

以愛服務 締造希望
Love in the service of hope

行善為樂



明愛
✦
情
報

第 36 期

2020年6月

www.caritas.org.hk

情 報 目 錄

第 36 期

| | |
|----|--|
| 01 | 封面 |
| 02 | 目錄 |
| 03 | 總裁的話 《德·悟·得》 - 行善·為樂 |
| 04 | 助總的話 《基督信仰分享》 - 教區神父？修會神父？（上） |
| 05 | 《愛·迪·生》 |
| 06 | 《愛·因·思·坦》 專訪 - 陳德權先生 |
| 08 | 《愛·服務》 08 家庭服務 - 明愛抗疫小學堂 09 家庭服務 - 以「品格優勢」對抗逆境與疫情 10 家庭服務 - 明愛·「戶互傳愛」抗疫服務 11 國內服務 - 愛在疫症蔓延時 12 職業訓練及教育服務 - 行善·為樂 13 職業訓練及教育服務 - 愛的「Big」降 14 特殊教育服務 - 校長的話：追尋幸福 15 醫療服務 - 秉承宗旨 造福基層人士 |
| 16 | 《愛·活動》 |
| 20 | 《愛·同行》 連結各方·匯力量 愛心傳城·齊抗疫 |
| 24 | 《愛·感恩》 集思營分享：心靈之家，在明愛生根茁壯 |
| 25 | 《愛·祝福》 老有所為活動計劃、護理關懷天使 2019 |
| 26 | 《愛·分享》 26 2019 年度明愛籌款運動閉幕典禮 28 「明愛暖萬心」慈善晚會 |

誠徵稿件

下期主題：「樂活·好學」

截稿日期：2020年8月3日（星期一）

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 2526 譚小姐。

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 TAM Ka Yi

編輯校對 Vicky HO

美術設計 Una SIU

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



行善·為樂

執筆之時，心情稍為放鬆。香港已經持續十多天沒有本地感染新型冠狀病毒個案。

還記得疫情爆發初期，人心惶惶，口罩成為我們最重要的防護裝備，也因此供應變得短缺。人人為了為自己和家人張羅口罩，口罩變得彌足珍貴。許多人不惜支付高昂價格，有人不惜花上大量時間四處搜購，甚至有人徹夜排隊輪候購買，又或冒被欺騙的風險進行上網訂購。可是仍不時撲空而回，那種徬徨和擔憂，一幕幕情景依然深刻，難以忘懷。

對於這次疫情，你可有反思，又或獲得啟發？疫情當前，不分貧富，你我都有機會受到感染，這正好啟示我們人人平等，無分尊卑。這疫情同時邀請我們要「行善」。你知道嗎？這段徬徨無助的日子，對你而言畢竟是短暫而會終結的，但為社會上有一群貧困無助的人，卻仍舊在水深火熱中，每日經歷無助，看不到終點！我們可願意施予援手？

善，愛也，惡之相反。善的最佳榜樣是善牧主耶穌。耶穌為愛我們，甘願為我們犧牲。大家還記得，社會上曾有人呼籲不要囤積口罩，把多出的口罩分贈其他有需要人士嗎？可能你曾經是捐贈者，又或是曾經得到朋友、甚至陌生人伸出援手，相贈口罩以解燃眉之急。不論你是施予者或接受者，你肯定記得自己或對方接過口罩那一刻那充滿感激和喜悅的神情。

不要因為善小而不為之，行善會令你有意想不到的收穫。你可曾想過，你捐出口罩幫助別人，亦間接減低自己受感染的風險？試想想，香港疫情一旦大規模爆發，你我亦難於倖免。正是因為大家的善心，無私的奉獻，彼此守望相助，令更多人獲得口罩，得到相應保護，才不至令疫情失控。善是一點一滴的累積，不斷提昇自我的愛。善的回報，就是我們內心的喜樂。這喜樂不是享樂，也不是快樂，是源於對他人的祝福，樂於分享上主的恩賜。行善最明顯的標記，就是我們內心的平安。俗語說：施比受更有福。你願意成為一個有福的人嗎？

藉此機會，我要感謝一班「有福」的人。還記得明愛早前呼籲教友捐贈防護物資及善款，幫助意大利受疫情影響人士。許多善長們、有心人一呼百應，物資和善款蜂擁而至，令我深受感動。願天主百倍祝福你們，更祝願上主賜香港人福樂、平安，並身心康泰。



閻德龍神父



基督信仰 分享

教區神父？修會神父？（上）

教友時常問我教區神父和修會神父有甚麼分別。在這短短的篇幅裏，分享這個題目真的不容易，因為其中牽涉到許多不同的範疇，所以我將會透過兩期《情報》簡單地與大家分享一下，好讓大家有一個基本認識。

依據天主教法典第 207 條 1 項：「依天主建立的制度，基督信徒中有些人在教會內盡聖職，依法稱之為聖職人員；而其他人則稱為平信徒。」

法典第 207 條 1 項提到的制度，就是指由教宗和主教領導組成的聖統制。凡經過神哲學的培育，領受了聖秩聖事成為神父（又名：司鐸）和執事的人，才能稱為「聖職人員」或「神職人員」(Clericus)，他們完全獻身為教會和教友服務。至於平信徒，是指凡透過慕道班認識和接受基督信仰，並領受聖洗的人。神職人員和平信徒都認同教會救世的使命，並立志為基督的奧體服務。

按照教會憲章 43.2：「教會的天定的階級式組織（聖統制），這種地位並不是聖職與教友之間的一種地位，而是從二者之中，有若干基督徒蒙天主召喚，俾能在教會的生活內沾受特別恩寵，每人按自己的方式，有助於教會的救世使命。」

根據天主教英漢袖珍辭典，天主教會中的司鐸可分為兩種：(1) 加入修會者，稱為修會司鐸，或在會司鐸 (regular clergy)。(2) 不加入修會者，稱為教區司鐸或在俗司鐸 (secular clergy)。

修會團體是天主教體制內之社團，但不是教派。各修會的工作、服務方式及對象雖有不同，但均屬同一信仰，都與教宗共融。男女教友獻身修會，矢發貞潔、神貧和服從三願，共同度團體獻身生活。此三願象徵大家甘心樂意地將自己奉獻給天主，至死不渝地跟隨祂。

- (1) 貞潔願：這是指在靈性上與基督完全結合，成為一心，全心全意的奉獻給天主，終身不渝的跟隨耶穌，就好像新娘和新郎在天主台前互許終身，永結同心，成為一體，從一而終。
- (2) 神貧願：就是以主耶穌為至寶，凡是不屬基督的事，都是有損的，都是該丟棄的（斐 3:8），並承諾非常簡樸地生活，沒有任何物質享受，為福傳把自己完完全全的奉獻給天主，成為祂謙遜的器皿。
- (3) 服從願：就是一心一意作天主所喜悅的事，在修道的路上，藉著長上和會長的引導和幫助，謙卑服從天主，有如聖母瑪利亞接受天主的聖意，服從參與天主的救恩計劃。

暫時說到這裏，下一期將會為大家介紹教區神父的特質和使命，以及修會神父和教區神父在工作上的分別。



梅杰神父

愛·迪·生

有人慷慨好施，反更富有；有人過於吝嗇，反更貧窮。
慈善為懷的人，必得富裕；施惠於人的人，必蒙施惠。

< 箴言篇 11:24-25 >



一個疫情，帶來了舉世震驚，幾番檢視反省。在共同“敵人”——新型冠狀肺炎前，大家表現出堅實的團結，以積極的態度面對！多方努力，務求把無助、無力感轉化為同舟共濟，齊心抗疫的精神。希望眾人可以保持心情不滑波，一起對抗病毒，戰勝惡魔！

蔓延全球的疫情，顯示出中西文化差異，對收緊或放鬆政策持不同態度，處理事情的手法亦大相逕庭。生命寶貴，一切還得以科學精神為基，醫學考證為本；救急扶危，把握時機務實地護己、顧人、守家園、衛社羣，保國運才為上策。現時二百多個國家均有確診個案，彼此間相隔萬千里的地球村，此刻似乎都被這疫情連繫緊扣一起，病毒就是這麼無疆界！

數月來人與人之間的距離是遠了，「封城令」、「居家令」、「禁足令」、「限聚令」……等措施，大方向都是希望市民守規，安全有序地留在家中，以免誤己累人。在抗疫之旅中，見到很多不在掌握，難以受控的情況，實屬空前！訂購的物品不能到貨，送期延誤。突如其來的查詢投訴，各項應變措施的商討執行，職間文化的改變。生命中就是有這麼多的不可知，這麼多的沒法計！

可幸是人間總有情有義，那些自私自我，自以為是，罔顧整體醫療系統安全運作，漠視眾人福祉，不守規法，甚或從中行騙取利的畢竟只屬少數。港人為善最樂，充滿愛心。不同的抗疫基金、緊急援助、派發物資、送暖弱勢社群，願意相助扶持的仍是主流。還有的是透過科技網上教學、傳送生活錦囊、提供減壓良方、鼓舞訊息、正能量短片等善舉多不勝數。顆顆善心，化作清風，也是明燈，帶領大家同行抗疫，走出困境，迎來希望！

經此一疫，此城市的前路將會是更多的考驗和變數。希望不論任何的世代，大家總不忘「身在福中要惜福」這句老生常談，肺腑之言！世上新人換舊人是一個循環不息的現實，但那亦即是說誰都有明日黃花之時。這個必然定律提醒我們除了要珍惜當下、心懷感恩，也要多作善行、回饋社會。因為助人為快樂之本，那份福樂會常與我們為伴；行善積德，那份恩澤不會隨年月流逝！



— 總編的話



專訪 - 陳德權先生

2005 - 2018 明愛之友副主席

現任 明愛之友主席

現任 教區財務委員會委員

現任 聖德肋撒堂 堂區議會幹事
- 財務委員會召集人



說到「行善」，大家不期然會想到每年明愛均舉辦大大小小的慈善籌款活動，例如歷史悠久的賣物會、慈善抽獎券，讓大家可以參與其中、樂在其中。自 1996 年起由「明愛之友」主辦的「明愛暖萬心」更是家傳戶曉。適逢今期主題是「行善·為樂」，所以決定邀請現屆「明愛之友」主席陳德權先生分享一下，他多年來參與慈善工作的經歷和感受。



多年來，你觀察到「明愛之友」有何轉變？社會上的籌款項目越來越多，你覺得可如何吸引更多善長的支持？

一直以來，我們舉辦了不同的籌款活動，得到很多熱心教友和市民的支持，就如「明愛暖萬心」的善款每年都節節上升。近年，我們透過「友·計·傾之夜」聚會及到明愛單位探訪，讓有心人親身了解服務，感受「施受同惠」的恩典。我們保持初心，舉辦多元化的活動，傳揚明愛「以愛服務，締造希望」的精神。

因此，我認為要持續得到市民大眾的支持，除了善長仁翁的善心之外，最重要是各位「明愛之友」成員，甚至是明愛的同工、服務使用者向身邊人多加推廣明愛的優質服務，讓彼此同心，感受到「有愛便有可能」這份信念。那麼每當有籌款活動，大家自然樂意捐助。在此，我亦要感謝大家長期以來對我們的支持。

「明愛之友」於 1996 年成立，1997 年時陳生便被邀加入，請問當年是甚麼的一個契機？

我是於 1958 年領洗成為天主教徒，一直都有參與堂區及教區的事務。在工作之餘亦希望可以利用自己的專業知識回饋社會。1997 年時，我的舊同事、即當時的主席許德輝先生邀請我加入「明愛之友」。我知道明愛是教區轄下的社福機構，而「明愛之友」是由一班熱心的專業人士組成，積極推廣明愛的服務精神，更籌募善款支持機構優化和發展，覺得非常有意義，於是決定加入這個大家庭，這麼一轉眼便 23 年了！



對，有「愛」便有「可能」，那你認為怎樣可以推廣行善的風氣呢？

行善是不求回報的，所謂「施比受更有福」。我知道社會人士都十分慷慨，不論企業團體、教友，還是市民大眾均願意做善事。要推廣行善，就要讓大家感受到行善的力量，如何為弱勢社群帶來新生活、新盼望。不論多與少，只要有一顆心，每個人都有能力幫助別人的。

陳生自己就是一位「有心人」喇！你擔任「明愛之友」主席後，感受最深是甚麼？

我覺得除了多了喜樂，更重要是多了一份感恩。感恩能夠持續為明愛服務，見證了機構多個周年紀念的重要時刻；感恩可以與各位神職人員、「明愛之友」成員、明愛同工合作，群策群力，組成一個充滿團體精神的團隊；感恩家人的無條件認同和支持，讓我可以全情投入喜歡的工作，無後顧之憂。

這個充滿感恩的人生可就是你期望中的人生？

我認為自己也算是個幸運兒，因為我的人生可說是比較平穩，從學業、工作，到家庭、信仰都十分圓滿。擁有一個喜樂的公教家庭，健康的體魄，子女、孫兒們的孝心和愛心，都令我非常感恩。每星期大家都有機會見面。我又喜歡打乒乓球，每星期最少兩次跟朋友切磋，所以我常常希望「明愛之友」可以舉辦一次慈善乒乓球賽呢！能夠擁有喜歡的工作、美滿的家庭、已經心滿意足，不敢有別的期望了。



平日見到陳生都是西裝畢挺，架起眼鏡，一副斯文樣子，想不到原來也熱愛運動，是一名乒乓球高手。看看「明愛之友」何時會舉辦一場慈善乒乓球賽，讓他大顯身手吧！

陳生在人生路上得到天主的眷顧，也憑著感恩的心回饋社會，對秘書處工作更是配合包容，實在是一位令人尊敬、親和友善的謙謙君子。在此，感謝陳生多年來對明愛的支持和貢獻，亦祝福他身體健康、家庭幸福，繼續帶領「明愛之友」，造福社群！

感謝陳生你對明愛的長期支持，這麼多年來，令你印象最深刻的人是誰？最難忘的事 / 活動又是甚麼呢？

令我印象最深刻的人物可說是楊鳴章主教。雖然我加入「明愛之友」前已認識他，但因為多參加了明愛的活動，接觸和相處多了，而變得更加熟絡。楊主教給我的印象是充滿動力、博學多才、事事關心、任勞任怨。記得在 2016 那年，我接載他到聖德肋撒堂主持神修活動，在車上他告訴我肩頸十分疼痛，但最後他仍忍痛完成了 4 小時多的修和聖事，直至凌晨才回宿舍休息。楊主教那種忘我的奉獻精神，實在令我敬佩不已！



至於最難忘的一次活動要算是 2019 年初舉行的「步」·「足」你大行動。有別於以往的步行籌款，這次目標是要打破健力士世界紀錄（最多人參與二人三足）。籌備的工作殊不容易，充滿挑戰，但全憑善長的支持、參加者的投入、明愛同工的上下一心，最終成功以 768 隊刷新紀錄，整個過程令我非常感動！



明愛抗疫小學堂

在疫情籠罩下，學生不但要停學，更未能與同學們一起玩耍，相信他們或會感到失落，因此明愛家庭服務的小學學生輔導服務製作了「明愛抗疫小學堂」品格教育資源套，讓學生及家長可以領會到如何在這段困難的時間常存希望，亦利用這段時間去培育正向品格，促進親子之間的感情，給予學生及家長至誠的祝福！

資源套共有五項教材，提供不同的品格教育資訊及資源，讓我們服務的學校免費下載，部份資源更會在「明愛抗疫小學堂」臉書專頁發放予公眾人士，希望讓大家在「疫」境中體會愛、得盼望！本服務的社工亦會在網上學習平台，與學生保持互動及聯絡，分享有關資源讓學生們討論。有校長對明愛能提供有關資源甚表歡迎，讓學校可以在停課期間為學生提供教學上的支援外，也可以與他們分享品德教育，保持彼此的聯繫。而且，同學們都有很正面的回應呢！以下節錄了校長及同學的回饋：

- ✦ 馬國良校長：「明愛能迅速回應學校停課期間的需要，適時並持續地提供優質的品德教育網上教材和資源協助學生和家長，以及透過網上形式與學生保持聯繫，校方表示欣賞。」
- ✦ 吳倩瞳同學：「我最印象深刻的是優悅種子小故事－智慧篇，記得主角家寶迷路，見到那隻狼，最後決定不跟那隻狼的故事，我從中學習到不輕易相信別人，做事要先判斷，然後才作出決定。」



社工在網上學習平台分享「明愛抗疫小學堂」短片



「明愛抗疫小學堂」短片分享如何建立良好的品格

以「品格優勢」 對抗逆境與疫情

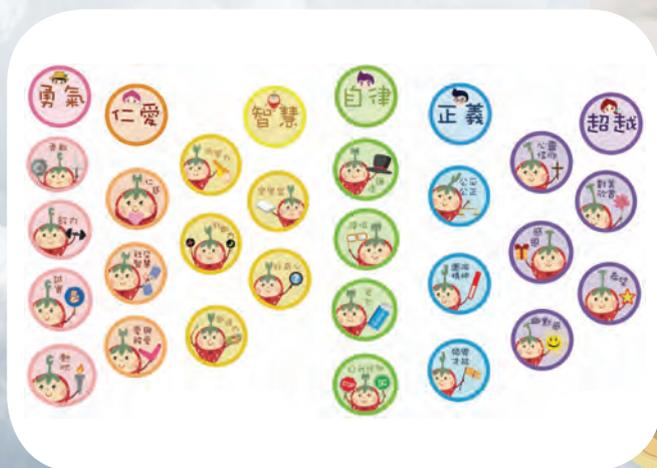
當疫情仍然未受控制，每天都要接觸令人不安的新聞報道時，你會不會也經歷了許多失望和害怕？面對這場未曾打贏的仗，你的心中還存有希望嗎？你會認為這次的事件是個別和有時限的事件；還是永恆不變呢？你希望培養小朋友一個帶樂觀心態、願意為了長遠目標持續努力、不輕言放棄的品格特質嗎？

明愛家庭服務優悅種子「愛德喜品格優勢」教育 - 幼兒篇，目的是發展幼兒 6 大美德 24 品格優勢，自小培育正向的人生態度，培養盛載和面對任何逆境的力量。為了配合幼兒的學習特質，我們將每個品格優勢，以幼兒熟悉的生活為主題表達，創作了 24 套短片，讓幼兒可以逐一學習 24 品格優勢。短片中「亞愛」、「亞德」和「亞喜」三位卡通人物與幼兒一起學習；還有「士多啤梨」從旁支持鼓勵。在學校停課期間，24 套短片陸續推出，讓家長與幼兒一起觀看，一起學習。

家長和老師在培養幼兒品格優勢成長中擔當重要角色，故此，我們亦為家長和老師製作了教師手冊、成長日記和「愛德喜」手偶作教材，與幼兒互動學習。



愛德喜教材套



6大美德 24品格優勢

明愛 · 「戶互傳愛」 抗疫服務

因應新型冠狀病毒的疫情，大眾市民都選擇多留在家中，減少社交接觸，因而令身心都感到疲累，人與人之間的距離亦彷彿變得疏遠。縱然疫情未必在短時間內完結，但只要大家能在這刻繼續與自己、家人及社會聯繫起來，彼此同心面對，定能抗疫成功。

為與市民齊心抗疫，明愛家庭服務特設明愛 · 「戶互傳愛」抗疫服務網頁、Facebook 及 Instagram 專頁，提供一系列網上抗疫活動和資源，讓大眾在家中也能直接參與，彼此連繫在一起。



Facebook (<http://www.facebook.com/caritashkfamilyservice>)



Facebook 專頁整合了明愛家庭服務各單位的服務資訊，例如：Zoom 小組、Facebook Live 活動、「乖乖地，留屋企」解悶方法、Facebook 有獎遊戲、抗疫資訊等等，由個人到社區，讓大家即使留在家中，仍然能與外界連繫在一起。

Instagram (<http://www.instagram.com/caritashkfamilyservice>)



透過這個普及於青年人世界的 Instagram 平台，能更有效地與青年人接觸，傳播愛與希望，與他們在雲端世界緊密聯繫，一同跨過疫境！Instagram 專頁整合了不同的資訊及服務，包括：

- ◆ 介紹家庭服務資源 # 香港明愛
- ◆ 分享抗疫小資訊 # 戶互傳愛 # 乖乖地留屋企
- ◆ 學習家庭相處小知識 # 家庭互動 # 夫妻同行
- ◆ 傳播正能量信息 # 社區共融 # 暢出正能量
- ◆ 關注身心靈健康 # 個人滋養

歡迎大家一起參與明愛 · 「戶互傳愛」抗疫服務，並邀請大家一起讚好 (Like) 及追蹤 (Follow) 專頁，一起渡過抗疫的日子！



愛在疫症蔓延時——

一位河北修女的自述

2020年春節前，遊子們像往年一樣，從各地奔赴家中過年。當過節的一切準備就緒，在大年三十，各村響起廣播：「上級通知，今年所有人員不得出門拜年。武漢發現有新型冠狀病毒，會人傳人。所有從武漢回來的人，都要隔離。」大年初一，街上行人突然稀少了。年初二，各村、各社區，封城，封路，任何人不得出門。在家的，不能出來；在外的，不能回家。就像聖經上說的：「在屋頂上的，不要下來，從自己的屋裡取什麼東西；在田野裡的，也不要回來取他的外衣。在那些日子，你們當祈禱。」

我在邯鄲，本來計劃在初二過後回家，也回不了。往日的鬧市，突然變得空前安靜。市內公交停運。街道上，除了超市幾個買菜的身影之外，幾乎看不到任何行人。原本有些小商販在路邊賣菜，也因所做的消毒防護不足，被政府責令全部關閉。如今，只有超市在供應居民的生活所需。在超市內，貨品被分裝，套上膠袋，避免人們過多觸碰。社區街道每兩個小時，消毒一次；進出社區都必須辦出入證。社區也要求居民，每兩天才出外一次。這次，政府控制力度很嚴格。為控制人流，除了市內公交停運，學校也開始網上授課，但目前效果不明顯，有待改善。

對老人來說，他們的生活沒多大改變。他們依然能在家門前曬曬太陽；在社區鍛煉鍛煉。如今，孩子們反而能陪伴左右，倒也十分難得。中年人是目前最受壓力的一群，生活壓力都落在他們肩上。青年人生活慵懶，剛開始時，在微信上瘋狂聊天。現在，他們都安靜很多了。原本在春節後便要成為留守兒童的孩子，今年突然有爸媽陪伴在側。他們還沒適應網上課堂；對未來的學業，也沒懂得憂心，反而家長們是有些焦慮了。

宗教活動方面，各地教堂和祈禱所關閉，彌撒暫停舉行，教友只能在家裡祈禱、誦念玫瑰經、抄寫聖經、背要理、在網上聽道理。很感動的是，以往過年，教友們都忙著走親訪友，沒時間陪家人。平日很少看到一家人一起在家裡祈禱的場面，現在都出現了。

在這次疫情中，我最大的感觸是感恩。原本一直忙碌的生活，一環扣著一環，每天的神經都像是緊繃的弦。有一天，周邊的環境突然安靜下來，原本沒時間做的事，一下子都可以做了。原本是我們工作必備工具的手機，原來也可以用來做很多有意義的事——傳教、學習、安慰在疫情中滿心焦慮或不安的朋友……一場瘟疫，讓全世界都安靜了，有關聯了。我開始反省生活的意義，如何回饋世界。



行善·為樂

明愛元朗陳震夏中學

最近中國內地有一則很火的新聞，一個大學四年級學生虐殺了校園內 30 多隻貓，並把有關視頻放到網上，博取點擊率。他的行徑引起廣大網民聲討，網民紛紛口誅筆伐，一時劍拔弩張，殺聲震天。由這則新聞，我們發現了一個現象，就是人人都有份正義感，當看到別人捱苦受難時，心中都會生不忍之心。這份不忍，在內就稱為善，化為行動則為「行善」。

為甚麼人會有捨惡行善的本性呢？從心理學上說，我們都有「同理心」。所謂「同理心」是指能夠站在他人立場去感受其體會。所以當看見別人痛，自己也會感到痛，當看見別人傷心流淚時，自己也會生出點點的悲涼。因此，有「同理心」的人都會不忍看見世間的苦，不忍別人痛，於是就如佛教中地藏菩薩立下宏願，「地獄不空，誓不成佛」之說，也如耶穌基督甘願被釘十字架來救贖世人的大愛一樣，把「行善」昇華到最高的層次。

如果「行善」真的是由心出發，就表示只要有人的地方，就會有人「行善」的意欲，也證明了「行善」的普遍性、世界性。環顧世界各國文化，都不難發現對「行善」的認同。《雅各伯書》4:17：「人若知道行善，卻不去行，這就是他的罪了。」《孟子·公孫丑上》：「所以謂人皆有不忍人之心者，今人乍見孺子將入於井，皆有怵惕惻隱之心。」伊斯蘭《古蘭經》：「信道而且行善的人，真主應許他們得享赦宥和重大的報酬。」這些都是不同民俗對人類的規範和指導，但從最原始的起源，乃是因為它們發現「善心」本來就是人性，這些也是從人之本出發的教誨。

善是人的本性，那麼要如何「行善」呢？每個人的才性賢愚不同，行善也要按自己能力而行。三國劉備所說：「勿以惡小而為之，勿以善小而不為」寫得最好，行善不會有大小的差異，有能力就要行善。像德蘭修女能犧牲自己而全身幫助第三世界的苦難人民，因為她具備了寬廣的視野，站在世界的頂峰，再加上她的信仰、她的意志、她的魅力，使她可在第三世界拯救千千萬萬的苦難大眾。南非已故總統孟德拉以南非黑人的福祉奮鬥，這是他當時親歷的不公境遇，也是他最切身、最觸碰他善心的一環。其他如聖雄甘地、聖女貞德都可歸於同一類別。我們未必可以成為大聖人，但莊子說得好：「知效一官、行比一鄉、德合一君，而徵一國者」。由己出發，從小行之，以小為大的基礎，聚沙成塔，積善成德。我們可以在週末花五元十塊買一支旗，幫拾荒婆婆推木頭車，解答你朋友的疑難，請貧苦同學吃頓飯，這些又何嘗不是行善！

我校創立以來一直秉承明愛的大愛精神，鼓勵同學積極投入義工服務，貢獻社會。本年度我校劍球隊參與的「好心情 @ 校園」計劃和獨木舟隊參與的「康健樂同舟」義工服務計劃，兩組義工同學都為傷健人士和老人提供服務，他們都是本着「行善」的本性，以助人之心為之，向有需要的人施予援手。同學的善行當然不能與德蘭修女、孟德拉等聖人相比，但他們的行為乃出於本性，即使善行不大。所以只要心存善性，就當歸入「善」類，當可稱為「行善」。古有明訓「行善為樂」，若大家都能把持此信念，相信世界便不會再有紛爭，美好的生活就在「行善」中，一點一滴的創造出來了。

愛的「Big」降

明愛華德中書院

近期大熱韓劇《愛的迫降》風靡萬千女士，無論是男女主角的樣貌演技或是劇情均扣人心弦，令人欲罷不能。然而，細想一下，我們現在身處的時間空間，何不同樣經歷著「愛」的「迫降」呢？

原來平平無奇的年末歲首，沒想到一場瘟疫，不但打亂所有人的計劃，連基本的生活方式、甚至生存模式也需要徹底改變。口罩、酒精搓手液成為必需品，米、油等「開門事」亦被搶購一空。誰會預想這些荒誕的事確實發生？也許我們受疫症所逼「迫」，不過正正這「禍」，才顯得「愛」的「降」臨。醫護無私奉獻照顧病人，社會賢達發起募集，各界不遺餘力協助分發物資給有需要人士……

「因為我餓了，你們給了我吃的；我渴了，你們給了我喝的；……那時，義人回答他說：主啊！我們什麼時候見了你饑餓而供養了你，或口渴而給了你喝的？……君王便回答他們說：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。」
《瑪竇福音 25:35-40》

原來聖經教導我們，在疫症下最小的兄弟之中，我們看到耶穌基督。許多人對這些小兄弟伸以援手，並讓這種愛迴蕩在這個大地上。筆者想起自己的所屬學校亦出現過不少次這種「愛」。

前年十號颶風山竹襲港，過後學校設施東歪西倒，滿地草花堆積，校工莫不頭痛憔悴。老師和學生卻二話不說，默默地為學校清理，好讓能盡快重拾校園整潔的形象。

在本學年的開放日，需要不同主題、遊戲設計和佈置，老師雖屬教學上的專業，對活動籌劃卻遇上不少困難。學生在學術上雖有不少的進步空間，但遊戲、設計及場地佈置乃是強項，他們的協助令開放日生色不少。平時好動活躍的學生，在外賓面前更成為謙謙有禮的嚮導，讓活動辦得非常成功。

還有我們的校長，他公務繁忙，但他仍堅持、仍願意犧牲自己每天的午膳時間，攜著重重的電結他，走進學生群裡，勾一下木頭上的弦線，撫平一下學生的心弦……

這種對最小的兄弟所做的，其實亦正是對耶穌的愛。兩千多年前，祂以最貧困的方式於馬槽中降生成人。在公開生活中，受到迫害與磨難，甚至被釘死於十字架上，為的是拯救一切的人。耶穌基督以徹底的犧牲揭示了天父對人類的大愛，賜予大家智慧，尋找並攫取永恆生命的生活方式。

世代或許持續紛亂，耶穌仍教導我們繼續以愛運行在這人間，讓愛德服務的善行帶來生命的喜樂。



校長在午膳時間以音樂與學生同樂

校長的話： 追尋幸福

明愛樂進學校 葉懿寶校長

我最愛祝福別人「幸福平安」，但當問到「你幸福嗎？」他們大多遲疑半刻回應，甚或無言以對。每個人對幸福的追求都不盡相同，有些人滿足於豐盛的物質享受，有些人嚮往事業成就，有些人追求真理和心靈富足，有些人卻因為感受到關愛而帶來幸福。無論你的答案是甚麼，幸福總離不開「心」，只有從心出發，用心感受，幸福才沾到你的手上。

美國南北戰爭時，一位無名戰士曾寫下一首詩，標題是《獻給受苦受難者的箴言》。「我求主賜給我力量以至於成功，祂卻使我因著軟弱學會順服；我求主賜我健康來成就大事，祂卻讓我遭遇疾病來完成更好的事；我求主賜我財富而快樂，祂卻使我一貧如洗而充滿睿智；我求主賜我權柄受人讚賞，祂卻使我軟弱學習尋求祂；我求主賜給我一切來享受生命，祂卻賜我生命來享受一切。當我看似一無所有，但卻得到天父的祝福。」表達了對人生的感恩與理解。



當我們什麼事都「比較」和「適應」，認為一切事都是理所當然的，能走路、能呼吸、能吞嚥、能自行上廁所，看似必然，但對於曾患重病的人而言，擁有這些已是莫大的幸福。

擁有仍然健康的身體，卻無法體會健康的可貴，不懂得感謝，滿腦子也是糾結，不可能發覺幸福就在身邊。

明白一輩子帶著有特殊需要孩子的辛酸，即使如此，我們也不能放棄追尋幸福。能夠接受不幸的人，才感受到幸福。讓我們「成為自己的內在力量」，學著變幸福。從困著自己的思緒走出來，冷靜面對困境，認同痛苦經歷的價值，找尋平靜的心靈，覺察自己擁有的，懷著謙虛的心，表現出智慧，就能得到幸福。但願我們能攜手並肩克服困難，放下心裡的包袱，不要放棄天父給我們的特權，繼續追尋幸福。

「以愛醫治，締造希望」

秉承宗旨 造福基層人士

寶血醫院（明愛）及明愛社區發展服務

政府於 2019 年 12 月發表《2018 年香港貧窮情況報告》，指出香港貧窮人口共有 140.6 萬人，代表每 5 名市民，就有 1 人處於貧窮線下。

貧窮的基層家庭不少從事體力勞動及非技術工種，工時長但工資低。面對食物價格、屋租飆升，水電及交通費倍增帶來的經濟壓力，往往被迫減少個人醫療方面的開支，身體抱恙都不敢求醫。基層男士為了工作，甚少關注自己的身體狀況。基層婦女更大多數同時兼顧工作及家庭，容易忽略自身健康的需要。

根據「香港癌症資料統計中心」2017 年的報告顯示，本港 10 大常見癌症發病當中，乳腺癌排第 3 位，前列腺癌排第 4 位。相對 2007 年的新症個案，乳腺癌及前列腺癌的升幅分別約 61% 及 86%。癌症發病率隨年齡增長而急劇上升，對社會造成的負擔不斷增加。如果病人能夠及早察覺身體有異樣，盡快接受檢查和對應治療，實在有助減輕公營醫療體系的負擔。

有見及此，在善長仁翁的慷慨解囊下，寶血醫院及明愛社區發展服務於 2019 年底合辦了基層人士身體檢查及免費流感疫苗注射計劃。基層婦女只需支付 \$100 報名費用，便可參加原價 \$1500 的身體檢查，當中包括子宮頸檢查、乳房檢查（乳房超聲波 / 乳房 X 光造影）、血液測試、尿液檢查及醫生評估，並由專科醫生跟進檢查結果出現問題的個案。基層男士亦只需支付 \$100 報名費，便可參加原價 \$1830 的前列腺檢查計劃，包括前列腺特定抗原 (PSA) 測試、尿液流速及餘尿測試，並由內科專科醫生主理及跟進。

醫院期望透過是次的基金資助，一方面能夠彌補社區對基層醫療的支援，另一方面亦幫助提高基層人士的防病意識，履行寶血醫院「以人為本」的使命。

目前為止，已有超過 120 名基層人士受惠，並且跟進了 30 名病人的個案。

| 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 | 明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣) | 「載愛搖籃」:「愛·由心出發」 推廣活動及填色繪畫比賽 | 2020年5月10日至7月17日 | 中心、荃灣港鐵書廊 | 曼陀羅繪畫創作的黑線和留白，可以投射我們內心的思緒、感受和矛盾，具有抒發和淨化的作用，面對與我們生命中有重要關連的人物，潛意識就會呈現出來，抱持「信任」、「希望」和「愛」的態度，療愈的程式便可啟動。 | |
| 明愛職業訓練及教育服務 | 明愛粉嶺陳震夏中學 | 震夏人 正能量包 | 2020年6月至7月 | 學校 | 疫情影響下，停課不停學，視藝科於網上教導學生設計WhatsApp sticker，以正能量圖像配以鼓勵字句，互相表達關懷及支持，從而展現明愛震夏人的六個素質，包括：堅毅、關愛、誠信、珍惜、勤學及尊重。 | |
| 明愛學前教育及扶幼服務 | 明愛翠林幼兒學校 | 「親子愛·同歡樂」 | 2020年6月中至7月 | 待定 | 駐校社工與老師舉辦親子手工藝工作坊，鼓勵親子溝通與互動，促進親子關係。 | |
| 明愛學前教育及扶幼服務 | 明愛聖方濟各幼稚園 | 邁向小一新里程 | 2020年6月中至7月 | 學校 | 兒童快將升上小學，在學習環境、生活習慣方面皆有所轉變，透過一連串循序漸進的適應活動，關顧兒童、家長升學的心理健康，建立兒童對升學的期盼，增強自信心，幫助兒童有正面積極的態度迎接小學生活。 | |
| 明愛安老服務 | 明愛香港仔長者中心 | 膝痛管理講座 | 2020年6月2、9、16及23日(二) 10:30-11:15am 11:45am-12:30pm | 中心 | 了解膝關節痛的種類、成因、預防及簡單測試。 在完成講座後，可預約進行詳細測試及參與活動計劃。 | |
| 明愛安老服務 | 明愛鄭承峰長者社區中心 (深水埗) | 深中'粵'有你 | 2020年6月13日(六) 9:30am-4:30pm | 深水埗區各屋邨及私樓長者家中 | 透過端午佳節，為獨居、兩老及隱蔽長者送上關顧。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛蘇沙伉儷 綜合家庭服務中心 | 「綠絲帶關懷大使」端午親善探訪 | 2020年6月18日(四) 9:30am-12:30pm | 中心 | 臨近端午，透過送贈DIY節慶小手工，將小心意送給有需要的家庭，表達關懷暖意，讓被訪者感受到人間有情，提升社區的正能量。此外，義工亦可藉探訪，發揮助人助己、互助互愛的精神，將「感」恩化作行動。 | |
| 明愛安老服務 | 明愛鄭承峰長者社區中心 (深水埗) | 父母慶雙親活動 | 2020年6月27日(六) 2:30-5pm | 中心 | 於父母親節期間與會員共聚，慶祝節日，向他們表示關愛之情。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣) | 「載望系列」: 「載思閣」資源介紹分享會 (Tea Party) | 2020年7月3日(五) 3:30-5:30pm | 中心小禮堂 | 1. 介紹對「兒童為本」親職教育的資源 2. 促進離婚前後人士建立正面生活的目標及情緒動力 |  |
| 明愛職業訓練及教育服務 | 明愛馬鞍山中學 | 惜別晚會 | 2020年7月7日(二)(暫定) | 學校禮堂 | 透過惜別晚會，讓學生學懂反思一年的宿舍生活表現，飲水思源，與家長分享成果。學生藉此感謝學校、宿舍導師及職員的悉心教導，讓他們健康成長。 | |
| 明愛安老服務 | 明愛賽馬會照顧者資源及支援中心 | 細聽身體的呼喚 | 2020年7月9至30日(逢四) 2:30-4pm | 中心 | 您有靜下來細心傾聽身體的呼喚嗎？照顧者常忙得不可開交，忽略了身體發出的警號。本活動將採用靜觀模式，以開放及接納的態度，與您一同傾聽身體對您說的話，並作出溫柔的回應。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣) | 「載望系列」: 和孩共處親職成長空間 Hope space | 2020年7月10日至11月3日 (逢五) 3:30-5:30pm | 中心小禮堂 | 1. 介紹Snyder希望感(Hope)的理論，協助離婚人士學習訂立可行親職教育的目標、生活方案和動源； 2. 每次活動有不同的主題及資源介紹； 3. 透過分享和討論帶動參加者彼此學習及互相支援，家長可以連續或間斷參與，探討因離婚而帶來對子女的影響、生活適應和衝突處理等。 |  |
| 明愛家庭服務 | 明愛蘇沙伉儷 綜合家庭服務中心 | 「愛的瑜伽」夫婦小組 | 2020年7月10、17、24及31日(五) 7:30-9:30pm | 中心 | 夫婦透過學習雙人瑜伽，從身體接觸和互動，增進夫婦溝通和親密感。 | |
| 明愛職業訓練及教育服務 | 明愛胡振中中學 | 第九屆胡振中盃小學籃球邀請賽 | 2020年7月11日(六) 8:30am-4:30pm | 學校 | 透過活動讓學生學習如何照顧及關愛參加比賽的小學生。同學們需要與小學的老師和學生有良好的溝通，協助他們準時到達比賽場地，途中也會介紹一下同學們在胡振中的生活點滴，讓小學生能更了解中學的生活。如果小學生在比賽中不幸受傷，同學們也會加以照顧及安撫他們，協助他們重新振作。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心 | Kids For Kids兒童英語伴讀暑期班 | 2020年7月11日至8月8日 (逢六，共五節) 10-11:15am | 學校 | 此計劃與童協基金會合辦，由一班來自國際學校或社區的義工用英語帶領遊戲、手工藝及以小組形式與孩子閱讀英文繪本故事。 | |

| 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 | 明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣) | 「九型人格」夫婦相處工作坊2020 | 2020年7月11日(六) 2:30-5:30pm | 中心小禮堂 | 讓參加者在有趣的氣氛下與配偶更為知己知彼。(特色：設有不同型格人士預先錄影片段作分享，讓參加者可以更掌握型格特性。) | |
| 明愛家庭服務 | 明愛賽馬會心泉發展中心 | 身心靈整合健康工作坊 | 2020年7月11日(六) 10am-12:30pm | 中心 | 最近一年，香港受著社會事件及疫症的影响，使很多人身心靈都很疲累，精神亦容易緊張。正因外在環境動盪不安，我們更需要提升覺察身心靈的狀況，並促進其健康。誠邀你一齊來好好照顧自己！ 內容： 1. 「壓力」與「身心靈整合健康」 2. 簡單易學的身心練習 3. 照顧心靈的活動 |  |
| 明愛學前教育及扶幼服務 | 明愛沙田幼兒學校 | 「童心繪本創作」兒童活動 | 2020年7月中 | 學校 | 老師帶領各班兒童延伸不同的學習主題創作繪本，讓兒童運用圖畫和文字表達創作故事的內容。培養兒童應用文字的興趣。 | |
| 明愛學前教育及扶幼服務 | 明愛香港崇德社幼兒學校 | 親子活動: Papa Zone | 2020年7月18日(六) | 學校 | 藉著親子活動建立爸爸與子女間良好的親子關係，以及增強家長對育兒的認識。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛荃灣綜合家庭服務中心 (東荃灣) | 「心連繫愛相隨」夫婦創藝工作坊 | 2020年7月25日(六) 2-5pm | 中心小禮堂 | 透過不同的創意藝術活動，一起重塑婚姻關係，再思生活中相處的點滴，重拾彼此間的親密。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心 | 「週末閒情」夫婦趣味系列 1. 夫婦藝術之旅「和諧粉彩」初體驗 | 2020年7月25日(六) 2:30-4pm | 中心 | 活動由本中心註冊園藝治療師帶領，讓參加者與伴侶藉著植物及創意，一起為家居營造和諧的中秋節日氣氛。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心 | 樂伴童行-正向品格兒童小組 | 2020年7月29日、 8月5、12及19日(三) 10:30am-12nn | 中心 | 從小培養樂觀及有效的情緒管理對每一個孩子都非常重要，正向的人生態度能幫助孩子面對生活中的挑戰和困難。本小組希望可以讓參加者學習情緒管理方法，轉化個人負面情緒，並且能接納自己，建立樂觀及正向的品格。 1. 認識情緒，學習有效情緒管理 2. 學習欣賞自己 3. 培育助人精神 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心 | 親子科學實驗室 | 2020年8月1日(六) 9:30am-12:30pm | 中心 | 爸爸媽媽陪同下，小朋友參與有趣的科學實驗，從而增進親子關係，一同學習科學精神。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心 | 相愛到白頭 | 2020年8月5日至9月9日 (逢三，共六節) 10-11:30am | 中心 | 透過不同活動，改善夫婦彼此間的溝通。回顧昔日共同經歷的大小事，重拾婚姻的甜蜜。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛賽馬會心泉發展中心 | 「生活瑜伽班」(十二) | 2020年8月6日至9月24日 (逢四)(共8節) 7:30-9pm | 中心 | 此課程透過不同練習建立正確的生活理念和態度。內容包括學習各種不同的體位法、瑜伽呼吸法、瑜伽飲食法、深層放鬆和正向思維分享等。課程有助學員強化胸肺功能及使筋骨柔韌性更好，達致放鬆自己、舒緩壓力、身心和諧的效果。 | 歡迎自備瑜珈蓆，本中心亦可提供。請帶備襪子、大毛巾或外套。  |
| 明愛安老服務 | 明愛賽馬會照顧者資源及支援中心 | 好好愛自己 | 2020年8月7至28日(逢五) 10:30am-12nn | 中心 | 您有多久沒對自己說「我愛您」？照顧者常把專注力放在被照顧者上，卻忘了好好照顧自己。本活動旨在提升愛自己的意識，並學習愛自己的方法，建立愛自己的習慣。 | |
| 明愛學前教育及扶幼服務 | 明愛油塘幼兒學校 | 家長懇談日 | 2020年8月15日(六) | 學校 | 加強家長與學校的聯繫，讓家長更深入知悉兒童在家庭與學校的情況。 | |
| 明愛學前教育及扶幼服務 | 明愛翠林幼兒學校 | 家長日暨美麗的回憶分享會 | 2020年8月中旬至下旬 | 待定 | 透過家校緊密的溝通與分享，讓家長更明瞭孩子的學習表現、需要及學校的教學特色，並掌握有效的方法培育孩子。 | |
| 明愛家庭服務 | 明愛賽馬會心泉發展中心 | 「心·寧·和·悅」紓壓小組 | 2020年8月17日至9月7日 (逢一)(共4節) A: 10am-12nn; B: 2:30-4:30pm | 中心 | 透過和諧粉彩藝術及正念修習，覺察自己的內在，用指頭及色彩隨心表達出來。每節設有不同的心靈主題，專注的創作過程，讓你放鬆減壓，為你帶來喜悅和平靜，自由的分享，彼此學習，同得滋養成長。 |  |
| 明愛家庭服務 | 明愛賽馬會心泉發展中心 | 「與痛共舞」體驗工作坊 | 2020年8月21日(五) 7:30-9:30pm | 中心 | 日積月累的壓力及勞損，再加上社會事件及疫情的影响，致令人身體不適，情緒受影響，心靈亦疲乏困倦。導師會帶領參加者透過多元化活動來覺察自己身心需要，以提升自我照顧及舒緩痛楚的能力，達至身心放鬆及平衡狀態。 | 參加者請穿著輕便衣服及襪子。  |

連結各方 ♡ 匯力量

愛心傳城 🤝 齊抗疫

為基層家庭打氣 在疫情中散播希望



◇ 明愛與教區學校代表參觀李氏大藥廠

2020年3月31日，香港明愛與教區學校代表前往李氏大藥廠位於科學園的總部，共同商討如何為基層家庭提供數量穩定而又高質素的防疫口罩。藥廠總裁李小羿博士與同事們除了講解製作口罩的程序外，更安排參觀無塵廠房。

而較早前，為更實在地了解明愛服務，以及基層家庭的生活狀況與困難，李博士與其員工和家人於2020年3月21日，來到明愛筲箕灣綜合

家庭服務中心，與職員及義工進行交流，並在區內派發口罩及探訪「劏房」戶。各人對明愛服務，以及基層家庭的需要皆留下非常深刻的印象，為進一步合作奠下基礎。

經商討後，藥廠同意以特惠價供應不少於40萬個本地製作口罩予明愛及教區學校購買，以減輕基層家庭面對口罩短缺、無法應付高昂價錢的困難，期望向社會大眾傳遞「戶互傳愛－明愛與你連一線、齊抗疫」的信息。

瞬間幻變 逆轉在線

在疫情持續的情況下，很多家庭和社會人士承受著額外的生活壓力和焦慮。為照顧這期間較多不方便使用電話求助的人士，明愛向晴軒危機專線及教育中心由2020年2月10日起，已增設網上情緒支援服務，同時也開展另一項「方便使用」的支援服務。

增設服務從計劃到執行能在一周內完成，全賴有「李嘉誠基金會」的信任和支助，一如過去十二年來的合作。這個緣份，源自兩者共同的信念和使命感。

長江實業集團有限公司執行委員會委員兼企業業務發展部總經理馬勵志先生分享他自幼受洗成為天主教徒，和明愛的深厚淵源。曾經在經歷挫折時受過幫助，讓他有一份使命感去回饋社會。馬先生認為向晴軒的危機熱線是社會的「第一條防線」，正正與「李嘉誠基金會」數十年來致力支持長遠造福社會的理念不謀而合。

共同使命是緣份，習慣應對突發事件的向晴軒，遇上靈活變通的資助方，也是恩典。誠如向晴軒的信念：「心存希望，信有出路」。



◇ 「人生不是直線，變幻才是永恒」是馬勵志先生（中）的口頭禪，他也明白到「人遇到不如意事時，不容易在身邊找到聆聽者」

發現生活中的感動



◇ 充滿關懷和祝福的「抗疫福袋」

自2018年至今，華人永遠墳場管理委員會（「華永會」）每年均資助超過20萬港元給明愛蘇沙伉儷綜合家庭服務中心，於沙田推動名為「發現生活中的感動」的社區教育活動，向市民灌輸感恩及正向思維，增強抗逆力及實踐關愛行動。

面對新型冠狀病毒的威脅，中心獲得華永會支持撥備部份資助金額以搜購洗手液，製作了230個「抗疫福袋」，分發給基層家庭及在街道上辛勤工作的清潔工。感謝華永會和本中心同行，與香港市民守望相助，渡過難關。

連結各方 ♥ 匯力量

愛心傳城 🤝 齊抗疫

一方有難 八方扶持

新型冠狀病毒突然來襲，教育局宣佈全港學校停課，並鼓勵利用電子平台教學，以達致「停課不停學」的效果。

只是，不少基層家庭家裡沒有電腦，這不單影響孩子的學習進度，甚至為家長及學童帶來不少情緒困擾。明愛電腦工場過去一直為基層家庭提供廉價但優質的再生電腦，在疫情下，同事更是馬不停蹄，希望把再生電腦盡早送到基層家庭手上。



◊ 渣打銀行職員組成義工隊，親自把再生電腦送到有需要家庭

要短時間滿足大量需求，究竟工場如何應付？在此，實在要感謝各位合作伙伴的無私與信任。首先是利希慎基金，他們聽到計劃後即時聯繫不同伙伴提供協助，第一個響應的就是渣打銀行。當知道我們需要大量手提電腦時，隨即把 400 部再生電腦送予我們。更感動的是，他們在送出電腦之先，會進行徹底清潔和消毒。在此也要感謝香港北區扶輪社和國際轉賬服務公司 WorldFirst 的信任，把原先作其他用途的資助，轉移到這次支援計劃上。而凱瑟克基金更是火速地給予我們撥款，當中只需要很少的行政程序便已成事。

從這些合作伙伴身上，體現了「一方有難，八方扶持」的精神。我們告訴受惠家庭，若沒有這些願意行善的企業在背後支持，我們縱使如何努力，也只可事倍功半。希望他們也可以在自己能力範圍內，向別人行善，把行善之心傳揚開去。



◊ 電腦工場同事忙於檢查電腦，並裝置全新的作業系統、辦公室軟件及硬碟

小店關顧基層健康 免費贈「感愈湯」



新型冠狀病毒疫情肆虐，令不少商店生意大跌，但社區內仍有「小店」在這非常時期贈醫施藥。位於香港仔田灣的「國華中西參茸藥行」是區內少數中醫藥材店，服務街坊超過 40 年。疫情無阻負責人莊銳醫師的仁醫精神，守護弱勢社群的健康，為他們送上預防流感的「感愈湯」。

2020 年 2 月，疫情尚屬早期，莊醫師主動向明愛香港仔社區中心提出，希望連續四星期免費送出共 500 杯「感愈湯」給基層街坊。中心社工便馬上籌備，包括設計及印製「換領券」、聯絡街坊和分發等程序，讓區內的劏房戶、獨居長者等領取「換領券」。疫症雖無情，莊醫師卻以無私精神與街坊共渡難關，體現人間有情。



◊ 中醫藥材店向長者送上「感愈湯」

♥ 愛·從心出發

縱然市面上曾經一罩難求，一批又一批由社區捐贈、來自五湖四海的口罩卻陸續送到明愛安老服務各單位：無論是購買的醫療口罩，或由義工親手縫製的布口罩，還有漂白水、肥皂、洗手液……都滿載濃濃的心意。

除了各大小企業、團體，願意伸出援手的還有身邊的鄰舍——他及她：

- ♥ 患痛症及行動不便的長者，拖著一整條廁紙送到中心來。
- ♥ 街坊留意到因使用搓手潔液令長者的皮膚乾燥爆裂，故特意購買潤膚霜送予長者。
- ♥ 有單位亦將部份社區捐贈的防疫用品，進一步共享及轉贈予有需要的教會及團體。

面對疫情，在不停瀏覽資訊、受不安恐懼侵襲、搶購防疫用品及食物的同時……點點關懷仍然是可以不斷傳遞出去、為其他人帶來更多勇氣及力量：「凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐，愛永存不朽。」（格林多前書 13:7-8）



◊ 你們的祝福已送遞到他們的手裏

< 集思營分享：心靈之家，在明愛生根茁壯 >

黎天姿博士

今年初的周年集思營，以<人類大家庭，家園共分享> (One Human Family One Common Home) 為主題，這主題是源自教宗方濟各的<願祢受讚頌>通諭。剛剛五月份也是《願祢受讚頌》五周年紀念，筆者希望以《願祢受讚頌》五周年紀念禱文來回應集思營反省出來的感受，及呈現出來的明愛心靈之家。

人類大家庭，正在明愛這個以人為本的心靈之家體現出來。各位服務單位的領袖，在明愛這個大家庭中成長，實現理想和貢獻自己，這個家是一起共同擁有的，每天耕耘及共存共享的一個家園，這個感受是筆者在今年一月份三天所帶領的退修營中深刻的體會。

什麼是<人類大家庭及共享的家園>？在《願祢受讚頌》五周年紀念禱文中正引證着：慈愛的主，創造天地萬物的天主，祢以祢的肖像創造了我們，並使我們成為所有受造物 and 人類共同家園的管家，明愛的團隊就是以主的肖像來管理這家園。

在這三天圓滿的退修中，我們每位的家庭成員都一起享受一個為自己而設的沉思默想的神聖空間，回味過去深刻的經驗，內心觸動的感受，連結他人、大自然及上天的種種禮物，發現到這個就是我們建立的人類的大家庭，這個家是關顧人的整體，由個人的圓滿的身心靈出發，而去服務他人的一個家。因此，這三日兩夜的周年退修，正是上主特別安排及滋潤心靈的一份禮物。從個人、團體、組織，體現着明愛的靈性精神，也連結了天地人的和諧及共融。

筆者十分榮幸，能參與設計及得到閻神父的信賴及邀請，帶領今次明愛的集思營，並開放地支持以靈修來設計整個集思營，關顧團隊領袖們的靈性成長，好使大家與自己、他人、團體，重新連結，這個從內心深處出發的一個旅程，正是上主特別的安排與祝福。

由於得到閻神父及核心團隊的支持及合作，三日兩夜的整個退修，成為了各領袖的一次個人心靈的朝聖之旅，也是這個家每位團隊成員的一次深層接觸。

家的心靈相通，需要人與人的深情連結。在每天一起的靜默中，回味過去工作和服務中，以及在深刻的感受中，都一一顯露出來。在高低低的思緒中，大家分享了個人，與服務對象的情景，最特別的及深刻的，就是特殊教育團隊的一些片段，在當中我更體會上主的恩典足夠使用，在這個分享個人服務單位的深刻經歷時，特殊學校老師與學生深層的心靈故事及個人犧牲，觸動着每人的心靈，大家眼泛淚光，心與心就在這心靈家園中連結起來，似乎大家都在寂靜中頓悟了個人及團隊在明愛這家園中的深層意義，上主的愛在人與人之間呈現出來，同時在服務那些最需要的，最無助的一群中得到了喜樂，大家的心連心，盡在不言中。正如《願祢受讚頌》五周年紀念禱文所說：在這充滿試煉的日子裡，願祢能特別與那些最貧窮的和最遭遺忘的一群同在；求祢把我們的恐懼、焦慮和孤獨轉化為希望，好讓我們經歷心靈的真正轉化。

此外，明陣的心靈之旅，正是天、地、人的融和。明陣是天主教傳統的覺醒的步行，在大自然中，每人放下一切煩惱，又或奉上一切喜與憂，跟隨那地上的明陣圖案漫步行走，有些人沿途思緒不絕，有些欣賞內心或外面的一草一物，大家步伐雖不同，但是在這朝聖旅途中，大家都是邁向中心的主。同時，在這旅途中有時與祂十分親密，有時距離稍遠，但深信祂永遠不離不棄。

在其中的一個晚上，我們燃亮起燭光，分享內心感受後，把燭光傳到另一位同事，邀請分享，每一位訴說的故事與感受都不同，就在這裏我們燃點着心火，在明愛大家庭中不斷燃燒着。正如《願祢受讚頌》五周年紀念禱文中所說：求祢擴闊我們的思維，撫慰我們的心靈，好讓我們能看顧祢所創造的一切。

筆者更看見喜樂和盼望，在一起反省及回味的總結時間，大家都依依不捨，似乎十分享受這個特別的旅程，在忙碌的日程中，大家很高興能有這難得的空間，連結自己內心，過去，人與物，以及上主在明愛經歷的種種奇妙奧蹟，在這種天地人的生命共融中活出真實，激勵每人的心靈。

在個人及團體的努力下，一心朝向上主，建立共同的家園，不斷澆灌栽種，從這寧靜的空間裡，我們互相支持，互相交流，一同參與，一同與主相遇。祝願大家《願祢受讚頌》五周年紀念禱文中所說：求祢教我們…表現出積極的團結共融，使我們勇於作出所需的改變，以謀求大眾的福祉。

社會福利署 2018-19 年度 老有所為活動計劃

由明愛元朗長者社區中心舉辦的「幸福 More 添鄰」活動計劃，榮獲社會福利署 2018-19 年度「老有所為活動計劃」的「全港最佳一年計劃季軍」及「元朗區最佳活動計劃」。計劃主要透過微電影分享及製作手工藝品，由一班受訓的義工，向長者、護老者及青少年分享生命教育，珍愛身邊人信息。



◆ 長者製作心意咭，向家人及友鄰表達謝意

而明愛西貢長者中心的「耆青共獻鄉間情」計劃，則榮獲「突顯長者貢獻獎」。此計劃動員長者義工探訪居於鄉郊的長者，為他們提供簡單的健康檢查及講解社區資源。



◆ 經過訓練的長者義工特意到偏遠的村落，為長者進行量度血壓及剪髮服務

護理關懷天使 2019



◆ 得獎者之主管們到場齊賀獲獎同事

安老服務六位任職安老院舍的保健員及個人護理員，榮獲「護理關懷天使獎」，其中一位更獲頒「最鼓舞人心獎」，而另一位得獎者則得到資助，免費參加大阪安老護理考察及交流團。此獎勵計劃由香港社會服務聯會主辦，並由伍潔宜慈善基金贊助，目的為鼓勵及嘉許青年人投身護理行業，同時促進年輕從業員的交流及支援。

二零一九年度明愛籌款運動閉幕典禮

團結共融 成績美滿
籌得善款超過 3490 萬



得獎名單



賣物會最高籌款攤位獎

| 地區 | 冠軍 | 亞軍 | 季軍 |
|-----|----------|-----------|------------|
| 港島區 | 聖瑪加利大堂 | 聖母無原罪主教座堂 | 聖猶達堂 |
| 九龍區 | 明愛醫院 | 聖老楞佐堂 | 明愛九龍社區中心 |
| 荃灣區 | 明愛康復服務 | 聖多默宗徒堂 | 葛達二聖堂 |
| 元朗區 | 聖瑪竇宗徒堂 | 贖世主堂 | 明愛元朗長者社區中心 |
| 沙田區 | 聖母無玷聖心書院 | 聖方濟堂 | 聖本篤堂 |
| 長洲區 | 長洲花地瑪聖母堂 | 長洲聖心學校 | 長洲聖心幼稚園 |



慈善獎券最佳銷售獎

| 地區 | 冠軍 | 亞軍 | 季軍 |
|-------|------------|----------------------|----------------|
| 幼兒教育組 | 嘉諾撒聖心幼稚園 | 聖保祿幼稚園 | 德望小學暨幼稚園(幼稚園部) |
| 小學組 | 聖保祿學校(小學部) | 嘉諾撒聖心學校 | 嘉諾撒聖心學校私立部 |
| 中學組 | 聖保祿學校(中學部) | 嘉諾撒聖心書院 | 嘉諾撒聖瑪利書院 |
| 堂區組 | 聖母無原罪主教座堂 | 聖十字架堂 | 玫瑰堂 |
| 公開組 | 工銀亞洲 | 明愛醫院* | 聖保祿醫院 |
| 明愛組 | 嘉諾撒醫院(明愛) | 明愛專上學院 明愛李嘉誠護理安老院 | 明愛社區教育服務 |

*已由醫院管理局管理

籌款總成績最佳單位

金輝大獎
明愛醫院

鑽輝大獎
工銀亞洲

銀輝大獎
聖母無原罪主教座堂



明愛暖萬心

慈善晚會

2020年7月18日

星期六晚上8:30-10:30

翡翠台播出

凝聚力量 • 齊抗疫 • 相扶持

樂韻心曲 • 展關愛 • 傳希望

當晚捐款熱線 1835 333

(晚上 8:00 - 11:00)

善款可直接存入以下銀行戶口

| | | | |
|------|---------------|----------|-----------------|
| 工銀亞洲 | 701-036002288 | 招商永隆銀行 | 601-00357394 |
| 恒生銀行 | 388-098311668 | 南洋商業銀行 | 472-00373388 |
| 集友銀行 | 730-00193535 | 華僑永亨銀行 | 828-161792001 |
| 滙豐銀行 | 502-201536001 | 中國銀行(香港) | 012-72120060920 |

繳費靈

商戶編號 : 6126

劃線支票

支票抬頭請寫「明愛之友」

7-Eleven 便利店



4619 9002 2061 1800 124

網上捐款



八達通

