



向日葵互協會 Sunflower Network

2016年12月至2017年2月

資助機構



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

通訊

上海乳癌組織 聯盟大會 後感

陳錦秀

感謝癌症基金會贊助了乳癌聯席組織（包括妍康會、向日葵互協會、紫荊社、展晴社、傳情舍）出席乳癌組織聯盟大會，亦感謝委員會讓我作為「向日葵」的代表，成為乳癌聯席代表之一，隨癌症基金會吳詠琴姑娘出席是次上海主辦的「第六屆全球華人乳癌組織聯盟大會」。

九月七日下午我們抵達會場先做報到程序。翌日開始，大會聯盟集結世界各地華人乳腺癌組織支持者，提供交流的平台，讓我們可以分享各地乳癌相關知識，從中領悟到支援病友服務是沒有地域限制的。聯盟集結了世界各地的精英，展開了「癌症病人全人關懷培訓課程」，講者都是來自世界各地具有專業知識的醫生和護士，除癌症治療外，更致力於推動安寧緩和療護，並透過各種不同專業領域的合作，協助末期病人，以積極的醫療措施及護理方法，減緩病人身、心、靈的痛苦，為病友在不同的治療階段中提供服務，讓病友在治療的過程中不孤單，提升生活質素，真正體現大會的主題精神。

我們一行六人（耆英紅粉兵團），極盡發揮團隊精神，有學習、有溝通，是次交流使我對乳癌病友的義工關懷服務有更深的認識，從而可幫到更多的同路人，令往後的生活更精彩和更有意義。

要給生命添日子
給日子添生命



活動花絮

生日會（2016年8月21日）

李佩娟（米奇）



大家好，我是活動義工李佩娟（米奇）。這次是我第四次參加「向日葵」的生日會，生日會前夕接到「向日葵」幹事慕賢姐來電，再次邀請我負責預備生日會其中一款食物，而我選擇自己最喜愛的一款甜品「印尼椰汁斑蘭千層糕」。我特意去找80多塊新鮮斑蘭葉來打汁，加上黃糖等材料，目的是希望大家吃得健康。每底糕有9層，需要逐層去蒸，功夫很多，花了兩天時間去準備和製造。在生日會上看見姊妹們十分愛吃，其中一位姊妹還讚賞地說：「好食過街上買的千層糕」，心中既喜悅又有成功感！

由於今次生日會有50多人參加，需要動員十幾位義工負責食物和節目，除了我的甜品外，還有十多款食品。最令我敬佩的是江婆婆，她一個人就為我們預備了四款食物。

在生日會上，艷芳帶領我們用身體語言來玩「包剪揆」遊戲，姊妹們都非常投入和興奮。

這個生日會讓我深深體會到「向日葵」這個大家庭，每人都能各展所長、團結齊心、互相關懷。

我很珍惜這份真摯友誼，日後更希望自己能有機會繼續為會服務。

「預防上肢淋巴水腫」講座

李美娟

我是向日葵互協會的委員，每次參加講座都獲益良多。今次也不例外，是次活動安排於2016年8月27日下午二時至三時半舉行，講者是伊利沙伯醫院物理治療部高級物理治療師梁家寶小姐。講座當天，我遇見許多資深會員和新臉孔，約四十多人，彼此問候。



第一部份，由講者梁小姐講解上肢淋巴水腫的症狀、成因及處理方法。講解非常清晰和詳盡，也備有相關圖片作參考，以助參加者對內容有更深刻的印象。隨後講者示範了幾組簡單預防上肢淋巴水腫的動作，各人很投入地跟隨練習，氣氛十分良好。

第二部份是問答環節。出席者都踴躍發問，講者亦逐一回答所有問題。在活動完結後，有些人更表示，對上肢淋巴水腫的憂慮都消除了。

希望向日葵互協會日後繼續舉辦類似的活動，令更多康復者和新症病友有所得益。

義工大聚會

余漢群

每年一度的兩日一夜義工訓練營終於結束了，今年是我第二次參加這項活動，營舍地點在西貢麥理浩夫人渡假村。我在這次聚會中也有不少收穫。

當天早上在黃大仙癌協集合後，大家乘坐康樂文化事務署預備的旅遊車直達目的地。我們進入營舍後，社工為義工們準備不同的集體活動，令大家由陌生同路人變成熟絡組員。從遊戲中我體會到義工們可以互相合作、助人自助、發揮團結力量。雖然在活動中大家分擔不同的崗位，但是目標一致，分工合作，令事情做得更好。活動過後，彼此加深認識和了解，相信對日後的會務工作會有很大的幫助。翌日早餐後，義工們一夥兒到卡拉OK室盡展歌喉，大家都玩到很開心，依依不捨。

經歷兩日一夜的集訓後，令我明白作為一個義工應有的精神，不但要勇於挑戰困難，還要互相合作、互相信任和熱心參與，缺一不可，才可發揮團隊精神。

祝願「向日葵」會務蒸蒸日上！



向日葵迎新會之感受

李桂芳

本人參加「向日葵」後，出席迎新會，現想談談一些當日的感受。

當日大約有二十位參加者，當中有癌症病人，亦有部份是家屬。首先各人作簡單自我介紹：自己的名字、所屬的腫瘤性質、年期及治療階段、現時的情況、面對治療上及生活上的問題及困擾。

我發覺各人都非常勇敢，願意與陌生人分享自己的病情。她們有些是在治療期間；有些仍未做手術；有些已經服藥完畢；有些已完成所有療程，正在看中醫調理身體。她們提出很多不同的疑慮與問題，當中有些同路人即時回答。最後是主席及兩位副主席站出來解開各人的疑團。

我覺得參加了這次的迎新會，對治療及日後的處理有更清晰的概念，獲益良多，是個非常值得推薦的活動。





上海之旅



張慕賢

2016年9月7日早上五時多起床，七時到達機場，展開今次「第六屆全球華人乳癌病友組織聯盟大會」上海之旅。中午到達上海，由主辦單位派人接機，再乘個多小時車，到達浦西的洲際酒店。我們受到熱烈歡迎，還有一位管家負責接待我們，這三天的會期，她是我們與大會的聯絡人。

當晚因大會沒有提供晚餐，招待我們的義工介紹了一間當地人常到的飯店，那店子雖小，但能嚐到地道的食物。

第二天，一早起床，吃過早餐，便出席當天的講座。很有新意的破冰運動在八時三十分開始，首先是要大家學唱歌，跟着再做動作，邊唱邊做，很快大家便熟絡了。一連三天的講座都在同一地方舉行，大家天天見面，很有親切感。由於鄰座分別是台灣乳房重建協會及紐約的角聲癌症協會的代表，大家較多機會交談。台灣的姊妹更熱情，送了一盒QQ餅給我們。

這次舉辦單位，實行管家制，由義工個別招待各單位，有任何事情可通過她與大會商談。她們的義工隊擁有百多位成員，頗具規模。

總括來說，這次上海之旅較多機會與各地參與者交談。茶點時間，更可認識多一些來自中國不同地方的人。這是一個很好的歷程，能讓我學多些新知識，認識更多人。





「毛冷手工班」

更改活動地點及時間



「毛冷手工班」活動目的是：發掘會員編織的興趣；製成品透過病房探訪，贈送給病友，以表關懷和支持。

是項活動，由2017年1月3日開始，改為逢星期二下午2時至4時（公眾假期除外），在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舉行。

活動每三個月為一期，下一期（2017年1月至3月）即將接受報名，歡迎「向日葵」會員踴躍參與，費用全免，名額有限，先到先得，欲免向隅，報名從速，請於當值時間，致電3656 0838向當值職員/義工查詢或報名。

第八屆 (2017-2019年度) 委員會選舉新動向

選舉籌委會已於2016年10月25日寄出第八屆委員會提名表格給所有有效會員，並於2016年11月7日（截止日期）收回提名表格。經整理後，將致電獲提名的有效會員，邀請她們參加競選。屆時冀盼各位獲提名的姊妹允首，一起攜手發揮「向日葵」精神，發掘及提升個人潛能，散發更多正能量，為生命更添姿彩。

委員會公告

本委員會很高興通知各會員，向日葵互協會剛獲得社會福利署批出317,520港元資助，用以開展新服務及聘請全職員工。是項撥款為期24個月，由2016年10月1日至2018年9月30日。特此公佈。

傾聽您情思 ~ 向日葵通訊徵稿

本會一直希望透過會訊以一個互動、雙向的形式與會員溝通，加強會員間相互關懷和鼓勵。為達到上述目的，編委會誠邀您們在會刊中投稿，抒發您們的心聲、意見及迴響。我們熱切期待您們的來稿！！

歡迎您和您的稿件！投稿請寄交『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交「向日葵互協會」資訊組收』或電郵至本會 hksunflower.network@gmail.com

- 投稿人可以是本會的顧問、義工、會員或家屬。
- 作者可用真實姓名或筆名投稿。
- 來稿形式不限，並會盡量刊登。
- 字數以五百字為限，標點符號不計。
- 如有需要，編委會或會將來稿略作修改，但會盡量保存作者原意。

活動推介

日期	活動名稱	對象	時間	活動地點	報名 / 查詢	費用
3/1/2017 (星期二)	毛冷手工班	向日葵會員 (製成品透過病房探訪 送給乳科及婦科病人)	下午2:00 — 4:00	黃大仙 癌協服務中心	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	免費
8/1/2017 (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
8/1/2017 (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

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	✗	✗	✗

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

香港癌症基金會
社會福利署

捐助名單 (2016年7月至9月)

伊利沙伯醫院病人資源中心
黃德琮女士

(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 伍慧賢
劉淑娟 林雲儀 鄭瑞鈺(癌協社工) 黃麗賢(QEH 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： <input type="checkbox"/> 地址 <input type="checkbox"/> 電話號碼(手提/住宅) <input type="checkbox"/> 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)	<input type="checkbox"/> 香港	<input type="checkbox"/> 九龍	<input type="checkbox"/> 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>

