

以愛服務 締造希望
Love in the service of hope

童真無價



明愛 ✱ 情報

第 39 期

2021年3月

www.caritas.org.hk

情報目錄

第 39 期

01	封面
02	目錄
03	總裁的話 《德·悟·得》 - 童真無價
04	助總的話 《基督信仰分享》 - 彼此相愛（一）
05	《愛·迪·生》
06	《愛·因·思·坦》 《眾位弟兄》：教宗方濟各社會通諭與明愛精神（下）
08	《愛·服務》 08 康復服務 - 童真無價 09 扶幼服務 - 皮影戲 10 家庭服務 - 賽馬會「童亮·同玩」親子盒 11 家庭服務 - 夥拍 32 間幼稚園 / 幼兒學校 支援幼兒及其家庭 12 家庭服務 - 暢出正能量 13 職業訓練及教育服務 - 「舞」出真我 童真無價 14 學前教育服務 - 孩子的體驗 — 吃苦瓜 15 醫療服務 - 阻塞性睡眠窒息症抗疫錦囊
16	《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》 22 明愛樂協會慶祝創會 52 周年 23 這麼遠 那麼近 — 疫情下寶貴的親子時刻
24	《愛·祝福》 24 共同對抗性侵犯的未來旅程 「打開 9/10 之門」 25 樂遊震夏學習天
26	《愛·分享》 2021 工銀亞洲明愛「步中情」線上行

誠徵稿件

下期主題：「青春無悔」

截稿日期：2021 年 5 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 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 TAM Ka Yi

編輯校對 Celine WU

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



童真無價

「你們讓小孩子們到我跟前來，不要阻止他們！因為天主的國正屬於這樣的人。我實在告訴你們：誰若不像小孩子一樣接受天主的國，決不能進去。」（路 18:16-17）。從這段聖經，我們可以清楚了解小孩子在耶穌心中的崇高地位。

相信大部份人都會同意：孩童年代是人生中最開心的階段。孩童時無憂無慮，思想單純，朋友間相處真摯、直率。一顆糖果，一個笑話，都足以樂透半天。小孩子代表了人的童真、單純和坦率，未受外在人、事、物污染，對人際利害關係和社會規則約束，毫無機心。這也代表了人的本性——天主內純潔的愛。本來，人藉著這股愛的動力，能夠追求並完成自己被上主創造的目的，從中快樂地生活。

可惜，隨著時間歲月的流逝，人漸漸長大，往往變得複雜起來。為了生活、工作、家庭、金錢和一己私慾，人容易產生自我保護和防禦機制，對他人失去信任，互相猜忌，甚至爾虞我詐，掉入惡性競爭的漩渦中。歸根究底，是因為人受錯誤和扭曲的價值觀薰陶，以為自身利益比任何人、任何事物重要。將追求財富、手握權勢、擁有名譽、地位等視為人生目標，這使人失去純真和善良的本性，忘卻人與人之間原來的共融關係。

走在失去童真的路上，人往往樂此不疲。直至有一天，靜下來反思人活著的意義，想尋回童真時，卻發現好像在濁流中尋找清泉般困難重重。生命中並不是外在擁有的事物使我們的人性綻放光輝，而是人內在的美善，才使人性永恆無價。

人性是不可以外在的財富、名譽、地位等評估的，它是一塊無價寶，引導我們達至真、善、美，使我們保持童真本性，與他者和睦共融，互相欣賞對方的優點，並為所擁有的一切常懷感恩。倘若我們不珍惜這瑰寶，就會變成「雙失」人士——失去人性，也失落童真。

讓我們時刻保持童真，在追求學問和待人接物上，綻放真摯、純潔與無欺的人性。讓我們彼此互勉，共同努力，展露人性最珍貴、最光輝的一面。



閻德龍神父



基督信仰 分享

彼此相愛（一）

我們若要談論彼此相愛，它的基礎必須從基督信仰開始。

「彼此相愛」它可解作為：（1）從天主的角度看，天主是愛。天主造人是為讓人分享祂的愛，祂為了救贖人類，甚至賜下祂的獨生子。（2）從人的角度看，造物主天主本身是無窮美善，可愛無比的，人應該愛天主在萬有之上，並為了天主而愛人如己。

另一個解釋：愛是用來表達人世間最優美和最親密的狀況。中國用「仁」替代愛。天主是愛，因愛而創造並救贖了人類。人分享天主愛的奧秘之餘，應盡力回應天主的愛；愛天主在萬有之上，並愛人如己。這就等同「愛德」及「愛宴」(Charity 及 Agape)。

甚麼是天主的愛？

愛是一種很抽象而又無法用筆墨形容的一種超美感覺。有「愛」的人擁有喜樂、平安、滿足感。愛使人精神爽利，充滿生命力。

若望一書 4 章 7 至 10 節教導我們應該彼此相愛，因為愛的根源是天主。不是我們先愛了天主，而是祂先愛了我們。聖父因為愛賜給我們祂的獨生子耶穌。耶穌為了我們的罪而捨命被釘在十字架上，祂流出的寶血，洗淨了我們的罪污，讓我們得到永生。

耶穌不但為我們捨命，也盡最大的力量主動地去建立人與人之間的友愛。天主讓相信祂而重生得救的人擁有這一份寶貴的愛，讓我們藉著這個重生得勝的生命，付出一模一樣的愛分施給他人。

讓我們來看看聖若望和聖保祿怎樣道出天主是愛的例子：

- 聖若望在若望一書 3 章 16 節說：「耶穌基督為我們捨棄了自己的生命，我們也應當為弟兄們捨棄生命。」
- 聖保祿在羅馬書 5 章 8 節說：「基督在我們還是罪人的時候，就為我們死了，這證明了天主怎樣愛我們。」

彼此相愛到底是甚麼意思呢？

若望福音從 13 章到 16 章記載了耶穌最後公開傳道時的教訓和安慰。內容包括了天主與世人，以及人與人之間的關係。

耶穌在若望福音 13 章 34 節裡說：「我給你們一條新命令：你們該彼此相愛；如同我愛了你們，你們也該照樣彼此相愛。」根據聖經學家說，「彼此相愛」在整本聖經出現了 15 次之多，「彼此相愛」這真理貫穿了整本聖經的中心思想，可見「彼此相愛」這句話對基督徒來說，是非常重要的。我們的生命若果缺乏了愛，世界就會變得冷漠無情了。耶穌渴望每位基督徒都能實踐這真理。祂不是勸勉或建議，而是鄭重地提醒我們這是個重要的命令，意思是要我們遵守和具體地生活出來。

主耶穌說：「如同我愛了你們，你們也該照樣彼此相愛。」基本上整個基督信仰都是以「愛」為基礎和中心。聖保祿在格林多前書 13 章 1 至 4 節教導格林多團體「愛要超越一切」。人若沒有愛，就好像鳴的鑼、響的鈸，他的生命沒有作為，他所講的說話沒有任何價值。（待續）



梅杰神父

愛·迪·生

帶著孩子的天真去看世界。

帶著孩子們的膽識走近世界。

用孩子們的準備愛世界。

用純淨的孩子治愈世界。

用兒童的智慧改變世界。

— 尼爾·唐納德·沃爾施



有些人說人的一生路遙漫長，但亦有不少人感嘆時光飛逝，何其短促。究竟是長是短、是快是慢？見仁見智，難有客觀標準。在似水流年的旅程中，我們遇到不同的乘客，面對許多抉擇，品嚐各種滋味，穿梭於展望與回顧之中。剛說了一元復始，萬象更新，轉眼又已是暮春三月，細雨紛紛。時光荏苒，冬去春來，變幻是人生；周而復始，不變是浩瀚宇宙中的定律。在新一年，我們選擇了「童」、「青」、「成」、「老」四個人生階段為情報主題，與大家一起檢視珍貴歲月的留痕。

現今科技雖是昌明，但實質年齡也容不下我們走回頭路。然而，能否保持心境青春，活潑躍動則有較多自主，更為重要。人就是矛盾的動物，年幼時希望快些成長，可獨立自主，但到某階段又常記掛有父母在旁，守護庇蔭的日子。到年老時更不時想返老還童，偶爾會撒嬌爭寵，渴求得到關注陪伴。

「童」代表著生機和開始，包含了一份無價的真和稚。在未接觸太多人和事，未受太多外界物慾影響時的初心。簡單而直接的感受，活著的基本需求，喜怒哀樂，吃喝玩樂也是反映一種稚子的單純！說到童真，未必一定是孩童的專利。童心也可是跨年齡的，那是埋藏在每個人的身上，不期然地流露。在循環中，很多不同年齡層的特質都會反覆出現。不過不得不承認，種植有時，收割有時，工作有時，休息有時。在不同的階段，我們擁有不同的身份角色，因此要學懂克制，做恰如其分的事。雖有點束縛規範的感覺，但若每個人都率性而為，沉醉在自我的世界之中，那亦未必是共融的文明社會最理想的境況。

常感慨這個年代的童孩很早熟，小小年紀的複雜思維，攀比猜忌，利益權衡遠超我們成人預期。此刻回首，童年已太遙遠，印象也變得模糊。有時望見粉臉無瑕的嬰孩或爛漫無邪的小童，那純、美和善確實可愛動人！窩心的笑容，明亮的眼光，滿載憧憬好奇，無憂無慮。對新世代而言，寶貴的童年似乎越來越短。童真無價，期望他們懂得珍惜，在這人生旅程的起點，為自己添上喜歡的色彩，享受踏在不怕跌倒、勇於探索、沒有枷鎖、充滿無限可能的路途上。千萬不要走過後才追憶那無拘無束的天真歲月，那千金也換不來的「清純」和「真摯」。

— 總編的話



愛 因你同行 思 坦然分享

黎天姿博士

- 英國劍橋實踐神學博士
- 香港理工大學工商管理博士
- 曾任投資銀行及教育集團資深人力資源主管
- 現任香港明愛靈修顧問
- 香港聖神修院神哲學院客座教授
- 教區生命倫理資源中心研究員
- 英國劍橋 Margaret Beaufort Institute of Theology 研究員
- 英國 Anglia Ruskin University 實踐神學博士生導師



上一期談到教宗方濟各於去年發表的最新一道通諭《眾位弟兄》，並探討第一及第二章節中應對現時多變世代的一些回應和警醒，今期黎天姿博士將繼續為大家分享這道通諭與明愛精神之間的關係。

《眾位弟兄》： 教宗方濟各社會通諭與明愛精神(下)

上期主要講到眾人都有責任去建設一個美好和平的社會，人與人之間應該互相支持、鼓勵和補足，亦須憐憫和扶持弱小。但是面對現時社會的各種挑戰，《通諭》又給予我們甚麼啟示？《通諭》第三章「思考和締造一個開放的世界」中就指出須依據「普世幅度」的愛之能力的原則（83 號）。在紛爭中，不和諧的社會氣氛中，我們如何像教宗在這一章中勉勵我們「走出自己」，好能在他人身上找到「生命的成長」（88 號），讓我們走向「普世共融」的愛的動力，向近人敞開心胸（95 號）？面對紛爭或不和諧的環境，首先我們需要反思，如何能運用更敏銳的觸角，以靈巧的手法和危機管理的意識來提供服務。

團結互助 締造和平友愛



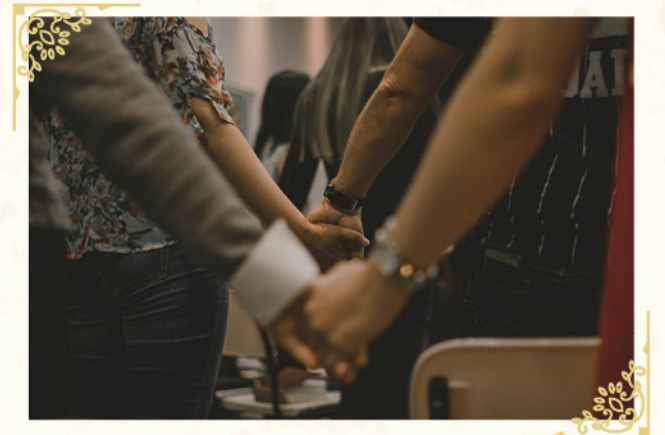
明愛總裁閻德龍神父常提醒我們，明愛需要做好自己的宗旨，那必定需要一股很大的動力，並無懼那必然帶來的挑戰。面對種種的挑戰，用愛來締造希望，愛與服務，就是那十字架的象徵。我們不單是辛勞的去做，而是用愛去服務，助人自助，就是明愛的精神。十字架中愛的精神，包含犧牲及付出，同時十字架也意味著平衡。《通諭》

提醒道，人類生命的精神情操其實是由愛來界定的，愛讓我們為他人的生命尋求最好的一份（92-93 號）。團結互助和兄弟情誼的意識在家庭中誕生，而明愛就是這家庭，它肩負著「首要和不可或缺的教育使命」，家庭中每位成員，都應得到保護和尊重（114 號）。

因此，當我們服務社會及他人時，必須醒覺在努力工作的同時，不要迷失，愛讓我們為他人的生命尋求最好的一份。與此同時，也需要懂得愛我們自己，身心靈的平衡，使我們更關愛明愛家庭中的每位成員，並激勵出愛的動力，好使我們享受工作的意義和滿足。假如團隊上下充滿這份愛的心靈，無論遇到任何挑戰，所有的弟兄姐妹，都可享受和平、友愛。

尊重有禮 寬恕待人

《通諭》第五章論述「最好的政策」，這種政策就是愛德最珍貴形式之一，因為它為公益服務（180 號）且懂得人的重要性，將人視為開放的類別，樂於交流和對話（160 號）。第六章談論「對話與社會友情」，而且提出生命如同「相遇的藝術」這一概念，即與眾人相遇，因為「從每個人身上都能學到一些東西，沒有一個人是無用的」（215 號）。教宗特別提到「禮貌態度的奇跡」，這是一種需要恢復與人相處的態度，相信我們在明愛群體中，上下皆相互尊重及以禮相待，因為「禮貌態度的奇跡」是「黑暗中的一顆明星」，是一種「釋放」，將人從當今時代佔主導地位的「無情、憂慮和分心帶來的緊迫感中釋放出來」（222-224 號）。



在每天繁忙的工作中，假如我們每天都用新的心情，過著第七章提倡的「一種新相遇的行程」，便可促進和平及對其價值進行反思。教宗亦強調，和平是「主動的」，並建基於為他人服務和力求達到修和及相互發展的社會。每個人都必須盡自己的本分來達致和平，這個任務永無止境（227-232 號）。與和平相關的是寬恕：需要毫不揀選地愛眾人，並幫助他轉變（241-242 號）。

寬恕並不是說讓犯錯的人免於處罰，而是履行正義和保持記憶，因為寬恕不表示忘卻，而是放棄邪惡的摧毀力和復仇。此外，保持對善的記憶也很重要（246-252 號）。當我們每天洗滌身心，以充滿善良和美好的期望來建設眾兄弟姊妹的友愛大家庭，我們就是活得自由和圓滿。

童真無價

兒童為本遊戲治療(Child Centre Play Therapy)讓兒童在最少干預下，自主地、自由地展現最「童真」的一面。在遊戲治療開始時，社工會說：「呢度所有玩具你都可以玩，你可以用你自己的方法玩，我會喺度陪住你。」

恩恩(化名)是一名4歲的自閉症兒童。家長表示女兒容易焦慮，且在家裡會經常無緣無故地大哭。社工邀請媽媽與恩恩進行兒童為本遊戲治療。在遊戲室裡，恩恩選了幾隻「恐龍」，並要牠們「比武」，惡鬥十多分鐘，恐龍一邊「出招」，恩恩更會配上繪形繪聲的「對白」。「你唔好走，我捉到你喇！」在場觀察的恩恩媽媽覺得有點奇怪，因為女兒平時不會玩這種玩具，問社工她是不是有問題？



兒童為本遊戲治療讓兒童能自主地、自由地展現童真的一面

社工表示，家長一般不常購買這類「兇惡動物」玩具；恩恩在遊戲室玩兇惡動物，一般都與負面情緒有關，她不避開兇惡動物，而且要牠們比武，反映恩恩嘗試用這方式去表達內在的負面情緒而沒有壓抑，就情緒發展而言是健康的。媽媽在家居進行多次遊戲治療後表示，恩恩無故哭鬧的次數明顯地減少了。

樂苗學前教育及訓練中心主要為0-6歲有特殊需要兒童，提供專業訓練和家庭支援服務。近年，中心社工指導家長在家居進行「特別遊戲時間」，透過學習尊重兒童的步伐，家長對子女的感受愈來愈敏銳，同時察覺兒童將現實中無法掌控的部分化為可掌控的，展現更多的自主、想像力及創造力。當中最重要是要學懂尊重和欣賞「童真」本性的發揮，而「童真」正是一份天賦無價的瑰寶。

兒童在遊戲室內會接觸家長一般較少考慮購買的玩具



不干預的氛圍讓兒童按自己的步伐與方式處理負面情緒



皮影戲

自由遊戲時間是孩子在幼兒學校最喜愛的時光之一。他們充滿動力、好奇心，從環境與友伴的互動中發現影子，於是利用電筒照出物品的影子，樂此不疲地與友伴共同玩耍、探究，合力創造遊戲的環境，童趣歡樂處處。

老師和高班小朋友在課堂上討論為甚麼會有影子；孩子從遊戲和不同的探索實驗中，觀察影子的變化；他們更透過皮影戲探討光源距離和影子大小的關係。老師讓孩子從生活中發現奧妙，吸引小朋友愛探索事物的興趣，從而引發了他們做「皮影戲」的動機。

當小朋友運用顏色玻璃紙看周邊的景物時，他們發現顏色紙透光，興高采烈地說要做彩色皮影戲。孩子充滿想像力，創作了一個溫馨、緊張而有趣的故事《粉紅豬的生日》。正當他們準備按照創作的故事內容製作道具時，卻因疫情影響，老師和學生又需要回復非面授課堂了！老師想這是一個讓孩子有更多不同體驗的機會，於是提供材料給小朋友與家人一起在家裡製作故事中的皮影偶。孩子向家人細說「皮影戲」劇本，一起合作運用皮影偶演說故事，戲本隨著一家人的生活逸事，由孩子靈活編劇，展現他們的天真無邪，樂活解難，帶動家人共享歡樂。

透過家長在網上分享的「皮影戲」，可見此活動能延伸孩子的學習經驗和興趣，同時感受到小朋友的童真童趣，充滿笑聲的正能量。即使在過程中遇到困難，孩子們也會想盡辦法克服解決，我們深深感受到他們的成長與進步！相信在「皮影戲」活動歷程中，不但增進了家庭成員的彼此溝通，建立良好的親子關係，還締造了一段又一段溫馨和諧的家庭生活曲譜。



✱ 小朋友製作的皮影偶



✱ 一家人合演皮影戲



✱ 孩子利用電筒照出物品的影子

賽馬會「童亮·同玩」親子盒

疫情期間鼓勵在家親子互動



親子盒的六大遊戲主題盒

本計劃獲大館協力參與，由跨專業團隊，包括教育心理學家、幼兒教育工作者、社會工作者、藝術工作者、言語治療師和體適能導師等合作設計。計劃共製作兩款親子盒，分別於 2020 年 12 月至 2021 年 2 月期間免費派送給全港幼稚園教育計劃下，超過 13 萬名 3 至 6 歲的幼稚園學生及其家庭。親子盒包含多項幼兒成長主題的遊戲活動，目的是鼓勵親子互動，增進親子關係及家庭和諧氣氛。在疫情期間，獻上關懷和鼓勵，為香港幼兒家庭打打氣。

親子盒內容參考教育局《幼稚園教育課程指引》(2017) 中的發展目標作為設計活動的方向，包括認知和語言發展、身體發展、美感發展、情意和群性發展，以及品德發展。「親子盒 1」以故事形式介紹香港六個景點，包括大澳、獅子山、大館、山頂、赤柱和濕地公園，並引入 18 個結合影視技術的親子活動。

而「親子盒 2」則參照正向心理學和品格強項設計，透過「希望」、「感恩」和「歡欣」為主題，創作故事和遊戲活動，培養幼兒良好的品格特質、正面情緒和建立快樂感。盒內包含了 18 個遊戲小盒，配備 18 套遊戲物料。「親子盒 2」的設計運用了擴增實境 (AR) 技術，將平面設計變成立體動畫；其中 3 個小盒子更可拼成火車，與大盒的 AR 路軌合成一個遊戲活動，令這個親子活動增加無限想像及創意空間。希望「親子盒 2」能夠帶給家長和幼兒歡樂的親子時間。

新冠肺炎疫情持續，全港中、小學及幼稚園再次轉為網上授課。不少家長憂慮會影響孩子學習進度，而且長期留在家中或阻礙身心發展。疫情期間，家長的焦慮情緒亦令親子關係變得緊張。在香港賽馬會慈善信託基金捐助下，香港明愛及香港基督教服務處聯合籌劃製作「賽馬會『童亮·同玩』親子盒」，包含多項幼兒成長主題的遊戲活動，為幼兒家庭提供一套嶄新好玩又互動的學習資源，支援幼兒在家透過遊戲持續學習和成長。



同工到學校向校長與家長簡介親子盒



媽媽陪伴小朋友體驗親子盒的樂趣



家長體驗親子盒

明愛學校社會工作服務 — 幼稚園

夥拍 32 間幼稚園/幼兒學校

家庭服務

支援幼兒及其家庭

明愛學校社會工作服務 — 幼稚園在 2019 年開始提供駐校服務，夥拍 32 間幼稚園 / 幼兒學校，攜手及早辨識及介入有福利需要的幼兒及其家庭。

在 2020 年 9 月，我們舉辦了網上校長會，由明愛家庭服務義務律師麥詠恆女士講解「如何支援在管養及照顧權安排上有困難的家庭」，並由家庭服務總主任林綺雲女士介紹明愛在全港各區提供的服務。感謝我們的夥伴學校給予我們服務的正面肯定和讚許，實在令我們鼓舞。



網上校長會合照

在疫情期間，我們與學校攜手向有需要家庭送贈口罩、濕紙巾等防疫物資，亦配合同學網上學習的需要，協助申請平板電腦及免費寬頻安裝等。同時亦派發餐飲券及購物券，並為有需要的家庭申請不同的抗疫基金，盼望與校方攜手合作，幫助有需要的家庭度過這段不一樣的日子。



為有需要家庭安排申請平板電腦



疫情初期物資短缺，明愛得各界善長捐贈超過 15,000 個兒童口罩應急，與學校合作安排派送



幼兒收到濕紙巾，讓約看到他們口罩下的微笑



暢出正能量

明愛家庭服務使用者 奇恩

音樂是人類的共通語言。世界上有不同的文化、背景及方言，而優美的旋律與歌聲卻能無國界地令人徜徉於其中，帶出和諧且娓娓動人的故事。感謝天父給予我唱歌這恩賜，我常開心歡喜地哼唱不停，亦有在外表演。直至寫了「明愛恩典」便開始了寫勵志歌的興趣，更開心的是獲得明愛展晴中心邀請，在明愛新界西學校社會工作服務的網上音樂工作坊分享寫歌點滴。

「暢出正能量」音樂工作坊的參加者是一群來自不同中學的同學，我獲邀示範唱自己一首作品，可是我的作品都是關於鼓勵戒賭、夫妻關係及歌頌社工，不太適合分享給青春綻放的年輕人，於是我很大膽地決定寫作一首新歌。我習慣在寫歌前先禱告，深信主會幫助我。匆匆地完成了初步的吉他和弦伴奏，勉強可以「出爐」了。

那天，我很欣賞同學們放下打機上網的時間，一齊學習寫歌，抒發情懷，比在網上閒聊更來得健康充實，真的要讚賞舉辦「暢出正能量」的社工朋友們。我的作曲分享很直接，就是寫出當天我參與工作坊的感受，唱出我給同學們的鼓勵，分享我自己的人生經歷與得著，面對患難困境時應有的心態。聖經所教導的同心合一，彼此相愛扶持，就能跨過逆境，以堅定的信念去戰勝恐懼，就是希望唱出一個激勵的故事。

齊跨勝

作曲、詞：奇恩 主唱：奇恩 (19/12/2020)

開心，遇到你
朋友，你好嗎
願你平安一生，堅守信念
以愛去散發喜樂和諧

今天，內心歡暢
靈裡，共創新歌
在疫情之中，卻找到空間
和你唱出心中美意

朋友，願眾心緊扣
迷霧裡挑燈光照尋前路
憑著愛，與信心定可衝破
懷著盼望再創理想... WOW WOW

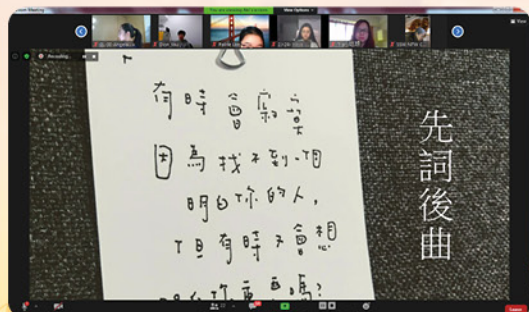
回頭看，我愛的這片地
患難中總找到出路
願攜手，合一彼此扶持
在愛裡與你跨勝
願攜手，目光胸襟遠大
在愛裡與你跨過
願攜手，合一彼此信賴
在愛裡同心跨勝...Fine

暢出正能量 X 明愛展晴中心



我非常享受聆聽同學及社工朋友的作品，從歌中聽到每一位都有其獨特的個性，沒有可比較的，也沒有高低之分。

從中我感受到每一位受造物的美麗，在音樂中我們就是這麼親近。感謝明愛家庭服務的牽線，令我可以融入這個愛的大家庭，也期望早點聽到同學們的完成品。



「舞」出真我

童真無價

明愛馬鞍山中學 錢亮熹老師

明愛馬鞍山中學舞蹈組是校內熱門的課外活動小組，成員們一直以來都不計付出，全情投入，展現對舞蹈的熱愛。除了每周恆常排練課，組員有時需在晚上參與基本功和毯子功訓練課。表現較突出的成員會報讀香港演藝學院的應用學習課程 (APL) 和青年精英舞蹈課程 (GYDP)，有些更會跟隨專業舞團作練習。

畢業生韋羅瑩是舞蹈組裡首位考進香港演藝學院舞蹈系的成員，她坦言慶幸自己遇上舞蹈，因而改變。她說：「我常懷感恩，遇到良師，帶我走進舞蹈的世界。有人認為舞蹈會有傷有痛，但我對藝術十分熱愛，一切都變得值得。以往，我對任何事情經常只抱有三分鐘熱度。自從我學舞後，便不再輕言放棄，至少學懂凡事都要盡力而為。」



畢業生韋羅瑩

能讓同學保持純粹的初心，保留對活動的投入與熱情，是我校為學生舉辦表演藝術訓練的理念。因為我們並不把「回報」和「戰績」放在首位，反而看重同學們投放了多少「心血」。現今社會功利為先，我校致力讓學生在求學時期抱著不算計、不功利的態度，全情投入到自己的興趣裡，保存內心無價的童真，並從中發掘自己的強項，開展絢麗的人生。我們知道，這才是教育的真義。



黃渭瑜老師與舞蹈組成員合照

事實上，舞蹈組的組員並沒有讓師長失望，時時表現出對舞蹈的熱愛和投入。縱使在強校林立的賽場上，卻從未懼怕，反而屢創佳績，十分爭氣。「論對舞蹈的熱誠，同學們不輸半分，我們相信『以數量換質量』，未來會繼續努力爭取佳績。」舞蹈組負責老師黃渭瑜總是以此作為信念。她屈指一算，我校歷來從校際、區際、全港和國際性賽事，已累得近三十多個舞蹈獎項。當然亦有畢業生繼續精進舞藝，在舞壇發光發亮，向成為舞蹈家的目標進發，實現那自初中已開始萌芽的純真夢想。

鼓勵和訓練學生沉浸其中，從「心」出發，「舞」出真我，是舞蹈組甚至我們明愛馬鞍山中學上上下下的信念。起初如何，今日亦然，之後亦復如是。



平時練習情況



舞蹈組團體與獎項大合照



孩子的體驗 — 吃苦瓜

學前教育服務

明愛凌月仙幼稚園 葉少芬校長

有一天，收到一位五歲孩子的情信，信裡小朋友分享了他的一次真實體驗，就是吃苦瓜。以下是信的內文：



「葉校長：妳好！今天我和媽媽一起去街市買了一條苦瓜，苦瓜圓圓長長的，表面凹凸不平，裡面有苦瓜籽。我用水洗乾淨後，用刀把苦瓜切成十塊，媽媽再切成一片片。媽媽煮好苦瓜炒蛋，我試了一口，吐了出來，苦瓜好苦呀！我不喜歡這種味道。葉校長，你喜歡吃苦瓜嗎？」

苦瓜是一種特別的食物，味道帶點苦澀，但當經過烹煮後，亦能散發出甘香的味道，雖則如此，一般兒童未必會喜歡吃苦瓜。然而，這位可愛的孩子，本身對食物的味道甚為敏感，是次在鼓勵下，真的接受挑戰，和媽媽一起購買和烹煮苦瓜。過程中他對苦瓜有所發現，最終經過烹煮後，他也試了一口，然後便確定苦瓜真的很苦，他不喜歡吃，信末還向我提問是否喜歡吃苦瓜。

看著這封信，心已被孩子的真情溶化，而我更把握這個機會，告訴他我嘗試在苦瓜加上砂糖和牛肉，便成美味的「苦瓜炒牛肉」，我愛吃苦瓜……雖然他聽了後表現疑惑，最後還是回應會和媽媽再次嘗試煮苦瓜。

受疫情影響，幼稚園大部分課堂都是非面授課，但兒童的學習仍是多元化而豐富的，老師經常鼓勵孩子在家進行不同的活動或遊戲，期望讓孩子充實生活，並從體驗中增強對事物的好奇心，促進他們持續主動探究知識和真理，貫徹「教育即生活」的理念。

我雖然未知何時會收到孩子下一次吃苦瓜的分享或報告，但是在是次經驗中，欣賞孩子學會持勇氣面對吃苦瓜這個新嘗試，當中更以親身烹煮苦瓜作為行動實踐，從求證過程中促進科學探究精神，繼而認識苦瓜的特性並分享吃苦瓜的感受。這個學習歷程，也是我們明愛幼教服務所倡導的「思言起行」教學策略。目的是誘發孩子創意思考，鼓勵表達所思所想、繼而起動心中的計劃，坐言起行實踐，最後與別人分享獲得的經驗。欣喜見到孩子在家校同心下，實踐了這次有趣而難忘的體驗式學習。



事件後記：這是我當晚的晚餐，也是我給孩子真實的驗證和回覆

睡眠窒息症病人 抗疫攻略

醫療服務

寶血醫院（明愛）
呼吸系統科 鄭國柱醫生

全球新冠病毒大流行，大家都戰戰兢兢去防疫，患有阻塞性睡眠窒息症 (Obstructive Sleep Apnea, OSA) 的病人更加要留神。英美的睡眠醫學專家 (American Academy of Sleep Medicine, American Alliance for Healthy Sleep, British Thoracic Society, British Sleep Society) 發出以下聲明及建議：

- 1 目前沒有證據顯示阻塞性睡眠窒息症會增加病人感染新冠病毒的風險。
- 2 但是，患有 OSA 的患者可能會同時患有心臟病或呼吸道疾病等，這就可能會增加他們感染新冠病毒的風險。
- 3 同樣沒有證據表明使用 Continuous Positive Airway Pressure Therapy (CPAP)/ 持續正壓呼吸機令人更容易感染新冠病毒。
- 4 優質睡眠對保持免疫系統強大和抵抗疾病很重要，充足的睡眠還可以幫助大家的身體從疾病中康復，相反未經治療的嚴重睡眠窒息症可能會導致病人免疫力下降。
- 5 如果 OSA 患者沒有感染新冠病毒，他們應繼續進行 CPAP 治療。
- 6 但如果 OSA 患者不幸被感染了，請要確保他被隔離。新冠病毒的主要傳播來源是呼吸道飛沫，當新冠肺炎病人使用 CPAP 呼氣時，病毒可能從面罩上的端口（讓二氧化碳逸出）釋放出含病毒顆粒的氣溶膠 (Aerosol)。此等氣溶膠可以懸浮在空氣中數小時，有可能因而傳染附近的人。
- 7 即使 OSA 患者沒有新冠肺炎的症狀，在現時疫情大流行中，他們也可能想在另一間臥室睡覺並使用 CPAP，這有助於減少傳染其他人的潛在風險。
- 8 CPAP 使用者應經常清潔 CPAP 機器、管道、面罩和加濕器，至少每天清洗空氣管道一次，每隔一天清潔加濕器一次。儘可能由 OSA 患者本人負責清潔裝置，清潔機器單元和耗材時，應戴上手套和口罩。用家需要遵循 CPAP 製造商的建議清潔裝備，絕不要胡添亂加其他清潔劑。請更頻繁地更換或清除 CPAP 機器的過濾器。
- 9 使用合適的口罩或下巴帶，有助減少傳播病毒風險。
- 10 OSA 患者在戴上口罩和使用 CPAP 機器之前，請務必先洗臉和洗手。
- 11 不應與他人共用口罩和機器。
- 12 另外請睡眠窒息症病人務要小心保管好 CPAP 面罩和空氣管道，因為疫情有可能暫時造成 CPAP 配件供應不足。



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
明愛職業訓練及教育服務	明愛胡振中中學	奧比斯學生大使運動2020-21	2020-2021年度	學校	參與講座及舉辦籌款活動發揮關愛精神。	
明愛家庭服務	明愛九龍學校社會工作服務	Dream Catcher 成長計劃-網上小組/工作坊活動	2021年3月至4月	九龍中心	計劃為學生進行配對成為師友，透過（實體/網上）小組、訓練工作坊及互動交流，提升初中學員的學習動機、改善他們的社交能力及抗壓能力；而學長亦透過指導及分享，培養良好學習態度、自我管理及讀書技巧。	
明愛家庭服務	明愛九龍學校社會工作服務	正向思維網上活動	2021年3月至5月	梁式芝書院及獻主會聖母院書院	帶領學生體驗一系列的放鬆活動及減壓遊戲，增加學生間的連繫及支持，並幫助他們學習運用五種愛的語言及建設性回應向身邊人表達愛及感受，建立正向人際關係；亦透過學習不同感恩練習及覺察負面思維模式，幫助學生建立正向情緒及體會不同生活意義。	
明愛安老服務	明愛賽馬會照顧者資源及支援中心	護老者頻道 Carer Channel	2021年3月2、9、16、23及30日(二) 11-11:30am	Zoom	護老者頻道會邀請不同專業人士，為大家分享多元化護老資訊，內容包括：抗疫錦囊、拆解疾病迷思、護理資訊、社區資源、居家運動、認知訓練及減壓秘笈等等。	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心(東荃灣)	明愛賽馬會「家·友·導航」社區伙伴計劃—「家·友·導航」系列家長正向管教小組	1) 小組活動: 2021年3月4、11、18、25日(逢四，共四節) 2) 親子戶外活動: 2021年4月17日(六) 3) 重聚活動: 2021年4月29日(四) 10-11:30am (小組活動及重聚活動) 10am-1:30pm (親子戶外活動)	中心同心閣	認識正向心理學，學習正向管教的方法和結合不同的元素如園藝治療、靜觀，啟發家長在管教上領悟，從而了解子女的情緒需要，學習與他們溝通的技巧。	
明愛安老服務	明愛香港仔長者中心	我的喜躍人生	2021年3月5、12、19及26日(五) 2021年4月9、16、23及30日(五) 2021年5月7日(五) 10-11am	中心	用表達藝術及四道人生元素作介入，讓長者回顧及接納過去，增加對自己的肯定及認同，令生活更多正能量。	
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心(東荃灣)	「載望搖籃」：親職同行分享會Hope space	2021年3月5至26日(逢五，共四節) 7-9pm	中心小組(二)	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親職義工分享，探討因離婚而帶來對子女的影響、生活適應、和衝突處理等 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	信望愛
明愛家庭服務	明愛荃灣綜合家庭服務中心(東荃灣)	明愛賽馬會「家·友·導航」系列伴你歷「情」生命守門員培訓計劃	2021年3月9、16日(逢二，共二節) 7:30-9pm	中心小禮堂	透過兩節啟導小組，讓中小學家長及成年人認識及了解青少年精神健康問題，學習如何協助青少年處理情緒困擾，並在有需要時作出適當的轉介，為青少年自殺危機把關。	
明愛安老服務	明愛元朗長者社區中心	福群小組	2021年3月25日、4月29日及5月27日(每月最後一個星期四)	中心活動室	由資深教友與長者教友一同讀經、祈禱及進行靈性聚會。	
明愛職業訓練及教育服務	明愛粉嶺陳震夏中學	震夏人學習圈 English Rockers Program	2021年3月25日、4月29日及5月27日(四) 5:00-6:15pm	學校	透過遊戲及採訪，中四級資優學生與外國人士進行小組交流，給予學生使用英語溝通的機會，藉此增值學生的英語會話能力。	
明愛職業訓練及教育服務	明愛元朗陳震夏中學	四旬期頌禱會	2021年3月26日(五)	以視像形式進行	讓學生對天主教四旬期有更多的認識。	
明愛職業訓練及教育服務	明愛馬鞍山中學	感恩宴	2021年3月26日(五)	學校禮堂	透過感恩宴，學生能學懂飲水思源，以是次活動感謝小學老師的悉心教導，讓他們健康成長。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛香港崇德社幼兒學校	「爸爸孩子天」親子活動	2021年3月27日(六)	ZOOM/學校	活動對象為父親，透過親子遊戲活動，為爸爸與孩子建立正面的親子關係。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛凌月仙幼稚園	與書為友	2021年4月至5月	學校	鼓勵兒童與書為友，在家利用喜歡的圖書進行朗讀故事/講故事，然後請家長拍攝片段，學校將收集的片段製作成閱讀短片與家長分享，促進校園閱讀文化。	
明愛學前教育及扶幼服務	明愛香港太平洋獅子會幼兒學校	郊野公園幼稚園訪校活動	2021年4月8日(四) 10:15-11:00am	學校	為提高學生對香港郊野公園及動植物的興趣及認識，香港幼兒教育及服務聯會到校介紹香港的郊野公園，並透過各種遊戲向兒童傳遞愛護大自然的訊息。	

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	明愛屯門綜合家庭服務中心	節日童遊派對	2021年4月9至30日(逢五) 2-3:30pm	Zoom	透過音樂、遊戲、勞作環節及小故事教導幼稚園學生認識不同的節日，更會以輕鬆氣氛營造親子相處時間。	
明愛安老服務	明愛賽馬會照顧者資源及支援中心	按摩齊減壓	2021年4月12、19日及 5月10、24日 (一) 10:30-11:30am	中心	平日忙著照顧老友記的你，有讓自己歇一歇嗎？透過本小組，你可以安靜下來，學習按摩技巧讓自己放鬆一下。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	Pattern Drawing X 木製便條座工作坊	2021年4月16日(五) 10am-12nn	中心	製作便條座，享受個人休息時間。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	男士月會互助小組	2021年4月20日及5月18日 (逢二，共兩節) 7-9pm	中心	專屬男士的定期聚會。男士彼此互相分享交流生活經驗，還有專題講座、專家分享等。每月主題不同，歡迎任何男士參加。	
明愛職業訓練及 教育服務	明愛胡振中中學	霎時感動短片製作比賽	2021年5月	學校	透過短片製作，向社會大眾分享感恩珍惜的訊息。	
明愛學前教育及 扶幼服務	明愛沙田幼兒學校	兒童創作故事繪本	2021年5月	學校	老師與兒童創作故事，並請兒童將故事內容製作故事繪本。	
明愛職業訓練及 教育服務	明愛粉嶺陳震夏中學	玫瑰園計劃-玫瑰月成果分享	2021年5月5日(三) 3:30-4:30pm	學校	由明愛粉嶺陳震夏中學同學設計、管理及經營玫瑰園。透過綠色教育及天主教教育，培育同學關愛、堅毅、珍惜等震夏人素質。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	給自己一點甜-養生紅棗糕製作工作坊	2021年5月6日(四) 10am-12nn	中心	自製養生紅棗糕，分享照顧的苦與樂。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	與「家」重聚	2021年5月6至27日 (逢四，共四節) 10am-12nn	中心	透過認識「Satir Model沙維雅模式」了解自己如何被成長經驗影響著。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	Kids For Kids兒童英語伴讀計劃	2021年5月7至28日 (逢五，共四節) 4:45-6pm	中心	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。	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	[齊齊拍住上]親子FUN DAY	2021年5月8日(六) 10-11:30am	中心	透過親子遊戲活動、與子女一同動手製作小手工和藝術作品，學習培養正向親子關係，享受和子女單獨相處的時間。	
明愛安老服務	明愛賽馬會照顧者資源及支援中心	中風康復者及其照顧者在不同階段的需要	2021年5月12日(三) 10:30-11:30am	Zoom / 中心	中風護老者面對家人突然患病及入醫院感到徬徨無助，也不知如何準備他們出院後的安排。家庭角色也面臨重大的轉變，需要在短時間之內作出調適。他們面對五花八門的社區資源，不知道從何入手。護老者面對中風家人在不同階段的需要，究竟要從何入手作準備呢？	
明愛家庭服務	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心	「我們的花園」- 夫婦園藝治療小組	2021年5月14、21日及6月4、11日 (逢五，共四節) 7-8:30pm	中心	夫婦二人利用園藝技巧、材料建構你倆的婚姻花園，從栽種、等待、成長、盼望中，體會婚姻的生命歷程。	
明愛安老服務	明愛賽馬會照顧者資源及支援中心	「園」路有你工作坊：組合盆栽	2021年5月15日(六) 3-4:30pm	中心	在這兩小時的工作坊內，你將可以選用心儀的植物及裝飾物互為搭配與襯托，設計為自己心儀的秘密花園，並將這份親手創作的個人作品帶回家或與其他親戚朋友分享！此工作坊由園藝治療師帶領。	
明愛學前教育及 扶幼服務	明愛堅尼地城幼兒學校	SOWGOOD!正向品格教育館活動： 低班到館活動及到校活動/ SOWGOOD!正向家長講座	2021年5月中旬/ 2021年5月底	SOWGOOD!正向品格教育館/ 學校	以小組進行體驗活動，讓兒童進入不同的空間經歷藝術創作、音樂創作、肢體形體和探索活動，從而發掘、鍛鍊及培育他們天賦的正向品格核心能力。家長講座介紹成長心態如何幫助兒童學習及成長，期望協助家長將正向品格教育融入日常教養孩子的習慣中。	

連結各方 ♥ 匯力量

「疫」要工作體驗

香港康得思酒店與明愛樂務綜合職業訓練中心的合作始於 2018 年，為中心有特別學習需要的學員提供職場體驗、參觀、實習及就業的機會。最近，中心有幸獲得香港康得思酒店 (Cordis, Hong Kong) 的鼎力相助，為 30 多位修讀烘焙課程的學員舉辦了一次前所未有的網上遙距，配合實時互動的工作體驗 Cupcake 製作班。

這次我們邀請了酒店甜點廚師 Roy Ma 作技術示範，他製作出不同顏色鮮豔的 Butter Cream，更運用不同的啣花咀，細心地講解每個細節。透過螢光幕前 Roy 師傅的指導下，現場學員經過反覆練習和嘗試後，慢慢懂得從啣花袋啣出一朵又一朵的小花，將一個個小小的 Cupcake 裝飾成彩色花田，斑斕奪目，令人眼前一亮，讚嘆不已！

我們在抗疫期間需要主動創造有利的條件，也需要運用新視角去面對，更需要學習用新方法解決問題。這次我們結集商界關愛僱主的力量，並運用現今的資訊科技，替我們的服務使用者，在這個新常態之下締造不一樣的嶄新工作體驗。



致送由學員製作的小盆栽予香港康得思酒店
人力資源部經理陳小姐及糕餅師 Roy



從不同角度看到，學員們都十分投入今次的工作體驗



設置不同的鏡頭及顯示器，
讓導師可以遙距地與在中心的學員互動



運用近鏡讓學員至身現場體驗製作的過程

傳揚關愛 ♥ 齊分享

「家家有愛 戶戶有情」 關愛社區共享計劃

家庭服務

明愛東頭綜合家庭服務中心獲得社區投資共享基金撥款，推行為期三年「家家有愛 戶戶有情」關愛社區共享計劃。支援區內重建戶及新落成東匯邨匯智樓的居民，協助他們適應新社區。

在社會福利署引薦下，計劃蒙新鴻基地產「義工 Team 力量」義工隊支持，為約五十戶獨老、雙老及有需要家庭免費提供物料和技術鋪置膠地板，也提供驗樓培訓，教導居民驗收單位。完成培訓後，居民可成為驗樓義工，幫助其他街坊，回饋社區。此舉為基層家庭減輕經濟壓力的同時，亦鼓勵他們參與服務社區。



關愛社區共享計劃的一眾義工



「義工 Team 力量」義工師傅們推著一車車物資，
前往匯智樓為有需要家庭鋪置膠地板



義工師傅在單位內鋪置膠地板，即使是地腳線位都十分細心，絕不馬虎



義工隊教授幾位匯智樓居民
實用的驗樓知識



完成驗樓培訓班後，幾位參加者
為一個獨居長者戶驗收單位，學以致用

明愛樂協會慶祝創會 52 周年

「匯聚盼望·自在心安」

家庭服務

明愛樂協會於 1968 年成立，歷年的周年聚會讓眾戒毒康復者及其家人一同分享成功康復的喜悦並互相支持。因去年疫情持續，我們無奈停辦第 52 屆周年聚會。

疫情下，戒毒康復者及家人多了時間同處一屋，使家庭成員間相處帶來張力並心感徬徨，這些均不利處理戒毒康復問題。為了鼓勵戒毒康復者及其家人，我們推出了「匯聚盼望·自在心安」主題活動，從而連結服務持份者一起分享祝福及共同慶祝創會 52 周年。

我們把「關顧祝福」及「心意禮品」送予戒毒康復者及其家人，鼓勵大家時刻保持樂觀及平穩的心態，期望家庭各成員在戒毒康復路上可繼續穩步向前。疫情無阻大家心連心，我們也特意訪問了數位戒毒康復者及家人，分享在疫情之下的生活及成長，並輯錄成《疫下四件事：在抗疫中成長》小冊子，歡迎大家到以下網站細閱。<http://www.facebook.com/caritaslokheepclub>



匯聚眾服務持份者「關顧祝福」



本會諮詢委員會周文亮主席介紹慶祝活動



周文亮主席與職員攝製團隊

32 歲的 Harry 曾吸冰毒，從事裝修行業，因去年工作量大減，便答應社工參加跑步訓練。為了認真其事，他添置全新的運動服和球鞋。起初過程是辛苦的，連續跑十多分鐘，幾乎「跑到面青口唇白、差點嘔」，但他堅持每兩、三天便練跑，也認為獨自跑步比較安靜，投入和專注。當跑步成為習慣，原來過程可以很享受，家人也反映他體形及臉色好了，十分心安。

「疫情下：穿起新衣鼓起勇氣，
讓新的嗜好始於足下」



戒毒康復者 Harry 享受跑步樂

這麼遠 那麼近—— 疫情下寶貴的親子時刻

明愛賽馬會樂仁學校 林肇玟社工及施慧盈老師

明愛賽馬會樂仁學校的目標如一，就是給孩子一個快樂的童年，同時為家屬添上溫暖。在疫情下，愛可以超越距離的限制，家長和學生仍可共度寶貴及無價的親子時刻。

「年月漫漫 多艱苦 你也永遠優先擔心我喜惡
唯恐我並未得到 最貼身保護 Oh I love you.....」

《世上只有》的歌詞裡，道盡了家長和學生的心聲。一波又一波的疫情接踵而來，轉眼間醫院暫停了家屬探訪的安排已逾半年。家長時刻牽掛在院的子女，卻不能親自陪伴和照顧，濃濃的思念之情往往伴隨着重重的擔憂和無力感。

樂仁眼見家長及學生的需要，除為多名學生舉辦生日會外，亦安排學生和家長在課堂中進行視像會面，讓他們在疫情下仍能保持聯繫和互動，以另一種形式共度溫馨快樂的親子時刻。

視像探訪

「望著你講 也許更易 濃於水的三個字
從我降世 一開始 到永遠 不休止
你亦是我支柱 動力和意義.....」

在復課時間，教師定期安排家長和學生在課堂中透過視像會面，讓家長了解子女的學習現況並傾訴心聲。學生雖無法以言語表達對親人的思念之情，但從他們看到親人熟悉面容後所露出的喜悅表情，聽到家屬親切聲音後表現的「醒神」狀態，都可以看出他們十分期待和渴望與親人相見！



媽媽，我好掛住你啊！



我最喜歡聽到媽媽的聲音！

視像生日會

「You make me cry make me smile
Make me feel that love is true
謝謝你的關顧 與及無價的愛護.....」

自 2020 年 7 月起，學校聯同智樂兒童遊樂協會的醫院遊戲師及明愛醫院兒童發展復康部護士，持續為住院學生舉辦各式各樣的視像生日會，轉眼已為 17 名學生慶祝生日。視像生日會中，智樂遊戲師帶領好玩的遊戲，病房護士耐心陪伴學生參與，學校師長雀躍唱歌及送上蛋糕，當然少不了家長和小家屬的熱情投入。雖然未及實體生日會盡興，但隔著螢幕，大家也能感受到家屬和學生的喜悅之情，感動不已！



壽星女和老師一起
參與生日會活動



生日會又怎少得和主角大合照呢？



媽媽和弟弟與教職員一起
投入參與視像生日會

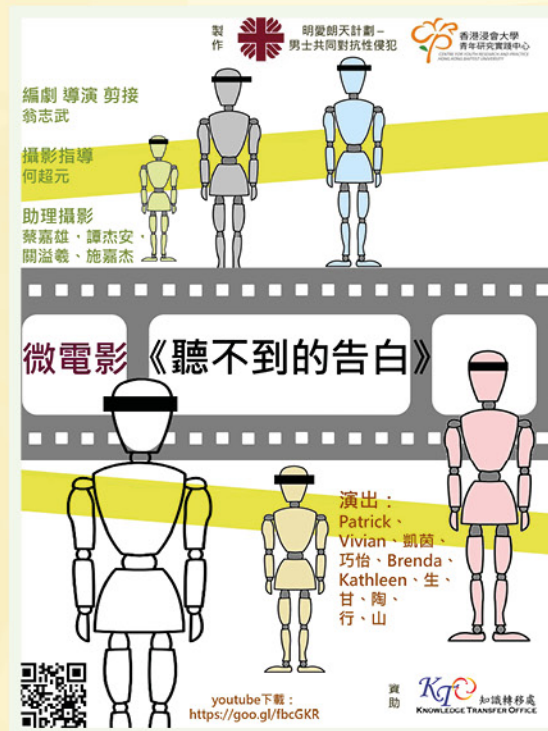
共同對抗性侵犯的未來旅程

「打開 9/10 之門」

家庭服務

社會往往對曾做出性侵犯的人冠名為「性罪犯」、「變態佬」、「咸濕佬」，認為他們「衝動」、「自制力低」，做出「利己害人」的行為，要作輔導，談何服務？

朗天計劃從 2008 年成立之初，大家看似「不可能」，卻走到今天的「可能」！這十二年裡的人和他們未被聽見的故事，成就和豐厚了這「共行旅程」。一直以來，大眾都將問題歸咎於個人責任，對之厭棄和排拒，將焦點放在懲罰。在這「共行旅程」中，讓我們認識人與環境的互動，從侵犯文化、權力及兩性位置等處境性問題來認識性侵犯如何影響人。



朗天計劃與服務用者一起探索性侵犯的發生和可能對抗的方法；並組織社群活動、研究及媒體訪問，共同探索和對抗性侵犯。在 2021 年 1 月 21 日剛完成「偷拍：視覺慣性與盲點」一研究中期發佈會暨法改會諮詢文件回應，研究從社會學和兩性平等的角度去了解偷拍裙底的現象。

現時舉報性侵犯問題的數字只佔實際發生的十分之一，「朗天」希望繼續旅程，邀請所有人共同參與，揭示各種有關性侵犯的未知狀況，打開十分之九未被舉報的性侵犯問題之門，協助仍被問題影響的人士尋找出路。

在未來的歲月，因資源的限制，朗天計劃將不會以慈善基金的資源來運作，而是作為明愛家庭服務的恆常服務，培育同工，傳承專業知識，讓更多家庭服務單位提供相關服務予有需要人士，並進行社區教育工作。我們對以往能與服務使用者同行，並開創香港首個性侵犯輔導計劃而感恩，同時願家庭服務朗天計劃今後能秉承明愛精神，與時並進，服務社群。



樂遊震夏 學習天

明愛粉嶺陳震夏中學 阮小娥副校長

去年 11 月 20 日是我校「樂遊震夏學習天」升中諮詢日，我們藉此機會舉辦了多元化活動，包括德育及公民教育組主辦的「疫境傳情顯關懷」、香港大學社會科學學院主辦及本校協辦並提供場地的「北區識水嘉年華」，當然還有深受小學生與家長歡迎的「尋找生命的色彩」一系列體驗課。



尋找生命的色彩

實用與趣味兼備的體驗課，除了有「提升英語工作坊」、「走進 STEAM 達人體驗室」之外，我們更嘗試以「雞蛋科學」為切入點，透過醋蛋實驗，了解有關蛋殼的組成；利用手工製作，賦予雞蛋第二生命，帶領學生從雞蛋看到生命的美態，引導學生接受生命中的不完美，同時欣賞生命中美麗的風景，明白生命是美善和神聖的，從而尋找生命的色彩。



惜水識河愛環境

由香港賽馬會慈善信託基金撥款支持，香港大學社會科學學院推行的「識水嘉年華」，節目豐富吸引，包括多媒體水足跡遊戲、小河流大發現棋盤遊戲、水足跡拼圖、教育影片及展覽，讓參加者以輕鬆有趣的方式來認識珍貴的水資源，了解香港水資源可持續使用的重要性，關注節約用水，做個醒目「識水」人。

疫境傳情顯關懷

本校德公組一直以來都透過舉辦長者學苑活動，推廣義工服務，鼓勵學生效法耶穌愛世人的模範，幫助有需要的人，服務社群。當天，我們安排了簡易的活動讓長者參與，例如運動鬆一鬆、防疫及環保產品製作班、環保聖誕吊飾班，同學又介紹了「魚菜共生」的概念及「震夏園圃」。社工、老師和同學一起帶領長者做伸展活動，又一起製作酒精搓手液。看見長者們臉上都流露出滿足的笑容，拿著色彩繽紛的聖誕吊飾滿載而歸，活動亦告順利圓滿舉行。

更多活動詳情，歡迎瀏覽本校網頁 www.cfs.edu.hk。



2021工銀亞洲明愛

步中情 線上行

不經不覺，兩年一度的「明愛之友」慈善步行籌款活動又到了！2019年「步」•「足」你大行動中「健力士二人三足創世紀」打破世界紀錄的盛況猶然在目，而首度舉辦的「步中情」線上行又已在3月23日啟動。由於疫情關係，今年無法與大家聚首一堂，但這無阻我們「與愛同行」再創佳績的決心！

愛不止步 你我攜手

今次慈善線上行不設指定路線，不受時間及地域限制，各參加者可以用自己的方式為有需要人士送上希望。

活動得到工銀亞洲冠名贊助，清水灣鄉村俱樂部全力協辦，以及一眾機構善長大力支持，為「步中情」線上行打響頭炮！而要使這次為期四星期的活動能夠收穫成功，更重要的當然是你們的投入和參與。正如今年的活動名稱「步中情」一樣，只要心中有情，隨時隨地都可以為愛起步，身體力行造福社群，支持明愛優化各項服務，讓數以千計家庭得以受惠。

分分鐘需要你 傳揚大愛無界

除了籌款之外，新增設的「分分鐘需要你」環節，鼓勵大家積極運動，並累積步行時數換取「愛的禮物」，送贈予有需要人士，實踐以運動行善。當所有參加者的累積步行時數達至預設的100,000及210,323分鐘，工銀亞洲便會贊助相應數量的禮券予有需要的服務使用者，為他們送上關懷與暖意。

「我與你永共聚，分分鐘需要你，你似是陽光空氣……」

《分分鐘需要你》

你的支持就如陽光空氣，為弱勢社群帶來生機和活力，讓他們得以活出自己豐富多彩的人生。

隨時隨地 為愛起步
Walk for Love Whenever & Wherever

將祝福化為力量 用行動帶來曙光

參與明愛的步行籌款活動，又怎少得一系列精美紀念品？今年的紀念品實用美觀，包括拉鏈袋、電子手錶、運動毛巾、口罩套……只要完成指定步行時數或籌得指定金額，便可把它們帶齊回家！

「你的腳步•他的希望」——無論男女老幼，在職在學，你踏出的每一小步滿載愛與希望，助弱勢社群走出人生的一大步！

一步一祝福，一行一曙光，

誠邀你一起行出快樂，步出健康，活出意義！

活動詳情

日期：3月23日(星期二)至4月19日(星期一)
截止報名：4月15日(星期四)
形式：參加者自行決定時間、地點及形式

活動網站



www.caritaswalk2021.org

組別及基本捐款：

個人組	• 18-59歲人士	\$150/人
	• 18歲以下及60歲或以上人士	\$100/人
家庭組 (最多4人1隊)		\$300/隊
團體組 (最多4人1隊)		\$800/隊

活動查詢 ☎ 2843 4638 | 線上報名查詢 ☎ 2117 1650 ✉ info@caritaswalk2021.org



我來，卻是為叫他們獲得生命，

且獲得更豐富的生命。(若望福音 10:10)