



向日葵互協會 Sunflower Network

2024年6月至8月

通訊

會慶感言

Fanny Chan

二零二四年三月十五日，是「向日葵」廿八週年會慶，亦是第十一屆委員會選舉的大日子。我內心百感交雜，不經不覺認識向日葵互協會已有十五個年頭，認識各位姊妹已有很長的日子了。

當我踏進會場，見到熟悉的姊妹，大家談談生活近況，互相問候。經過幾年的疫情後，有機會能夠聚首一堂，感覺溫馨。開心的時間過得很快，「向日葵」的姊妹和嘉賓包括顧問醫生、資深護士、社工、會友都逐一到場，場面十分熱鬧。司儀姊妹宣佈會慶開始，首先是第十一屆委員會選舉，選舉司儀先介紹各參選會員，然後講解投票方法，最終投票程序順利完成。晚餐開始，在司儀的滿滿祝福後，進行抽枱獎環節，枱上獎品被姊妹逐一抽中，在此感謝義工花心思製作小禮物。

另一個高潮時間是幸運大抽獎，在一輪又一輪的歡呼聲中，幸運兒從抽獎嘉賓手中接獲獎品及祝福。我見到久違了的醫生，大家寒暄近況，有說不出的喜悅。委員會選舉已有結果，期望新一屆委員繼續努力、發揮義工精神、完成每年的工作計劃。多謝一班堅持努力為「向日葵」服務的姊妹，本人心存感謝。最後祝各位姊妹龍馬精神、身體安康！



資助機構



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單



社會福利署
Social Welfare Department



『向日葵』會歌



如果你有出席3月15日第28屆週年會員聚餐，你是否還記得我們一起高唱會歌的環節？你現在還記得會歌的歌詞嗎？小編想藉此機會向一些沒有出席會慶的會員介紹一下我們的會歌。

我們的會歌是「向日葵」於20多年前成立後不久，由當時的社工，即現在的顧問張文茵博士，根據一首創炙人口的金曲，改編歌詞而成，藉着會歌歌詞鼓勵會員們勇敢面對困境，「向日葵」會陪伴左右，一起創造美好的明天。以下是會歌歌詞供大家細味。



面對困境挑戰，不擔憂不驚怕，共挽手風雨同路。

學會開心笑，分享心中溫暖，向日葵甘苦共對。

拋開心中憂傷，加多一些勇氣，齊來共創美好天地。

手牽手心相通，傾心關心有愛，向日葵總親近你，

向日葵衷心記住你，向日葵花開照耀你。

期待大家在來年的會慶再一起高歌。

2024-2026 年度 第十一屆委員會成員名單

第十一屆委員會已在本年度3月15日第28屆週年會員聚餐中順利選出，以下是新一屆的委員：

主席	： 林惠娥
副主席（內務）	： 張慕賢
副主席（外務）	： 何艷芳
秘書	： 林玉琮
司庫財政	： 余漢群
義工及醫院服務統籌	： 陳淑華
行政組	： 黃麗娟
義工關懷服務	： 李美娟、李佩娟
康樂組	： 江玉英、甘玉冰
資訊組	： 劉淑娟

職員感想

徐玉英

心

聲

篇

各位會員，你們好！我是徐玉英，英文名叫Cindy，在2024年1月2日開始任職向日葵互協會的行政及活動助理。

在此之前，我並不認識向日葵互協會，亦沒有接觸過非牟利團體，也不知道它們的運作模式是怎樣的。

入職有半年了，逐漸了解到向日葵互協會是一個病人互助組織非牟利團體，為乳癌與及婦科癌病患者及康復者提供支援服務及支持網絡。透過定期的服務，例如：病房探訪、溫情專線、乳科新症服務及臨床腫瘤科門診探訪，與及舉辦不同類型的活動，例如：穿珠飾物製作班、毛冷手工班、不同的工作坊、生日會及迎新會，同路人可以分享經驗，彼此鼓勵及互相關懷。

很高興能夠認識到向日葵互協會的主席、委員及義工們。她們充滿愛心，熱誠為會員服務和處理會務，貢獻良多，無私奉獻，實在令人敬佩。

我希望能夠做好行政及活動助理的工作，不負主席及各委員的期望。祝各位會員身體健康！事事順心！



健康講座後感想

意兒

當確診患上癌病的時候，那一刻真不知如何是好。一連串的負面情緒如潮湧來，誰可以幫我？那一刻腦海中想到一個名稱「香港癌症基金會」。其實有沒有這個組織我也不知道，上網一查，便看到這機構的資料。自此之後，我透過基金會舉辦的活動，得到一些與癌病有關的中醫治療、飲食與營養等等的知識，對認識如何照顧自己身體與飲食健康，實有幫助。此外，基金會服務中心的社工很溫暖人心，每一次有適合我的講座，也會通知我出席。去年11月中，得到社工鍾姑娘邀請，出席了由向日葵互協會及香港癌症基金會合辦的健康講座，由伊利沙伯醫院的營養師郭美寶小姐介紹癌症病人應注意的飲食營養。我一邊聽，一邊記下不同食物的配搭，因為我自己需要戒糖，也不適合吃太多鹽份的食物，所以自己煮食物難免味道單一，配搭也不夠。此外，講者亦介紹原來低脂乳酪我們是可以吃的、藜麥原來是超級食物、能正常進食時，可減少飲用營養奶，種種的介紹讓我從迷思中醒來。藉此機會多謝向日葵互協會的義工及香港癌症基金會的社工舉辦這專題講座，幫了如我一樣的癌症病人一個大忙，感恩有你們。



西安之旅

何艷芳

活

在2023年10月，我代表「向日葵」出席在西安舉辦的第9屆全球華人乳癌組織聯盟大會。

動

10月12日（星期四）

我和其他自助組織的代表乘搭國泰航班飛到西安，出關時差不多下午三點。甫出關口，就有乳癌組織聯盟的工作人員接機。我們每人獲贈一條粉紅頸巾，表達了粉紅乳癌組織聯盟的熱情。我們像尊貴的嘉賓，乘坐大會安排的旅遊巴前往西安豪享來溫德姆至尊酒店下榻。晚上還可以自由活動，在西安步行街遊逛。

花

絮

10月13日（星期五）

早上參加了聯盟特邀的嘉賓演講，講解自家組織的策劃，有七個組織發言。香港的曾詠恆醫生，在線上發言，講解現在乳癌病患者的醫治新方向。現場的收音有時模糊不清，但大致上各人都有表達意見，回應十分踴躍。此外，還有教授、專業治療師、專家護理人員的表述，內容十分豐富。晚上(相見歡)主題時間，來賓可自由選擇漢服造型化妝，增加現場氣氛。那個聚會也是自助晚餐，各組織可自由和其他來自不同地方的嘉賓相見和交談。每個組織都要上台介紹自己代表的團體。值得讚賞的是義工和場務工作人員，安排十分妥善。最後自助組織還可以將自己帶來的飾物和紀念品，送給與會



組織的代表及來賓。香港癌症基金會上台完成介紹，派完了禮物後，我們可以去大唐不夜城漫步，體會西安文化。但由於過份疲勞，大部分人祇想快快回酒店休息。

10月14日（星期六）

我選擇到第一號講室，聽義工和心靈分享訊息，由「全球華人乳癌組織聯盟」主席王天鳳女士分享《醫患同心共創生命奇蹟》，她認為建立人際關係很重要、要多些與有需要的病人溝通、關心她們的現況。我十分同意義工要薪火相傳、隨時候命、接受培訓、力求進步。值得一提是香港癌症基金會服務總監陳燕屏小姐及香港癌症基金會社會服務經理李沛泉先生，他們在整個旅程中，貼身關顧提點我們，對我們的照顧十分周到。



10月15日（星期日）



早上我們到陝西大劇院參加閉幕禮。與過往不同，今次大會用航拍機拍攝閉幕的團體相，我們不需要站在一個指定地方，在烈日當空時拍大合照，這個安排很值得讚賞。中午閉幕禮完



結後，我們參觀了兵馬俑，長者入場費用全免，成人收費要百多元，但秦朝的偉大建築，是值得觀看的。在歸途中，我買了點手信，然後乘車回酒店收拾行李，準備明早回香港。整個旅程，順利平安。感謝香港癌症基金會贊助我們參加西安學習交流之旅，同時也衷心感謝全球華人乳癌組織聯盟主辦單位和主席黃天鳳女士。

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	✓	✗	✓
	8號風球或以上	✗	✗	✗

活

動

花

絮

溫馨提示

2024 - 2025年度會員續會通知

2024 年4 月1 日為新一屆財政年度的開始，請各會員在6 月30 日前辦理續會及繳交會費，會員年費30 元；65 歲或以上之長者及綜援會員15 元（請出示長者証或綜援文件）。本會實施續會簡化計劃，會員可選擇繳交一年、兩年或最多三年會費，繳費詳情如下：

續會年期	覆蓋年期	續會繳款	
一年	2024 年4 月1 日至2025年3 月31 日	一般會員	\$30
		長者及綜援會員*	\$15
二年	2024 年4 月1 日至2026年3 月31 日	一般會員	\$60
		長者會員	\$30
三年	2024 年4 月1 日至2027年3 月31 日	一般會員	\$90
		長者會員	\$45

*綜援會員續會年期只可一年及依照有效文件為準。

續會手續及繳費方法

- 會員可於本會當值時間內，帶同舊會員証親臨九龍黃大仙下邨（二區）龍昌樓地下 C 翼 2-8 號香港癌症基金會服務中心（黃大仙）辦理手續。
本會當值時間：星期一至四（上午 10:00 至下午 1:00 下午 2:00 至 5:00）及星期六（上午 10:00 至下午 1:00）

- (a) 以劃線支票，抬頭寫上「向日葵互協會」或
(b) 將會費存入本會以下戶口：
帳戶銀行：「恒生銀行」支票戶口
帳戶名稱（中文）：向日葵互協會
（英文）：SUNFLOWER NETWORK
帳戶號碼：264-089301-001

請於「支票背面」或「銀行存款單」上，寫上會員號碼，連同舊會員証寄回：九龍黃大仙下邨（二區）龍昌樓地下 C 翼 2-8 號香港癌症基金會服務中心（黃大仙）轉交「向日葵互協會」

若會員逾期續會，將不會收到本會的通訊與會刊及無法參加本會任何活動。會員必須妥善保存會員証，以便日後出示作報名及出席活動之用。若會員遺失會員証，需要補領，則另須繳交手續費 10 元。

備註：

- 新會員在2024 年 1 月 1 日至 2024 年 3 月 31 日期間入會，其會籍有效至2025 年 3 月 31 日。
- 會員若已續會或已繳交本年度會費，請無須理會此通告。

活動推介

日期	活動名稱	對象	時間	活動地點	報名/查詢	費用
逢星期二 (公眾假期除外)	「一串心思串串情」 義工穿珠班	向日葵互協會會員 (名額有限,額滿即止)	下午2:00 - 4:00	香港癌症基金會 服務中心(黃大仙)	向當值職員/義工 查詢 3656 0838	免費
逢星期二 (公眾假期除外)	「一絲心思絲絲意」 毛冷手工班	向日葵互協會會員 (名額有限,額滿即止)	下午2:00 - 4:00	香港癌症基金會 服務中心(黃大仙)	向當值職員/義工 查詢 3656 0838	免費
8/6/2024 (星期六)	會員迎新會	新加入向日葵 互協會之會員	下午2:00 - 3:00	香港癌症基金會 服務中心(黃大仙)	5月8日開始 向當值職員/義工 查詢 3656 0838	免費
8/6/2024 (星期六)	齊來共賀生日會	4月-6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3:15 - 4:15	香港癌症基金會 服務中心(黃大仙)	5月8日開始 向當值職員/義工 查詢 3656 0838	HK \$20
29/6 至13/7 及27/7/2024 (星期六,共4堂)	社交舞訓練計劃	向日葵互協會會員 (名額有限,額滿即止)	上午9:00 - 11:00	彩虹道體育館	4月2日開始 向當值職員/義工 查詢 3656 0838	免費
24/8/2024 (星期六)	健康講座 - 「乳癌及婦科癌之 中醫調理」	向日葵互協會會員 (名額有限,額滿即止)	下午2:30 - 4:30	香港癌症基金會 服務中心(黃大仙)	6月18日開始 向當值職員/義工 查詢 3656 0838	免費

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。

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)
以上當值時間，公眾假期除外
地點：九龍黃大仙下邨(二區)龍昌樓地下C翼2-8號
香港癌症基金會服務中心(黃大仙)
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。

溫情專線

由於香港癌症基金會服務中心(黃大仙)的開放時間為星期一至六上午9:00至下午6:00，本會義工將於日間不定時致電接受服務人士。

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

出席「向日葵互協會廿八週年會慶聚餐」各位嘉賓及乳癌組織捐助名單(2024年1月至3月)

- 香港癌症基金會
- 伊利沙伯醫院病人資源中心
- 社會福利署
- 何玉連女士
- 徐玉英女士
- 李美霞女士
- 冼穎釗女士
- 張佩怡女士*
- 張慕賢女士*
- 林玉琮女士*
- 黃麗娟女士*
- 甘玉冰女士*
- 江玉英女士*
- 余漢群女士*

*物資捐贈
以上排名不分先後，如有遺漏，懇請見諒。

編委名單

連靄虹 楊碧華 陳楚環 王秋琮 伍慧賢 劉淑娟 高詠詩
黃麗賢(QEH社工) 李沛泉(HKCF社工) 鍾子瑩(HKCF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： ☐ 地址 ☐ 電話號碼 (手提／住宅) ☐ 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)		☐ 香港 ☐ 九龍 ☐ 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(二區)龍昌樓地下C翼2-8號香港癌症基金會服務中心(黃大仙)轉交「向日葵互協會」收』



向日葵互協會

地 址：九龍黃大仙下邨(二區)龍昌樓地下C翼2-8號 香港癌症基金會服務中心(黃大仙)

電 話：3656 0838 傳 真：3656 0920

網 址：<http://www.sunflowernetwork.org.hk>

