



## 心靈綠洲

與「星」同行  
天災無情 人間有愛

不一樣的義工培訓  
共融創明天

## 捐贈善款／物資

歡迎各界善長捐贈善款、奶粉、食油、米或其他糧油食品物資。澳門明愛會將收到的物資，送贈到有需要人士手上，讓有需要人士感受到您的關愛。

- 一、親臨岡頂前地一號A，明愛財務部捐款或捐贈物資；
- 二、以劃線支票（抬頭請寫「澳門明愛」）或現金存入下列銀行戶口。

註：各位善長捐款，如欲指定受惠的澳門明愛轄下單位或用途，可在入數紙上加註明。

## 誠邀義工

- 一、協助「好的福悠快線」服務，當義工司機，接載行動不便人士；
- 二、協助「社區保姆服務試驗計劃」，照顧有需要的兒童；
- 三、協助其他明愛服務。

### 大豐銀行

220-1-00654-7(澳門幣)

120-1-00647-3(港幣)

### 中國銀行

01-012-078618-8(澳門幣)

01-112-384463-2(港幣)

01-88-10-110548(人民幣)

### 中國工商銀行

0119100200002605151(人民幣)

010800010000078903900000(澳門幣)

011910040000044491800000(港幣)

下列銀行有明愛專用入數紙

### 華僑永亨銀行

305286-101(澳門幣)

305286-100(港幣)

### 國際銀行

10212-100237-7(澳門幣)

### 滙業銀行

02016000393-1(澳門幣)

或透過中銀e網和中銀e道、大豐銀行網上通、華僑永亨銀行網上理財及工銀澳門電子銀行捐款

或透過明愛網站捐款

<https://www.caritas.org.mo/zh-hant/donation/node> (QR-Code: )

澳門明愛（總署）  
地址：澳門岡頂前地1號A  
電話：2857 3297  
傳真：2855 4049  
電郵：caritas@macau.ctm.net  
網址：http://www.caritas.org.mo

梁美怡 / 創明坊主任

范惠娟 / 聖類斯公撒格之家社工

# 心靈綠洲

近一兩個月，在創明坊用餐區的層架上可以看到一盆盆鮮嫩的蒜苗、荳芽、生菜和小麥草，隔鄰的圓桌則擺放著不同植物組合的盆栽，有文竹、網紋草、黑珍珠及小家碧玉等，彼此依偎一起。偶爾窗外吹來一陣微風，室內一棵棵植物即隨風起舞，頓時令房間變得生機勃勃，充滿田園氣息，這些植物都是創明坊園藝治療小組成員的心血。

「園藝治療小組」是明愛近幾年發展的治療性園藝實驗計劃，利用植物、園藝及人與植物親密關係為推力，結合精神的投入，過程中有希望、期待、收穫與成就，可協助參與者獲得治療與復健效果的媒介，是一種促進心理、精神的提升，同時可藉以鍛鍊身體的治療方式。目前分別於聖瑪嘉烈中心、聖類斯公撒格之家、青州老人中心、泉仁樂家庭綜合服務中心及創明坊試行，對象是有身心障礙或心理抑鬱的服務使用者，透過照顧植物，讓他們訓練手部肌肉的靈活度，同時釋放壓力，建立正向能量。

與其他實驗小組不同，創明坊園藝治療小組利用廚餘如蒜頭、生菜頭及芹菜頭等來種植，把做飯時切下的菜頭菜尾放在一個浸了水的小碗中，幾天後，待新葉長出，再將其移植到土壤裡，成熟後再採摘、煮食。服務使用者和導師一起品嚐，吃的不只是味道，更是箇中的心思和成就，品嚐之餘，亦彼此分享種植心得。

剛開始，部分服務使用者是半推半就來參加的，有的使用者因肌肉萎縮，翻動泥土的動作對他們來說稍微吃力。可能是被植物的自然力量所吸引，經過兩、三次小組後，服務使用者都能衝破困難，一步步地完成任務，由分心至專注，盡情享受園藝操作所帶來的樂趣，情緒得到舒緩，社交技巧、上肢肌肉靈活度和手眼協調能力也在不知不覺間有所提高。

聖類斯公撒格之家則通過園藝治療為院舍引入「綠化家園」的概念。小組早於去年7月已啟動，走進聖類斯公撒格之家，可以看到過去一幅幅荒廢的草地已安放了種植的圍欄，時不時都能看到舍友在耕地上進行播種和灌溉。舍友們利用棄置的燈管架來種植植物，以響應綠化、循環再用。



實證研究顯示，栽種植物可以減低焦慮情緒，正如綠化都市環境可以降低人們害怕及生氣的情緒，不僅對兒童的性格發展有所幫助，同時也可促進長者、殘障者融入和參與社會。充滿綠意的環境有助刺激長者和殘疾人士的腦力發展，引導他們回憶過去，注意時序變化，彌消孤單寂寞的感覺。

參加者在過程中，看著親手栽種的植物每天慢慢地成長，心中自然萌生成就感，重燃對生命的希望。聖類斯的舍友都想為社會為地球出一分力，透過園藝治療，參與植物栽種，為自己的家園作出貢獻。✿

樊淑娟 / 聖瑪嘉烈中心職業治療師

## 園藝治療知多D

園藝治療以園藝及其他與植物相關的活動作為治療媒介，按照參與者的動作能力、興趣喜好和需求來分工，接近和照顧植物。活動內容有挑選種子、播種、育苗、澆花、移植換盆、除草、修剪、挖掘鬆土、收成等。

對參加者而言，園藝工作可增加他們戶外活動的機會，促進大小肌肉訓練，發展體能，同時達致視覺、觸覺、嗅覺和味覺等感官刺激；在認知層面上，亦可訓練參與者跟隨步驟去製作成品、提升專注力和問題解決能力。

透過小組活動，彼此分享交流心得，有效提升參與者社交互動的能力。而植物本身則能穩定參與者情緒，從被照顧的角色轉變為給予照顧的角色，強化工作動機和培養責任感、成就感和自信心。園藝治療亦可藉著植物的凋謝，向參與者闡釋生命的輪迴，以正面積極的態度看待人生。✿



譚駿 / 慈善資源部活動策劃

## 天災無情 人間有愛

4月25日下午，尼泊爾發生7.9級大地震，這是該國80年來最強的地震。根據尼泊爾官方的發佈，全國有八百萬人受災，超過該國人口的四分之一，截至4月底，死亡人數超過5,500人，逾11,000人受傷。當地餘震超過36次，大量房屋受損及倒塌，災情嚴峻。

澳門明愛第一時間為災民展開籌款活動，呼籲本澳市民將善款存入中國銀行、華僑永亨銀行、匯業銀行、國際銀行、澳門商業銀行及中國工商銀行的捐款戶口，並在位於俾利喇街110號粵華廣場地舖的「福悠坊」，舉行為期一個月的慈善義賣，另有熱心義工到場扭氣球及擺放小精品加入義賣行列，期為災區送上支持，助災民渡過難關。生活在澳門的尼泊爾人亦非常關心國家的災情，個別人士更回應澳門明愛的呼籲，主動幫助籌款工作。

尼泊爾明愛聯同各地明愛組織為當地受影響的災民提供緊急援助，教宗聖方濟各匯出10萬歐元用作當地救災工作，而國際明愛也為當地受影響的居民提供帳篷、食物、防水被單及消毒用品。天氣對拯救工作帶來嚴峻的考驗，地震後幾日都有降雨，令大多數通往災區的山路受阻，救援工作倍加困難。尼泊爾明愛工作人員憶述：「我收到無數求助電話，也看到有些災民接到救援物資時感動落淚。」

澳門明愛呼籲各界踴躍捐款賑災，各盡自己一份力量，為災區及災民送上溫暖、關懷與祝福，期望他們盡快回復正常生活。✿

杜兆冰 / 慈善資源部主任

## 不一樣的義工培訓

小鍾是澳門明愛主辦的「Make a Difference 青年義工基礎培訓課程」的學員。4月下旬，他分別於澳門大學曹光彪書院及黑沙環明暉護養院完成了12小時的基礎培訓，學習與人溝通和活動策劃的技巧，認識社服機構現況及義工服務的意義。

訪問期間小鍾特別強調，培訓課程拓寬了他的視野，也讓他認識到自己潛藏的一面。培訓的第一天，小鍾與其他30多名參加者分成三組，完成導師安排的任務，藉此組員之間逐漸熟絡起來。這種「破冰」類的任務遊戲，能讓參加者理解各自的處事方式，是培養團隊凝聚力的有效方法。

第二天參觀護養院，小鍾告訴筆者之前沒去過安老院或其他康復中心，這次「看到了一些平時不會接觸也想象不到的社會面貌。」引起小鍾注意的是黑沙環明暉護養院內的房間均以街道命名，原來是為了從生活中訓練院友的認知能力，預防腦退化。

小鍾還介紹了幾個朋友加入青年義工基礎培訓課程，他跟朋友推介說：「這是一個不一樣的體驗歷程，去一些平常不會主動想去、也很難去的地方，了

解那些很少人注意到的群體。」

完成基礎培訓後的義工，將會在5月中旬進行另外12小時的項目培訓，分安老、復康與社區服務三個項目，參加者可自選參與其中兩項。接受完兩期培訓的學員若在年內完成超過100小時的服務實習，便可申領教育暨青年局「青年義工獎勵計劃」所設的有關獎項。

「很多人都認為義工『只有付出』，但做義工得到的知識和見聞，可能是你在社會工作一輩子都未必遇得到的。做義工不但幫助到人，還能幫助自己成長，擴闊視野。」小鍾說。✿



# 與「星」同行

「一閃一閃小星星，一顆一顆亮晶晶。」星星是個很美的名字，近年來人們普遍用「星」來稱呼自閉特色人士，因為他們不擅於與人交際，就像來自外星一樣，是掛在天上的小星星，需要大家用心去發掘，捕捉他們閃閃的光芒。



為了關懷和支持自閉特色人士，讓他們展現獨特的美和才華，澳門明愛連續四年與香港自閉聯盟合辦「澳門自閉特色人士及智障人士繪畫比賽」，本屆的主題是《我和我的...》，頒獎禮於4月2日「世界關顧自閉日」在澳門銀河酒店東翼廣場舉行。

《我和我的...》看似簡單，當中卻包含很大的意義，主題裡蘊藏了「同行」的意思，自閉特色人士透過繪畫，演繹出他們心中同行的人、事、物，因為有了同行者的陪伴、支持和鼓勵，自閉特色人士的繪畫創作才會賦予生命力和意義，消弭星球之間的距離，彼此了解。

5位專業評審從194幅參賽作品中選出32幅得獎作品，自4月3日至15日與香港同類比賽的得獎作品一起於澳門銀河酒店東翼廣場進行公開展出，觀察透過繪畫作品認識自閉特色人士和智障人士的內心世界。

此外，銀河娛樂集團義工隊和澳門明愛轄下5個復康服務單位4月中旬合辦「我和我的銀河」傷健共融藝術工作坊，義工隊成員聯同40幾名服務使用者一同構思創作，完成一幅6米乘2米的大型圖畫，藉此傳揚包容、和諧、關愛的共融訊息。

## 得獎名單

### 自閉特色人士公開組

獎別	姓名	作品名稱
冠軍	梁英偉	密集都市
亞軍	盧興和	我和我的藝術家
季軍	甘健寧	我和我的朋友

### 自閉特色人士在學組

獎別	姓名	作品名稱
冠軍	盧文樂	我和鴿子
亞軍	梁裕勤	我和我的果園
季軍	林惠珊	我和我的包包

### 智障人士公開組別

獎別	姓名	作品名稱
冠軍	黃志江	稻草人的故鄉
亞軍	梁發恆	無敵機械人
季軍	梁安多尼	我和我的城市

### 智障人士在學組

獎別	姓名	作品名稱
冠軍	吳晟嘉	我和我的同學
亞軍	陳芷玲	我和我的花瓶
季軍	鄒子楓	神奇地墊

# 愛心保姆展互助

為了讓更多市民認識社區保姆服務及增強民眾使用服務的信心，澳門明愛與另外兩間承辦機構4月下旬舉行「社區保姆服務試驗計劃之愛心保姆X精靈BB同樂日」社區推廣活動。當日設有社區保姆和家長照顧幼兒比賽、幼兒競步賽、幼兒爬行賽和親子接力賽，分為台上及台下並排進行，現場氣氛緊張熱鬧。

台下以年齡劃分組別，家長和親友們爭相為自己的小寶貝打氣喝彩；台上比賽亦相當激烈，6位參賽的社區保姆紛紛拿出自己的看家本領，以嫺熟、流利的動作迅速給嬰兒更換衣服、尿片和沖奶，評審及觀眾都不禁點頭讚許予以肯定。除比賽外，現場更設有親子工作坊及攤位遊戲，吸引不少市民參與。



社區保姆服務試驗計劃去年8月推出，至今有逾20人完成培訓並提供近700多小時服務，明愛期望透過是項服務為有實際托兒需要但又沒有其他人可照顧幼兒的家庭提供協助，發揮社區關愛的互助精神。

# 「愛·分享」

為進一步宣傳食物銀行服務，「明糧坊短期食物補助服務」4月下旬於祐漢街市公園舉行「愛·分享」服務推廣暨食物回收活動，讓社會大眾了解明糧坊不止提供食物補助，還會根據不同家庭的特性及需要，設計不同的增值項目以供參與，同時藉著食物回收連結區內人士及企業，培養關愛和分享精神，共同建構互助和諧社會。



活動現場設置多個分區，包括：舞台互動區、手作遊藝坊、服務推廣遊戲攤位、服務內容展示以及食物回收區，並邀請到導師帶領市民做大笑瑜珈，更有歌唱及魔術表演，增添場內歡樂氣氛。

# 共融創明天

「製作短片時發生了件小趣事，其中有一幕要拍攝視障朋友等待過馬路，卻用了很多時間，原因是過程中遇到10多位熱心的市民，不由分說地帶她過了馬路。」零距離合作社戴碧筠老師說。



《殘疾人權利公約》經已生效多時，一般市民對此仍然感到陌生，有見及此，澳門明愛向社會工作局的《殘疾人權利公約》宣傳推廣資助計劃提出申請，由4月開始，歷時半年，到本澳學校作巡迴推廣。

「共融創明天」《殘疾人權利公約》推廣活動是由明愛轄下4個復康單位（創明坊、聖類斯公撒格之家、聖瑪嘉烈中心及聖路濟亞中心）的服務使用者擔任公約推廣大使，聯同本地戲劇團體零距離合作社的專業演員，透過短劇、教育戲劇工作坊及短片，向學生及年青人們傳遞社區無障礙的訊息。

「乘搭公共交通工具出行十分困難，每次都需要提早很多時間出發到演出地點，有時是辛苦的，但值得！」一位精神障礙的公約大使說出其感受及體會。「過程中認識很多青年人和不同障礙的朋友，跟他們合照很開心，自己也變得

年輕了！」由於10多位不同障礙的公約大使住在不同院舍，每次的綵排及演出，確實是花費相當的時間，但公約大使們都表示一定要參與這個活動。

推廣活動有兩種形式，學校根據參加人數及場地條件，可選擇「社區無障礙—深度互動之旅」方案或「公約齊實踐—共融總動員」方案。目前已舉辦8場，走訪了3間學校，有473位學生參與，同學們反應熱烈，與公約推廣大使互動，體驗通用設計的便利及明白每個人均有社區參與的權利。

「過去8場，每次學生的反應都不一樣，體會的深淺度可能有不同，但至少對殘疾、公約有了一定程度的理解。」心理輔導員阿茵表示，推廣前也曾看過公約，參加多場的推廣活動後，覺得對公約精神及原則，有更深入的體會。「以前可能不是太察覺得到，但現在深切

感受到無障礙出行對行動不便人士確是個很大的問題，要更著力向社會大眾推廣通用設計的重要性。」



「突然推我，嚇我一跳！」這是同學在體驗坐輪椅之後的分享，過程中另一位同學急於協助正在學習使用輪椅的他到達目的地，令他受到驚嚇。就此，同工在活動中引導同學們思考：伸出援手前會否先問對方想去哪裏？對方真正的需要又是甚麼呢？



《公約》提倡「尊重」、「平等」、「自由」，明愛冀透過《公約》推廣活動，鼓勵兒童及青少年尊重差異，認識殘疾人士的權利，消除歧視，達致傷健共融，同創美好無障礙家園。✿

# 青暉同行十七載



3月31日為青暉舍十七周年舍慶，每年這一天全體上下都會聚首一堂，為家舍慶祝同時分享生活點滴，潘志明總幹事則勉勵年青舍友學習自強、自立，珍惜家舍生活和勇於為自己的前路作出承擔。

青暉舍是一間男性青少年院舍，提供住宿及輔導服務，幫助年青舍友重建有紀律的生活，讓他們在面對逆境時，能有一個安穩的環境為其護航，同時培育、協助他們尋找自我、發展興趣，讓舍友學會獨立，擁有自我照顧能力，並在許可的環境下回到自己的家庭過活。

時光飛逝，轉眼間青暉舍已走過17個年頭，就像年青人一樣茁壯成長，17年一直協助一批一批的年青人走出逆境。隨著時代的變遷，家舍亦與時並進，從過往的男女院舍轉型為全男性院舍，並進行院舍翻新工程，管理上更由集體生活模式優化至小家舍管理模式。

這些年，同工們堅守身教重於言教之道，陪伴年青舍友經歷高低起伏，與他們一步一腳印地同行，路上確實是荊棘滿途，但透過陪伴、接納與關懷，舍友們在家舍中找到歸屬感與自我價值，亦找到家的感覺，一眾同工默默耕耘的努力，與年青人建立起真摯的友情，家舍相簿內一張張照片展現的笑容正是最好的說明。✿

# 從心出發

小薰（化名）是「協力社」澳門明愛社區就業輔助計劃的參加者，年幼時父親去世，母親為了養家糊口長期外出工作。小薰感受不到媽媽對她的愛，因此很少與媽媽說話，到了青春期，反叛的心態更甚，一直有想離家的念頭，正值澳門賭場開放高峰期招攬大量荷官，小薰決定輟學，外出工作自給自足，完全沒有理會母親極力反對，一心只想逃離這個家。

「一開始感到自由自在，沒有任何的約束。」有了金錢後，小薰得到很多外在的滿足，名牌隨身物品一個接一個，日子久了，這些名牌已不能滿足她的慾望。賭場工作充滿各種誘惑，小薰自我認同感低，缺乏自信，很容易受到前輩的影響，「當時荷官的工作日夜顛倒，下班後已經很累，但又怕拒絕朋友的邀請會被視為異類、不合群，最後也得硬著頭皮去赴約。」

開始時只是喝酒，經同事介紹小薰開始誤交損友，從而接觸毒品。「當時只是抱著貪玩的心態，認為不會上癮，結果一發不可收拾。」小薰吸食毒品的份量愈來愈多，最後將所有積蓄都花在購買毒品上，在身無分文的情況下，損友介紹小薰販賣毒品，利潤高又能滿足自己的需要。法網恢恢疏而不漏，小薰在一次販毒過程中被捕，判入青少年戒毒所，兩年前獲釋。

經由社會工作局轉介，小薰加入明愛社區就業輔助計劃，開始時工作表現穩定，但不時有缺勤的情況，起初工作人員以為小薰是因為身體不適而經常請假，熟絡後得知她是因為缺乏自信，擔心與陌生人建立新關係而選擇逃避。工作人員開始協助小薰疏導內心的情緒，同時也多

次與其單位的主管商討小薰的問題，連番鼓勵下，小薰開始慢慢對陌生人不予抗拒，認識許多新朋友，缺勤的次數亦有了明顯的改善。

參與計劃一年多，小薰的工作表現及自我認同感不斷提升，最近更想作進一步嘗試，報考駕駛課程以便不時之需。小薰與母親的關係亦有了明顯的改善，平日參與不同的活動時，會帶母親一起參加，主動與工作人員談及與母親的關係，她明白自己過去的行為自私及反叛，傷害了身邊最重要的人。

社區就業輔助計劃旨在幫助領取社會援助金且有工作能力的失業人士，提供過渡期的社會服務機會，從中學習、習慣、遵守工作間的規則，助他們重建自信，提升再就業的競爭力，自力更生。

「現在回想起來，以前自己犯了不少錯，但也因為這些經歷，令自己真正成長，更珍惜現在的一切。」小薰希望透過自身的經歷去感染和鼓勵更多的人，明愛也呼籲社會大眾給予更多的包容，幫助陷入逆境的人建立自信，重新融入社會。✿

# 愛·不迷「網」

由教育暨青年局主辦、澳門明愛家庭服務部協辦的「無聲請發聲」填色比賽頒獎禮3月上旬舉行，旨在通過填色比賽及標語創作，啟發參加者自我保護的意識，提升家長對預防性侵犯的關注。

填色比賽的對象為本澳10-12歲兒童，參加者需在指定圖畫填上顏色，並創作切合圖畫內容的標語或口號。透過是項比賽，期望讓高小的學童及早了解自我保護的方法，明白到網絡世界潛在的危險與陷阱，當遇到問題時還要勇敢地说，「不」。

「無聲請發聲」填色比賽為「愛·不迷『網』—第五屆社區性教育推廣活動」的分項目，該系列活動由去年12月開始，以「解讀網絡世界」為主題，在澳門六個堂區分別開展31項以兒童、青少年及家長為對象的活動，吸引共515人次參與。

明愛希望兒童及青少年認清網絡世界，提升批判思考能力，在建立人際間「愛」的關係過程中，不要過於沉迷網絡世界，並積極發展健康的人際相處態度，達致「愛·不迷『網』」。✿



# 樂意·善行

主題為「樂意·善行」的「澳門明愛2015素善宴」4月上旬舉行，筵開51席，共約600名善長參加。素善宴是響應四旬期愛德運動，透過清淡簡樸的素食，從而喚起市民對貧窮的關注。當晚由黎鴻昇主教帶領祈禱，澳門明愛潘志明總幹事致辭呼籲大眾將「仁愛、團結、慷慨」做成「終止飢餓」的食譜，分享給有需要的人。晚宴籌得善款約澳門幣14萬元，將連同四旬期部份捐款，援助戰亂中的敘利亞及海外貧困地區，以及本澳老弱病患者。✿



# 「蛇」纏身之後

林婆婆近來過得苦不堪言，常常痛得死去活來，夜不能寐。原來她半年前「生蛇」（即帶狀皰疹），當時去醫院看病，並按時服藥，皰疹退了，一心以為已經治好了，誰料到接下來才是苦難的開始，原先長皰疹的地方出現了持續性針刺般的痛楚，體重也輕了十幾磅。最近去了神經內科專科就診後，才明白原來是得了皰疹後神經痛。

為什麼一個皮膚疾病能引起這麼劇烈的疼痛呢？與神經內科又有什麼關係呢？帶狀皰疹是由於水痘（帶狀皰疹病毒）感染引起的，年齡越高免疫力越差，發病風險越大。這病毒最大的特點就是容易沿著神經分佈，尤其是沿著胸部肋骨成帶狀分佈，因此非常容易由末梢神經往上損傷到神經幹、神經根甚至是脊髓，造成肢體癱瘓、半身不遂等嚴重後遺症。

由於帶狀皰疹這種喜好侵犯神經的特點，使得神經在刺激之下一直處於興奮的狀態，從而產生疼痛的感覺，這種疼痛被歸類為神經痛，往往能持續一段很長的時間，甚至好幾年。常見的現象有：1. 痛覺過敏（很輕微的刺激即可引起強烈疼痛感，如穿衣、洗面等）、2. 火燒感、3. 針刺痛、4. 麻刺感、5. 觸電樣疼痛、6. 如果損傷到神經根則可出現放射痛（疼痛沿一定方向往身體其他部位擴散），嚴重時穿衣服、吹冷風或碰到其他物體時都會觸發疼痛。

及時、準確的診斷，對治療神經痛十分重要。部分老年人患上帶狀皰疹後可能沒有出現皮膚水皰，只有胸腹部或背部疼痛，這類患者容易被誤診。此外，神經痛會遷延為慢性疾病，常導致失眠、抑鬱、焦慮、注意力分散，若出現以上表徵，應及早到專科就診。

帶狀皰疹後神經痛，與大家日常生活中那種刀割傷、燒傷、牙痛等不同，一般市民所知的消炎、止痛藥的療效往往不如理想，甚至是沒有效用，反而抗癲癇（俗稱發羊吊、羊癲瘋）的藥和抗抑鬱類的藥物療效更佳。患者需要正確了解自己的疼痛情況，配合醫生，遵從指示，以達致治療的目的。✿



## CARITAS ACTIVITIES

# 活動花絮

## 添福祉車展服務



4月中旬，明愛運用中國銀行澳門分行捐贈的善款40多萬元，添置了具升降枱設備的無障礙福祉車，以配合澳門明愛早前推出的「好的福悠快綫」服務，方便行動不便人士出行。中國銀行澳門分行劉澤光副行長、陳榮達業務總監以及澳門明愛潘志明總幹事於中銀大廈門前進行了福祉車移交儀式，潘先生介紹「好的福悠快綫」的試運情況，並感謝中國銀行澳門分行對本澳慈善事業不遺餘力，為有需要的人謀福祉。✿

## 迎春賀羊年

3月的第一天，澳門明愛安老服務部舉辦了「迎春接福賀羊年」團拜活動，來自明愛轄下10間中心及院舍共600多名長者共享新春佳節的歡樂。明愛邀請到聖德蘭學校醒獅隊為活動揭開序幕，而轄下的匯暉長者中心及聖類斯公撒格之家則為現場長者帶來精彩的舞蹈表演，更有澳門歌手及明愛婦女中心的義工到場獻唱。為表對長者的關愛，一眾嘉賓更向在場長者派發新春禮品及利市，場面熱鬧非常。✿



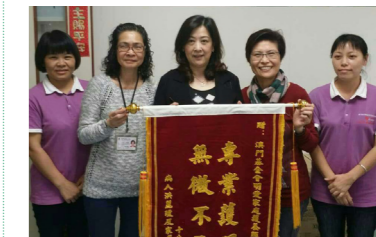
## 抗「壓」大使

為推廣高血壓的管理控制及預防併發症，匯暉長者中心3月份舉辦為期4節的抗「壓」小組活動，透過輕鬆有趣的衛教活動讓患有高血壓的長者認識高血壓及自我照顧的方法，包括介紹高血壓的基本知識、併發症、藥物的作用和準時服藥的重要性，推廣日常生活中飲食與運動相互配合的正確觀念，同時以互動方式為長者測量血壓，設計度身定造適合自己的運動計劃表及飲食餐單。✿



## 感恩

澳門基金會明愛家居護養服務4月中旬收到服務使用者洪婆婆家屬致送錦旗一面，表達對服務的衷心感謝。家屬讚揚工作人員細心周到、親切有禮，婆婆在服務團隊的悉心照顧下，身體逐漸康復，心情亦較從前開朗。家居護養服務自2012年12月開展至今，為本澳各區缺乏自理能力而又有較高護理需要的在家長者提供專業的護理支援，服務個案數已超過440宗。✿



甘家豪 / 駿居庭社工

# 站起，再前行

梁小姐今年56歲，因沉迷賭博導致債台高築，為緩減壓力，她染上酒癮，亦因此失去了工作，在澳門沒有任何親人，只得終日露宿街頭。

開始得知梁小姐的情況是有市民來電，告訴同工她經常出現的地點，好讓同工可以找到她，提供支援。第一次接觸，她並不願意交談，看上去醉醺醺的，身上佈滿惡臭。由於她神智不清，第一次的談話並不成功，社工們只好留下盒飯及傳單，待她清醒時再看。

隨後的幾次外展，社工發現梁小姐情況好像更壞，多次面談沒有一次是清醒的，只得保持耐性，一次又一次去到她跟前，希望她可以打開心扉，把她的故事告訴社工。

奇蹟也真的發生，這一次不是社工去找她，而是她主動來到駿居庭。梁小姐表示，雖然當時喝醉，但她知道社工每一次到來都會留下盒飯和傳單，起初不願意聊是因為不相信這樣的陌生人，隨著時間推移，社工打動了她，令她開放自己。

了解到她的境況後，社工開始協助她規劃接下來重投社會的計劃。首先做了一連串的協議，入住中心，整頓自己，戒除酗酒習慣，再轉介到賭博輔導機構戒賭，逐步接受一些簡單的培訓，然後回歸社會，自力更生，並以一年為計劃的限期。

現時梁小姐來到駿居庭已經9個月，這段時間社工一直跟進她的情況，適當時候給予鼓勵，進展十分順利。梁小姐戒除了賭博及酗酒，人也變得開朗起來，甚至會主動幫中心進行日常清潔，更積極外出尋求就業機會，相信在找到工作後，梁小姐將可穩步踏上社會康復的征途。✿

## 慈善義賣



難民福利會3月下旬一連兩日舉行慈善賣旗及義賣活動，更有青年義工到場扭氣球籌款，憑著多所學校、團體、明愛轄下服務單位及志願者約200人的努力，共籌得善款近澳門幣12萬元。善款將透過聯合國難民事務高級專員署 (UNHCR)，援助世界各地尤其是敘利亞的難民。✿

## 2015年3-4月捐款名單

(按筆劃順序排名，只刊登未曾公開款項)

	金額(MOP)		金額(MOP)
CHAN PENG TIM	45.00	恒毅社	6,215.00
CHAN WAI MAN	600.00	科研資訊有限公司	412.00
CHEONG LOK HUN	10,000.00	捐款箱-COME BUY	45,105.77
CHI LEONG TANG	4,000.00	捐款箱-余仁生	1,503.40
CHOI ALVES MIO IONG-內地兒童	2,000.00	捐款箱-便民藥房	4,249.61
CHONG SOU VA	450.00	捐款箱-特定	55,836.55
CLUBE AMIGU DI MACAU (TORONTO)	6,197.00	捐款箱-康暉中心	8,359.80
FOK WAI MAN	100.00	捐款箱-黑牧中心	2,075.95
IEONG IO SAN DAVID	1,000.00	捐款箱-聖老撈佐堂	3,645.87
JENNY HOI	500.00	捐款箱-其他	122.50
JULIANA	300.00	高生	100.00
KE YE	50.00	張小姐	1,031.50
KWAN HO YIN-內地兒童	20.00	張健	10.00
LAM VIRGINIA FONG I	2,000.00	張惠清	500.00
LAURA MARIA BOYOL	20,000.00	梁宅	3,000.00
LEI CHON LENG-內地兒童	1,000.00	梁群好	200.00
LEI FONG CHOI ALIAS LEE FONG THEW	200.00	梁慧敏,鄒采寧,鄒卓諺	2,000.00
LEI IOK IO	50.00	郭太	150.00
LEI KA MEI	100.00	陳文斌	1,000.00
LEONG TERESA	2,000.00	陳展文	500.00
LIAO NIANFENG	10.00	陳惠馨	206.30
M.YEUNG	309.45	麥翠珊	1,000.00
MACPRO GALLERY LIMITED(阿虫作品)	25,787.50	勞寶珊	1,040.00
MARGARIDA PANG	400.00	善長	94,277.91
NG KUAI SEONG	500.00	善長(銀行轉數)	250,000.00
PANG KAM HO	300.00	善長-內地兒童	5,813.15
PANG TERESA & HO KOOK YING	515.75	善長-本地兒童	16,382.20
PUN IAN	800.00	善長-兒童	2,063.00
TANG SEONG IOI	50.00	善長-特定	7,759.22
WONG CHOI WAN	500.00	湯福如	1,000.00
WONG LAI HA-內地兒童	600.00	黃文杏,陳嘉盈	140.00
文化局	200.00	黃先生-兒童	1,000.00
毛錦添	3,120.00	黃華照	55.00
可晴	200.00	黃銳廉	3,000.00
何有	3,000.00	聖若瑟教區中學第五校	161,845.10
何卓軒	1,400.00	聖善學校	9,123.28
佛弟子	3,110.00	鳳城禮記魚翅鮮酒家	3,000.00
利瑪竇中學附屬小學暨幼稚園	20,000.00	潘耀榮	70.00
吳宅	1,500.00	蔡嘉敏	400.00
吳春梅	500.00	鄧先生	1,000.00
我的珈琲時光	2,600.00	澳門國際婦女會-伯大尼安老院	95,000.00
李小樓	75.00	澳門賽馬有限公司	38,000.00
李金坤	4,000.00	聯校歌唱比賽	14,678.70
狄思維	89.50	顏其志	125.00
林府-聖方濟各安老院	109,111.63	羅鏡波	6,000.00
建成洋服	1,000.00	小計	1,079,287.64