了改善設施條件，營地於 2003 年進行第一期更新計劃，將部份營地重建。第二期改善設施和重新裝修工程於 2007 年 8 月進行，完工後，名為「明愛賽馬會明暉營」，提供 156 個宿位，主要為 4 人房間，均設獨立浴廁。營地具再生能源裝置，設施包括多用途禮堂、活動室、飯堂、戶外籃球場及燒烤場等。營友亦可享用毗鄰愛暉營的游泳池、射箭、繩網及氣槍等活動。

隨著社會對營地服務的要求不斷提高，明愛營地將不斷改善其設施及加強員工培訓，以提供更配合市民需求的服務。在基礎建設方面，將會推展第三期的更新計劃，進一步改善設施和管理，並更有效率地提供多元化的服務；在活動帶領方面，將更著重員工培訓，提升員工技能及知識以保持優質的服務水平。

明愛營地投入服務達半個世紀，在業內算是歷史悠久且甚具代表性。本服務的宗旨和目的是：「以非牟利方式提供度假營地設施，讓更多公眾人士有機會去體驗團體生活，並在大自然的環境下，參與戶內、戶外各項社交、康樂及消閒活動，享用其中的休憩場所，藉以達致身心康健及群育的效果」。冀藉著營地提供的設施及服務，向大眾市民帶出健康生活信息及正面的人生觀。



感恩！報恩……

今次和大家分享的是受助者來函，是來自雲南省一位在去年畢業的陳同學，她說已在雲南省西雙版納州找到了理想的工作。其實內地畢業生要找工作並不容易，要找一份理想的工作可說是難上加難！她在感恩之餘，還有愛心和能力去報恩，讓愛心和希望，得以延續……

敬愛的明愛阿姨：

您好！很抱歉這麼久才給您寫信，你們的幫助，我時刻銘記在心。我也想像你們一樣，可以幫助別人。可是，這需要一些時間，讓自己有能力去幫助別人。大學還沒畢業，我開始到處投簡歷，找尋機會建立經濟能力，也找尋實現自己理想的舞臺。最終我找到了！我當上一名小學心理輔導老師，可以在可愛的家鄉西雙版納和一群天真活潑的小孩子一同實現我的理想！

大學的最大收穫，是學會用不同的角度看這個世界，從不同的角度去審視自己；同時，我也想用這特別的視角，去發掘一些別人容易忽略的東西。當然，工作方面，萬事起頭難，現在我才工作一年，什麼東西都是剛起步。我計劃在學校開辦「心理小報」，每星期出版一次，還想在學校的校園廣播室推廣「心理健康知識」，讓心理學慢慢地融入各人的生活中，藉此幫助人們提升生活質素。

我很高興獲得這份工作，因為我能養活自己，爸爸媽媽就不必再那麼辛苦，家裡的生活條件改善，我現在擁有幫助他人的能力了！我想幫助的是一個小女孩，她是個品學兼優的學生，家境比我當初更差，這就確定我要幫助她的心！因此，我現在鄭重地向香港明愛申請，希望批准由我來資助她！

最後，祝阿姨和香港明愛的所有好心人，事事順利，身體健康，好人一生平安！

陳同學
2013/10/16

註：香港明愛國內服務計劃辦公室每年都會為國內的貧苦大學生提供助學金。自 1996 年以來，已超過 600 名貧困學生受惠。自 2002 年開始，所有受助大學生都必須承諾在畢業及就業一年後，每年為有需要人士（如：貧困生、病人、無依老人等），提供人民幣 1,000 元的資助。資助年期與其接受助學金的年期相同。



明愛汽車維修工場

Caritas Automobile Repairs & Servicing Workshop

明愛汽車維修工場合格之技師
專誠為閣下提供下列各項服務：

- 引擎
- 波箱
- 迫力
- 轉向系統 (軟盤)
- 懸掛系統 (頭擔)
- 空氣調節系統 (冷氣)
- 七年車齡驗車服務
- 車身修理
 - a. 燒焊
 - b. 噴油
- 意外索償



**為確保汽車性能良好
請作定期檢查**

服務及收費

(A) 啞油、換油標準套餐

(包括油格、燭油、清洗車底及引擎)

- 日本車 \$700
- 七座位日本車 \$800
- 歐洲車 \$900-\$1,100

(B) 例行保養套餐

(包括油格、風格、火咀及燭油、檢查及調校迫力及手掣、清洗車底及引擎)

- 日本車 (四汽缸) \$1,100
- 日本車 (六汽缸) \$1,550
- 歐洲車 (四汽缸) \$1,650
- 歐洲車 (六汽缸) \$2,000
- BENZ-E系 \$2,200

備註：如更換頭尾迫力皮、選用原廠零件及材料，費用另議。

(C) 多用途七人車例行保養套餐

(包括油格、風格、火咀及燭油、檢查及調校迫力及手掣、清洗車底及引擎)

- 本田Honda、Mazda、Nissan、Toyota、Mitsubishi
\$1,400 (四汽缸) \$1,700 (六汽缸)

(D) 引擎炭積清洗服務

(包括空氣及燃油進口、生氣導管、燃燒室及活塞頂)

- \$1,000 (四汽缸) \$1,400 (六汽缸)

* 歐洲車 - 包括平治、寶馬、富豪及福士等

10%
OFF

凡明愛員工可享有維修人工9折優惠

聯絡資料

地址：香港堅道2號明愛大廈D座299室
查詢電話：2524 6961 / 5611 2816

辦公時間：星期一至星期六 8:30a.m. - 5:30p.m.
交收車地點：1. 天主教總堂廣場 2. 汽車工場

全港賣旗日

2014.1.11

(星期六)

服務宗旨

扶助弱勢社群
發展人的可能
致力溝通和解
建立回饋精神



籌款目的

- ♥ 為長者提供醫療服務
- ♥ 為照顧長者的人士提供支援服務
- ♥ 為有特殊需要之學童及其家長提供支援服務

捐款戶口 香港上海匯豐銀行 808-392336-001

(支票抬頭寫「香港明愛」)



2014 產科住院收費

	香港居民		香港居民配偶	
	自然分娩	預約剖腹分娩	自然分娩	預約剖腹分娩
四至五人房	\$14,500*	\$16,800*	\$22,800	\$23,800
三人房	\$18,125	\$21,000	\$28,500	\$29,750
雙人房	\$21,750	\$25,200	\$34,200	\$35,700
私家房	\$29,000	\$33,600	\$45,600	\$47,600

*根據三人房入住情況，本港居民預約標準房可安排免費提升入住三人房
本院產科由 8 位資深產科專科醫生負責產婦之產前檢查及分娩

1. 此收費不包括產科、兒科、麻醉科醫生費用及特別護理費用
2. 不包括額外手術、藥物和檢查 (例如：化驗、輸血、超聲波、X 光檢查等)

2014 特別產科套餐

(只適用於本院產前檢查之本港居民)

自然分娩 (三日兩夜)	\$30,000
預約剖腹分娩 (四日三夜)	\$36,900
套餐包括： 1. 醫生費 2. 產前、產後及嬰兒基本護理費 3. 三人房住院收費 (視乎入院病床而定)	
請電 3971 9908 預約產前檢查	

普通科門診服務

診症時間及登記費

星期一至星期六

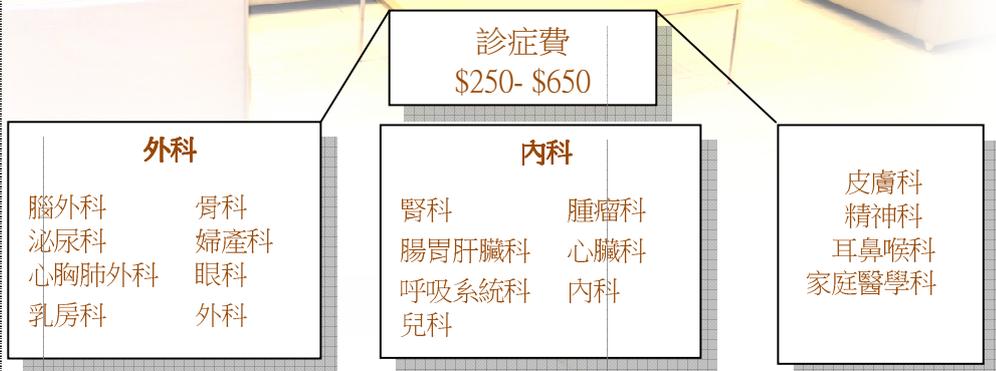
上午 8 時至晚上 9 時	\$160
晚上 9 時至晚上 11 時	\$250

星期日及公眾假期

上午 8 時至晚上 11 時	\$250
----------------	--------------

(65 歲以上長者，一律減收 20 元)

專科門診服務



b 兒科疫苗注射計劃

每次到診均由兒科專科醫生親自為寶寶注射疫苗，並為寶寶進行身體檢查及成長發展評估

	原價	優惠價
至全面計劃	\$10,800	\$9,990
至貼心計劃	\$7,600	\$6,990
寶補針計劃	\$5,600	\$3,690

4 合 1 HPV 子宮頸癌疫苗注射

成人 **\$2,700**
(另加醫生費及 3 次注射費)

中小學生 **\$2,000**
(另加醫生費及免注射費)

產科 產前檢查計劃

原價 **\$3150** 優惠價 **\$2500**

*包三次產前及一次產後檢查 (第一次檢查除外)

婦科基本檢查

原價 **\$530** 優惠價 **\$480**

- 乳房及盤腔檢查 (由婦科專科醫生施行)
- 尿液分析 (包括顯微鏡檢查及小便化學分析)
- 柏氏子宮頸胞塗片

身體檢查

優惠價：**\$1,060 - \$3,645**

9 折

內窺鏡/日間手術中心服務

胃鏡檢查套餐
(原價 \$2,200)

腸鏡檢查套餐
(原價 \$2,600)

9 折

白內障手術

\$6,000 (單隻) (只適用於醫院管理局(耀眼行動)之病人)

\$13,800 (單隻) (本院門診病人適用)

*以上價錢已包括醫生及基本手術室費

*以上費用不包括醫生費及病理診斷之費用

*各項外科手術 (由經驗豐富的外科專科醫生主理)

內容如有更改，恕不另行通知。

以上優惠詳情請參閱本院網址：www.pbh.hk 或致電查詢：3971-9908

我們改名了

明愛社區書院

Caritas Institute of Community Education

明愛社區及高等教育服務成功通過香港學術及職業資歷評審局評核，獲准開辦資歷架構第四級課程。為配合本服務之新發展及讓公眾知悉本服務所提供之課程及資歷，本服務已將轄下所有專業及成人教育中心和社區進修中心更名如下：

- Caritas Institute of Community Education — Aberdeen
明愛社區書院—香港仔
- Caritas Institute of Community Education — North Point
明愛社區書院—北角
- Caritas Institute of Community Education — Tin Hau
明愛社區書院—天后
- Caritas Institute of Community Education — Cheung Chau
明愛社區書院—長洲
- Caritas Institute of Community Education - Shatin
明愛社區書院—沙田
- Caritas Institute of Community Education - Fanling
明愛社區書院—粉嶺
- Caritas Jockey Club Institute of Community Education — Tsuen Wan
明愛賽馬會社區書院—荃灣
- Caritas Institute of Community Education — Prince Edward
明愛社區書院—太子
- Caritas Institute of Community Education — Hung Hom
明愛社區書院—紅磡
- Caritas Institute of Community Education — Sau Mau Ping
明愛社區書院—秀茂坪
- Caritas Institute of Community Education — Tsui Ping
明愛社區書院—翠屏
- Caritas Institute of Community Education — Kowloon Tong
明愛社區書院—九龍塘
- Caritas Institute of Community Education — Yaumati
明愛社區書院—油麻地
- Caritas Institute of Community Education — Tuen Mun
明愛社區書院—屯門
- Caritas Institute of Community Education — Yuen Long
明愛社區書院—元朗

誠徵稿件：請大家繼續支持，踴躍投稿。

詳情請參閱《明愛情報》第2期。

註：稿件刊登與否，「明愛行政事務辦公室」有最終決定權及對稿件的最後刪改權。

《明愛情報》下次截稿日期

第11期《明愛情報》的截稿日期為2014年2月14日（星期五）

主題：「蛻變」

電子郵箱 priscillalam@caritas.org.hk

《明愛情報》可在電子網頁 Web Site: <http://www.caritas.org.hk> 瀏覽

