

每周	项目	时间	组别
星期一	钢琴演奏 - 黄美珍小姐	下午4点至5点	蓝宝石组(音乐家)
星期二	为病人理发	早上8点30分至10点30分	太阳石组
星期三	图书馆时间	早上10点至中午12点	蓝宝石组
星期四	户外活动	早上8点30分至中午12点	翡翠组
	钢琴演奏 - Ms Yuko Arai	早上9点至10点	蓝宝石组(音乐家)
星期五	欢乐时光	下午4点15分至5点15分	蓝宝石组
	钢琴演奏 - Mr Patrick Foo	下午5点至6点	蓝宝石组(音乐家)
星期六	园艺活动	早上10点至下午1点	黄宝石阳光组
	钢琴演奏 - 林旭征先生 - 赖国芳博士	下午3点至4点 下午4点至5点30分	蓝宝石组(音乐家)
	按摩舒缓疗程	下午4点至6点	蛋白石组
星期天	小提琴演奏 - Ms Samyukta Balsubramani	早上11点至中午12点	蓝宝石组(音乐家)
	钢琴演奏 - Mr Kelvin Hwang	下午5点30分至6点30分	

每月	项目	时间	组别
星期一 7月9日, 8月13日	宠物陪伴关怀日	下午2点30分至3点30分	红宝石组
星期三 7月18日, 8月15日	为病友烹调汤品	中午12点至1点30分	珍珠天使组
星期六 7月7日, 8月4日	庆生会	下午3点至5点	钻石组
7月7日, 8月4日	摩棉经禧区四弦琴团队演奏	下午3点至4点	蓝晶组
7月7及21日 8月4及18日	钢琴演奏 - 刘智恩小姐	早上10点30分至11点30分	蓝宝石组(音乐家)
7月14及28日 8月11及25日	经典乐曲欣赏	早上11点至中午12点	紫晶组
7月14及28日 8月11及25日	午后的旋律	下午3点至5点	蓝宝石组
7月28日, 8月25日	宠物陪伴关怀日	早上10点至11点	红宝石组
7月7及21日 8月4及18日	手工艺活动	下午2点至5点	水晶组
星期天 7月8及15日 8月12及19日	咖啡与吐司时间	早上10点至中午12点	创价月光石组

培训课程	日期	时间	地点
英语讲解培训课程			
新进义工培训课程	7月7日 (星期六)	早上9点至下午1点	资讯室
基础慈怀护理培训课程1	8月4日 (星期六)	早上9点至下午4点	资讯室
基础慈怀护理培训课程2 (上)	8月18日 (星期六)	早上9点至下午4点30分	资讯室
基础慈怀护理培训课程2 (下)	8月25日 (星期六)	早上9点至下午4点30分	资讯室

想要报名或了解托福园最新活动的详情, 请联络:

卓晓慧 (电话) 6500 7265 / (手机) 9048 9174 / (电邮) shouwee_tok@dovertpark.sg



托 福 园 义 工 通 讯 • 感 谢 您 的 志 愿 服 务

2018 7月 / 8月

我们的动力，我们的志愿

我们的医生和义工非常荣幸获得在今年四月颁发的“仁心奖” - 表扬专业及助人精神。此奖项也肯定和提醒的我们也可以为社区出力。在此我们感谢获奖者，何锡优医生，石昀娇女士，高伟志先生和已故陈成福先生。



让我们听听他们鼓舞人心的故事。

在慈怀疗护十年耕耘的推动力

您每日工作的动力是什么呢？

我已经在慈怀疗护界服务差不多有10年了。我的动力来自能够全方位的理解病人以及他们家人的情况。在这十年里，我体会了病人面对不同层面的挑战 - 病人的生活体验，他们的故事，他们的心酸，不论是喜怒哀乐，每一次接触都让我对生命有不同的认知，也丰富了我的人生的厚度。在深入了解病人与家属的状况后，我们会以灵活的方式，全方位地协助他们处理问题。遇到无法解决的瓶颈，如何寻求一个对病人最有益和有意义的方式，并透过这样的处理方式，让我们对生死有更深的认知，对生命更是积极与乐观的。



身为一位专业的医生，请您给予从事慈怀疗护的义工们一些建议：

在慈怀疗护方面，义工是一个不可或缺的角色。因为这不仅是在尽一分心力，更需要用智慧去完成。我或许不是提供意见的最佳人选，但对于需要跟病患或病患家属接触的新进义工，我认为他们可能

会面对因病人的遭遇而使得自我情绪一时无法抽离的情况。因此，如何藉由自我照顾，自我反思与认知，是最重要不过的。

愿为义务无私的付出

是什么激励了您这么多年来还继续做义工？

这么多年能继续做义工，全靠一个信念- 为病患者服务。自从母亲癌症逝世后，从中得到人生的启发，[陪伴]与[关怀]这两个名词一直缠绕在脑海里，有幸来到托福园，让我有机会完成多年来的愿望，没想到一眨眼就廿十年了。

当您第一次做义工时，您遇到了什么挑战？您是如何克服它的呢？

在托福园完成培训后，第一次踏入病房时，心里头是七上八下忐忑不安，不知道要如何向病患者开口，也不知道要如何与他/她沟通，只能默默地坐在身旁看着他/她。我相信自己的能力与信心能克服这种心理障碍，经过多次的陪伴终于度过这个难关，建立起自信。

您如何鼓励年轻一代来慈怀病院做义工？您对他们有什么忠告

目前每个慈善机构都缺乏年轻义工，尤其是慈怀病院，因为服务对象不一样，多数年轻人比较有所顾虑，现在的年轻人在讲方面面对很大的挑战，另外是面对[死亡]。但是，这不是决定性的问题，只是心理因素造成的，只要充份让他/她们了解慈怀病院的设立的意义及协助他/她们克服的心理因素，任何问题都可以迎刃而解。同时，我们必须让他/她了解在慈怀病院是一个让大家成长的地方，也是一个学习[陪伴]与[关怀]的一种人性的表露，对自己、家庭、亲人，朋友甚至整个社会都会珍惜。



运用一技之长来帮助病患

是什么激励了您这么多年来还继续当义工？

最初意识到癌症患者，是从朋友的家人那里开始！患者的痛楚及无助的表情，另我非常心酸！当时发愿我如有能力和在恰当的时候下，出来帮助一些有须要的人。在我三位女儿都完成大学教育，出来社会工作有稳定的经济来源，逐使我出来当义工的心愿。



在我了解到，一些病患在某方面的须求，而我本身在某方面有一些技艺，就连同一些善心人士，组织一起来服务大众。我也感恩所有的团友的支持与团结，这个力量推动我坚持下去到现在。

当您第一次当义工时，您遇到了什么挑战？您是如何克服它的呢？

在我参与义工服务其间，体会到人生无常，生命非常脆弱，在有病患的时候，正须要人帮助的时刻，亲人不在，举目无亲的那种感觉，促使我扮演他们的朋友；亲戚的角色来安抚他们，另他们觉得人间还有温情，度过他们最后的人生。

您如何鼓励年轻一代来慈怀病院做义工？您对他们有什么忠告？

我也鼓励一些年轻朋友，如有能力；尽量拨一些时间，多出来帮助一些癌症病人，因他们很须要有人陪伴及聊天，多给予他们人间的温情，帮助他们走完人生的路程！

丰硕的一生：儿子对先父在托福园当义工的反映

陈天平 先生，已故陈成福先生的儿子

陈先生是否有分享什么激励了他参与志愿工作以及他最初当义工所面对的挑战呢？

我爸爸很少分享他当义工的那些日子。爸爸在1994年开始在托福园当义工。家人很明了他最大的推动力是因姑姑在1993年患癌而逝世。除了姑姑，我祖父祖母也因癌症而早逝。包括我爸爸，他们留下了5个孩子。我姑姑是爸爸最敬爱的大姐。小时候，她不止把爸爸带大，也供他读书。爸爸因此很感激姑姑。爸爸在他20岁至40岁就负起养育我们以及姑姑这2个家的责任。我爸爸的家人大都因癌症而离世或被诊断出有患癌。驱使爸爸成为托福园的义工是因为他要了解这个可怕的疾病。



这个奖项和表彰对您的家人意味着什么？您想要怎样来缅怀陈先生？

我爸爸甚少谈他在托福园当义工的事，他也很少告诉我们自己在工作的烦恼。早期，大约20多年前，爸爸身兼二职- 白天在SIS糖厂工作，傍晚呢，是名补习教师。不在糖厂工作后，他便开始在托福园当义工，一晃就超过20多年了。爸爸在这50多年来，每天都没间断的在清晨5点至5点30分起床。乘搭巴士上班的，因他并不喜欢乘搭地铁。若您问这个奖项对家人意味着什么，我认为它代表并表彰了陈成福先生的一生。66年来，爸爸忙忙碌碌，是个负责的员工，尽忠职守，热爱工作。他是位慈父，周末虽是他的休息日，他却会去购买杂货，为家里添购好吃的食物。爸爸也是很多好朋友的知己。即使在他最后的日子，他还继续协助HCA处理一些闲散的问题。我爸爸虽没像李光耀先生那样活到90岁，但我相信他的生活同样丰富多彩。