

關愛動員通訊

2015年2月號

齊齊尋找羊咩咩！



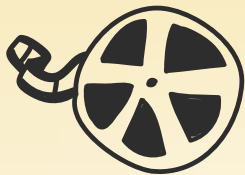
一元復始，萬象更新！踏入新的一年，我代表「關愛動員」全人祝福大家「身心康泰，福杯滿溢」。

屈指一算，今年已是「關愛動員」服侍港島東區街坊的第七個年頭。正如「關愛動員」的使命「關愛全人 動員社群」及核心信念「為您加油 與您同行」，在過往的一年間，我們藉著不同的活動及服務，動員了數以百計的義工去關愛我們的街坊，同時亦與我們的街坊同行，為他們加油，大家一起共渡了很多美好的時光。

在新的一年之始，我們正積極計劃開拓更多的服務，例如增加樂器訓練課程，及在現有的服務中擴大服務範圍等等，務求能更深及更廣地關懷我們的街坊。我們相信「施比受更為有福」，當我們攜手祝福別人時，我們同樣得著祝福，就讓我們一起邁向「蒙福」的一年，羊年快樂！



陳潔怡
董事局主席



長者義工 文燕

我在關愛動員當派祝福飯義工已有一段日子，回想最初一兩次都有猶疑，因自己是沒有恆心和信心的人，覺得自己做不到甚麼去幫助那些長者，同時又要唱歌和做話劇真是有點壓力，但經過嘗試最終又可以做得好，感恩有一班同一心志的隊工同行，大家越事奉越喜樂，而且亦發現長者們臉上的笑容比之前更燦爛。

最近AC的活動，例如長者旅行和盆菜宴我都有份參與，見到街坊開心投入我都很滿足。有一次我返完主日崇拜，在小巴士遇到一位長者，她說到AC取祝福飯令她好窩心，又好多謝我們義工的關愛，她的答謝就是鼓勵我繼續在AC事奉的原動力！



笑嫻

我在AC當義工突破了很多不能變通的框框，如唱歌的拍子要準，但帶領長者唱歌就要比較慢。我靠聖靈帶領去演話劇，聖靈指引我當講的對答！哈利路亞，讚美主！



GRACE 王潔蘭

我加入AC長者義工服務已有四個多月，當長者義工有很多學習，如領唱歌，表演話劇，跟長者交談關心他們。最好玩最有挑戰性的就是演話劇。我一向害怕在人前演講和表演，怕出錯尷尬。但當我第一次做話劇演農夫時，我完全投入而不感到害羞和緊張，還愛上了演話劇哩！長者們看話劇很開心，我們也感到滿足。

在服務中，讓我對長者認識多了，他們有些好活潑，充滿朝氣，參加很多活動，並不是呆坐家中。我正在努力學習找話題跟他們溝通。有些長者跟我們義工稔熟了，願意跟我們分享心事，甚至願意讓我們祈禱祝福。當我們記得他們的名字，他們感到被重視和關注會好開心。我們彼此的關係一天一天的建立，他們就好像我們的親朋好友，透過這種關懷互動將愛傳遞開去。

邀請大家一同體驗做義工的樂趣和興奮！

愛，越分享越多！



助人自助計劃 – 天然護膚品手作坊

潤唇膏、手霜、面霜、保濕噴霧...現已不再是女士們的專利產品，不同性別、年齡的人都會接觸，它不折不扣與我們生活融合。

當你選擇它的時候，會根據自己的膚質，產品的滋潤度、功效、香味、價錢、包裝、品牌名氣等等，決定會否買它回家。它是我們的守護天使，因應不同季節轉變保護我們的皮膚；它也可以是破壞者，有些護膚品內含化學物、致敏原等，有可能把皮膚帶進問題裡。

那如何拿捏它呢？當一位精明的用家，請先「愛」它！了解它的故事〈品牌系列〉，內涵〈產品成份〉，個性〈溫和/刺激〉，然後跟它配合〈季節性〉，在大家最合適的時候相處〈有效期〉；從感受與實踐經驗，你會發現，它不單止是產品，更是心意的傳遞，你會自然地分享介紹身邊親朋好友，一起感受它給你的好處與祝福。



助人自助計劃，正正希望帶出這個訊息，它所蘊含的，在過程中與大家製作交流的同時，我們看見每一個笑容，臉上流露著自己親手製作的滿足感，忙碌點算那些手作品送給誰，跟我們分享用品怎樣祝福了家庭小孩等...這些都是我們建立的意義。

天然護膚品手作坊歡迎你與我們一起實踐，分享愛與幸福。



清新環保迎新歲



新年將至，中國人傳統習俗，正所謂「年廿八、洗邋邋！」，大家都紛紛為家居環境清潔、粉飾一番。既然除舊立新，漂白劑、高濃縮清潔劑當然不可缺少，可是清潔劑發出令人刺鼻的氣味，懸浮在空氣中的化學物質有破壞環境兼影響人體健康。不如今年嘗試做醒神健康分子，齊齊進入環保新世代！

 簡單使用香薰 淨化空間 

部分香薰精油具有驅蟲、殺菌、除臭的作用，有效清潔兼保護環境，基本使用方法供參考：

- 建議將數滴檸檬或西柚精油，配以薰衣草精油加入清水，然後沾濕抹布清潔居室。
- 把數滴香薰精油加入純水在噴霧器皿內搖勻作空氣清新劑，噴向空氣流通的地方或衣服房間，有助消滅細菌。
- 在家中使用香薰擴散器或蒸薰爐使用香薰，改善室內空氣，或用作驅趕蚊蟲蒸薰爐：將數滴香薰精油混入已載滿水的香薰爐中，點上蠟燭，讓熱力使精油慢慢蒸發
香薰擴散器：將數滴香薰精油混入已載滿水的香薰擴散器中，駁上電源，使精油擴散空氣中
- 把數滴香薰精油滴在棉花球或木珠上再放入紗袋作衣櫃除味劑，然後掛置衣櫃內就可慢慢清除衣物上的氣味及抗菌

建議香薰精油：

驅蟲：薰衣草、香茅

殺菌：薰衣草、茶樹、尤加利葉

除臭：檸檬草、山雞椒、青檸、檸檬、西柚

注意：

- 純香薰精華油乃易燃物品，切勿接近熱源或火燄。/2. 孕婦、高血壓、癩癩症、皮膚敏感者請於使用前諮詢專業人士意見。
- 純香薰精華油不能直接用在家具上，尤其木製家具，否則會破壞表層。

琪雲





「嚐愛嚐珍」盆菜宴 滋味盡在人情

在剛過去的聖誕節，冷雨霏霏下了大半天，直到傍晚還沒有停下來的意思，可是任憑雨怎樣下着，我們一年一度的聖誕盆菜宴還是風雨不改如期舉行。當日早上，負責物流的義工已經出動，運送所需物資到現場打點。隨後，舞台音響及盆菜供應商亦到場預備。下午三時多，各單位約400名義工已各就各位忙於綵排節目、佈置場地、包裝禮物、歡迎接待...大家密鑼緊鼓為盆菜宴作最後衝刺。

直到四時多，在場外等候多時的街坊在義工帶領下有秩序地入場，千人盆菜宴正式開鑼！小朋友化身天使在人群中穿梭送上祝福，年青人出盡法寶為街坊帶來歡樂，台上載歌載舞營造熱鬧氣氛。最令人欣喜的是當打開盆菜錫紙的一刻，雨就停了下來，眾人內心的喜悅和感動，實在超越言語筆墨所能形容！

寒風冷雨雖然打亂了今次聖誕盆菜宴許多部署，但卻擋不了大家眾志成城，同心服侍的熱情！細味今次「嚐愛嚐珍」每個部分，每張臉孔、每個片段，還有...大家風雨同路的愛和支持。關愛動員衷心誠意用最大的力氣，向有份參與的每一位表達謝意！

請支持2015年盆菜宴及事工發展，讓愛延續下去！



支持及參與

「關愛動員」的營運費是透過募捐得來，而籌得的款項均會用作日常營運開支、服務拓展及運作，以及購買食物之用等。

你們的支持及參與，就如用「愛」為社區畫上簡單的一筆，讓色彩會逐漸變濃，變得更美麗。



香港政府註冊之非牟利慈善機構註冊編號：91/9677

聯絡資料:

姓名：_____ 電話：_____

電郵：_____

地址：_____

請填寫以下的回應表:

- () 我願意參與 _____ 義務工作
 - () 我願意捐款 \$ _____ 支持 _____
 - () 我願意捐贈物資 _____
 - () 存入匯豐銀行戶口 813-269032-001
支票抬頭：“關愛動員(國際)有限公司”或
“Action Care International Limited”
 - () 自動轉賬 (請登入網頁www.actioncare.asia索取表格)
 - () 我願意了解更多有關 _____ 的資料
- **捐款 \$ 100以上可索取收據作申請減免稅項之用



捐助人資料 Donor's Information	
姓名 Name: _____	電話 Tel: _____
機構/團體 Organization: _____	電郵 Email: _____
地址 Address: _____	
捐款方法 Ways to Donation	
<input type="checkbox"/> 直接存入匯豐銀行 Bank-in HK\$	<input type="checkbox"/> 支票 Cheque
<input type="checkbox"/> 支票轉存入以上銀行戶口	<input type="checkbox"/> 匯豐銀行(國際)有限公司
<input type="checkbox"/> 自動轉賬(存入以上銀行戶口)	Payable: Action Care International Limited
<input type="checkbox"/> 本人實收收據 (捐款HK\$100或以上可憑收據在善後申請扣除)	Donation of HK\$100 or above are tax-deductible with receipt (HK only)
<input type="checkbox"/> 為領取收據作準備: 本人不索取收據	To help save administration costs, please do not send me a receipt

請將回應表或銀行入數紙
傳真: 2886 0739 或寄回: 關愛動員辦公室



想瞭解關愛動員更多資料
請瀏覽
www.actioncare.asia/



亦可登入粉絲專頁
https://www.facebook.com/
actioncareasia

辦公室地址: 香港西灣河荷實灣道68號西灣河中心10樓

電話: 2886-0737
電郵: mail@actioncare.asia

電話: 2886-0737

傳真: 2886-0739