

心滿意築

通訊

20



以感恩的心，回望「心築協會」過去的五個年頭，雖曾遇上風雨難阻，但仍有晴空萬里的時候，展望緊隨的日子，仍叫人充滿冀盼，並以歡欣的心迎接第六個年頭的到來。走訪不同社區，提供多元化的社會服務仍是推動我們前進的目標。



過去五年的服務中，透過與不同團體、不同人士的協作，加上義工們的無私付出，促使各項服務順利推行。

回顧本會「促進社區關懷」的宗旨，我們深刻體會到，義工在連結社區、促進和諧社區中起了橋樑的作用，是不可或缺的重要伙伴，為服務工作創造出完美的成果。

今天的義工服務是一種愛心的具體實踐，特別是在特定服務群體中，其重要性尤為突顯，面對以金錢為主導的社會中，義工服務成為一股清純的愛與關懷的力量，為社會注入溫暖與希望，義工們不求回報，投入時間與精力，在幫助他人的同時，也豐富了自己的生命。

在過去五年多，義工們熱誠地為不同社區提供多樣化的關懷服務，包括健康市集、長者關懷探訪(包括: 家居/院舍/醫院)、藝粹坊、健步行運動小組及老師會客室等活動，這些服務得以順利推行，有賴義工們滿腔熱忱，積極配合。他們的努力讓每位參與者感受到濃厚的關愛與溫暖。

人們參與義工服務的動機各有不同，有些人希望藉此獲取職場經驗或學習新技能；有些人則希望支持對自己有意義的事業或議題；也有人將其視為擴展社交圈、促進交流的重要途徑。

今期我們邀請了一位「心築協會」的義工阿芬女士，分享她的親身經歷，期望藉此引發讀者對義工角色及其社會影響的深入思考。阿芬分享了她多年來擔任義工的經歷，她認為義工服務是一種無私奉獻，也是促進社區和諧的重要力量。在探訪長者的工作中，她所屬的團隊主要服務獨居或年長人士。她們用心陪伴和傾聽長者的生活故事，並提供情緒支援，即使在疫情期間，也透過電話問候或定期探望來維繫關係。另外，在健康市集中，她協助進行各項簡單的健康檢查，幫助參加者了解自身健康狀況，提升身心靈健康，並與參加者進行交流互動，促進街坊之間的連結，為社區注入更多活力。

義工服務不僅對受助者意義重大，也讓參與者收穫良多。許多義工表示，看到受助者因我們提供的服務而感到快樂和獲得健康，是最大的滿足。他們在過程中提升了溝通能力、增強了愛心與關懷意識，並擴闊了自己的社交圈。對於被探訪的長者而言，義工減輕了他們的孤單和失落感。

回顧過去五年，我們滿懷感恩。因著上主的眷顧，為「心築」準備了一群如天使般充滿熱忱與愛心的義工們，我們得以穩步前行。他們用行動溫暖了街坊和長者們，促進了社區和諧。

藉此向所有義工們致以衷心謝意，也鼓勵更多有心人加入這個有意義的義工行列，共同建設一個充滿關懷與愛心的美好社區。

讓我們學會「彼此相顧、激發愛心，勉勵行善」(聖經)



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年(4/2024 — 3/2025)的活動概況：

活動項目	活動內容	參加人次	負責人/講者
1 健康市集	量度體高、量度體重、BMI、 脂肪、肌力、量血壓、止痛與運動、 檢測血糖指標、黃斑病變篩查、 量度手握力、健康諮詢	次數:13次 參加者:250人次 義工:139人次	羅姑娘 義工團
2 血糖檢測 (個別預約)	量血壓、驗血糖、健康諮詢	127人次	羅姑娘
3 HKU「糖尿病預防」計劃	對象: 40-60yrs BMI 25 or over not DM case	52人次	羅姑娘、Pauline
4 國內授課(護理人員)	家居照顧者訓練課程	35人次	羅姑娘
5 接送服務	協助長者乘交通工具往返日間照顧中心	23人次	義工團
6 健康講座	有痛? 有出路? 關節痛 藥物知多D	120人次	羅姑娘
7 生命教育 (約談/探訪)	情緒支援慰問、社區資源介紹及轉介	65人次	羅姑娘
8 心連心 (電話慰問)	慰問長期病患者及照顧者支援	2098人次	羅姑娘
9 社區探訪	1) 護老院舍 2) 小數族裔家庭 3) 家居長者	38人次	羅姑娘 Thomas 義工團
10 長者小組	分享、學習生命成長、研習聖經	539人次	羅姑娘
11 運動小組	1) 齊齊學習北歐式健步行 2) 八段錦	251次	Pauline 燕妮
12 老師會客室	成立小數族裔學生小組 溫習中文/數學、集体活動、桌遊練習	學生:392人次 義工:228人次	Thomas 義工
13 藝粹坊	學習串珠的技巧 製作各項穿珠飾物 鑽石畫DIY	190次	仁姐 瑞芬
14 義工剪髮	免費長者剪髮	7人次	義工

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

收支概況(1/4/2024—31 /3/2025)

收入	HKD	支出	HKD
捐款	188,856.00	經常費	54,942.40
活動費	27,584.00	同工薪金	70,000.00
		強積金供款	3,500.00
會員費	1,700.00	活動費用	13,289.00
銀行利息	9,625.68	專業費用	1,700.00
		資訊科技	3,842.70
		保險費	1,255.20
		核數費	4,000.00
		印刷費	600.00
合共收入	227,765.68	合共支出	153,129.30



心築協會網址：

www.heartengroups.org

Instagram：Hearten_gps

地址：沙田博康邨博康商場地下五號

電話及whatsapp：9728 4180

* 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。



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)