



向日葵互協會 Sunflower Network

2015年9月至11月

資助機構



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

通訊



活出精彩嘉年華

連靄虹

香港癌症基金會在5月17日舉行了「活出精彩嘉年華會」暨五年一度的義工嘉許禮，活動地點設在港島區的灣仔伊利沙伯體育館。當我到達的時候，許多不同自助組織的義工和康復者已經齊集場館低層，準備排隊進場。

場館的二樓設有展版及攤位，於典禮開始前及結束後開放予參加者參觀及參與。攤位包括有乾花香包、歡樂摺紙、書簽製作和即影即有相片留念等。每個攤位都大派禮物，但最吸引人的是即影即有相片，因為那裏放了許多道具，如色彩繽紛的大蝴蝶頭飾、假髮、眼鏡、面具、烈焰紅唇、神仙棒等等，令拍出來的照片美侖美奐，吸引大批參加者輪候拍攝。展版展示出癌協種種活動和工作，還有「活出精彩攝影比賽」的作品，引人入勝。

典禮在下午三時舉行，先由癌症基金會創辦人羅莎莉女士致歡迎詞，然後就是中文大學腫瘤學教授莫樹錦醫生上台分享。接著是兩個表演項目，有由傅惠霖醫生伴奏、張文茵姑娘和一班新聲會的會員合唱歌曲，與及彩虹會會員的舞蹈表演。之後大會舉行嘉許儀式，21個病人自助組織的代表列隊上台接受嘉許，從羅莎莉女士手中接過嘉許狀和接受她贈與各組織的祝福和鼓勵。

大約在下午四時，大會有一個別開生面的活動，那就是「愛笑瑜伽」齊齊做。是一種主要以笑聲和拍掌做的運動，一時間台上台下充滿了笑聲和掌聲，為大家帶來不少歡樂。隨後的是癌症基金會樂隊歌唱表演、「活出精彩攝影比賽」頒獎儀式和年輕癌症患者的舞蹈表演。壓軸表演嘉賓是香港癌症基金會大使李玟小姐，她唱了兩首歌，一首是由結他伴奏的「朋友」，另一首是英文歌Stand By Me。她的聲音柔美亮麗，技巧高超，十分感人和動聽。

作為一個康復者和自助組織的義工，我在參加這個嘉年華會後覺得即使是個癌病患者也可能是種福氣。癌症基金會的捐助者、職員和義工透過身體力行，真正能做到大家在抗癌路上不孤單的承諾，而各位義工即使不受嘉許也是樂在其中。

活動花絮





開心暢遊迪士尼

譚儉美

加入了「向日葵」這個大家庭不久，剛巧有迪士尼門票贈券派發，雖然當天因有要事未能去取，多得一位會員朋友代我去領取，才有機會與女兒再次同遊迪士尼。

是日陽光猛烈，天氣非常炎熱，母女二人興致勃勃前往香港迪士尼。開心能與女兒可以再次玩她小時候很喜歡的機動遊戲，例如騎木馬、坐小飛象及旋轉杯等。經歷森林河流之旅後，又可賞遊小小世界及小熊維尼歷險之旅。繼而欣賞之前一直都很想再睇的光影show米奇幻想曲、獅子王慶典、「迪士尼光影匯」夜間巡遊、「星夢奇緣」煙花表演。我們二人雖不能一天之內走遍整個樂園，可是非常盡興。

今次非常多謝迪士尼贈送門券、會員朋友的幫忙及「向日葵」的悉心安排，使我們再次有一個愉快及溫馨的樂園之旅。

日後希望有機會可以為這個大家庭出一分力，謝謝！



與義工分享後的感想



趙慧玲

本人是新會員趙慧玲，剛完成化療，正準備電療。在今年一月中確診患有乳癌，真是晴天霹靂，當時腦海中只有：自己還有幾多日子？我有D咩要在這段時間做？我快要走，怎算？只有與老公抱頭痛哭，當時真的不知如何是好。冷靜下來心想，自己應該要做D咩呢？(1) 如何醫治這個病，(2) 坦白將病情告知愛護自己的人，(3) 希望好好珍惜餘下的日子。

現在回想患病初期，好感恩，上天給我遇到一個好醫生，他很詳細解釋手術流程，並安排我在幾天內進行手術。更感恩的是手術後之化驗報告顯示我是患乳癌第一期，原來有得醫！（可能，我近幾年沒有好好休息，只是不停工作，上天要我休息片刻，才繼續我日後的工作。）完成手術後，醫生轉介我往伊利沙伯醫院接受化療及電療。

第一次到醫院，我被安排參加由「向日葵」協辦的新症講座，在過來人與我們分享她們的經驗環節中，娥姐（今屆之主席）說她已完成療程超過10年，我當時好似打了一支強心針，大大增加我的信心，心想我都有機會如娥姐一樣，有多十年人生啲！haha。之後再加上「向日葵」的義工致電慰問及與我分享她們的經驗，的確有助我更有信心面對乳癌。

另外在4月26日，我參加了迎新會及生日會，在會中見到其他過來人包括前主席歐燕玲女士，大家分享相關之經驗，更加強我去迎接及面對未來生活的信念。多謝「向日葵」的義工們。

祝福各位姊妹們身體健康、天天開心、享受如向日葵花一樣燦爛的人生。

生命更添姿彩 ~ 義工招募

本會自1996年成立以來，感謝各位會員及義工的支持和參與，會務得以順利發展，並提供多項服務。因此，我們需要更多同路人義工，一起並肩幫助有需要的姊妹。參與義務工作，既可擴闊生活圈子，又可增強自己的能力，助己助人，為生命更添姿彩。本會有許多不同服務的崗位，讓大家選擇參與。在義工服務前，伊利沙伯醫院或癌協服務中心都會提供適切的訓練及實習時間，使大家在服務時能夠得心應手。祇要多些會員肯付出一些時間和精力，「向日葵」的發展一定會更好。

本會在伊利沙伯醫院提供的直接服務包括：

1. 病房探訪
2. 乳科新症服務(以過來人身份與新症患者分享經驗)
3. 婦科短講

本會在黃大仙癌協服務中心提供的電話關懷服務包括：

1. 溫情專線(透過電話以過來人身份與乳科新症患者分享經驗)

其他服務：

1. 聯絡網組長服務(透過電話傾談關懷會友)
2. 籌備迎新會、生日會、大旅行、周年聚餐等活動
3. 行政當值(處理會員入會、活動交費等事宜)
4. 出版會刊(主理投稿、對稿、編輯、校對等工作)及網頁更新
5. 電腦資料輸入
6. 飾物製作組

請於填寫以下表格後，沿此虛線剪下寄回

我要做義工 ~ 回 條

致向日葵互協會

傳真號碼：3656 0920

請✓出您有興趣參加的義工服務，並將回條寄回『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』或傳真至本會，本會將會有專人與您聯絡。

- | | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|
| 1. ☐ 病房探訪 | 2. ☐ 新症服務 | 3. ☐ 溫情專線 |
| 4. ☐ 聯絡網 | 5. ☐ 籌備活動 | 6. ☐ 行政當值 |
| 7. ☐ 出版會刊 | 8. ☐ 電腦資料輸入 | 9. ☐ 飾物製作組 |
| 10. ☐ 網頁更新 | | |

您是否有以下的專長或興趣？請用✓表示，可選多項：

- | | | |
|----------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|
| 1. ☐ 烹飪 | 2. ☐ 會計 | 3. ☐ 唱歌 |
| 4. ☐ 跳舞 | 5. ☐ 小手工 | 6. ☐ 中文打字 |
| 7. ☐ 遊戲安排 | 8. ☐ 其他：_____ | |

最後，請填上個人資料，以便我們可以聯絡您：

姓名：_____ 會員編號：_____ 聯絡電話號碼：_____

地址：_____



「互助」信念的承傳 — 自助組織不是社會服務機構

香港復康會社區復康網絡
病人互助發展中心
盧淑敏

與 你 相 關



自助組織的一個重要特色，就是組織不是一個提供社會服務的團體，而是一個聚合同一病科的病人及照顧者，提供不同平台讓他們進行資訊、經驗交流及情緒支持的地方。因此會員的參與不是來享用一個服務，而是參與一個互助過程，這種參與是要求參與者付出，包括知識、經驗、時間及對同病者的支持。過程大家都是平等，既「施」亦「受」，每位會員都是「施受者」，正所謂「施比受更為有福」，但筆者認為，集「施」和「受」於一身者，最有福！

自助組織最珍貴、最特別的價值就在於會員的「自助互助」了，由初加入組織時得到其他同路人的關心、鼓勵，慢慢角色轉化，以同路人的身份幫助及鼓勵其他會員，就是既「施」亦「受」。在助人、助組織的過程中，讓潛能得以發揮，也產生了自我價值及自信心，而且也可以享受從參與、付出而來的「快樂」！這種「快樂」從參與一般社會服務機構中是沒法獲取的，所以，筆者鼓勵大家一同將這「互助」的信念承傳下去。而承傳的第一步就是大家清楚自助組織不是一般社會服務機構了，今期，筆者想透過比較自助組織與一般社會服務機構的特徵，讓大家更加了解及認識你們正在參與的自助組織！





自助組織、一般社會服務機構 大不同

	自助組織	一般社會服務機構
組成及權力架構	由面對共同長期病患的朋友及其家屬組成，他們既是服務對象，也是服務提供者。強調共同參與、共同帶領，所以組織的最高權力架構為會員大會。	由專業人士介定服務對象、服務宗旨，並為服務對象提供適切的服務，服務使用者及服務提供者有清晰的分別。而組織的最高權力架構為社會賢達組成的管理委員會。
活動推行	大部份的服務都是由會員負責推行，不論由籌備至執行階段，也是由會員處理，在過程中，會員可以有不同的參與及付出機會。即使有一些組織有聘用職員，職員主要是輔助的角色。 至於服務的多少以組織能力及資源為依據，會員就是組織最大的內在資源，所以在推行服務時會先動員會員，而不是其他社區義工。	服務推行由受薪專業人士負責，服務對象主要是活動參加者，即使機構動員服務對象做義工，義工的角色主要是協助執行其中一些部份，整個活動的推行是以專業人士作主導及負責的。 至於服務多少以與撥款團體的協議為依據。
服務需要、目的、內容	服務需要、活動目的和內容是由會員介定，因為只有會員才最清楚自己的需要，並訂立組織服務目的及內容。	服務需要、活動目的和內容由會員由專業人士介定及決定的。
會員的參與角色	會員是服務使用者，亦是服務提供者，是「施受者」的角色，所以，會員可以有不同形式的參與。 • 發揮同路人「互助」的角色，參與聚會及探訪，互相分享經歷、經驗，彼此鼓勵 • 協助活動計劃、籌備及執行 • 擔當組長、委員，帶領組織發展的方向 在自助組織，沒有了會員的付出，就沒有什麼可提供，所以，每位會員的參與都是很重要的，組織是屬於大家的。	服務使用者及提供者有清晰分別，會員是單一角色－服務使用者，沒有責任提供服務。此外，機構主要利用外來資源為有需要人士進行幫助。

活動推介

日期	活動名稱	對象	時間	活動地點	報名 / 查詢	費用
10月至12月 逢星期三	毛冷 手工班	向日葵會員	下午1:00 - 3:00	伊利沙伯 醫院 R座603室	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	免費
15/11/2015 (星期日)	秋季大旅行	向日葵會員 及其家屬	上午9:00 - 下午5:00	待定	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	待定
27/12/2015 (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
27/12/2015 (星期日)	生日會	12月至3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 生日會員 HK\$10

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	✗	✗	✗

20週年紀念特刊徵稿

轉瞬間「向日葵」已經成立了二十年，為慶祝這個日子，本會將出版20週年紀念特刊。其內容主要讓大家一同懷緬過去歡樂時光，和見證本會多年努力的成果。希望各會友踴躍來稿，為本會紀念特刊寫下心聲，讓會員共同分享你對向日葵互協會的期望和鼓勵。

來稿以不超過500字為限，標點符號不計，如有需要，編委會或會將來稿稍作修改，但會盡量保存作者原意。稿件請於2015年10月15日前寄交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「向日葵互協會」或傳真至 3656 0920。

註：由於篇幅所限，若來稿過於踴躍，而未能如期刊登者，將順延至下一期季刊刊登。

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

鳴謝

捐助名單 (2015年4月至6月)

香港癌症基金會
李飛嬋萍女士

伊利沙伯醫院病人資源中心
香港迪士尼樂園[#]

[#]物資捐助

(以上所有排名不分先後，如有遺漏，懇請見諒。)

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) 王麗賢 (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>

