

「冷. 暖. 人間」

這段日子，大家都感受到天氣的「冷」，是嗎？各位老友記，保暖為重，尤其保護你的頭部和鼻腔，帶帽和口罩可保暖呀！

疫情前，每逢十二月，我必參加由社福機構舉辦之「寒冬送暖」大行動，屈指一算，原來已參加了十多屆了，當中學習良多。主辦機構的同工們用盡心思，定下每年活動主題，招募過千社區義工朋友參與這項有意義的關愛行動。

義工們會分成小隊，帶備由機構同工預備的禮物，帶著溫暖的笑容，帶著熱情的慰問，把愛心禮物送贈家訪時的每一位長者。在探訪隊員中，無論老、中、青、幼皆精神煥發，心中滿載溫情，為要把那份暖暖的心意分享出去。對於長者們（特別是獨居和體弱的長者），那份暖暖的情意，是何等的珍貴。

家訪期間，我們都喜愛聆聽長者們細訴往日的生活點滴，藉此多了解他們的生活方式、作息時間、身心狀況、社交網絡、家人關係……與長者們聊天，感受到他們對我們的信任，在艱辛的日子裏，他們那份堅持地生活、不隨便放棄的態度，作為探訪者也往往被觸動了，被激勵了！舉辦「寒冬送暖」活動的機構同工們，也會因應長者們的需要，定下日後工作方針，並作出適切的跟進。

是的，天氣雖冷，但「情」總能溫暖人心！「世間冷暖情為貴，寒冬亦會變春天」

是的，疫情下染疫和離世的消息確實叫人驚恐、痛苦、無奈和難過，人與人之間的關係好像變得疏離，但人心並未因此冷卻下來，反而讓我們有更多時間去沉澱一下我們平日繁忙的生活節奏，有更多時間去思考怎樣才能更好、更適切去關愛、去珍惜我們身邊的親人、朋友、鄰居……，有更多機會讓我們的「小宇宙」（我們的腦袋）去發揮不同的創意，用盡不同的方法、機會去表達我們的愛與憐憫：不能親自去做探望的，便改用視像通話，用Zoom來見面，打破時空的限制；不能面對面把物資送到需要的人手上，便請速遞公司幫忙，又或者放在需要的人門外，請他開門領取……凡此種種，讓人更甜在心頭。

「愛裏沒有懼怕，愛既完全，就把懼怕除去……………」(聖經 約壹4:18上)

在這個迎接新春到來的日子，正告訴我們寒冬將會過去，春臨大地，萬象更新！但願疫情也能慢慢消退，我們更懂得怎樣去攀越高山和跨越低谷，更懂得迎難而上。讓我們心中那份愛火能抵擋那些冷風冷雨，繼續燃燒，溫暖人間。

借用潘霍華(Dietrich Bonhoeffer)最後的詩作：

《所有美善力量》彼此鼓勵！

「所有美善力量都默默圍繞 奇妙地安慰保守每一天
讓我與你們走過這些日子 並與你們踏入新的一年」

讓我們那團火帶給周邊的人
絲絲暖意，讓笑臉展現。

祝願：大家平安、
常存喜樂、身心靈康健！





以下跟大家分享在過去一季(10/2022 — 12/2022)的活動概況

活動項目	活動內容	參加人次	負責人/講者
健康市集	量度身高、量度體重、BMI體重指標、脂肪、肌力、痛症舒緩、量度手握力、量度血壓、檢測血糖、黃斑病變篩查、健康諮詢服務	203人 (各項服務總人次:1681)	羅姑娘 義工團隊 (59人次)
健康講座	08/10 認識腎臟 12/11 小便失禁 03/12 認識少肌症	37人	羅姑娘
中心約談	情緒支援慰問、社區資源介紹及轉介	15人次	羅姑娘
驗血糖服務	量度血壓、檢測血糖 (個別預約)	29人次	羅姑娘
HKU糖尿病預防計劃	對象: 40-60yrs BMI 25 or over not DM case	5人	羅姑娘
互助小組 (癌症病人)	分享 & 支援	9人	羅姑娘
長者小組	情緒及信仰支援、介紹社區資源、研習聖經	112人次	羅姑娘
家居探訪	癌症病患者及其照顧者 病情解說、情緒支援、 生命成長學習	5次	羅姑娘 義工團
桌遊小組	從遊戲中增強記憶力，提升生活質素	46人次	羅姑娘
藝粹坊	學習串珠的技巧、製作各項穿珠飾物	43人次	仁姐、瑞芬
心連心 (電話慰問)	電話慰問長期病患者(DM HBP Pain cases)	115人	羅姑娘、劉小姐
社區關愛行動	到訪街頭、關愛服務、介紹社區資源	15人次	羅姑娘、劉小姐
義工剪髮	免費長者剪髮	4人次	義工
「關懷探訪訓練學習班	認識社區探訪服務 探訪者的裝備	24人	羅姑娘

請支持我們：



1. 郵寄支票

支票抬頭 “心築協會有限公司”
or “Hearten Groups HK Limited”，
並將支票郵寄至沙田博康邨博康商場
地下五號舖 (SHOP 5, POK HONG
COMMERCIAL CENTER, POK HONG
ESTATE, SHA TIN NT)

2. 銀行過戶

直接到銀行或網上轉數至本會
下列戶口「恒生銀行」戶口
769- 307216- 883；戶口名稱：
心築協會有限公司
Hearten Groups HK Limited

3. 轉數快「FPS」ID 166 96 2621

4. 現金捐款 放入捐款箱或遞交捐款封

* 本協會為政府註冊慈善機構 (R88號碼：91/16456)
港幣壹佰元或以上的捐款可申請免稅。

收支概況(10/2022 — 12/2022)

收入	HKD	支出	HKD
捐款	25,467.00	同工薪金	4,800.00
銀行利息	107.94	經常費	3,428.00
2022保就業計劃	2,400.00	活動費	1,665.00
		專業費	1,700.00
合共收入	27,974.94	合共支出	11,593.00

本季盈餘/(不敷) **HKD16,381.94**

本年度盈餘/(不敷) **HKD68,639.73**



電話及Whatsapp：9728 4180

心築協會網址：www.heartengroups.org

Instagram：[Hearten_gps](https://www.instagram.com/Hearten_gps)

地址：沙田博康邨博康商場地下五號



如欲了解更多本會資訊及最新
活動詳情可瀏覽本會網站掃描
以上QR CODE (二維碼)