

伊利沙伯醫院 病人資源中心



2023
第二期

- 你是你本身的傳奇 - 生命故事撰寫
- 病人資源中心活動
- 癌症病人資源中心活動
- 義工活動



伊利沙伯醫院
QUEEN ELIZABETH HOSPITAL

你是你本身的傳奇 —— 生命故事撰寫

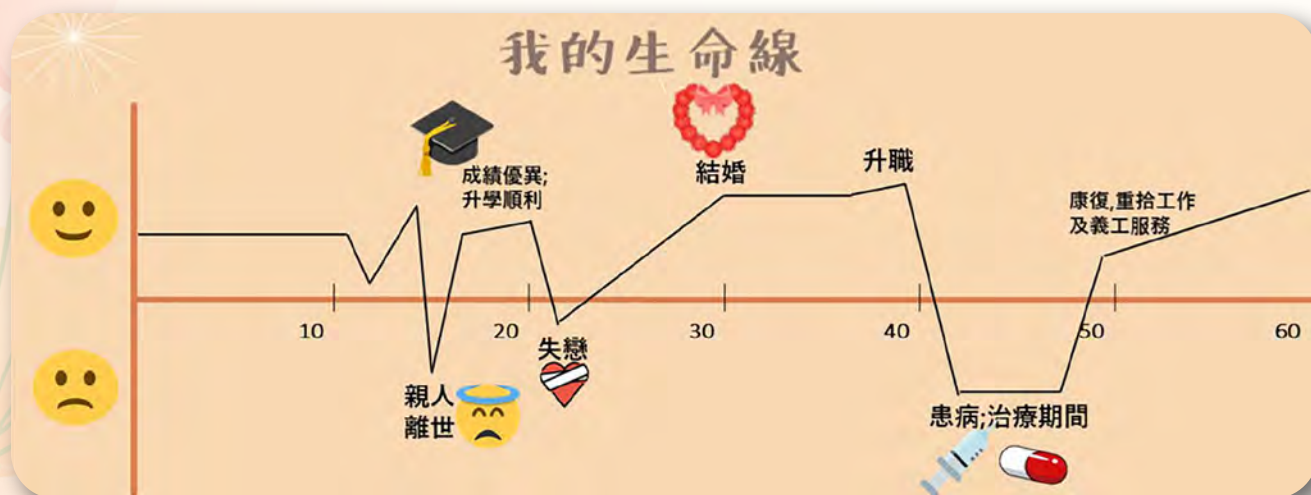
在外國，不少人喜歡親自撰寫墓誌銘，為自己的人生寫下結語，或為後人留下安慰的說話。例如曾有名人這樣寫：「睡在這裡的是一個熱愛自然和真理的人」、「他總是以他自己的一顆人類的善心對待所有的人」。但是否要等到人離去了，才能「蓋棺定案」，為人生下註腳呢？

你曾否想過為自己製作一本生命故事冊呢？藉由敘述人生片段回顧自己的生命故事，整合人生經歷，發掘不同的角度去看待生命中的辛酸、挫敗、失落事件；亦可以在過程中肯定自己的信念、價值觀，以達到重塑生命意義，減少遺憾。

過去一年，醫院的兩間病人資源中心舉辦了數次生命故事小組，參加者都有深刻的體驗。以下是生命故事小組的兩個特點：

1. 數算生命中的起與跌，重新定義人生

小組其中一個活動是繪畫生命線，寫下生命中發生過大大小小開心和傷心的事情。曾有參加者分享，他一直以為自己的人生只是充滿苦痛，但當他繪畫這生命線時，才發現實情並非如此，原來幾十年間喜樂比憂愁多，只是這些正面的經歷被埋藏在腦海的深深處，被遺忘了。



人的大腦十分有趣，偏向記著負面的事情而忽略正面的事，心理學上稱為「消極偏見」。如非刻意去數算、記錄下來，可能我們都會輕易為自己的人生下一個悲劇的註腳，以為自己的生命只有悲傷的往事。



2. 擴闊思想，尋找新角度，肯定自己重視的價值觀

「迴響團隊」是生命故事小組的另一特點。每次組員講述完自己的故事後，其他組員都會分享自己特別被故事的哪一部分吸引、最觸動自己的一刻、對自己又有什麼影響，甚至亦可以分享從這些故事中，他認識到組員是個怎樣的人，持守著甚麼信念或價值。

組員的分享往往會為述說者開拓新的角度看待自己的經歷，亦肯定了自己的一些特質、強項和價值觀。這些互動和彼此間的回饋，不單幫助大家整合及接納過去，亦能達到圓滿人生的效果。

如果你曾感到自己的人生是失敗、充滿苦難的，不妨參與生命故事冊的製作，可以幫助你看到生命豐富和美麗的一面，重新編寫自己的生命故事，賦予新的意義。醫院的病人資源中心未來亦會不定期舉行生命故事小組，希望屆時有你的參與！

病人資源中心活動一覽

報名及查詢：3506 6536

4-6 月活動資訊

活動名稱	對象	活動內容	名額	開始報名日期	活動日期	時間	地點	費用
中風患者及照顧者支援系列：中風健康資訊篇	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之中風新症病人及家屬優先(最近6個月內有中風病史的為新症病友)	由專科護士講解中風成因、後遺症以及預防再次中風的建議。 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	10人	現已接受報名	2023年 4月15日(六) 5月13日(六) 6月10日(六)	上午11:00 - 中午12:15	在家中 	全免
中風患者及照顧者支援系列：支援服務資訊篇	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之中風新症病人及家屬優先(最近6個月內有中風病史的為新症病友)	由社工介紹醫院及社區上各方面的支援服務資訊，並由中風康復者分享復康心得。 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	10人	現已接受報名	2023年 4月22日(六) 5月27日(六) 6月24日(六)	上午11:00 - 中午12:15	在家中 	全免
認知障礙症照顧者支援平台：照顧者在家茶聚	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之認知障礙症家屬	給照顧者一個休息的時間，一邊品嚐花茶，一邊與同路人分享有關照顧的困難。社工於不同月份分享相關社區資源——社區服務、防跌、食物篇。	10人	現已接受報名	2023年 4月24日(一) 5月29日(一) 6月26日(一)	下午3:00-4:00	在家中 	全免
健腦及認知訓練工作坊	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之認知障礙症病人	在4節活動當中社工分享健腦小知識及安排各種有趣的活動，以訓練參加者的認知功能，保持腦部健康！	6人	現已接受報名	2023年 5月3日(三) 5月10日(三) 5月17日(三) 5月24日(三) [參加者需出席全4節]	下午3:00-4:15	伊利沙伯醫院病人資源中心 	全免
認知障礙症照顧者支援平台：社區支援服務介紹	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之認知障礙症病人及家屬優先	由社工介紹社區上各方面的支援服務資訊 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	12人	現已接受報名	2023年 4月14日(五)	上午11:00-中午12:00	在家中 	全免
認知障礙症照顧者支援平台：家人確診後要知道的事	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之認知障礙症病人及家屬優先	由照顧者分享照顧心路歷程及心得，還有照顧者務必知道的事 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	12人	現已接受報名	2023年 5月12日(五)	上午11:00-中午12:00	在家中 	全免
認知障礙症照顧者支援平台：照顧者身心健康	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之認知障礙症病人及家屬優先	由社工分享照顧者身心健康的重要及關顧自己的方法 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	12人	現已接受報名	2023年 6月9日(五)	上午11:00-中午12:00	在家中 	全免
生死教育系列：斷捨離工作坊：失序中的安穩	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士	回憶是一份禮物，但有時候我們會選擇不去觸碰。透過藝術表達的過程，回憶並重整生命中的失序時刻。 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	15人	現已接受報名	2023年 5月13日(六)	下午2:30-4:30	伊利沙伯醫院M座地下2號室 	全免
生死教育系列：斷捨離工作坊：生命回顧篇—生命故事分享會	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病及家屬優先，有興趣之社區人士	人生如戲，過往為生活打拼的奮鬥經歷、與家人好友的相處點滴或是活在心內的記憶、遺憾，今天回望這些伴「我」成長的篇章，你會如何感受「它」、演繹「它」？是次工作坊由專業導師帶領認識何謂生命故事，並邀請已受訓的故事紀錄學員分享他們紀錄故事的好時光。	30人	現已接受報名	2023年 5月23日(二)	下午2:30-4:00	香港佛教醫院C座1樓多用途活動室 	全免
生死教育系列：人生時間錦囊	於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病及家屬優先，有興趣之社區人士	時間錦囊是將一些有紀念性的物品或說話放在容器中，在一段時間後回看之前的物件。在活動中，我們會製作時間錦囊，留下一段說話予我們最愛的人。	8人	現已接受報名	2023年 6月5日(一)	下午3:00-4:15	伊利沙伯醫院病人資源中心 	全免

活動名稱	對象	活動內容	名額	開始報名日期	活動日期	時間	地點	費用
生死教育系列：生死映畫戲－「有敬」短片放映會	於九龍中醫院聯網接受治療／覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士	104 歲的有敬婆婆最後一段人生路，描述她如何看待「長命百歲」及面對生死，放映後冀可與參加者解說短片的要點及一起探討相關內容。 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	40 人	現已接受報名	2023 年 6 月 9 日（五）	下午 3:00-4:00	香港佛教醫院 C 座一樓 病人資源中心 	全免
照顧者專屬系列－香薰治療按摩油調配工作坊（睡眠）	於九龍中醫院聯網覆診之患者家屬優先（照顧者優先）	不少人都面對失眠問題，睡眠質素或會影響日常生活及個人情緒。香薰治療有助舒緩失眠及改善睡眠質素。 每位參與工作坊之人士可親自調配一支 10ml 的香薰按摩油。 參加者請衡量個人身體狀況是適合參與活動。 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	20 人	現已接受報名	2023 年 5 月 13 日（六）	上午 10:30- 11:30	伊利沙伯醫院 M 座地下 2 號室 	全免
照顧者專屬系列－晚期患者餵食護理	於九龍中醫院聯網接受治療／覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士	簡介晚期患者常見的吞嚥困難／行為進食問題，分享其處理方式／餵食技巧，並分享家人選擇進食模式的考慮 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	40 人	現已接受報名	2023 年 5 月 18 日（四）	下午 3:00-4:30	在家中 	全免
靜心花園	本院病友及家屬優先；有興趣之社區人士	生活上遇到好大壓力？想有個時間放鬆心情？我地邀請您一齊體驗靜觀填色。課堂上社工帶領靜觀練習，然後憑自己當刻心意選擇喜歡的圖案，填上自己喜歡的顏色，不需要有美術天分都可以完成一幅靚靚作品～	8 人	現已接受報名	2023 年 4 月 20 日（四）	下午 3:00-4:00	伊利沙伯醫院 病人資源中心 	全免
電影分享會	本院病友及家屬、有興趣之社區人士	參加者一同觀賞電影後作影評分享及參加者交流。 是次播出電影：《與神同行：罪與罰》。 講述一位正直又盡責的消防員（金自鴻）為了拯救小孩而墜樓喪命。他被三位陰間使者帶到地獄審判，他需要在七七四十九天之內，通過七位閻王的審判。審判依據七大罪來評斷，包括：「謀殺、怠惰、欺騙、不公正、背叛、暴力、不孝」。金自鴻是否能夠順利通過？	20 人	現已接受報名	2023 年 5 月 6 日（六）	下午 2:00-4:30	伊利沙伯醫院 A 座地下 研討室 	全免
和諧粉彩體驗班	本院病友及家屬	和諧粉彩藝術以手指作畫，參加者不論年齡、有沒有繪畫經驗，都可透過粉彩畫發現自己，輕鬆享受和諧粉彩帶來的樂趣及幸福！	8 人	現已接受報名	2023 年 5 月 22 日（一） 6 月 12 日（一）	上午 10:30- 中午 12:30	伊利沙伯醫院 病人資源中心 	全免
驚喜卡片製作	本院病友及家屬優先；有興趣之社區人士	製作個人化、零失敗手工卡片。如果想送有心思的禮物俾親友，驚喜卡片一定適合你！今次我地會製作簡易的推拉機關，參加者可以寫上一句祝福的說話，收卡者會覺得心意滿滿～	8 人	現已接受報名	2023 年 5 月 25 日（四）	下午 3:00-4:30	伊利沙伯醫院 病人資源中心 	全免
趣味輕粘土	本院病友及家屬優先；有興趣之社區人士	輕粘土的可塑性高，可以做不同的小飾物，是次的活動教授製作其中一個熱門的卡通——「龍貓」。喜歡龍貓的你不要錯過了！	8 人	現已接受報名	2023 年 6 月 8 日（四）	下午 2:00-3:30	伊利沙伯醫院 病人資源中心 	全免
中醫治療糖尿病	於九龍中醫院聯網接受治療／覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士	分享及講解中醫如何在中藥、針灸及飲食上治療糖尿病，以及如何預防和避免併發症的發生。 合辦單位：伊利沙伯醫院病人資源中心 九龍醫院病人資源中心 香港佛教醫院病人資源中心合辦	60 人	現已接受報名	2023 年 6 月 10 日（六）	上午 10:00 - 12:00	在家中 	全免
夜尿治療及預防	於九龍中醫院聯網接受治療／覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士	由泌尿科醫生及護士講解如何治療、預防及改善夜尿的問題。	60 人	現已接受報名	2023 年 6 月 10 日（六）	下午 2:30-4:15	伊利沙伯醫院 M 座地下 演講廳 	全免

病人資源中心活動一覽

4-6月活動資訊

報名及查詢：**3506 6536**

名額：**40人**

2023年5月10日(三)

上午10:30-11:30

社區資源**Chat & Goal**： 長者口腔護理

- 內容：活動與香港醫藥援助會合辦，為長者及照顧者提供口腔健康教育，講解牙齒清潔及護理方法，常見牙患及其治療與預防方法。
- 地點：香港佛教醫院 **C座1樓** 多用途活動室

- 對像：於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士



名額：**30人**

2023年6月7日(三)

下午3:00-4:00

社區資源**Chat & Goal**： 參觀香港理工大學「賽馬會智齡匯」體驗中心

- 內容：
參觀體驗中心四大智齡區域，包括：
 1. 智專推介 - 認識長者常見病的風險
 2. 智趣互動體驗區 - 試玩嶄新智齡科技遊戲
 3. 智能家居示範單位 - 掌握智齡家居小貼士
 4. 智齡科技產品庫 - 親身體驗智齡科技產品
- 對像：於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士
- 地點：九龍紅磡香港理工大學 (集合詳情於報名後另行通知)



- 以上活動由伊利沙伯醫院病人資源中心、九龍醫院病人資源中心及香港佛教醫院病人資源中心合辦
- 所有活動現已接受報名

病人資源中心活動一覽

4-6月活動資訊

報名及查詢: **3506 6536**

2023年
4月29日(六)

上午**10:00-11:30**

樂齡．好動．活學問： 平衡與協調 x 芬蘭木柱體驗

- 內容：長者若能保持良好的平衡力和四肢協調能力，有助保持身體靈活，預防跌倒。本工作坊由體適能教練講解強化長者平衡力與協調能力的要點及日常練習，同時帶領參加者透過參與芬蘭木柱活動體驗與實踐理論，活學活用。

- 對像：於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士
- 地點：九龍醫院病人資源中心

名額：**25人**

2023年
5月24日(三)

下午**3:00-4:30**

步步平安-防跌秘笈

- 內容：職業治療師分享跌倒成因，在家容易跌倒的環境及情況，防跌貼士等。賽馬會智齡匯職員介紹可減輕跌倒風險，或適合行動需要協助的人士之用的樂齡產品。

- 對像：於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士
- 活動形式：**ZOOM**

名額：**30人**

2023年
6月3日~24日
(逢星期六)

上午**11:00-中午12:30**

隨心起動．七色音樂工作坊

- 內容：以音樂喚醒身體重拾活力，由您彈唱懷舊金曲話當年！是次工作坊參加者齊齊透過「七色」視譜演奏樂器，以形體律動體驗音樂元素，即使從沒學過音樂或樂器也能彈奏樂曲，齊齊身心起動、享受音樂。

- 對像：於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士
- 地點：賽馬會創意藝術中心(集合詳情於報名後另行通知)

名額：**16人**

2023年
6月27日(二)

下午**2:30-4:30**

從心的點、線、面

- 內容：「心靜則清，心定則恆」-讓我們一同透過繪畫澄心靜慮，覺察及調整情緒，保持心靈平靜。

- 對像：於九龍中醫院聯網接受治療/覆診之病人及家屬優先，有興趣之社區人士
- 地點：香港佛教醫院C座一樓病人資源中心

名額：**15人**

- 以上活動由伊利沙伯醫院病人資源中心、九龍醫院病人資源中心及香港佛教醫院病人資源中心合辦
- 所有活動現已接受報名

癌症病人資源中心活動一覽

4-6 月活動資訊

報名及查詢：3506 5393

活動名稱	對象	活動內容	名額	開始報名日期	活動日期	時間	地點	費用
治癒須知	本院癌症病人及家屬	講座會有醫生問答時間，解答病人的疑問；亦會播放有關伊院臨床腫瘤科部門及癌症治療的短片；以及由地區上的癌症服務機構介紹癌症相關的社區資源服務。	每節 20 名	現已接受報名	2023 年 4 月 1 日 (六) 5 月 6 日 (六) 6 月 3 日 (六)	上午 11:00- 下午 1:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
中西薈萃 健體 氣功班	本院癌症病人及家屬 (須完成電療/ 化療)	癌症病人除身體受癌病折磨外，其心靈及其家人也或多或少都受著各種的壓力和恐懼。為此之故，物理治療師特意選用中西薈萃健體氣功，透過練習，以達至調身、調心和調息之療效，好讓癌症病人能改善及提升其體質和心理質素。	每班 8 名	第 1 班： 現已接受報名 第 2 班： 4 月 11 日	2023 年 第 1 班： 4 月 13、27 日 5 月 11 及 25 日 第 2 班： 6 月 1、15、29 日 及 7 月 13 日 [逢星期四， 每班共 4 節， 必須全部出席]	下午 4:00-5:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	每位 \$30
以「手」 療「心」： 和諧粉彩	本院癌症病人 (報名者將 先列作後備， 再經中心確定 參加名額)	日本「和諧粉彩」不需要任何藝術經驗，只要透過手指頭、粉彩和簡單的工具，便能創作出柔和、溫暖和療癒的作品，從中發現自己，與自己心靈交流，享受心靈平靜的療癒時間。	每節 8 名	現已接受報名	2023 年 4 月 14 日 (五) 5 月 5 日 (五) 6 月 1 日 (四) [可參與其中一節 或全部節數]	4-5 月： 下午 2:30- 4:30 6 月： 上午 11:00- 下午 1:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
癌症 聊天室	本院癌症病人	面對癌症噩耗時，與其自己獨自面對和擔心，不如認識同路人，吸取大家的經驗，亦讓自己知道在這抗癌路上並不孤單。	10 名	現已接受報名	2023 年 4 月 17 (一) 5 月 29 (一) [可選多過一節]	上午 11:30- 12:30	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
「同路 同行」 乳癌及 婦科癌 適應小組	本院乳癌 / 婦科癌 病人及家屬 (一年內確診或治 療中優先；完成 治療者列作後備)	與同路人一起分享患病後所帶來的適應問題、治療後護理貼士、預防淋巴水腫及壓力處理等，並有過來人義工分享經驗。	10 名	現已接受報名	2023 年 4 月 19 日 及 4 月 26 日 (三) [必須出席兩節]	上午 11:00- 下午 1:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
放射治療 護理講座	本院接受放射 治療病人及家屬 (所有癌症適合)	講座將介紹放射治療及護理須知，並有腫瘤科護士解答病人疑問。	每節 20 名	現已接受報名	2023 年 4 月 20 日 (四) 5 月 18 日 (四) 6 月 15 日 (四)	上午 11:30- 中午 12:30	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
趣味 手作班： 捲紙藝術 x 輕黏土	本院癌症病人 (正接受療程 的病人優先， 完成治療者 列作後備)	捲紙藝術 crossover 輕黏土，一個活動滿足兩個藝術創作。	8 名	現已接受報名	2023 年 4 月 21 日 及 4 月 28 日 (五) [必須出席兩節]	上午 11:00- 下午 1:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
天然染髮 工作坊	本院癌症病人 (正接受化療者除 外及只接受首次 參加者)	教授用天然的方法製作染髮染料。	10 名	現已接受報名	2023 年 4 月 24 日 (一)	上午 11:00- 12:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
癌症專題網 上講座： 治療中到 康復後的 飲食變化	本院癌症病人 及家屬	由營養師分享癌症患者由治療期間到康復後不同階段的飲食重點，以及介紹社區癌症支援服務及銘琪癌症關顧中心服務。	20 名	現已接受報名	2023 年 4 月 26 日 (三)	下午 3:00-4:30	在家中 	全免
記憶力 訓練小組	本院癌症病人	透過不同的健腦運動、互動練習和行動計劃，學習及實踐改善記憶力的方法。	10 名	現已接受報名	2023 年 5 月 3 日至 31 日 (逢星期三) [共 4 節， 5 月 17 日除外]	上午 11:00- 12:30	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
義乳 DIY 工作坊	本院接受乳癌手術 之病人 (只接受未 做手術或一個月內 完成手術者)	活動讓乳癌病人學習如何自行製作臨時義乳，協助病人在術後初期如常穿衣以增強自信心。	10 名	現已接受報名	2023 年 5 月 8 日 (一)	下午 2:30-4:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免
靜觀－ 照顧心靈 之路	本院癌症病人 及家屬	學習靜觀，並在日常生活中練習，提升自己對身體感覺、情緒的覺察力，讓不安的心重獲平靜。	10 名	現已接受報名	2023 年 5 月 12 日及 19 日 (五) [必須出席兩節]	下午 2:30-4:30	伊利沙伯醫院 癌症病人資源 中心 ★	全免

活動名稱	對象	活動內容	名額	開始報名日期	活動日期	時間	地點	費用
「營養增值秘訣」講座	本院癌症病人及家屬	由本院營養師講解治療期間應如何選擇健康、合適的食物去增加營養、維持體重、提升抵抗力；分享如何協助吞嚥困難或食慾不振的病友進食等。	70名	現已接受報名	2023年 5月13日(六)	上午10:00-12:00	伊利沙伯醫院 M座地下演講廳	全免
書藝粉彩小組	本院癌症病人	書藝粉彩是一種適合任何人的繪畫方法，利用手指為圖案上色，結合獨特的寫字方法，便能創作令人滿意的作品，繪畫的過程十分輕鬆，讓人能暫時忘卻一切，是減壓的好幫手。	8名	現已接受報名	2023年5月 15日及22日(一) [必須出席兩節]	上午11:00-下午1:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源中心	全免
趣味手作班：繩結公仔掛飾	本院癌症病人(正接受療程的病人優先，完成治療者列作後備)	繩結編織技巧千變萬化，「結」充滿了力量、和諧、感情的色彩。學好基本結法，加入自己的創意，便能創出各式用途的繩結作品。這次工作坊導師會教授編織可愛的繩結公仔。	8名	現已接受報名	2023年 5月19日(五)	上午11:00-下午1:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源中心	全免
「義乳之選擇與配戴」講座	本院乳癌病人及家屬	講解佩戴義乳的重要性、義乳種類及功能、胸圍及義乳的選擇、清潔及保養等	20名	現已接受報名	2023年 5月24日(三)	下午2:30-3:30	伊利沙伯醫院 癌症病人資源中心	全免
「療癒・心・生活」輕彩繪小組	從未參加過此活動之本院癌症病人優先；曾參加過之癌症病人暫列後備。	「輕彩繪」源自台灣，只要一支彩繪毛筆，以簡單輕鬆的方式，就讓人注重當下，帶來無限幸福感及成就感。完成的作品更能用來傳達心意，為彼此的心靈增添一份溫暖。	8名	4月11日	2023年6月： 5日至26日 (逢星期一) [共3節， 6月12日除外]	下午2:30-4:30	伊利沙伯醫院 癌症病人資源中心	全免
「中醫寧神減壓」講座	本院癌症病人及家屬	情緒失調會對內分泌及免疫系統造成不良影響，更甚導致身體產生毛病。從中醫角度分享舒緩情緒的方法、食療、穴位保健等。	70名	4月11日	2023年 6月10日(六)	上午10:00-12:00	伊利沙伯醫院 M座地下演講廳	全免
靜心・禪繞畫	從未參加過此活動之本院癌症病人優先；曾參加過之癌症病人暫列後備。	禪繞畫不需要高深的繪畫技巧，透過繪畫簡單而重複的圖形，讓自己達成既放鬆又專注的狀態，從中得到平靜。	10名	4月11日	2023年 6月21日 至 7月5日 (逢星期三) [必須出席三節]	上午11:00-下午1:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源中心	全免
趣味手作班：歐洲拼貼藝術(證件套)	本院癌症病人(正接受療程的病人優先，完成治療者列作後備)	歐洲拼貼(Decoupage，又名蝶古巴特)源自歐洲的手工藝術，是把美麗的圖案剪裁，掃上保護膠水，拼貼裝飾於物品上。歡迎你一同來參與，與同路人一邊分享、一邊交流，義務導師將教授用歐洲拼貼的方法去拼貼屬於你、獨一無二的證件套(可存放八達通)。	8名	4月11日	2023年6月： 23日及30日(五) [必須出席兩節]	上午11:00-下午1:00	伊利沙伯醫院 癌症病人資源中心	全免
酒精墨水小組	本院癌症病人	日本酒精墨水藝術是流行於歐美的新興藝術，利用酒精及酒精墨水，跟隨墨水的流動，藉由風力推動便能創造具有個人特色、夢幻、抽象的美麗畫作。作畫的過程，社工會用簡單的方法引導你發掘更多內在自我，了解自己及和周遭人事物關係的藝術陪伴，暫時忘卻煩憂，感受當下的輕鬆自在。	8名	4月11日	2023年6月： 23日及30日(五) [必須出席兩節]	下午2:30-4:30	伊利沙伯醫院 癌症病人資源中心	全免

義工活動一覽

4-6月活動資訊

報名及查詢：3506 6434 (病人資源中心)

活動名稱	對象	活動內容	名額	開始報名日期	活動日期	時間	地點	費用
喜樂迎端午	本院義工	端午節是其一個傳統節日，邀請義工一同慶祝。在活動中一同與其他義工玩遊戲、做手工！	20人	現已接受報名	2023年 6月17日(六)	下午2:30-4:00	伊利沙伯醫院 M座地下2號室	全免

報名及查詢：3506 5393 (癌症病人資源中心)

活動名稱	對象	活動內容	名額	開始報名日期	活動日期	時間	地點	費用
朋輩關懷義工訓練	有志服務癌症病人的癌症康復者或家屬	講解朋輩關懷義工的角色及須知、情緒處理、溝通及關懷技巧、認識醫院及社區資源	12名	現已接受報名	2023年4月： 11日至25日 (逢星期二) [共3節，必須全部出席]	下午2:30-4:30	癌症病人資源中心	全免
義工手作時光：扭扭棒花	本院癌症服務義工優先	扭一扭，轉一轉，一朵花就做好了！扭扭棒花做法簡單，即使不擅長手工的人也能做出好多花型，親手做出來的花更顯得有誠意。	10名	現已接受報名	2023年 5月4日(四)	上午11:00-下午1:00	癌症病人資源中心	全免

* 備註：1) 活動時間、場地及安排可能會因應疫情或其他因素而作出更改。

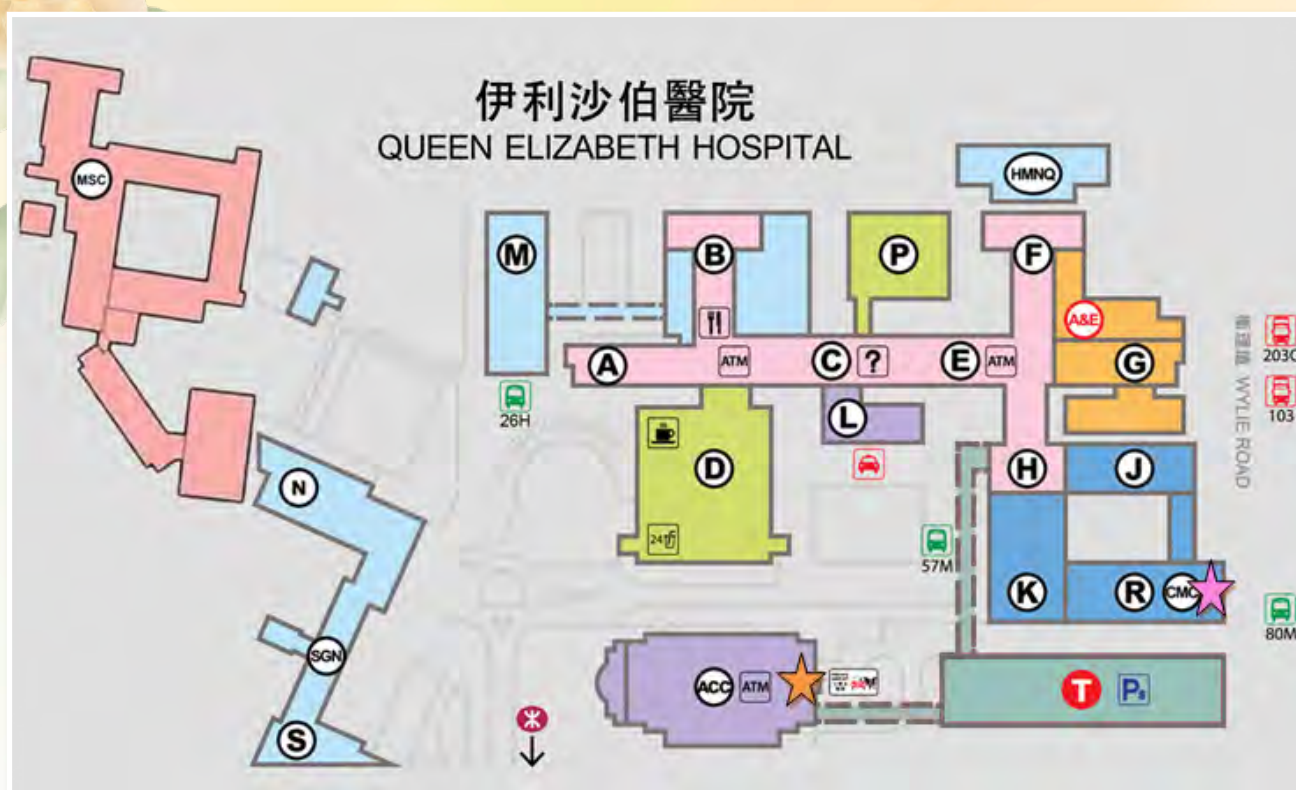
2) 註有  圖像，代表該活動將會是實體進行

3) 註有  圖像，代表該活動將於網上透過視像進行，參加者必須預先於手機或電腦下載程式



伊利沙伯醫院 病人資源中心

在此貼上
郵票
Stamp Here



★ 病人資源中心

中心地址：九龍加士居道 30 號
伊利沙伯醫院
日間醫療中心閣樓 5 室
中心電話：3506 6434
傳真：2332 4585



伊利沙伯醫院
病人資源中心
網址

★ 癌症病人資源中心

中心地址：九龍加士居道 30 號
伊利沙伯醫院
R 座 6 樓 601 室
中心電話：3506 5393
傳真：3506 5392



伊利沙伯醫院
病人資源中心
Facebook 專頁