



Quarancation project

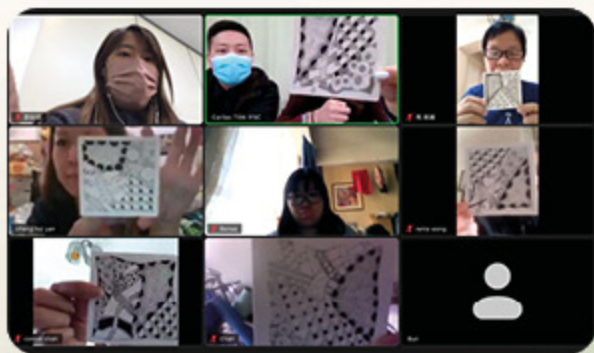
隔離的身心靈



之旅

受到新型冠狀病毒肺炎影響，有很多人士需要接受強制隔離檢疫。隔離生活難免會令人感到孤獨沮喪，不少人甚至對隔離過程感到焦慮。有見及此，明愛天水圍綜合家庭服務中心聯同明愛七間綜合家庭服務及向晴軒發起「隔離的身心靈之旅」計劃。

計劃與不同的檢疫酒店合作，為隔離人士提供一系列有助照顧身心靈的免費網上活動，希望能夠藉此幫助參加者善用時間，將隔離檢疫變成一趟重整身心靈之旅，在過程中好好陪伴和照顧自己。為了解參加者在參與活動前後的心理健康狀態對比，計劃還參考了世界衛生組織的心理幸福感量表 (WHO-5)，為參加者進行前測及後測。



「心靈加油站 — 網上禪繞畫體驗小組」的參加者展示禪繞畫作品

當中首個完成的活動是「心靈加油站 — 網上禪繞畫體驗小組」，社工透過 Zoom 帶領參加者畫禪繞畫，讓隔離人士可以放鬆身心。負責活動的社工許姑娘反映活動報名情況熱烈，而參加者在完成活動後亦有正面的評價，認為活動能滿足隔離人士的精神需要。

許姑娘表示：「活動一開放予酒店報名，隨即有很多住客報名參加。他們積極回應主持人的邀請，個別人士更樂意與其他參加者進行互動分享。從活動意見表亦可見大部分參加者能夠透過活動放鬆心情，覺得為隔離人士安排此類活動十分貼心，從中感受到社會的關愛，亦期望舉辦更多同類型的網上活動。」她亦反思到在疫情的新常態下，提供社會服務者需要靈活、彈性和有創意，嘗試行前多一步，相信或多或少都能為有需要的人士送上關懷和支持。

誠然，是次活動最大的限制是活動物資方面，由於參加者都在接受隔離，無法領取材料包，所以同工在構思活動時都需要考慮如何善用房間內的物資和電子設備，用簡單的物資設計出創新而有意義的活動，例如手機攝影、影片製作工作坊、靜觀摺紙、品茶體驗等。未來此計劃仍會繼續推出不同形式的網上活動，盼能以創新服務回應社會新常態的需要。



活動透過鏡頭設備拍攝作畫過程，讓參加者能夠輕易跟上社工的指示

更多活動詳情，可瀏覽計劃網站

