

向日葵互協會 Sunflower Network

2016年3月至5月

資助機構



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

通訊



沙頭角、 紅磚屋一天遊

溫清秀

期待了一個月與好友聚首的一天遊終於來臨！第一站，來到沙頭角開放禁區，這裏新舊建築物交替。由於大部分村民都移民海外或搬出市區居住，所以顯得比較寧靜。有部分村民於假日會做些小食擺賣，我們品嚐了茶果及村民自創的蕃薯砵仔糕，蕃薯砵仔糕美味兼特別，蕃薯帶出一種甘甜味，口感不錯，值得推介。第二站，到上水河上鄉豆品廠，任飲任食十二蚊，咁平？！有我最喜歡的甜品——豆腐花，非常幼滑；還有豆漿，豆味濃郁。團友還購買豆製品回家品嚐。第三站，到錦繡花園旁的蔚豪酒家食盆菜，酒家老闆親自招待我們，感覺非常親切。盆菜雖然不是傳統的，但味道相當不錯。烏頭魚很新鮮，個個食得津津有味，讚不絕口。可惜我至愛的豆卜和枝竹較少，嘿嘿！



最後參觀佔地約2萬呎的紅磚屋，有賣服裝及食物的商店，而最特別是售賣蠟燭的"Angel Candle"，原本平凡的蠟燭做了動物形狀，栩栩如生，很可愛。回程的路上還有抽獎，人人有份，永不落空。歡樂的時光過得特別快，一天的行程結束。大家都盡興而歸！希望「向日葵」日後舉辦多些活動，帶我們四處走走。大家估「向日葵」下次會辦什麼活動？記得密切留意！

沙頭角

紅磚屋

河上鄉

活動花絮

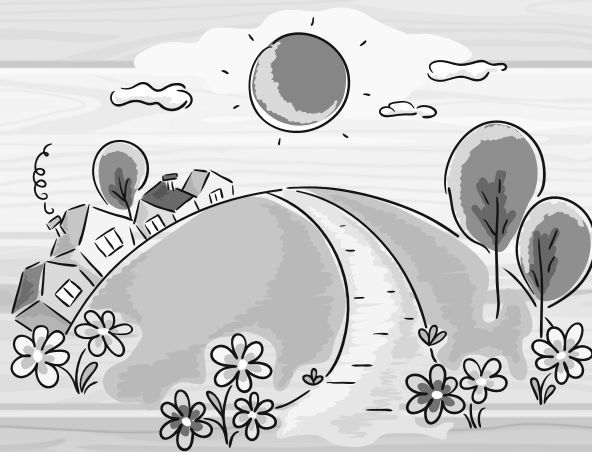
特別通告

2015 - 2017年度執委會特別通告

第七屆執行委員胡鳳鳴司庫，因私人理由於2015年12月13日請辭。現時委員會成員為10位，符合本會會章法定人數，故無需遞補。同時委員會議決由2015年12月14日開始，現任內務副主席劉淑娟轉職為司庫，而資訊組編委梁孟儀兼任內務副主席，特此公佈。

抗癌大步走

— 小記



何紅雁

自報名參加抗癌大步走，便忐忑不安，始終在做過化療、電療之後，沒有好好的運動過，都不知自己的身體是否已恢復到可以步行5公里，或甚至10公里。

當日，懷着不安的心情，來到尖沙咀碼頭坐船往中環。誰知，在走上中環碼頭時，巧遇同坐一艘船的婉華。我倆之前在癌協的一個活動中曾相約一齊步行，但沒有具體落實或交換通訊方式，只是口頭說說而已。想不到，竟然這麼巧，在此相遇，哈哈...，是巧合亦是意外的驚喜！

她去年參加過步行，有經驗，在坐接駁巴士去大潭郊野公園的途中，她滔滔不絕向我憶述去年她步行的經歷與所見所聞，津津樂道，娓娓道來，充滿好奇的我靜靜聆聽，無限遐想.....。車還未到目的地，我那不安的心情已在她的憶述中不知不覺地慢慢消滅。

巴士到了集合點，還未下車已見到有參加者陸陸續續出發，向大潭郊野公園進發。

我懷着緊張、興奮與充滿好奇的心情，和婉華一起到達集合起點，見到四位男樂手演奏着悅耳的樂曲，歡迎每位參加者。我的心情一陣愉悅，忘掉了所有的擔心。嘩！再放眼四周，就像嘉年華會，人來人往，汽球飄飄。頓時，我感到一陣莫名的興奮。

第一次參加步行的我，在換了大會的統一服飾後，便興奮的四周遊蕩、逛遊戲攤位、到處拍照、又找明星主持合照，十足像個小朋友。最開心就是參加出發前的熱身運動，兩千幾人站滿操場，人頭湧湧，聽着臺上指揮，動作整齊，甚為壯觀。

隨着步行大軍走入大潭郊野公園，燦爛的陽光、新鮮的空氣、青山綠水，令人樂而忘返。我倆隨着人流一邊走一邊開心地談天說地，還互相拍照，不知不覺就走完5公里。我能行完5公里全程，內心對婉華的陪伴感激不盡！

走回起點時，被啦啦隊的一陣歡呼，掃除了行山的疲累，隨即又投入各種玩樂中，各個遊戲攤位都排了很長的人龍。

最期待的莫過於抽獎了，雖然不是個個都抽到獎，但每個人都為大會籌款出了一分力，人人臉上都掛着發自內心的笑容，盡興而歸，此情此景，令我感慨萬千，收獲良多，世界真美妙！感恩.....，謝謝婉華的一路同行。



向日葵互協會 Sunflower Network

資助機構

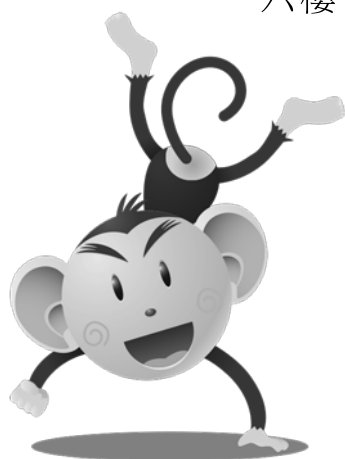


癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

2015/16年度報告

送羊迎猴

新的一年，首先祝大家身體健康，生活愉快！回顧過去一年，「向日葵」增加了兩項活動及服務：一是毛冷手工班，編織冷帽及頸巾，用作病房探訪時送給病人，給病人帶來溫暖；二是穿珠班製作向日葵掛飾，在伊利沙伯醫院R座六樓，門診候診室，送給覆診病人，期間大家可一起傾談，互相分享，亦可讓更多病人認識向日葵互協會。



此外，感謝大家過去一年積極參與本會活動，而每項活動都需要義工協助才可順利進行，在此感謝本會義工為向日葵互協會出一分力，歡迎各位如有時間也加入我們義工團隊，讓生活更有意義。

希望「向日葵」繼續令更多病友得到我們的關懷及協助，達到助人自助的目標。

主席 林惠娥

主席的話

迎接美好每一天



康復已超過十個年頭，感恩沿途有祢，使不容易行的路充滿喜樂。我在「向日葵」認識了不少義工，開心多於悲，因每位來做義工的會友，都是帶着一顆愛心為會員們服務，這種精神是無私的，值得新加入為義工的朋友們借鑑。在此願姊妹們繼續努力向前，開心地勇敢面對每一天，迎接美好的日子，最重要緊記愛錫自己。

加油！加油！

外務副主席 何艷芳

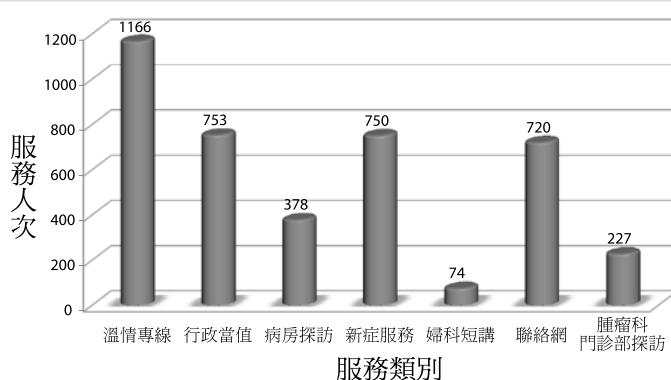
2015年度服務類別

服務類別	時 間		內 容	對 象	地 點
行政當值	星期一至星期四	上午10:00-下午1:00 下午2:00-5:00	處理一般會務行政工作	向日葵會員	黃大仙癌協服務中心
	星期三	晚上7:00-9:00			
	星期六	上午10:00-下午1:00			
溫情專線	星期三	晚上7:00-9:00	透過電話關懷新症患者，給予鼓勵和支持	乳癌新症患者	黃大仙癌協服務中心
婦科病房探訪	星期三	下午6:00-晚上8:00	探望及慰問婦科病人，以過來人身份，與患者分享經驗，給予鼓勵和支持	婦科癌及婦科患者/家屬	伊利沙伯醫院
乳科病房探訪	星期四	下午6:00-晚上8:00	探望及慰問乳科病人，以過來人身份，與患者分享經驗，給予鼓勵和支持	乳癌及乳科患者/家屬	伊利沙伯醫院
乳癌新症服務	星期二	上午9:15-10:30	與新症患者分享抗癌經驗、交流心得、手部運動示範	乳癌新症患者	伊利沙伯醫院 R座603室 癌症病人資源中心
婦科短講	星期三	下午3:00-4:30	與患者分享抗癌經驗，交流心得	婦科癌新症患者	伊利沙伯醫院 R座603室 癌症病人資源中心
飾物製作	星期二	下午2:00-4:00	製造飾物	新症患者	黃大仙癌協服務中心
毛冷手工班	星期三	下午1:00-3:00	編織冷帽及頸巾	婦科癌及乳癌新症患者	伊利沙伯醫院 R座603室 癌症病人資源中心
以上服務公眾假期除外					
聯絡網	透過聯絡網組長定時致電慰問組員				
資訊組	小組工作包括構思會刊內容、徵稿、編輯、校對、版面設計及與印刷商聯絡等。每年出版會刊四次：包括六月、九月、十二月的季刊通訊及在三月出版年報，總結全年的活動/服務及會務報告。				
康樂活動	迎新會、生日會、旅行、週年聚餐。				

2015年度服務及活動統計人次

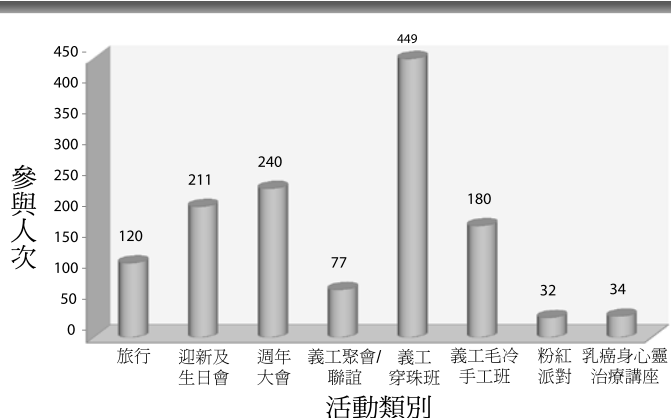
2015年服務統計（一月至十二月）

服務類別	服務人次
溫情專線	1166
行政當值	753
病房探訪	378
新症服務	750
婦科短講	74
聯絡網	720
腫瘤科門診部探訪	227



2015年活動統計（一月至十二月）

活動類別	參與人次
旅行	120
迎新及生日會	211
週年大會	240
義工聚會 / 聯誼	77
義工穿珠班	449
義工毛冷手工班	180
粉紅派對	32
乳癌身心靈治療講座	34



2015年全年舉辦活動回顧

1. 向日葵19週年會員大會暨新春聚餐
2. 迎新會及生日會
3. 乳癌身心靈治療講座
4. 義工茶聚
5. 沙頭角、紅磚屋、盆菜一天遊
6. 義工大聚會
7. 委員會退修



2015年全年參與活動回顧

2015年「向日葵」曾參與各類型的活動，包括社區教育、籌款、醫院活動、聯席會議、交流會、諮詢會及友會之週年大會等等

1. 「香港癌症基金會」粉紅革命地區宣傳教育
2. 「香港癌症基金會」粉紅派對
3. 「香港癌症基金會」抗癌大步走
4. 「香港癌症基金會」活出精彩嘉年華會暨義工嘉許禮
5. 「伊利沙伯醫院」義工服務部新春聯歡
6. 「伊利沙伯醫院」自由講
7. 「伊利沙伯醫院」癌症病人資源中心20週年晚宴
8. 「癌協之友」會議
9. 「香港乳癌聯席」會議
10. 「醫院管理局」與病人自助組織交流會
11. 「醫院管理局」藥物名冊病人諮詢會
12. 「澳門愛心之友」交流會
13. 「癌協之友」各乳癌組織週年大會
14. 「攜手賀新春2015」自助組織團拜
15. 第十八屆全球乳癌患者支持大會



2015年度「向日葵」顧問、義工及執委名單

名譽顧問

姓名	職銜
廖綺華女士	九龍中醫院聯網護理總經理暨 伊利沙伯醫院護理總經理
陳麗雲教授	香港大學行為健康教研中心總監
顏繼昌醫生	伊利沙伯醫院臨床腫瘤科部門主管
梁偉濂醫生	伊利沙伯醫院臨床腫瘤科副顧問醫生
傅耀彤醫生	伊利沙伯醫院臨床腫瘤科高級醫生
李偉漢醫生	伊利沙伯醫院婦產科顧問醫生
唐嘉倫醫生	伊利沙伯醫院外科部顧問醫生
劉慕儀女士	九龍中醫院聯網物理治療部聯網經理
傅惠霖醫生	香港浸信會醫院癌症治療中心主任
林仰傑醫生	香港浸信會醫院乳房健康中心主任及外科顧問醫生
羅振基醫生	香港港安醫院腫瘤中心主管
張文茵女士	藝術在醫院副主席 香港大學社會工作及行政學系榮譽講師

執行顧問

姓名	職銜
周秀芳女士	香港癌症基金會服務總監
伍綺文姑娘	伊利沙伯醫院外科部部門運作經理
何惠玲姑娘	伊利沙伯醫院臨床腫瘤科R8病房經理
吳滿珠姑娘	前伊利沙伯醫院臨床腫瘤部部門運作經理
郭韻梅姑娘	前伊利沙伯醫院臨床腫瘤科R9A病房經理
楊月明姑娘	伊利沙伯醫院G4外科病房資深護師
林惠源先生	九龍中醫院聯網職員緊急事故心理服務中心 中心經理
蘇佩君女士	伊利沙伯醫院癌症病人資源中心中心主任
黃麗賢女士	伊利沙伯醫院癌症病人資源中心社工
陳淑文姑娘	專科護士
張寶瑛女士	資深社工
冼穎釗女士	資深社工
徐美茵女士	資深社工

義務核數師

蔡天助會計師事務所

向日葵義工名單

歐燕玲	林惠娥	梁孟儀	劉淑娟	何艷芳	張慕賢	胡坤秀	江玉英	李美娟	翟桂萍
陳錦秀	譚麗容	胡鳳鳴	陳淑華	連靄虹	關艷玲	王秋琮	楊碧華	陳楚環	伍慧賢
李國梅	黎廣麟	李素薇	黎愛玉	蘇蒲生	陳艷顏	戴慧儀	蔡舜卿	李美蘭	鍾妙珍
黃鄧筱娟	孔鳳玲	陳娟	張月華	鍾錦麗	何惠珍	鄭春梅	高詠詩	陳彩芬	陳淑娟
杜婉玲	龔靜怡	何肇東	梁秀梅	黃美玲	鄭綺虹	曾桂花	黃麗娟	賈瑞暖	李玉雲
林慕維	梁慧珊	譚惠玲	楊平	區玉薇	朱碧珍	譚月嬌	林雲儀	姚琴寶	余漢群
李婉貞	林敏菁	陳碧翠	江雲英	何婉華	劉雅昕	何紅雁	阮珊珊	尹星寶	黃喜妹
李佩娟	廖谷逢	王秀欣	林小敏	古韶珊	阮瑞芬	甘玉冰			

永遠懷念的義工

葉潔芬

2015/2017年度第七屆委員會成員名單

主席	: 林惠娥
副主席	: [外務] 何艷芳、[內務] 梁孟儀
秘書	: 胡坤秀
財務	: 劉淑娟
行政	: 張慕賢
資訊	: 梁孟儀
康樂	: 翟桂萍 陳錦秀 江玉英
義工及醫院服務	: 李美娟
關懷服務	: 李美娟

曾協助本會各項服務 / 活動之顧問及醫護人員

捐助名單(2015年1月至12月)

香港癌症基金會
賽諾菲安萬特香港有限公司
羅氏大藥廠香港有限公司#
美國雅培製藥有限公司#
香港迪士尼樂園#
康樂及文化事務署#

伊利沙伯醫院病人資源中心
愛美麗(香港)有限公司
雀巢香港有限公司#
香港海洋公園#
天際100香港觀景台#
社會福利署

張慕賢女士#
林日珍女士
徐慧襄女士#
曹麗彩女士

翟桂萍女士#
陳淑華女士#
李飛嬋女士

物資捐助

以上所有排名不分先後，如有遺漏，懇請見諒。

活動推介

日期	活動名稱	對象	時間	活動地點	報名 / 查詢	費用
17/4/2016 (星期日)	迎新會	新加入向日葵之會員	下午1:00 — 3:00	黃大仙癌協服務中心	向日葵當值職員/義工 3656 0838	免費
17/4/2016 (星期日)	生日會	4月至7月份生日之會員及其家屬 (歡迎非在該段期間生日之會員參加)	下午3:00 — 5:00	黃大仙癌協服務中心	向日葵當值職員/義工 3656 0838	HK\$20

備註: 1. 以上各項活動地點及收費詳情, 均以稍後寄上的單張作實, 敬請密切留意報名日期及踴躍參加。
2. 在各項活動中, 大會所拍攝的照片, 祇用作內部記錄及會訊刊登用途。各位會員如欲在活動時間拍照留念, 敬請自備相機。

活動舉行前3小時天氣惡劣，依據下列警告訊號安排

天氣警告	警告訊號	室內活動	戶外活動	義工當值及服務
暴雨	黃色	✓	✗	✓
	紅色 / 黑色	✗	✗	✗
颱風訊號	1號風球	✓	✓	✓
	3號風球或以上	✗	✗	✗

當值時間表	當值時間：星期一至星期四（上午10:00至下午1:00 下午2:00至5:00） 星期六（上午10:00至下午1:00） 星期三（晚上7:00至9:00） 溫情專線：星期三（晚上7:00至9:00） 以上當值時間，公眾假期除外 地點：九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號 黃大仙癌協服務中心 電話：3656 0838 傳真：3656 0920 電話設有留言服務，您只需留下姓名及電話號碼，本會職員/義工會盡快回覆。
銀行帳戶	帳戶名稱（中文）：向日葵互協會 （英文）：SUNFLOWER NETWORK 帳戶銀行：『恒生銀行』支票戶口 帳戶號碼：264-089301-001
編委名單	連靄虹 楊碧華 梁孟儀 陳楚環 王秋琮 李國梅 伍慧賢 劉淑娟 關艷玲 朱銘漢（黃大仙癌協社工） 黃麗賢（QEH 癌症病人資源中心社工）

會員更改通訊資料表格

日期：_____

會員姓名：	(中文)	會員姓名：	(英文)
會員號碼：			
更改資料： ☐ 地址 ☐ 電話號碼(手提/住宅) ☐ 傳真號碼			
新通訊地址：(室) (樓) (座) (大廈名稱)			
(屋苑名稱) (街號) (街道名稱)			
(地區) ☐ 香港 ☐ 九龍 ☐ 新界			
新電話號碼：		(手提/住宅) 新傳真號碼：	
生效日期：	年 月 日	會員簽名：	
本會專用：			
負責人：		資料更新日期：	

請於填寫以上表格後，沿此虛線剪下寄回『九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心轉交「向日葵互協會」收』



向日葵互協會

地 址：九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心

電 話：3656 0838 傳 真：3656 0920

網 址：<http://www.sunflowernetwork.org.hk>

