滙住

醫院管理局 HOSPITAL AUTHORITY
基督教聯合醫院 UNITED CHRISTIAN HOSPITAL

社區參與及義工服務部 編印

2026年第四季　第109期

病人賦能・病人及照顧者互助支援・義工服務・社區協作計劃・疾病防治推廣・健康資訊



「但那等候耶和華的必從新得力。
他們必如鷹展翅上騰，他們奔跑却不困倦，行走却不疲乏。」
（以賽亞書40:31）

萬眾期待的醫院日間醫療中心新大樓終於落成，社區參與及義工服務部、健康資源中心及癌症病人資源中率先投入服務，在新環境中繼續發揮醫社協作橋樑的角色，為支援病人及照顧者提供更適切及貼心的服務。但願上帝祝福各部門在新環境中如鷹展翅上騰，事事順利，靠著上帝力量，為病人福祉再創無限可能！

同行新誌 P.2
健康資源中心 P.5
醫社協作項目 P.9
義資訊 P.14
社資訊 P.16


新天新地新里程


脆性骨折患者支援小組分享會


守「護」天使・醫社協作計劃


HA Go 義工訓練


共里一起 @ 觀塘家庭照拍攝

新天新地新里程
健康資源中心攜手邁進 A 座新大樓

好消息！本部已在31/8正式搬往全新落成的A座北翼地下了！

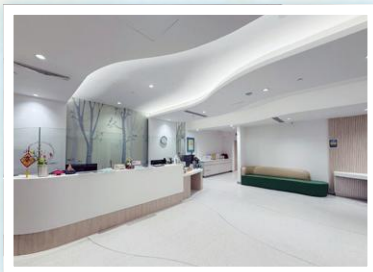
這期待已久的新中心終於啟用，意味著本部的服務踏上新里程，雖然不是奢華粉飾，但地方寬敞便捷，而且舒適實用，而當中部份設計更配合日間醫療中心新大樓「生命之水」（Water of Life）的概念，希望為病人、家屬和同事構建一個充滿生命力的療癒環境。此外，本部更希望透過這川流不息的生命「活水」，匯聚更多資源、智慧及力量，滋養眾人的身心靈，為服務使用者提供更優質、更全面的病人支援服務。

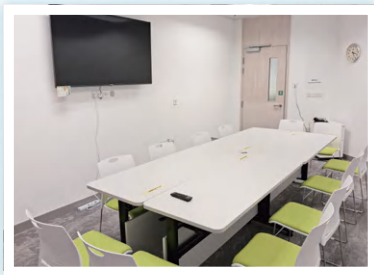


走進新環境：新中心新設施大解構

新中心空間更寬敞、設計更具現代感，我們特別優化了各項設施，務求讓每一位訪客有煥然一新的感覺，放下憂慮與重擔。

- **新位置、新起點：**配合明亮的現代感設計與清晰的標示，這道寬敞、透明的新大門，喻意著中心已經預備好，迎接每一位到訪的服務使用者。
- **溫馨詢問處：**一進門就能看到寬敞明亮的開放式詢問處。我們的職員會在此，以最溫暖的笑容迎接每一位訪客，解答各項有關健康資訊及中心活動的查詢。





- **智慧會議室：**全新的會議室讓職員與義工有舒適安靜的空間聚首一堂，集各人的智慧共同商議及策劃各項不同類型的活動及計劃，務求推出的服務令更多病人及其照顧者感到貼心滿意。
- **多功能活動室：**面積比以往更大，可容納更多人一同學習，並配備了先進的影音設備。未來這裡將會舉辦更多元化的病人賦能活動、健康講座、工作坊及興趣小組等。





- **獨立接見室：**新增的 2 間接見室，環境寧靜且具私隱度。無論是個案面談、心理輔導還是諮詢，都能讓您在安心、放心的環境下盡訴心中情，舒解心結。
- **活力小廚：**這是新中心的一大亮點！現代化的開放式小廚，讓義工們服務前後相聚歇息，輕談淺食，重新得力彼此交流分享。



如何找到我們？中心新位置與路線指引

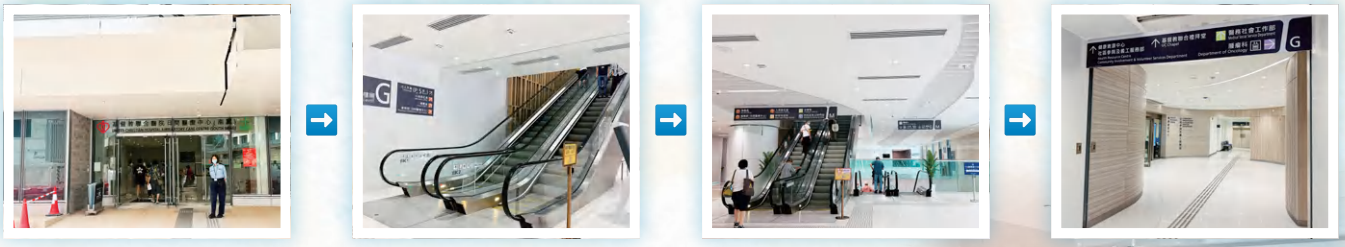
為了方便大家蒞臨新中心。請參考以下的簡易路線指南：

中心新地址：基督教聯合醫院A座北翼地下
中心電話：3949 4746（維持不變）



建議路線圖提示：

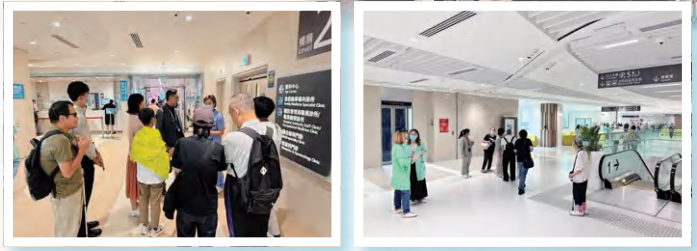
1. **乘搭50號專線小巴：**可直接在A座北翼地下下車，然後由正門進入大樓
2. **乘搭其他交通工具：**可由A座南翼地下正門進入，乘搭自動電梯上一層到M層，再落一層到北翼地下G/F



同心同行：專屬導賞助病人融入新環境

為了讓大家能盡快熟悉新環境，中心在搬遷前後專程安排了多次導賞服務。我們特別邀請了多個病人自助組織及義工組別蒞臨新大樓及中心。在導賞過程中，職員帶領病友與義工們逐一體驗新路線及無障礙設施。此外，不同專科部門陸續在 9 月中遷入新大樓投入服務，本部亦安排義工在各樓層擔任「服務大使」，為前來覆診的病人及照顧者指引路線及解答查詢。





A座北翼樓層簡介 (截至30/9)

樓層	服務
G/F	1. 健康資源中心/社區參與及義工服務部
	2. 基督教聯合禮拜堂
	3. 醫務社會工作部
	4. 詢問處
M/F	1. 行人天橋（往S座及P座）
	2. 停車場
1/F	1. 治療室
	2. 繳費處
	3. 藥劑部（日間醫療中心）
	4. 新症分流站
	5. 內科及老人科門診
	6. 入院登記處

樓層	服務
2/F	1. 眼科中心
	2. 家庭醫學專科診所
	3. 醫院管理局職員診所
	4. 職業醫學診所
	5. 融合專科診所
	6. 婦產科門診
3/F	1. 矯形及創傷科（骨科）門診
	2. 兒童及青少年科門診
	3. 放射及器官造影
	4. 外科門診
4/F	1. 臨床心理學部
	2. 精神科門診/日間醫院



10月起，將有更多專科日間醫療服務陸續投入新大樓服務。

結語：新起點，心服務

配合新大樓、新設施的啟用，本部繼續秉承「以人為本」的服務承諾，用心服務。誠邀各位病人、照顧者、義工、同事及各方好友抽空前來參觀，親身體驗我們的全新面貌，與我們繼續攜手並肩，踏上更健康的精彩新里程！

活動報導

柏金遜症病人互助小組

每週一節的網上運動班，總是能看到準時出席的熟悉面孔。無論當天的身體狀況如何，大家都全力以赴、認真投入，這份對健康管理的堅持，真的非常值得讚賞！

隨著新大樓落成啟用，小組特別在12/8（三）將運動班轉為實體課。大家終於能走出螢幕、面對面相聚！當天，健康資源中心社工更搶先帶領大家探索中心剛遷入的新環境及設施，大家都滿懷期待！


新大樓初體驗，大家一致讚賞

心臟病病人支援小組

為陪伴及支援心臟病患者重拾健康生活，心臟復康組會定期舉辦「心臟復康課程」及「心律不正工作坊」。內容包括術後照護須知、恆常運動建立以及壓力調適等，以提升患者應對病患的信心與能力。

課堂上，不只患者們認真投入，照顧者更是專心聆聽；到了休息時間，大家更主動交流心得、分享患病歷程。彼此加油打氣的溫暖互動，讓現場充滿歡笑與力量！


專科護士正解答病友查詢

認知友伴俱樂部

認知友伴俱樂部第三季度的活動圓滿舉行，內容豐富多元，涵蓋身心健康、節慶文化與手工創作，情況如下：

7月「平甩功 齊齊操」：與容鳳書精神科日間醫院攜手合作，特別邀請復元人士擔任導師，親自帶領參加者體驗並學習平甩功的招式。活動不僅促進了社區共融，更有效鼓勵大家建立日常運動習慣，活絡身心。

8月「七夕節」網上主題聚會：參加者對這段「一年一會」的浪漫故事展現出濃厚興趣，紛紛分享彼此的回憶與感想，互動氣氛熱烈。

9月「手作錢包工作坊」：在義工的耐心指導下，參加者一針一線專注地縫製專屬錢包。當美觀又實用的成品誕生時，大家都愛不釋手，現場洋溢著滿滿的成就感與讚賞聲。


大家一同動起來

人工關節病人互助小組 - 2026第二次術後重聚日

小組於23/7（四）舉行了本年度第二次術後重聚日，共吸引了16位病人及照顧者參與。小組以「感恩有您」為主題，讓組員回憶起由患病、做手術及術後的康復，當中曾經幫過他們的親友、醫護及朋友，並製作一個擴香石送給他們，寓意「感恩有您，才可重新出發」。有不少參加者表示十分感謝骨科醫護人員的醫治和照料，使他們重獲健康。因此，參加者也親自準備了擴香石及感謝卡以表達謝意，社工將他們的禮物送予醫護人員，他們接獲病友們的心意也感到很鼓舞！


心意卡上寫了病友們滿滿的謝意

世界母乳哺育週

為了響應今年世界母乳哺育週主題「母乳哺育，建構永續的生命起點：鞏固成功經驗」，本部嬰兒餵哺支援組義工與醫護團隊於30/7（四）在院內進行推廣活動，富有母乳餵哺經驗的「過來人」義工們踴躍分享，為有需要的媽媽提供實用的母乳餵哺技巧及經驗，並給予情緒支援與鼓勵。



義工與醫護團隊合照

次級預防中風計劃

為加強參加者對再次中風防範與自我管理，本部於20/8（四）順利舉辦「次級預防中風計劃」活動。社工介紹不同社區資源、支援網絡及本部的「風中支友」急性中風患者及家屬互助小組，協助參加者與照顧者掌握復康途徑。活動中參加者專注聆聽並積極交流，有助建構完善的社區支援安全網。


參加者專注地了解社區資源

脆性骨折患者支援小組 - 分享會

小組在17/9（四）舉行了以「肌少症與預防跌倒」為主題的分享會，共有9位病人及照顧者出席。主題分享開始前，社工先與組員一同練習防跌操，讓參加者學習如何「保肌防跌」。然後，社工讓組員認識肌少症對骨骼健康的隱形威脅，同時一起認識日常增強肌力的飲食要素。最後的醫護分享環節，組員均積極發問，氣氛熱烈。


活動開始前先練習防跌操

「藝動療心」表達藝術治療痛症課程

一連八堂「藝動療心」表達藝術治療痛症課程於15/7（三）至2/9（三）順利舉辦，目的是協助痛症患者提升生活質素。活動由表達藝術治療師、護士及社工跨專業攜手帶領，結合音樂、樂器探索、視覺藝術及小組分享，引導受痛症困擾的學員透過創作以表達情緒、紓解身心壓力。八節課程氣氛溫馨融洽，讓參加者以不同方式轉化疼痛與焦慮，建立正向面對痛症的信心與互助網絡。


透過活動分享內心情緒


音樂能讓人獲得心靈上的平靜

婦科施暉會

小組於21/8（五）舉行「術後分享會」，邀請在本院剛完成子宮切除手術之病友參與，她們分享手術前及手術後的情況或疑惑。有參加者向護士提及有關術後遇到滲尿及排尿異樣的狀況，並詢問改善方法，護士即場提供專業意見。分享會中，有參加者分享術前術後的心理及情緒改變，由術前的極度擔憂至現時術後的身體狀況及情緒得到明顯改善的強烈對比，她更希望以其良好經驗為其他病友帶來正面訊息及影響。

此外，為讓完成子宮切除手術的病友了解手術後常見的併發症及後遺症，小組特於16/9（三）邀請本院婦產科趙韻琴顧問醫生向大家分享上述主題。趙醫生除了詳細講解子宮切除手術的類別、手術途徑、常見的併發症、術後的生理及心理影響外，組員更把握機會向趙醫生提問一些術後受到困擾的狀況，如排尿異樣、腳部水腫、骨質疏鬆等，趙醫生都一一解答及提供改善的治療及處理建議，令講座內容更豐富及實用。


組員積極地向醫生提問術後的症狀

康寧腎友會

康寧腎友會於12/7（日）參加「2026腎友門球比賽暨同樂日」，活動於九龍公園體育館舉行。當日該機構門球組總動員出動，士氣高昂，與對手勢均力敵。各人沉著應戰，最終勇奪亞軍。


腎友努力全力以赴進行門球比賽，發揮水準

該機構於7月至9月份為「第六屆香港移植及透析人士運動會」作賽前準備，分別參予門球、羽毛球、乒乓球、飛鏢及保齡球賽前熱身訓練，以最佳狀態出席比賽。

此外，於16/9（三）及17/9（四）舉行2026中秋病房探訪活動，分別前往基督教聯合醫院及將軍澳醫院進行病房探訪。該機構預備了一百多份中秋福袋作禮物送贈腎友，祝願腎友身體健康，度過一個愉快的中秋節。



康寧腎友會派員探訪病患並送上祝福

特別天氣安排 活動舉行前2小時如天氣惡劣，本部活動將依據下列警告訊號安排

天氣情況	警告訊號	室內活動	戶外活動	義工當值及服務
暴雨警告	黃色	✓	✓	✓
	紅色	X	X	X
	黑色	X	X	X
颱風訊號	1 1號風球	✓	✓	✓
	3 3號風球	✓	X	✓
	8 8號風球或以上	X	X	X
極端情況	極端情況生效	X	X	X

如有任何查詢，請致電3949 4746 與本部職員聯絡。

病友組織與醫院協作項目先導計劃 -

「風中支友」— 中風患者及家屬支援社區協作計劃

由本院急症中風團隊、健康資源中心與病友組織「新健社」及「慧進會」共同策劃及推動的「風中支友」計劃，目的是透過朋輩義工的力量，為中風病人及其照顧者賦能，針對病者的長期復康需要，幫助他們重新融入社區。過去一季，小組的八段錦、唱歌學講話和病室探訪均穩定持續進行，小組組員及義工也恆常積極參與。


參加者一同練習八段錦



「風中支友」病室探訪義工們於新大樓新出發


義工帶領參加者努力練習發音

「圓滿人生」- 社區生死教育及寧養義工服務計劃

為讓末期病患者在人生最後階段活得有尊嚴及有意義，使他們及其家庭得享無憾與圓滿人生，寧養義工服務計劃會透過個案、小組及大型活動等工作形式，以多元化的主題協助患者及家屬紓緩負面情緒及照顧壓力，從而讓他們更珍惜及享受相聚時刻。

住院病人支援

中秋佳節將至，為讓住院患者感受到濃厚的節日氣氛，及來自社區的溫馨暖意，健康資源中心於 19/9（六）在復康及懷安科病室安排中秋節日探訪。當日社工及義工探訪及關懷患者及照顧者，親切問候他們的住院情況，聆聽他們的憂慮及心理需要，給予支持與鼓勵。此外，亦為他們送上親手製作的毛巾月餅及燈籠小掛飾，輕巧的小禮物卻滿載心意與祝福，祝願「平安」臨到各人當中。


義工探訪讓住院患者感到節日溫馨

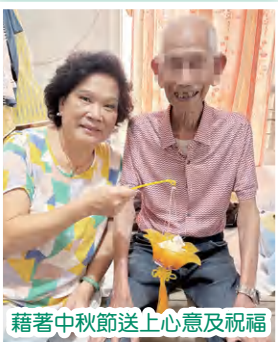
心理社交支援小組

逢星期四上午，紓緩科日間中心都會有一段溫暖的相聚時光 – 健康資源中心舉辦的「心理社支援小組」，關心晚期患者「身、心、社、靈」的全人健康。透過多元化的主題活動，讓大家在輕鬆自在的氣氛中分享病後的身體變化與情緒起落。同時，社工協助病友紓緩病後帶來的負面情緒；「同路人」之間亦能互相扶持，建立支援網絡。願大家在彼此的支援下，為生活找回多一點的盼望。


不同主題的活動令紓緩科中心充滿「色彩」與「喜樂」

家居探訪

家居探訪，不只是一次上門問候，而是一份持續的同行。健康資源中心社工及義工定期走進居家紓緩科患者及照顧者的生活，為他們送上關懷及支援。探訪期間細心了解他們的居家狀況及需要，有需要時即時提供情緒支援及社區資訊，同時耐心聆聽家屬的照顧壓力，與他們分擔憂慮和不安。這份真誠的關心讓受訪者感受到滿滿溫暖，使他們在患病中不再孤單，為生活添上一份暖暖的愛。


藉著中秋節送上心意及祝福

外來團體服務

香港紅十字會職員及義工於 6/8（四）在紓緩科日間中心舉行以「彩色世界」為題的小組活動，透過多項五感小遊戲，讓大家從不同感官體驗刺激手眼協調及反應能力。各個小遊戲看似簡單，實際卻充滿挑戰，過程中既緊張又好玩。最後大家進行小比賽時更使出渾身解數，令賽事難分勝負，但大家卻樂在其中，體現了「比賽第二，友誼第一」的體育精神。整個活動不僅帶來歡樂，也促進了彼此之間的交流。


小遊戲考驗參加者的專注及協調能力

「陽光計劃」社區精神健康工作計劃

由本院健康資源中心與精神科團隊合作的「陽光計劃」社區精神健康工作計劃，致力為精神科復康人士提供整全的照顧，促進康復者心理、生理及功能上的復元，踏上個人化的復元旅程。除了重拾日常生活、工作、休閒的能力，更協助他們重構自己的內在價值、重新融入社會，成為康復者從醫院過度並重融到社區的橋樑。

病室探訪

中心與香港心理衞生會社區教育部合作，每月安排義工輪流探訪男女精神科病房，並與復元人士進行互動遊戲，考驗他們的表達能力、聯想力及觀察力，讓他們度過一個開心又溫暖的周末下午。





義工和參加者進行遊戲

家屬同行計劃專題講座

中心與浸信會愛群社會服務處敍暉匯精神復元人士照顧者資源及服務中心已於 20/8（四）舉辦「如何接受患者病情轉變」講座，浸信會愛羣社工先以講解及圖像，帶出「接受『復元』不一定是變回從前」這個訊息，並以「接受病情轉變，不是放棄希望，而是學習在現實、有限與起伏之中，以更有界線、更有慈悲、更能看見優勢的方式，繼續同行。」作為小結。最後，照顧者朋輩大使分享照顧經歷，她指出「安頓自己心靈」是十分重要，同時要懂得如何發掘復元人士的優勢、欣賞他們的強項、適時稱讚他們也是同樣重要的。



參加者專心聆聽社工講解

心晴驛站

本中心與將軍澳醫院精神科門診自2024年7月起於門診設立「心晴驛站」，透過與復元人士及其照顧者傾談接觸、介紹社區資源、舉辦各項活動以支援並賦能復元人士及其照顧者，促進復元。

樂睡安眠小組

睡眠是基本生理需要，對復元人士而言更是重建生活的關鍵。中心特別舉辦兩節「樂睡安眠小組」，陪伴參加者尋回優質睡眠。

小組透過系統化內容，帶領參加者認識睡眠定律、釐清失眠定義，並檢視個人的睡眠習慣。除了理論知識外，課程更著重實踐體驗，讓大家學習並掌握實用的睡前放鬆練習，有效紓緩壓力、放鬆身心。期望透過這個實用的小組，協助參加者逐步改善睡眠質素，重拾身心平衡。



體驗放鬆練習後參加者一同分享交流

「生命創藝坊」生命教育小組

生命是一場奇妙旅程。為鼓勵復元人士與照顧者認識社區資源並反思生命價值，中心聯同保良局華永會生命號合辦了四節「生命創藝坊」。

活動透過多元的藝術創作，引導參加者表達對生命終章的想法與感受。內容涵蓋蝴蝶拼貼手工畫、馬賽克杯墊製作，以及桌上遊戲與心靈卡牌體驗。活動反應熱烈，參加者全程專注投入，在溫馨的氛圍中互相交流與療癒。



參加者用心製作併貼手工畫

與區內社會機構合作活動

為加強與社區的聯繫，中心積極與不同社福機構合作，走入門診舉辦協作活動，讓復元人士及其照顧者認識更多社區資源。

其中，中心每月固定與基督教家庭服務中心「幸福雜貨舖」精神健康流動宣傳車服務合作，並於 7 月合辦「浸腳浴鹽工作坊」。活動透過多元互動環節，讓參加者在輕鬆愉快的氛圍下舒緩情緒。在社工的帶領下，參加者除了體驗簡單的放鬆練習與手作浸腳浴鹽外，亦可登上流動宣傳車參觀，進一步了解及接觸各項社區支援服務。



社福機構職員於流動宣傳車內介紹服務

守「護」天使・醫社協作計劃

守「護」天使・醫社協作計劃於2024年1月正式開展。醫（顧問護師團隊）、社（長者地區中心）在健康資源中心的連繫和推動下，保持緊密聯繫和協作，透過顧問護師在長者地區中心開辦專科健康講座，讓地區上的長者可以更深了解疾病、認識相關預防方法，從而降低患病機會。

計劃已進入第三個年度，繼續得到顧問護師及長者地區中心的支持。在本部的統籌及協調下，今年的第三季完成了3個專科健康講座，共有106位長者及照顧者參與。

7 至 9 月共完成 3 場專科健康講座，資料如下：

- 在「傷」言「傷」 14/7（二）- 顏巧蘭顧問護師（造口及傷口護理）
- 從「腸」計議 26/8（三）- 林翠萍顧問護師（結直腸外科）
- 也會怕有一天會「跌倒」 25/9（五）- 劉慧玲署理顧問護師（社康護理）



九龍東醫院聯網「麥得健腦」食譜大募集

醫學證實「麥得飲食（MIND Diet）」，能有效延緩大腦老化、預防認知衰退！為推動聯網同事落實麥得飲食，進而成為社區預防認知障礙症的「健康大使」。九龍東智友醫社同行計劃與本中心於 7 月份舉行了「麥得健腦」食譜大募集比賽，並接獲多份具創意、賣相及營養價值兼備的獨家食譜，充分展現聯網同事對健康與烹飪的熱誠。經過評審後，得獎名單如下：

獎項	菜式名稱	得獎者姓名
「健腦廚神」金獎	藍莓黑醋氣炸三文魚配翡翠菠菜蓉	基督教聯合醫院林善雅醫生
「健腦廚神」銀獎	金燦腰果燕麥豆腐雞肉丸配鮮蕃茄醬	基督教聯合醫院吳翠萍女士
「健腦廚神」銅獎	西京燒三文魚蕎麥麵拌合桃豆乳醬	基督教聯合醫院陳愛蓮女士
「健腦廚神」優異獎	七彩果香烤鱈魚	基督教聯合醫院源敏彤醫生
	夏日繽紛護腦沙律	基督教聯合醫院曾慧妍女士
	藍莓芝麻豆腐慕絲	基督教聯合醫院佐雅琳女士

三甲得獎食譜將收錄於《麥得健腦 有營同行》2027 主題座枱月曆中。月曆內不僅涵蓋麥得飲食的實用指南，更希望透過展示得獎食譜，推動大眾將健腦飲食輕鬆融入日常生活的每一天。



「麥得健腦 有營同行」2027座枱月曆

九龍東醫院聯網醫社協作：從「心」出發的溝通藝術 - 當醫院義工遇上談判專家

本聯網今年以「義工增值」為主題，舉辦一系列的活動。18/9（五）在將軍澳醫院演講廳舉辦了一個以談判專家為題的聯網講座，共吸引約 70 位義工參與。講座非常榮幸邀請到前香港警務處總警司、警察談判組主管、心理輔導師及臨床催眠治療師黃廣興博士擔任是次講者，為一眾聯網義工帶來一場別開生面的精彩分享。

講者風格生動幽默、妙語連珠，將嚴肅的談判技巧轉化為趣味案例，令全場氣氛熱烈、毫無悶場！講者並即場分享「主動聆聽」與「壓力管理」等要點，從而強化義工的溝通技巧。參與的義工均表示有助將這套溝通心理學活用於服務中，用愛心與專業與病友並肩同行。


講者精彩的分享令參加者印象深刻

「手」護健康講座

本部於 17/8（一）邀請到香港中文大學醫學院那打素護理學院副教授盧海珊博士擔任是次講座的講者。當日共有 43 位病人、照顧者及義工出席，反應踴躍。

講者在講座中分享了透過在手部肌肉繃緊的位置進行拉筋和按摩、放鬆肌肉，從而改善坐姿及站姿。為讓參加者更掌握相關按摩技巧，講者也即場示範及指導參加者。參加者紛紛表示獲益良多！


講者向參加者教授按摩技巧

2026年第四季 (10-12/2026) 網上平台活動一覽



活動	對象	日期	時間
柏金遜症運動班（恆常班）	本院柏金遜症患者及其家屬	逢星期三 （公眾假期除外）	上午 10:00 - 11:00
氣功八段錦 （部份課堂與慧進會合作）	本院中風患者及其家屬	05/10/2026 (一) 26/10/2026 (一) 09/11/2026 (一) 23/11/2026 (一) 07/12/2026 (一) 21/12/2026 (一)	上午 10:00 - 中午 12:00
「風」中奇緣音樂小組	本院中風患者	05/10/2026 (一) 16/11/2026 (一) 23/11/2026 (一) 30/11/2026 (一) 07/12/2026 (一) 14/12/2026 (一) 21/12/2026 (一)	下午 2:00 - 4:00
認知友伴俱樂部	本院認知障礙症患者及其家屬	26/10/2026 (一) 28/12/2026 (一)	下午 3:00 - 4:00
脆性骨折患者支援小組 分享會	本院脆性骨折患者及其家屬	15/12/2026 (二)	下午 3:00 - 4:30

2026年第四季 (10-12/2026) 實體活動一覽

活動	對象	日期	時間	地點
健體氣功班	本院冠狀動脈心臟病患者	逢星期二 （公眾假期除外）	上午 10:00 - 11:30	健康資源中心
氣功八段錦 （部份課堂與慧進會合作）	本院中風患者及其家屬	05/10/2026 (一) 26/10/2026 (一) 09/11/2026 (一) 23/11/2026 (一) 07/12/2026 (一) 21/12/2026 (一)	上午 10:00 - 中午 12:00	健康資源中心
開心唱歌學講話 （與新健社合作）	本院中風患者及其家屬	08/10/2026 (四) 29/10/2026 (四) 12/11/2026 (四) 26/11/2026 (四) 10/12/2026 (四) 31/12/2026 (四)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心
跨病人小組活動 （急性中風患者及家屬互助小組、類風濕關節炎病人支援小組、痛症紓緩組及腦癇症病人互助小組）	本院中風患者、類風濕關節炎患者、痛症患者及腦癇症患者	21/10/2026 (三)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心
人工關節病人互助小組 第三次術後重聚日	本院全髖關節或膝關節置換手術患者及其家屬	22/10/2026 (四)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心

活動	對象	日期	時間	地點
「風」中奇緣音樂小組	本院中風患者	26/10/2026 (一) 02/11/2026 (一) 09/11/2026 (一) 28/12/2026 (一)	下午 2:00 - 4:00	健康資源中心
「痛者當自強」長者慢性痛症管理課程 - 重聚日	本院痛症科病患者	28/10/2026 (三) 04/11/2026 (三) 11/11/2026 (三) 18/11/2026 (三) 25/11/2026 (三) 02/12/2026 (三) 09/12/2026 (三) 16/12/2026 (三) 23/12/2026 (三) 30/12/2026 (三)	下午 2:00 - 4:00	健康資源中心
身心社靈系列工作坊 (參加者必須完成 4 節)	本院各科病患者家屬	04/11/2026 (三) 18/11/2026 (三) 25/11/2026 (三) 02/12/2026 (三)	上午 10:00 - 中午 12:00	健康資源中心
照顧者專線 – 快樂體驗之旅 (參加者必須完成 4 節)	本院中風患者及其家屬	04/11/2026 (三) 11/11/2026 (三) 18/11/2026 (三) 25/11/2026 (三)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心
新症分享會暨社區資源介紹	本院病人及照顧者	05/11/2026 (四)	上午 10:00 - 中午 12:00	健康資源中心
HA Go 新手學堂	本院病人及照顧者	06/11/2026 (五)	下午 2:30 - 4:30	健康資源中心
認知友伴俱樂部	本院認知障礙症患者及其家屬	23/11/2026 (一)	下午 3:00 - 4:00	健康資源中心
腦癇症病人互助小組分享會	腦癇症患者	07/12/2026 (一)	下午 2:30 - 4:30	健康資源中心
脆性骨折患者支援小組 分享會	本院脆性骨折患者及其家屬	15/12/2026 (二)	下午 3:00 - 4:30	健康資源中心

查詢或報名，可於辦公時間內致電3949 4746
****活動詳情或會更改，參加前請先致電查詢****

康寧腎友會

對象	日期	時間	地點	內容	費用	查詢
本院腎科病人 康寧腎友會會員 及 其家屬	逢星期二	下午3:00 - 5:00	觀塘曉光街 體育館	乒乓球小組	全免	康寧腎友會 (辦公時間) 9305 7207 聯絡人：黃小姐
	逢星期四	中午12:00 - 下午2:00		羽毛球小組		
	逢星期二、五	下午1:00 - 3:00		門球小組		
	逢星期五	上午11:00 - 下午1:00		太極運動班		
	逢星期二	上午10:00 - 中午12:00	調景嶺體育館	太極運動班		
	星期六 (每月一堂/ 日期待定)	上午10:30 - 下午12:30	基督教聯合醫院 健康資源中心	水彩畫班		
	星期一 (每月一堂/ 日期待定)	下午2:30 - 4:30	基督教聯合醫院 健康資源中心	書法/水墨畫班		

**** 為鼓勵會員勤做運動，鍛鍊強健體魄，本會特設各類型運動班，球類消耗品及場地費用全免，球拍自備，歡迎參加。****
****本會新增靜態興趣班，水彩畫班及書法/水墨畫班，本會提供水彩畫具及書法筆墨用品，費用全免，歡迎參加。****

****運動班及興趣班，時間/地點或會調動，欲參加腎友請先致電9305 7207查詢 ****

癌症病人資源中心服務

九龍東醫院聯網癌症病人資源中心為癌症病人及其照顧者提供多元化全面復康支援，透過與跨專業團隊合作，為患者提供實用的治療資訊及復康訓練，協助患者在身、心、社、靈等層面得到全面的支援，提升他們面對病患的信心及能力，積極踏上抗癌復康之路。

參觀癌症服務機構

癌症病人資源中心一直擔當醫院與社區的橋樑，致力加強醫社合作的效能。中心於六月及八月期間，共籌辦了四次參觀癌症服務機構，包括聖雅各福群會惠澤社區藥房、香港癌症基金會服務中心（黃大仙）、香港藥學服務基金及香港乳癌基金賽馬會乳健中心（九龍）。

透過實地參觀不同服務機構，本聯網的腫瘤科醫護人員直接了解病人在社區復康的真實環境，與社區機構建立更緊密的互信，將癌症病人的照顧由「院內治療」無縫銜接至「社區復康」。


惠澤社區藥房職員介紹藥物資助申請流程


香港藥學服務基金推動配安心藥物管理系統


香港癌症基金會展示支援癌症家庭的服務模式


乳健中心護士簡介超聲波掃描及抽針等檢查服務

腫瘤科護士到訪中心

為迎接腫瘤科來年發展，今年有二十多位護士加入腫瘤科團隊，中心社工於 29/9（二）詳細介紹本聯網支援癌症病人的服務模式和各癌症病人小組活動，「過來人」義工亦分享服務心得。中心與腫瘤科醫護人員一直緊密合作，為九龍東醫院聯網癌症患者及其照顧者提供全面關懷與支援。


腫瘤科團隊增添護士加強發展

身心自強工作坊

中心與職業治療部合作定期舉辦身心自強工作坊，病人和照顧者可持續維持良好的運動習慣，透過運動有助癌症病人改善體力、減緩治療副作用並降低復發風險，更重要的是運動後組員間互相交流分享和減輕患者心理壓力，增強朋輩支援。


運動樂趣多

癌症專題網上講座

中心於 19/8（三）與其他聯網癌症病人資源中心合辦「愛要及時：不留遺憾的生死對話」為專題的網上講座，由香港防癌會社會及心理服務部經理吳宇峰先生主講，為患者提供溝通指南，幫助癌症病人學會向家庭成員勇敢表達對「死亡」的恐懼、愛意與期盼，並學習「積極聆聽」與「不評價的陪伴」，加強病人與家庭成員間的情感支持。



講者與病人探討如何與家人共商照顧方

腫瘤科藥劑專題講座

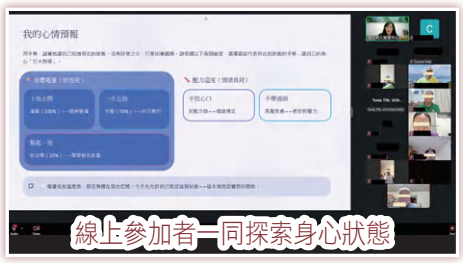
癌症病患在治療期間不時需要面對治療副作用帶來的種種困擾，為了讓病友們能進一步掌握更多應對治療副作用的知識，本部於 10/7（五）邀請了腫瘤科藥劑師，以實體及線上講座形式，與病友們仔細講解接受標靶及免疫治療期間常見的副作用，例如噁心嘔吐及皮膚反應等等。活動亦設有問答環節，即場解答疑難，助參加者掌握更多有關應對藥物副作用的知識，減輕治療期間的疑慮。


藥劑師仔細講解藥物副作用

靜聽身心工作坊

為了照顧不便出行的癌症病患者，讓他們能安在家中獲得心靈支援與情緒紓緩，本部於 2026 年 7 月至 8 月舉辦了線上「靜聽身心工作坊」。

透過帶領參加者進行居家靜觀練習，協助他們放鬆身心，緩解面對病患時的緊張與焦躁情緒。此外，小組特別設有線上交流與傾談環節，建構互相支持的平台，讓參加者在溫馨的氛圍中彼此聆聽與分享，從中汲取前行的信心與勇氣，進一步紓解壓力及負面情緒。



線上參加者一同探索身心狀態

將軍澳醫院 - 燃希相聚

本部與將軍澳醫院健康資源中心於 8/9（二）合辦「燃希中秋相聚」活動，邀請癌症患者及其照顧者一同慶賀中秋佳節。


參加者製作玻璃畫

活動當日中心社工準備了迎合中秋主題的節慶競猜遊戲，讓參加者們在輕鬆愉快的氛圍中放鬆身心，並與其他病友交流聯繫。此外，更與病友們一同製作中秋月兔玻璃畫，同享佳節的團圓與喜悅。


與參加者一同慶賀中秋佳節

將軍澳醫院 - 腸樂之道新症分享會

為釋除大腸癌新症病人在面對治療前後的疑慮，中心定期舉辦「腸樂之道新症分享會」，由專科護士講解最新治療與護理知識、「過來人」義工分享抗癌歷程與心理調適心得，以及社工介紹相關社區資源與支援服務，讓新確診的病友及照顧者能全面掌握實用的治療及復康資訊，增強面對抗癌旅程的信心。參加者於活動後均表示內容充實且針對性強，有助減輕面對新病症時的不安與焦慮。


專科護士講解護理知識

2026年第四季活動一覽 - 癌症病人資源中心

對象	日期	時間	地點	內容	費用	查詢
本聯網之癌症患者及照顧者	16/10/2026（五）	下午2:30 - 4:30	以網上視訊形式進行	腫瘤科藥劑專題講座	全免	3949 3564
	16/11/2026（一）	下午3:00 - 4:15		癌症專題網上講座 癌症治療後的中醫保健		
	10/11/2026（二）	上午11:30 - 下午1:00	癌症病人資源中心舉行及同時以網上視訊形式進行	「治療鬥士」新症分享會		
	18/12/2026（五）	下午2:30 - 4:30		腫瘤科藥劑專題講座		
本院之癌症患者及照顧者	09/10/2026（五） 04/12/2026（五）	下午2:30 - 4:30	癌症病人資源中心舉行	「同向前行」前列腺癌症患者適應分享會		
	15/10/2026（四）	下午3:00 - 4:30		身心自強工作坊		
	27/11/2026（五）	下午2:30 - 4:30		「腸樂之道」適應課程		
	3/12/2026（四）	下午2:30 - 4:30		「婦女新姿」 火鳳凰新症分享會		
	11/12/2026（五）	下午2:30 - 4:00		燃希相聚		
	21/12/2026（一）	下午2:30 - 4:00		恩典小組		

** 活動詳情或會調動，請於參與活動前先致電查詢 **

義工活動花絮

暑期學生服務體驗計劃 2026

「暑期學生服務體驗計劃2026」第二期已於28/7（二）至15/8（五）順利完成。本年度共有71位學生參與為期三週的服務，分別被派駐到本院病房、專科門診及不同部門，親身體驗醫院的日常運作，並學習如何關懷有需要的病患者。期間，計劃亦安排了專題講座及部門參觀，讓同學們對醫療團隊的工作有更全面而深入的認識。


大家準備出發服務


同學體驗電療的刺激

計劃的最後一天為「服務分享日」，同學們分享這三週以來的所見所聞與心路歷程，場面溫馨動人，歡笑與感觸交織。本聯網總監暨本院行政總監蘇潔瑩醫生特別到場勉勵一眾學生，期待他們未來能投入醫護行列，攜手服務病人。最後，由本部部門主管陳少楓先生向各同學頒發服務證明書，肯定並感謝他們在過去三週的付出與努力。



參觀藥房後大合相留念

以下爲部分學生的感言分享：

「這段經歷讓我明白到生命其實非常脆弱，幾乎每天都會面臨與病人的告別。這讓我更加珍惜當下的每一刻，也希望將來能盡力陪伴臨終的患者走好最後一段路，讓他們不留遺憾。」

「我不僅對醫院的整體運作有了更深認識，還結交了一群志同道合的好朋友，自信心也增強了不少。這次機會十分難得，希望能將這份珍貴的體驗化為動力，將來順利考入醫科，造福更多病人。」

「這次體驗讓我深入了解到醫療體系中各個崗位的職責與病房運作。我深刻體會到，每一個職位都不可或缺。這不僅拓闊了我的視野，也讓我的未來目標變得更加清晰明確。」

本計劃得以順利進行，全賴院內各個部門的鼎力支持與無私包容。本部在此特別向所有在此計劃期間悉心照顧、教導並帶領這群年輕學子的醫護及行政同事致以最衷心的謝意。


同學踴躍參與問答遊戲


同學分享三週的所見所聞

「2026 義工增值系列 - 預習人生下半場」之【預習 • 身後事】

為推動義工團隊的個人成長與專業培訓，並加強團隊間的緊密聯繫與歸屬感，本部日前與「毋忘愛」合作，規劃了三場以「生死教育」為核心主題的培訓活動。

活動首部曲【預習・身後事】已於17/7（五）順利完成。本節課程著重拓展義工對多元宗教殯葬儀式的認識，並藉分享陪伴服務者走過晚情及安排殯葬的心路歷程，協助義工打破生死話題的禁忌，建立開放包容的溝通心態，進一步提升日後在服務時的專業應對與心理支持能力。

是次活動參與情況踴躍，義工的回饋亦十分正面。不少參加者表示獲益良多，並主動提出希望未來能進一步研習「預設醫療指示」等相關法律與醫療規劃議題，展現出對生命教育的熱情。



培訓包含講解、分享及參觀，內容豐富

「HA Go」義工訓練

為了應對日益普及的智慧醫療趨勢，本部於2/6（二）、9/6（二）、30/7（四）及7/8（五）舉辦一連四場「HA Go」義工訓練。工作坊內容豐富實用，深入淺出地講解應用程式的各項功能，更設有小組互動及學習，讓義工親身體驗操作流程。同時，更讓義工們了解本院剛啟用的新大樓，期望透過培訓，裝備義工掌握「HA Go」應用程式核心功能及於新大樓為病人及家屬提供引導。


義工專心學習HA Go的各項功能


義工透過訓練更能掌握運用應用程式知識

義工核心訓練課程

今季義工核心課程已於4/7（六）、27/7（一）及27/8（四）圓滿舉行。特別感謝本院感染控制組同事及各位義務導師的鼎力協助，為新義工詳細講解醫院防感染知識。講者生動清晰的解說，不僅深化了參加者對感染控制的認識，更提高了大家在日常服務中的防感染警覺性。

完成核心訓練後，這批新義工將陸續投入本院各個服務崗位。隨著A座日間醫療中心的服務逐步投入服務，不少病患及家屬仍需時間熟悉新環境；這群新生力軍的加入正合時宜，能為求診人士提供即時的人流引導與解答查詢，帶來更貼心的服務體驗。


義務導師講解課程框架

義工故事分享
從「過來人」到「同行者」

曾經，他步履維艱，帶着忐忑的心情進入本院的手術室。今天，他步履矯健，穿上綠色義工袍，走遍醫院每個角落及社區。他是蔡澤安，一位用自身經歷照亮他人的本院義工。究竟，是甚麼驅使一位病人轉變成為醫院義工呢？

澤安於2022年夏天在本院接受人工髖關節置換手術。雖然已事隔四年，但他清楚記得，因為那時香港正處於疫情當中。當時他感到非常憂慮，外出困難，手術前講座因疫情取消，只能在家中上網找尋資料，希望做好手術準備及了解更多術後康復的知識。手術後他接觸到本院健康資源中心的社工，「醫院真係好，雖然礙於疫情未能舉行實體術後講座，但手術後仍然與我保留聯絡，並邀請我參與不同的活動，使我可以擴闊視野！」

之後社工問他是否有興趣成為醫院的義工，他很有興趣，因為希望將自己經歷與人分享，並為其他正面對手術感恐懼的病人打下強心針。加上本身樂觀及活躍的性格，澤安很快便不僅在醫院內擔任術前術後分享會的義工，更成為HA Go推廣大使，教導長者或病友使用有關手機應用程式，用科技管理健康。此外，他更走進社區，不時參與社區的推廣活動。

「可以陪伴病人面對手術，而自己的經驗又可以幫到他們，係最開心！」澤安成為義工後內心滿足之餘，亦發現自己較以往開朗，生活也更加充實。去年他更被推薦成為本院的薈智大使，到醫院管理局參加相關義工課程訓練，更加全面了解醫院運作。他坦言，「義工也要有專業態度，做義工也要專業地去幫助他人！」他對義工服務的熱忱，可見一斑。

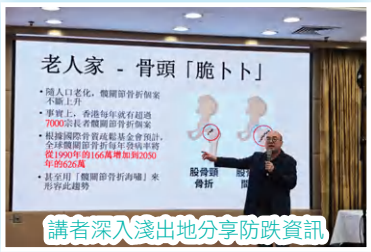

澤安接受訪問分享他的義工故事


希望透過分享經歷，勉勵其他同路人

「賀特區成立 29 周年 長者樂聚觀塘中」

為慶賀特區成立29周年，觀塘中分區委員會於16/9（三）在區內舉辦長者茶聚，約400位區內長者共聚一堂。

為了向長者傳遞實用的健康資訊，九龍東醫院聯網周釗文顧問護師（骨科）獲邀在茶聚中擔任主講嘉賓，並以「骨質健康與防跌」為題，深入淺出地講解日常起居防跌知識，長者反應熱烈，獲益良多。活動在溫馨氣氛中圓滿結束，充分表達了社區對長者的關愛。



講者深入淺出地分享防跌資訊

共里一起@觀塘 2026 年觀塘區義工培訓暨義工嘉許禮

由社會福利署觀塘區福利辦事處主辦的「共里一起@觀塘2026年觀塘區義工培訓暨義工嘉許禮」已在12/9（六）圓滿舉行。這項地區盛事旨在凝聚跨界別社福單位，鞏固基層網絡。在義工培訓的部分，大會安排了一個名為「身心同行：從滋養自己到照亮他人」的主題講座，讓義工學習自我關顧的技巧。

在義工嘉許禮的部分，本院亦有4位「綠衣天使」義工代表出席，齊齊獲頒授嘉許狀，肯定了他們過去一年在地區支援病人與照顧者作出的努力。



義工的努力獲得肯定

共里一起@觀塘 家庭照拍攝

本部今年度加入共里一起@觀塘的觀塘西小區，並於日前20/9（日）完成了第一個活動：家庭照拍攝。本院共有5個家庭參與，在專業攝影團隊的鏡頭下，留住了最珍貴的瞬間。

拍攝當日現場笑聲不斷，合作機構的婦女義工貼心地為老友記打點服飾、整理儀容，讓參加者以最佳的狀態參與拍攝。參與家庭紛紛表示，這張難得的合照不僅是一份暖心的禮物，更是對彼此一路同行、互相扶持的最好見證。照片中每一張燦爛的笑臉，都傳遞着社區共融與家庭凝聚滿滿的正能量！


鏡頭捕捉家庭成員每一張溫馨笑臉

督印人： 陳少楓　　編輯委員：鄭晞僑、陳嘉玲、王雪儀、朱穎欣、嚴泇銘、林淑冰、鄭家佩、李美嬌、邱國權、許錦迎、徐少琴

滙

醫院管理局 HOSPITAL AUTHORITY　基督教聯合醫院 UNITED CHRISTIAN HOSPITAL

社區參與及義工服務部 編印

2026年第四季　第109期

網上平台及實體活動
刊於P.10-11
敬請留意!

印刷品
Printed Matter

九龍觀塘協和街130號基督教聯合醫院A座北翼地下
社區參與及義工服務部　電話：3949 4746　傳真：2949 6771

本期印刷數量：2200份