以愛服務 締造希望
Love in the service of hope

明愛情報

第 31 期
2019年3月
www.caritas.org.hk

情報目錄

第 31 期

01 封　面

02 目　錄

03 總 裁 的 話

《德·悟·得》 - 「春 · 祝福」

04 助 總 的 話

《基 督 信 仰 分 享》 -「四旬期」

05 《愛·迪·生》

06 《愛·因·思·坦》

永遠懷念敬愛的楊主教

10 《愛·服 務 》

10 家庭服務 - 加情家暖 · 家暖加晴
11 康復服務 - 春 · 祝福
12 青少年及社區服務 - 溫暖祝福的飯餐「開檯食飯」
13 安老服務 - 感恩遇上「這裡」
14 其他社會工作服務 - 長者及護老形象嘉年華
15 職業訓練及教育服務 - 明愛屬校宗教活動
16 職業訓練及教育服務 - 震夏我家 友伴同行共成長
17 賓館及餐飲服務 - 新設「服務之星」獎

18 《愛·活 動 》

20 《愛·同 行 》

連結各方匯力量　傳揚關愛齊分享

22 《愛·感 恩 》

明愛向晴軒危機專線及教育中心十週年慶典暨專業研討會

23 《愛·祝 福》

24 《愛·分 享 》

24 慈善高球日
25 明愛新春茶敍
26 「步」·「足」你大行動

誠 徵 稿 件

下期主題：「夏。躍動」

截稿日期：2019 年 5 月 6 日（星期一）　電郵至：comoff@caritas.org.hk

歡迎大家把工作感受及生活體驗等，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，發送到上述電郵地址。（主旨請用：「明愛情報」徵稿）
查詢請電 3589 2525 黃小姐。

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　Fion WONG
資料整理　Cherry MAN　美術設計　Sophie CHEUNG

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

春 · 祝福

冬去春來，萬象更新。春天是一個生氣勃勃、欣欣向榮、充滿活力的好時節。正所謂：「一年之始在於春」，春天揭開新一年的序幕。萬事開始之先，如能妥善計劃、安排得宜，就能把握成功的關鍵，無怪乎春天是策劃、決定未來方向的好時機。

明愛也不例外，正如我於上一期明愛情報提到一年一度的反思營，已於一月舉行，我與管理層成員，善用三天的時間，共同商議和制定未來一年的工作優次及整體關注事項。感恩在主基督的引領和祝福下，是次討論獲得豐碩的成果；然而，單憑制定計劃並不足夠，必須配合實踐與行動，否則一切流於空談。

要成功推行計劃，最重要的是人的全心投入。個人力量有限，必須靠團隊中每一位成員同心協力，彼此尊重，互相補足，共同努力向目標奮進。如何能夠發揮團隊精神呢？今年是己亥豬年，自然學家賀森(W.H. Hudson) 在其著作《自然學者之書》一書中，對豬的德性作了以下描述：

「我認為包括大象和類似人猿的所有動物裡，豬是最聰明的，我欣賞豬對包括人類在內的其他動物的態度，豬一點也不猜疑，也像馬、牛和羊般地絕對服從，豬不像山羊一樣對許多事情滿不在乎；亦不像鵝一般對任何人都懷有敵意，或如貓降格相從的架式，或如狗般取悅主人。豬以近乎民主的角度視我等為同儕或手足，並且認為我們當然了解牠的說話，沒有任何尊卑或是不敬，豬給予人一種自然、愉快及大家都是同伴的感覺。」

只有每個人努力學習上述的良好德性，團隊才能合作愉快，產生強大力量。正所謂謀事在人，成事在天。我衷心祈求天主在這新春之際，祝福明愛大家庭，讓所有同工都持守一顆善良、真誠的心，發揮合作精神，以服務社群大眾為己任。

藉此機會，我和明愛全體同工向已故楊鳴章主教致以衷心謝意。楊主教在初春期間離開我們，我相信他必會在天國繼續祝福和守護我們。楊主教在任時帶領明愛團隊，高瞻遠矚，完善服務，深化整合機構願景、使命和價值觀，建樹良多。他多年來無私奉獻、英明領導，為明愛奠定穩健基石。明愛上下會繼續秉承楊主教為香港明愛制定的使命「扶助弱勢社群 發展人的才能 致力溝通和解 建立回饋精神」，盡力服務有需要的弟兄姊妹，造福社群。

最後，祝各位新年進步！身體健康！願天主賜予平安福樂！

閻德龍神父

四旬期

時間過得很快，今年的四旬期又來臨了。也許我們大部份的同事都不是天主教徒，因而對「四旬期」不甚瞭解。這一期，我要與大家分享一下基督信仰中的「四旬期」的主要意義。

何謂「四旬期」？

根據恆毅月刊社出版的天主教英漢袖珍辭典，四旬期舊稱為「嚴齋期」或是「封齋期」，由聖灰禮儀日開始，乃復活節前四十天的齋戒期，為紀念耶穌受難死亡，並準備耶穌隆重的復活，這也是為慕道者作好領洗前的準備。教會也稱四旬期為「大齋期」或「大齋節期」，英文是 Lent，意思是春天。拉丁文稱為 Quadragesima，意思是四十天。十天是一旬，四十天就是四旬。

四旬期裡四十這數字，在基督信仰究竟有甚麼含意？

在新舊約的聖經故事中，不難看到四十這個特別的數字：

一． 以色列子民逃出埃及在曠野中生活了四十年才到達福地——客納罕
二． 梅瑟曾經與天主在西乃山上四十天之久
三． 厄里亞先知共用了四十天的路程到達天主的聖山葛勒布
四． 耶穌基督在曠野中，守齋和祈禱四十天之久

四旬期的核心事件是甚麼？

主要是默想耶穌在世宣講天國的福音，為補贖我們的罪而犧牲自己、受難並被釘在十字架上死去，到第三日復活了的好消息。藉祂的聖死和犧牲，鼓勵我們要避惡、做補贖，好能潔淨我們的心，以得善終，並和祂一起復活。

四旬期主要的意義

一． 默想耶穌生平事件和救恩史的苦難
二． 加深並加強自己對靈修生活的修養
三． 學習在生活中把握機會： 1. 克己 2. 忍耐 3. 做愛德善功 4. 更深入地探考信仰與皈依

四旬期“齋戒”期，基督徒該如何度過？

我們應當清心寡慾，培德養性。簡單來說，在四旬期中我們應當：

一． 生活樸素
二． 節制飲食
三． 戒避奢華的物質生活
四． 不去追求不必要的享受和娛樂
五． 多閱讀聖經、祈禱和默想聖言

因此，在四旬期內，我們要準備聖潔的身、心、靈，去切實奉行祈禱和仁愛的工作，
好能獲得罪赦，更新生活，肖似復活的基督。就如聖瑪竇說：「天主喜歡仁愛勝過祭獻與齋戒。」（瑪竇福音 9:13）
這是我們基督徒該有的四旬期精神。

最後，讓我以教宗保祿二世曾在聖伯多祿廣場致各國信友的一段話與大家共勉：
「守齋刻苦不僅僅是外表的規矩或外在的禮節行為，更是感到需要改變生活的有力標記；
守齋刻苦要求人放棄合理的物質享受，使內心獲得更多的自由，以便更容易聆聽天主的聖訓，
也更能夠慷慨地幫助有需要的人。」

梅杰神父

主教，天下無不散之筵席，但真想不到，在明愛聖誕聯歡會與您一別，竟已成永訣，猶記當天您離開時跚跚而行的背影，可能那刻踏出的每一步對您已是毫不輕易。席間坐在您的身旁，我誠意邀請您出席 1 月 19 日的「步」·「足」你大行動作為主禮嘉賓。您告訴我早陣子的一跌，對整個身體造成的震盪。縱然有點猶豫，您仍答允出席。因為您知道您的參與對工作團隊是莫大的鼓舞，能夠帶來積極的推動效應。其實，那期間您身體上已受着是沉重的痛，但仍選擇給予我們全力支持，教我如何感謝您才好呢！

主教，「步」·「足」你大行動這活動已順利完成，我們也成功為機構取得一項健力士世界紀錄，眾人為此感到歡欣振奮，無限感恩！雖然籌備過程充滿挑戰，但活動當天不論在天氣，各項安排也相當順利，實在預期之外。我知道在天國的您一直保守我們，讓我們能安然完成這一項艱巨任務，為明愛的 65 歲生辰添上富意義而難忘的一頁。

主教，多年來不論在活動的安排，還是替您草擬講稿，您都對我信任，並樂意協助一把，非常感謝。深知您在忙碌的日程中盡量與我們配合，用您寶貴的時間給我意見。您事事上心，要求嚴謹，偶爾會為一些不妥貼而皺眉不快，表達情緒，但您心底還是理解我們的難處限制。您是一位具才情心思，又體諒包容的領導，並不吝嗇讚賞或提點，只想齊心合力把事情做得圓滿理想。

主教，廿多年前的面試，是我第一次與您見面（這是第二輪面試，第一輪主持面試的是力理得神父）。因不能在原定的辦公時間到來，心想是無緣加入明愛的了。但後來接獲通知會另作安排，原來您和其他的面試官（記得還有陳佐舜博士和殷巧兒女士）在放工後為我進行面試。感謝您們願意等待和付出時間，給我機會，最終聘任我加入明愛這大家庭。

主教，這個春天，您悄然、也突然離我們而去，難掩一絲哀愁，難捺一陣心痛。感謝您留下祝福來陪伴我們未來的春、夏、秋、冬、晴天、陰天和雨天。相信真性情的您會希望我們活得堅強豐盛；在天國一邊看我們有否進步，一邊笑說我們應該怎樣可以做得更好！主教，今夕此刻，遙向遠方得享永生的您問好！

— 總編的話

永遠懷念敬愛的楊主教

最可敬的兄弟：楊主教

1972年我倆在聖神修院相遇，共同進修哲學。47年的交往，十年在明愛共事，這是上主賜給我們的緣份，有幸能彼此深交。你的離去，為我不只是一份傷心難過，簡直是失去身體的一部份。但上主的旨意，誰能抗拒。

在此，獻上我無限的祝福，願你在主的身旁，永享天福。

亞孟，亞肋路亞！

（閻德龍神父 香港明愛總裁）

但願人長久---楊主教的「星光」

去年無線電視年度頒獎禮中獲最受歡迎歌曲獎的是一首翻唱自盧冠庭先生作曲，唐書琛女士作詞的「但願人長久」。歌詞中有這一句**「漫長夜晚星若可不休，問人怎麼卻不會永久。但願留下是光輝 像星閃照，漆黑漫長夜。」** 我們都會問，為什麼上主不容讓楊主教在世上多留一些時間。但我們知道及體認，主教這四十年的宗徒事業，確實留下「光輝像星閃照」，特別是「閃照」著我們在「明愛」的工作。

還記得明愛協調委員會在2015年8月14日邀請楊主教為我們講解「慈悲禧年」的訊息。主教指出，「慈悲行動」不應只停在「施捨」的層面，我們自己也要在愛德工作中「獲得生命的轉化」。「在面對挑戰時，我們要從更高的角度去看問題，看看是否有新機會。」。主教引用若望福音(若1:35-42)，說明新的機會是門徒們「轉變視野」，走出他們生活中的「困境」，去做漁人的漁夫。回應如何為青年人作服務時，主教告訴我們「我們的工作不能停在「誡命或祭獻」的層次，我們要提昇自己 Raise Our Platform，用「自由的心」去展示「仁愛」。

楊主教創作的「明愛頌」歌詞：「種植有人、灌溉有人、花開還需有心人；各盡其力、各盡其能、眾志一心共耕耘。」，正好呼應李叔同先生的《志別詩》：「我到為植種，我行花未開。豈無佳色在？留待後人來！」。作為「後人」，願楊主教在天的星光能繼續「閃照」著我們，好使我們能繼續盡力去灌溉及耕耘。

（劉煒堅博士　明愛教育委員會主席）

無言感激

近日清理文件，從舊檔案中找到楊主教任明愛總裁時為晴報撰寫的多篇文章 – 「鳴誌」。我最喜愛其中的三篇是：「專業以外」、「路線圖」和「加多幾錢肉緊」。這三篇文章已被社會工作服務選為培育新同工的參考資料，主教在文章中分享天主教會的價值、明愛的使命及他對員工的期望。回想我每次邀請主教（時任總裁）出席由社會工作服務舉辦的新同工迎新日和中層員工啟思日，與同工分享明愛的服務宗旨時，他雖然工作繁重，但必欣然接受邀請，這是因為主教非常重視與同工分享明愛的使命，鼓勵員工成為傳遞愛的橋樑。他給我最深刻的提醒就是要喜歡自己的工作，喜歡與自己工作的同儕及喜歡所服務的人，每次聽他的分享，都讓我反思和有新的領悟。主教在分享時，會用生活化及服務的例子深入淺出地闡釋明愛的使命，讓同工更容易理解如何在工作上實踐，他的分享並非只加強同工認識明愛，同時亦鼓勵同工思考個人的生命價值和工作態度。

在推動明愛服務發展的歷程上，大家都知道楊主教致力創立天主教大學，然而主教對社會工作服務的發展亦默默地給與無限的支持：包括為明愛荃灣服務中心重建計劃籌募經費、支持開辦明愛樂恩中心和學校、及建議在明愛專上學院新廈9樓設立照顧者資源及支援中心，至今各項計劃已逐一完成，可惜主教未能有機會為樂恩中心和照顧者中心主持祝聖禮，為此我只能在祈禱中衷心感謝他的支持，祈盼他在天家能繼續祈求天主引領和保守明愛，以面對未來的挑戰。

（陳美潔　明愛社會工作服務部長）

念記楊主教

楊主教是我心中一位高瞻遠矚、胸襟廣闊、關懷基層、愛護員工的牧者。還記得2009年破舊的荃灣社區中心獲社會福利署撥款維修，主教卻予婉拒，並堅定不移地進行大樓重建，在仍沒有充分的資源下，主教深信天主的眷佑，荃灣服務大樓終於在2018年竣工及投入服務。此外，社區發展服務前線同工及薄扶林村居民欲申請薄扶林牧場的古蹟活化計劃，在眾多爭議聲中，主教支持員工及居民的創見，讓計劃得以成功申辦，完了眾人的保育夢，實是感恩！

楊主教常說我們同是生命的倖存者，需要更體恤貧乏無依的基層人士，在面對不合理要求和指責時，主教常常以他大愛和憐憫化解敵對，也以身教讓我們學懂耐心地照顧卑者、弱者、迷失者。一言一行盡在心中，永遠懷念！

（黎永開　明愛社會工作服務副部長）

楊鳴章主教生平軼事

楊主教在2003年上任明愛總裁不久前，他召了所有高層和擔任要職的同事見面，在堅道中心的禮堂台上，各人圍坐著。他引用主耶穌對門徒伯多祿的說話，說出他要接任總裁的感受，"你年少時，自己束上腰，任意往來；但到了老年，你要伸出手來，別人要給你束上腰，帶你往你不願意去的地方去。"（若望福音21章18節）。說完了，他請同事為他祈禱，我深受感動。

楊神父上任後，即時要面對如何解決全明愛的財政問題。所以，第二年他大刀闊斧，改組虧損嚴重的單位、重整某些單位的薪酬架構及執行各項緊縮政策。數年後，明愛的財政回復正軌。之後多年，楊神父致力籌款，重建明愛殘舊的建築，擴充專上教育，迎向新時代的需要。楊神父是性情中人，他可與眾人開懷大笑，縱情吃喝，也可為同事的病痛而流淚，他是不一樣的神父。

（劉妙英　前任明愛人力資源主管）

永遠懷念

敬愛的楊主教：

您的博學、睿智與先見，讓我十分敬佩。2006年，您來到我們服務的周年退省會，訓勉全體教職員在重新檢視服務時，提醒最重要的關注是要反映機構的使命，以人為中心，需要多元思維、建構共同的信念與承擔…一路走過來，面對各種的挑戰，主教您在每年明愛管理層啟思營的分享，總是啟迪了我們進入深層反思，堅定心志，結合教會的社會訓導為有需要的受眾服務。感恩有您的帶領，我們會秉承主教的訓勉，常懷謙卑之心服侍有需要的人。

楊主教，永遠懷念您！

（梁志堅　明愛學前教育及扶幼服務總主任）

Remembering Bishop Michael

We all have our own unique take on life. Some may associate life with a complicated idea, while others may like to view life as how it is, pristine and in its entirety. I choose to do is to imagine life as a rail journey, which we are all part of.

It is said that a man's most important dates in his life would be that of his birth, marriage and death. Bishop Michael sang on the day of my wedding, and I vividly remember him serenading in front of a microphone as people listened enthusiastically around him.

He was there when my youngest daughter, Stephanie was born, and I had the privilege to have him named her the most beautiful name, ka yan (嘉恩), blessing her with the gift of goodness and joy when she descended into the world.

To say he was a dear friend is not enough to describe his importance in my personal life, just as how saying he was only my boss makes it feel as if we were unacquainted. Bishop Michael and I were no strangers to each other. He was much more than a boss, and much more than a mentor.

I am very grateful for his perceptive vision and ambition. Much of the projects I had been working on would not have been possible without his directions, authorization and approval.

Alan Young, Head, Caritas I.T. Advancement Centre (CITAC)

追憶

轉眼間楊主教已離開我們兩個半月了。雖說悲傷哀慟之情會隨著時間過去而轉淡，但與楊主教共事和相處的情景仍歷歷在目。

回想昔日在明愛專上學院任職時，已察覺到楊主教由始至終也全力支持香港教區成立天主教大學，冀望在他有生之年，能見這宏願得以實現。他以身體力行，為學院積極募捐，每當有恩人給他個人金錢上的送贈，他總是毫不考慮以他在物質上絲毫無短缺為理由，要求對方轉贈予專上學院。亦捐出積蓄作為獎學金，希望鼓勵莘莘學子勤奮向上，學有所成，貫徹學院「自強不息」的使命。

在我眼中，楊主教既重情、又重義，體袒下屬之餘亦非常念舊，不論現時或以往的下屬，如有困難或需求，在他能力範圍之內，他也竭力幫忙或伸出援手。更時刻關注下屬的健康和福祉，不願讓下屬過份操勞，如去年下旬，本有兩個大型活動，不約而同在某星期六早上，於明愛專上學院舉行。當楊主教得悉後，為顧及有關部門主管及其他員工，因要同時兼顧兩大活動，可能為此大費周張，疲累不堪，遂馬上要求延後舉辦第二個活動。

楊主教在病痛苦楚煎熬中仍咬緊牙關，勇敢面對，亦毅然接受天主為他安排的一切。無論領導明愛及教區面對的各種挑戰，他也視之為天主因愛他而賜給他的恩寵，無悔無怨地侍奉主至生命最後之一刻。楊主教，我深信你已得到天主的賞報，在天家內得以安息，得享永生。

楊主教，我以你為典範，並永遠懷念你！

（李白雲　主教公署秘書
前任明愛專上學院副校長（行政）及秘書長）

In Memory of Bishop Michael M C Yeung

I had the pleasure and privilege of serving in Caritas-Hong Kong from May 1991 as Finance Secretary. It is my understanding that Fr. Michael Yeung (as he then was) joined Caritas just a couple of months earlier as Director of Caritas Education Services Division. Later in that year, Fr. Yeung was elected as chairman of the Caritas Coordinating Committee, and I was elected as committee secretary. Thus I began to know Fr. Yeung at closer range, discussing monthly CCC agenda and papers apart from routine budgeting and financial matters.

I have always found Fr. Yeung to be someone who exemplified the aims and objectives of Caritas with grace, rendering attention to colleagues and service to people from all walks of life irrespective of their race, sex, religion or ideology. On becoming Chief Executive of Caritas-Hong Kong following the passing of Fr. Lerda, Fr. Yeung continued tirelessly with his work and upholding of Caritas' vision and mission. In addition to his charitable work, he set up a fund to help people and projects that could not otherwise be supported by main-stream or our community's usual funding sources. Income of the fund came from proceeds of books he published as well as gifts he received from friends and relatives on special occasions such as his birthday and Lunar New Year - all done in a low key manner and without fanfare.

My experience of Fr. Yeung's relationship with staff and colleagues was always on a respectful and cordial basis, caring but not overbearing. We rejoiced on his ordination to Bishop, and were exuberated on his appointment as Catholic Bishop of Hong Kong. Bishop Yeung's untimely departure in January 2019 was no doubt a devastating blow to friends and colleagues alike. But to those privileged to have known him, Bishop Yeung left behind a treasured friendship and memory which will last for a long, long time.

May Bishop Michael Yeung rest in peace.

(Milton Arab, Former Head of Finance of Caritas - Hong Kong)

「加情家暖、家暖加晴」
南區社區關懷活動

家庭服務

明愛香港仔綜合家庭服務中心一直致力服務南區家庭。近月來南區不幸接連發生數宗自殺及家庭悲劇個案，南區機構及社區人士紛紛表示關注。中心社工團隊適時透過房署、警方、醫院等接觸當事家庭，提供輔導及適切援助。

中心亦聯繫其他機構、議會、教會等，商討關懷社區的協作行動。得到 Chocolate Rain™ 設計師的慷慨慈善贊助，中心於新春前派發「家暖加晴、平安是福」系列之揮春，推廣關愛訊息。此外，中心亦與香港動物輔導治療學會及明愛莊月明中學携手合作，於 3 月 2 日（星期六）在華富邨舉行「Pet Pet 新春送暖巡遊」，由中學生義工和動物大使（治療犬）帶領巡遊，一起在區內向居民送暖問安，促進南區居民互愛關心，祝福社區。

春 · 祝福

康復服務

「一樣不一樣」

當你看到這個字句，你會想起什麼？

我腦海裡浮現了相遇與祝福 .....

多年來明愛康復服務、中西區區議會，聯同區內不同康復服務單位，為響應國際復康日而合作舉辦一連串的活動，目的在於讓傷健朋友透過這個平台，增加接觸、交流，從而展現不同的才能。

今年以「一樣不一樣」為主題，希望讓公眾了解，即使有不同的能力和發展，但每人都擁有自己的才能、喜愛、感受和想法，更可以透過不同的渠道去表達和分享自我。我們彼此也值得互相尊重，欣賞和支持。

由藝術導師伍詩婷（Paula 姑娘）負責策劃藝術展覽及藝坊，展出來自區內康復單位學員的作品。每個燈箱都包含創作者的故事。以下是 Paula 姑娘籌備展覽時的感言：

「今次與一班有特別需要的高齡智障人士合作，他們說起一些夢想，談及一些記掛，想起一些遺憾，分享一些愛恨 ..... 這些經歷及他們的感受，都讓人一再感動，無限驚訝。」

當大家都以為他們因為智能限制，而有些事情一定不明白時，卻發現，或許是表達的方式不一樣，或許是從來沒機會提及，需要的，是一顆安靜的心願意聆聽。然後，當我們放下預設與他們相處時，發現其實這班特別的朋友，擁有特別廣闊的心靈空間，比普通人還要懂得愛、感受、經歷、接納，以及好好享受每一刻。

讓我們繼續修煉開放的心，慢下來，看見這份不一樣的美。

你，願意停下腳步，一起感受和同行嗎？

當一群有一樣和不一樣的人相遇，我們的生命都能成為彼此的祝福。

溫暖祝福的飯餐 - 「開檯食飯」

農曆新年，阿迪與其他父親一樣為家人過年的準備而忙著，但因過年的額外開支更令他感到煩惱。他與兒子和太太一家三口居於月租 $4,300 約一百呎的劏房。以阿迪每月萬多元的收入，生活擔子不輕，除要支付租金，也要應付各種開支。一家人能壓縮的生活開支本不多，平日只有在食物方面儘量省下來。在過節的日子，遇有額外支出更令他們生活困難。

明愛莫張瑞勤社區中心與香港大學在 2018 年進行「西區基層住屋及生活處境調查」中發現，港島西區存有不少與阿迪情況相類似的家庭。現在西區有多達 3,400 間劏房，租金中位數為 $5,474，佔住戶入息百分之三十六，為應付昂貴租金只有壓縮各種支出。當中不少家庭居住環境擠逼，劏房內不單沒有一個廚房煮食，只能擠在洗手間作廚房用，一家人連打開飯枱的空間也沒有，吃飯時排排坐在床邊吃。

針對劏房基層家庭因壓縮開支引致食物營養不足的需要，中心去年中獲高富諾有限公司捐款，支持開展先導計劃「開檯食飯」。計劃提供一個可供劏房家庭共用的煮食空間，並透過連繫區內大小商戶和食肆，向他們收集不同剩餘食材，包括由批發市場回收的蔬果，或街市商戶捐贈的豬肉和魚等。劏房家庭可利用收集回來的食材在「開檯食飯」煮出的住家餸菜供家人享用，不單讓他們有更豐富的膳食，中心更提供一個跟狹窄且限制多多的劏房完全不同的煮食環境，讓爸爸媽媽可一展廚藝做出更多不同菜式。

「開檯食飯」正如其名，讓居於劏房的基層家庭可以「開張枱食餐飯」，享受家的空間。計劃更鼓勵不同家庭共用空間，一同煮食，一同吃飯，分享生活，建立社區鄰里關係。讓此處成為街坊們欣賞自己、發揮所長的聚腳好地方，也讓社區共享資源為有需要家庭送上最溫暖的祝福。

感恩遇上「這裡」：「這裡」充滿希望、「這裡」滿載祝福

「『這裡』確是我的安樂窩！」
「爸爸再沒有不斷致電我，相信他已當『這裡』是他最後的家！」
「媽媽能夠住在『這裡』，尤如中了彩票一樣！」

「這裡」究竟是哪裡呢？就是位於明愛賽馬會荃灣服務樓一所由政府資助的護理安老院舍—「明愛賽馬會恩暉苑」，當中亦有自負盈虧的宿位，合共提供 120 個住宿名額。

普遍來說，很多人都認為入住老人院「生活刻板」、「諸多規矩、限制自由」、「與陌生人同住」……總之就是「冇咁好」、「冇辦法」、甚至「冇希望」。其實凡事總要兩面看，從上述住於院舍的長者及其家人有感而發，相信居於老人院也有多姿多彩的一面。

▲ 位於大樓四樓的明愛賽馬會感官花園

恩暉苑是明愛安老服務轄下第九間院舍，亦是最新成立的院舍，於 2017 年 12 月投入服務。因著服務樓新穎設計及得到一眾善長支持，院舍在環境及各方面充足配置，均有助長者享受晚年生活，從院舍點點滴滴片段可了解多一些。

「小孩的時候，家境很窮，根本無錢買來吃；到了長大，礙於老師身份，不敢在街頭吃；到了年老又因為健康理由，不可以放肆的吃。想不到，在『這裡』能夠在職員細意安排下，於年宵活動吃上這個情有獨鍾『糖葱餅』，萬分感恩！」

乘著地利優勢，院舍在四樓感官花園曾舉行不同節慶活動，包括中秋晚會，上下職員一晚與長者唱了無數遍「月亮代表我的心」；年近歲晚亦在花園來個自家製年宵市場，讓接近 100 位長者參與出席，共同感受到節日氣氛，包括讓馮婆婆再次遇上懷舊食品「糖葱餅」，既慰藉心靈亦甚為回味！

「我不懂彈琴，但是我每天都會到『這裡』（感官花園）自彈自奏，心情更輕鬆！」盤婆婆感恩在這裡可以享有出入的自由，不需要由家人前來院舍探望自己，才可以外出。現在，甚或與其他院友結伴同行閒聊一番，花園位於大樓四樓，足不出戶便可以親親大自然。

◀ 盤婆婆正在演奏著悅耳音樂，整幢大樓也在迴響著這美妙的琴聲

▲ 媳婦黃女士陪同吳婆婆剪髮

「恩暉髮苑」位於大樓五樓，環境打造到如髮型屋一般，任何年齡的人都需要保持整潔的外觀。「奶奶行動不便，要帶佢外出剪髮真唔容易啊！好彩院舍提供剪髮服務，仲有咁靚嘅剪髮房，等我地可以幫奶奶剪頭髮，平時都冇乜機會！」吳婆婆媳婦感恩院舍有地方及工具提供，讓她和奶奶擁有親密的回憶。

「這裡」有美好的環境及服務，
「這裡」有愉快的回憶及歡樂的笑聲，
「這裡」滿載祝福和希望，
「這裡」是明愛賽馬會恩暉苑，
「這裡」亦是長者們的「家」。

長者及護老者形象嘉年華

其他社會工作服務

▲ 照顧者及長者拍攝家庭照

明愛賽馬會照顧者資源及支援中心獲香港賽馬會慈善信託基金的捐助，於 2018 年 5 月投入服務。中心座落於調景嶺明愛專上學院九樓，旨在為不同需要和處境的照顧者，提供一站式的支援服務，讓照顧者得到服務資訊、專業評估、到戶服務、個別輔導及照顧技能培訓，全面支援照顧者於日常生活、情緒及社交層面的需要。

作為照顧者需要照顧家中長者或其他有需要人士，部份更加要兼顧工作及家務，他們面對沉重壓力，感到疲累不堪，未必有閒暇照顧自己的身心健康。曾有一位照顧者分享，她與年長媽媽外出，為媽媽打扮整齊，穿搭得體；而她自己則穿著簡樸，頭髮蓬鬆和背負很多物品，照顧者的朋友笑箸向她說，她更像被照顧者。

中心於 2018 年 10 月至 2019 年 3 月舉辦了一個長者及護老者形象展覽，介紹康健服裝、有保護功能的帽子、特別為腳腫人士而設計的安全鞋、附有雨傘的輪椅和設計美觀的安全帶等，在照顧者和被照顧者外出時，可提升長者及照顧者的自尊和自信。

為了增加公眾對康健服裝和相關產品的認識，中心在 2019 年 1 月 19 日於中心舉辦了長者及護老者形象嘉年華，當日共有 200 位長者和照顧者出席，活動包括講座、長者形象展覽、攤位遊戲。中心更安排了化妝師及攝影師，為長者和照顧者化妝及拍攝家庭照，讓他們開心聚首一堂，暫時放下照顧壓力，參與的長者和照顧者均十分投入和開心。期望照顧者能更多關心自己，在付出心力祝福身邊人的同時，首先令自己的身心也得到祝福，讓自己的壓力減少和更有力量去照顧別人。

▲ 產品展覽

▲ 形象與自信講座

職業訓練及教育服務

明愛屬校宗教活動

香港明愛屬校中學五十名教職員於 2019 年 2 月 23 日，前往聖神修院進行下學期宗教活動。參加者包括：明愛中學的校長、公教老師、慕道者與非教友老師。

活動之初，由兩名聖神修院修生帶領導賞，簡介修院歷史，分享修道生活。同工積極參與，以祈禱及歌聲讚美天主。

及後，明愛總裁閻德龍神父跟參加者細談修院往事，並提醒該為聖召祈禱：「教區修院乃教會心臟，應從心臟中尋回力量。現今教會及青年正面對不同挑戰，同工應事不避難，積極有為，信靠上主。」

聯校牧民顧問林小燕女士以當天福音「我們在這裡真好」(谷 9：5) 勉勵同工，並分享上山與下山的信仰生活經驗，從當日登上聖神修院聖山，與主相遇，獲得力量，盼望同工以平安喜樂的心情，下山回到校園，見證天父的慈愛。

震夏我家 友伴同行共成長
頌讚主恩 信望愛善創人生

職業訓練及教育服務

明愛元朗陳震夏中學

友伴同行　方靜渝同學

細數過去，最酸甜苦辣都發生在校園。我們與知心好友一同度過青春時光，見證過對方年幼時的無理取鬧，也感受過彼此的細心照顧。我們在這段青春年華一起成長，得到的是一份份最真摯的友情。然而，「時間的腳步，不會因為我們有許多事情要做，而稍作停留。」升上高中後，紅色的墨水、緊張的時間、學業的落差無一不壓抑在心頭。我們猶如步入重霧，迷失自我，久久不能走出。孤單迷茫時，老師總是輕輕安撫我們這些迷途羔羊，為我們指點明路；無知衝動時，老師總是不厭其煩地為我們解答疑難，用溫柔的雙手牽引我們撥開重霧，豁然開朗，與我們共同成長。

頌讚主恩　吳善揮老師

在耶穌像前，每清早都有學生迎接老師，朗聲問好；在小花園聖母像前，總有學生輕搭好友肩膀，安慰失落的心靈；在校園每個角落，都充滿書聲笑語；辦公桌上亦時時收到來自同工、學生的小祝福。此等祝福都是來自天主的，蘊涵著「信望愛善」的祝福。所謂積少成多、聚沙成塔，只要每位老師、學生都能與人為善，待人如己，就能營造出以校為家的氛圍。

震夏我家　黃綺筠老師

校園祝福處處——處處得見老師、學生「以震夏為家」，流露家人般的關愛。每次回鄉後帶來家鄉小吃，與師生一同細味；孤單時寫首小詩塞到我的手心，與我分享悲歡起跌；送上一整個鞋盒的紅筆，表達想繼續成為我的學生的心意。「贈人玫瑰，手留餘香」，學生能對身邊的人表達情思愛意，正正是對自己的成長最好的祝福。這一切祝福都帶著家的暖意，讓我們能帶著祝福，攜手開創更美好的人生！

◀ 老師與學生合影

賓館及餐飲服務

新設「服務之星」獎 表揚傑出員工

為表揚持續於工作中表現出明愛精神、致力為客人提供優質服務的員工，明愛賓館及餐飲服務新設了「明愛賓館及餐飲服務之星」員工表揚計劃，以提升員工士氣。

計劃於 2018 年 10 月 19 日正式推行，每季會選出一位「服務之星」。首位獲推舉成為「明愛賓館及餐飲服務之星」的員工溫詠儀女士（Alice），是明愛凌月仙宿舍的督導主任。提名她的直屬上司、宿舍服務經理劉亞平先生對她十分讚賞，評價如下：

> 「Alice 對工作熱誠，常以服務顧客為先，主動關懷住客；而且出勤準時，願意為工作付出時間。Alice 帶領四位同事上下一心，努力做好宿舍工作，於整潔、維修等各方面做到最好，表現極佳。」

獲頒此獎，Alice 感到非常高興，因自己的努力得到其他人的認同。她自明愛酒店訓練班畢業、在外工作約一年後，便開始在明愛工作，轉眼已 30 多年。她表示，在明愛凌月仙宿舍工作的這些年來，認識了很多好同事、好住客，關係猶如好朋友、甚至親人一般。她又說，因工作關係，曾遇上不少突發事件，如客人突然昏迷或不適；又或是遇到一些要求特別高的客人，時常要保持冷靜以面對及解決問題，從而訓練自己的耐性及容忍量，過程中獲益不少。

▲ 明愛助理總裁梅杰神父，向明愛凌月仙宿舍督導主任溫詠儀女士（圖右）頒發「明愛賓館及餐飲服務之星」獎狀

服務 / 主辦	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	明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心	培育子女成為抗逆小先鋒 家長講座	2019年3月22日(五) 10-11:30am	中心	孩子從小開始要面對沉重的考試及升學壓力，在成長路上亦會遇到無數不同的困難，是次講座將講解父母應如何幫助孩子提升抗逆能力，讓孩子能夠勇於接受挑戰，正面處理壓力，積極面對挫折。 內容: 1. 認識建立孩子抗逆能力的要素 2 . 培養孩子抗逆力及樂觀感的管教技巧 3. 在生活中建立孩子正向人生觀	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	「從不完美的成長到身心解離」 公開講座	2019年3月23日(六) 2:30-4:30pm	荃灣城門道9號9樓	成長塑造我們的現在，陶造我們的性格、情感取向和思想模式。每個人的成長也總有不盡完美的部份，迫使我們在未能成熟應付之前，面對重大的挑戰。身心解離是我們在未能成熟應付，卻要面對重大挑戰時自然產生，保護自我可繼續生存的對應方式。此保護機制可伴隨我們成長，一方面保護我們，另一方面卻障礙我們與自己、別人和社會連繫	
明愛家庭服務	明愛黃耀南中心	讓音樂同行交流夜 明愛黃耀南中心20週年分享晚會	2019年3月23日(六) 7:15-9:30pm	葵青劇院黑盒劇場	藉著音樂交流和分享，以肯定戒毒人士的成長和改變。並透過頒發嘉許獎狀予成功維持操守的戒毒者，給以鼓勵	
明愛特殊教育服務	明愛樂群學校	40周年校慶暨開放日	2019年3月29日(五) 10am-12:30pm	明愛樂群學校		
明愛其他社會工作服務	明愛賽馬會照顧者資源 及支援中心	靜觀減壓工作坊	2019 年 3 月 30 日 (星期六) 10am - 1pm	明愛專上學院9樓	照顧家人有時會感到壓力，照顧者會變得焦慮、緊張，負面的行為往往會影響我們的情緒健康和人際關係。 靜觀是指有意識地、不加批判地、留心當下此刻而升起的覺察力。這份覺察力可以讓我們以開放及接納的態度與當下的經驗相處，並作出善巧的選擇和回應。	
明愛職業訓練及教育 服務	明愛元朗陳震夏中學	天主教四旬期清貧宴	2019年4月10日 (三)	明愛元朗陳震夏中學	鼓勵同學感受貧富的差別，藉此提醒學生反思個人生活態度	
明愛職業訓練及教育 服務	明愛聖若瑟中學	社區服務體驗日	2019年4月12日(五) 9am-晚上	本校 青衣社區 深水埗 石硤尾	組織全校大型服務活動，師生舉行「長者學堂」，探訪弱能人士、獨居長者及露宿者，又嚮應惜食與關懷，組織剩菜回收行動等	
明愛家庭服務	香港仔明愛家庭綜合服務	「越難．越愛」 夫婦衝突處理工作坊	2019年4月13日(六) 2:30-5:30pm	中心	1. 認識夫婦衝突的常見現象及背後原因 2. 了解自己與伴侶遇上衝突時的應對模式與態度 3. 學習處理衝突竅門	
明愛家庭服務	明愛東頭綜合家庭服務中心	情緒自療系列之 「重建希望之樹」體驗工作坊	2019年4月17至5月29日 (逢三) (除1/5假期外) 9:30am-12nn	中心	1. 體驗個人成長和文化的關係 2. 檢視個人面對壓力的應對方法 3. 從痛苦、失控、無力到覺察、自主、釋放	
明愛家庭服務	明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心	「不再壞心情」幼兒沙遊小組 及家長工作坊	2019年4月26日至5月24日 (五) 7-8:15pm	中心	時常聽到家長表示孩子情緒不好，時常發脾氣，都不知如何處理。那麼，參加沙遊(Sand Play)，讓孩子透過與沙子一起遊戲，可放鬆心情之外，也能容易地將內心的情緒、感受、壓力一同表達出來，重整孩子內心的情緒。形式 ：沙盆、音樂創作等。(負責社工會於小組前及最後一節面見家長傾談兒童的情況)	
明愛家庭服務	香港仔明愛家庭綜合服務	「相約星期一」 已婚夫婦 / 退休夫婦雙月會	2019年5月6日(一) 9:30-11:30am	中心	透過雙月會形式，以愛惜自己、珍視伴侶為主題， 學習放鬆方法，分享婚姻之道，保持內在美、外在美	
明愛家庭服務	明愛賽馬會心泉發展中心	精神健康急救證書課程	2019年5月7-28日(逢二) 7-10pm	荃灣城門道9號9樓	1. 精神病的基礎認識：抑鬱症、焦慮症、物質濫 用及重性精神病 2. 精神問題及危機出現時的徵狀及介入方法 3. 精神健康急救的重點工作，如何防止問題進一步惡化及如何為當事人提供支援 4. 社區資源的簡介及如何協助當事人尋求專業治療服務及運用合適資源	對象：有興趣增加對情緒病及精神病的認識，尤其是懷疑身邊有這些困擾的人士。不適合正飽受情緒病困擾的人士
明愛學前教育及 扶幼服務	明愛啟幼幼兒學校 明愛鯉魚門幼兒學校 明愛油塘幼兒學校 明愛翠林幼兒學校	『童心看世界II』聯校親子 互動劇	2019年5月23日(星期四)	明愛堅道社區中心	創作『童心看世界II』親子互動劇場，讓兒童與家長一同感謝天父的愛及表達對世界的關愛	
明愛青少年及 社區服務	明愛賽馬會德田青少年綜合服務	Green Saturday 綠色星期六	2019年開始每月最尾的星期六 (12:00nn-2:00pm)	中心偶到處Green Zone	過去幾次的活動, 感恩一班家長能放下追逐, 以身作則去為小朋友展現何謂生活的價值, 陪伴子女一起製作小手工, 參與兒時遊戲, 以致看一場中心播放的電影, 當中給予小朋友的心靈力量遠比學習多個課程來得重要.也希望愈來愈多家庭能接受這個氛圍, 讓歡笑喜樂的聲音取代哭與責罵!	

連結各方 匯力量　傳揚關愛 齊分享

一直以來有賴不少機構團體的支持， 明愛才得以持續發展及優化服務。

今期與我們分享同行點滴的 是來自不同介別的友好伙伴。

會計師大使關心如何培育學生

香港會計師公會

自1996年起，香港會計師公會持續與香港明愛合作，內容包括會計師大使作同學的啟導者、公開演說技巧訓練和專題比賽等。近年則以合辦『會計專業分享會』形式，讓學生了解會計專業的工作範疇及進升階梯，介紹香港會計師公會，為學生提供有關的學習支援。此外，公會繼續為學生安排參觀會計師事務所，使他們實地感受工作氣氛，了解會計專業的工作範疇及發展，更有專業會計師分享工作經歷及感受，令學生獲益良多。

學生在會計師大使的指導下完成專題比賽

學生參觀不同的著名會計師事務所

會計師於「會計專業分享會」中分享專業生涯的苦與樂

會計師事務所同工細心向學生介紹

學生在「專題比賽」中展示活潑一面

公教婦女會成員探望獨居長者

親子義工真系頂呱呱 – 小朋友年紀小小好有愛心，照顧婆婆

公教婦女會

自2012年起，公教婦女會一直資助明愛荃灣綜合家庭服務中心(東荃灣)舉辦親子遊戲治療小組、親子義工及獨居長者上門探望計劃。公教婦女會主席及會員均充滿愛心，曾到石圍角邨探訪中心的受助家庭，而每年更會在充滿感恩的聖誕節，到中心慰問幾十位獨居長者，預備愛筵食物，與眾同樂!公教婦女會延續有愛社區服務精神，資助中心年度親子義工計劃，服務石圍角獨居長者，目標是在社區上培育更多愛心親子義工，為社區增添更多關愛。

SUPER-BABY 親子義工隊

親子遊戲治療小組 – 媽媽同小朋友一齊接受挑戰

親子義工隊為50 位獨居長者預備午餐

明愛向晴軒危機專線及教育中心「十週年慶典暨聆機一觸熱線服務專業研討會」

明愛向晴軒危機專線及教育中心於 2018 年 11 月 23 日舉行「十週年慶典暨聆機一觸熱線服務專業研討會」，活動經已圓滿結束，廣獲業界專業同工及義工的支持。當日榮幸邀得「李嘉誠基金會代表」馬勵志先生、陳綺文博士，以及社會福利署代表蕭建香女士、香港明愛總裁閻德龍神父蒞臨擔任慶典之主禮嘉賓，為研討會揭開序幕。

除了向晴熱線團隊主任張洪恩先生的主講外，活動亦邀得醫院管理局高級臨床心理學家主管（九龍西聯網）、香港理工大學身心健康及輔導處處長列小慧博士、學友社項目主任陳衍宗先生，以及家庭發展基金總幹事何羅乃萱師母擔任主講嘉賓，分享現今熱線服務的存在價值及需要，並探索輔導員如何透過熱線去聆聽及陪伴來電者，讓他們得到支持、明白及接駁資源，建立希望及出路。參加者透過五個主題演講，對熱線服務及聆聽提升了認識及關注。

活動當日，會場內以服務使用者過去十年的畫作，在台前的牆壁上拼湊成向晴熱線及其他專線號碼，深具意義。而場外的走廊則展示了熱線中心於 2008 年獲「李嘉誠基金會」撥款贊助後至 2018 年的服務回顧，讓參加者可以從中認識各服務十年的發展及在各範疇進行的社區教育工作。

明愛向晴軒債務及理財輔導服務 理財教育獎

明愛向晴軒債務及理財輔導服務除了提供債務輔導服務給予有需要的個人及家庭外，亦提供不少理財教育活動教育社會人士正確的理財觀念。在 2019 年，服務響應投資者及理財教育委員會（之前稱為投資者教育中心）理財月舉辦理財活動——「首次置業入門攻略 I 及 II」及「識使 . 識用 . 識轉－理財嘉年華」，有關活動得到委員會的欣賞並頒發「2019 理財教育獎」作嘉許。

香港明愛於 2018 年 12 月 2 日在社會福利署舉辦之香港義工嘉許禮獲頒發「2017 最高服務時數獎（公眾團體）第九名」。2017 年度之登記義工總人數為 16,348 人，服務總時數達 453,315 小時。在此感謝所有積極參與服務的義工朋友。

「以球會友，廣集善款」-工銀亞洲明愛慈善高球日是每年的重點籌款項目之一，今年共邀得九十位球手，超過四十間機構及善長贊助善舉，並籌得善款逾一百三十萬元。

在此衷心感謝各界友好的慷慨支持，與及清水灣鄉村俱樂部全力協辦，提供活動場地，及全數贊助18洞果嶺及球車費。

工銀亞洲 明愛慈善高球日

11 1 2019

高球薈萃傳愛心

綠茵場上齊感恩

明愛新春茶敘

15.2.2019

歡聚賀佳節

金獅喜迎春

豬事如意 身體健康 工作順利

步足你大行動

▲ 一眾主禮嘉賓起步前的「型」照

▼ 參加者領取完成獎牌

這是機構　首次申請並成功
打破　健力士世界紀錄

768不單單是一個數目，　768雙足印是草地上的光輝印記，
也是明愛　邁向新里程的一個標誌
一個健力士認可重點不只在　一個新紀錄，而是活出了明愛精神
同事的努力耕耘，協調配合，不怕艱難，　勇於嘗試，敢於承擔的志向，才是令大家最感恩的。

▲ 由按聲一響到第一隊衝線不過只是一分鐘左右的時間，但這一千五百多人的二人三足，每步都是得來不易

為明愛65歲生辰添上色彩

▲▼ 不可缺少的自拍

我們先踏出了一步，而你們則成就了這段路
沒有你們的參與，就沒有這個創舉的誕生
籌委謹此再次 向大家表示衷心謝意

「步」、「足」你大行動在1月19日於香港哥爾夫球會（粉嶺舊場）完滿舉行。當日天朗氣清，場內過千名參加者在油油青草地上悠閒漫步，歡聚野餐，還有特色攤位遊戲，收穫豐富！當天的亮點「健力士二人三足創世紀」順利完成，並已獲健力士官方確認，成功打破舊紀錄，刷新了768隊的新紀錄！

這個大型活動凝聚了各界力量，送出愛與希望。大家踏出的每一步，也能幫助弱勢社群走出人生的一大步。謹此衷心感激每位參加者及善長的支持及參與，也多謝香港哥爾夫球會贊助活動場地，提供專業意見及支援。有賴你們與明愛並肩同行，我們才可以齊心協力，成就創舉！

我來，卻是為叫他們獲得生命，
且獲得更豐富的生命。
《若10:10》