

2021年1月至3月义工活动项目

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
星期四	户外活动	早上8点30分至中午12点	翡翠组
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	中午12点30分至下午1点30分	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3点30分至5点30分	蛋白石组
每月	项目	时间	组别
星期一 2021年1月11日 2021年2月8日 2021年3月8日	宠物陪伴关怀日 (每个月的第二个星期一)	下午3点分至4点	红宝石组
星期三 2021年1月20日 2021年2月17日 2021年3月17日	靓汤时刻 (每个月的第三个星期三)	中午12点至1点30分	珍珠天使组
2021年1月13日 2021年2月10日 2021年3月10日	钢琴演奏 - Ms Yuko Arai	早上10点30分至11点30分	蓝宝石组 (音乐家)
星期六 2021年1月2日 2021年2月6日 2021年3月6日	庆生会	下午3点至5点	钻石组
2021年1月2日 2021年2月6日 2021年3月6日	摩棉经禧区四弦琴团队演奏	下午3点至4点	蓝晶组
2021年1月9 & 23日 2021年2月13 & 27日 2021年3月13 & 27日	经典乐曲欣赏	早上11点至中午12点	紫晶组
2021年1月9 & 23日 2021年2月13 & 27日 2021年3月13 & 27日	午后的旋律	下午3点至5点	蓝宝石组
2021年1月23日 2021年2月27日 2021年3月27日	宠物关怀陪伴日	早上10点至11点	红宝石组
2021年1月2 & 16日 2021年2月6 & 20日 2021年3月6 & 20日	手工艺活动	下午2点至5点	水晶组
星期天 2021年1月10 & 17日 2021年2月14 & 21日 2021年3月14 & 21日	咖啡与吐司时间	早上10点至中午12点	创价学会

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@doverpark.sg



在2021年第一期的《Chit Chat》，我们邀请了荣获2020年仁心奖的托福园李伟豪医生以及社区护理卓越金奖得主的临床护理护士柯美慧和我们分享他们在慈怀护理工作的感言与工作旅途。

2020年仁心奖获奖者：
托福园李伟豪医生



李伟豪医生也获得由护联中心所颁发的社区护理卓越银奖。这个奖项是颁给个人杰出表现的医护人员。

1. 是什么促使您加入慈怀护理？

在慈怀护理中，护理不仅仅是提供药物。除了帮助病友控制症状和疼痛外，它包含了心理、情感与心灵上等多方面。我是在2015年10月在托福园担任医生3个月。在这期间，我了解到提供良好的临终关怀不仅仅是帮助人们有尊严地走完生命旅程而也帮助他们在充满意义和爱的情况下度过最后的日子或完成最后的心愿、好好与过去道别或修补关系等。这促使我在2016年全职加入托福园。

2. 您在工作中面临什么挑战？

在我的工作过程中，我经常不得不做出艰难的决定，例如平衡护理的实用性以及尊重病友的意愿和自主权。

对于那些没有看护者的病友，他们会因与家人疏远的关系而感到悲伤，或要求出院并在自己家中去世。我们竭尽所能与我们的义工尽力地帮病友完成他们的心愿。

3. 对于想加入慈怀护理行列的人，您有什么建议？

因症状变化与照顾的需求的增长，照顾临终病友需要耐心与敬业精神。护理也包括在情感上支持看护人。这些使工作更有意义，帮助病友在有尊严下地度过最后的日子。

2020年社区护理卓越奖(金奖)
托福园临床护理护士柯美慧



1. 您为什么选择在社区护理工作，尤其在慈怀护理这方面？

能够给予病友临终关怀护中以舒适，安宁和有尊严的方式度过最后的日子是一种荣幸和含有意义的工作。

2. 您如何看待卓越护理？

卓越护理对护士而言是精益求精致力于个人成长，为病友提供良好的照护以及提升护理专业技能。

对于慈怀护理护士而言，卓越护理是提供病友善终照护，也帮助家属从悲伤中振作继续前进。

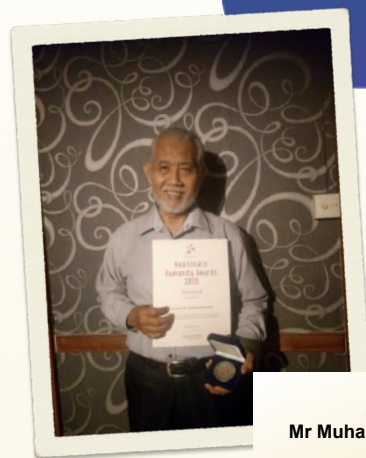
我所谓的卓越照护是以病友与家属的需求，提供个性化与整体与舒适的护理和控制症状。

3. 请您给欲加入慈怀护理工作的人一些鼓励的话。

病友或许会忘记你的名字，但不会忘记你对他们的关怀与照顾。

感谢大家在2020年对托福园的支持

因冠状病毒, 许多活动在2020都被取消了。在崭新的2021年, 我们要跟大家分享2020仁心奖、新加坡激励贡献康护奖、托福园年度新进义工奖、年度杰出义工奖以及年度杰出义工团队奖的得主们在托福园的点滴与得奖感言。



2020年仁心奖:
Mr Muhammad Agus Bin Othman

2020年新加坡激励贡献康护奖: 蛋白石组 (病友支援组)

吕裕敏 (蛋白石组/舒缓按摩组组长)

我的父母生病期间在托福园受到了许多的帮助与支持。虽然他们都已不在人世了, 当时给予我们的协助让我得以安慰陪伴他们到最后。成为义工能让我把对父母的爱传给更多人, 也是缅怀父母的一个方式。

我们这一组是每个周六服务病友的, 每一次的接触都会让我们从病友身上得到宝贵的经验, 总是有不同的故事启发我们, 越深入了解他们, 就会学到更谦卑待人。

我记得有一位让我印象深刻的病友, 因疾病而导致她限制在病床上, 无法下床活动。刚开始与她接触时, 我有点担心, 因为她有许多的要求。后来我慢慢克服障碍, 试着跟她谈话, 我发觉她是一个拥有聪慧心灵但无法控制身体给束缚住的女士。她之所以有许多特殊的要求是因为她无法自理。我从中学到要珍惜所拥有的, 有健康才能享有充实的生活。



2020年新加坡激励贡献康护奖: 蛋白石

2020年仁心奖:

Mr Muhammad Agus Bin Othman

我在1995年参与了在新加坡阿拉伯协会举办的托福园座谈会时, 就决定要加入托福园的义工团队。当时慈怀护理服务对于穆斯林社会是一个很新的概念。从那时起, 我跟我的妻子-Siti Zainah与我们的一群朋友就成为托福园的义工了。

我们是属于钻石组最初称为马来语组。我最难忘的事件是我们帮一位病友完成她最后的心愿, 协助她的女儿在托福园的会堂举办婚礼, 让她开开心心的参与。病友的妹妹也因此而加入托福园义工团队, 为更多人服务。

我觉得最有意义的事就是陪伴病友直到最后。这并非是个容易的事, 因为我们面对的是病友的离世问题。我们必须够坚强地去面对, 以免容易筋疲力尽。

每当病友辞世后, 我们要能够把情绪处理好。



杰出新进义工: Thomas M. Weinland

杰出新进义工:
萧明珠

托福园年度杰出新进义工: 萧明珠 与 Thomas M. Weinland

明珠:

我刚开始接触慈怀护理是在2002年当我的父亲被诊断患有晚期肝癌。那时, 他希望可以在家辞世, 因此接受了慈怀居家护理服务直到2003年一月。当时我看到了慈怀护理团队是如何悉心照顾我的父亲, 他们对病友无私的付出让我很感动, 也促使我加入慈怀护理义工的团队。

我所接触的病友多是很友善。在此, 我要感谢托福园的员工与资深义工们的指导。实际上, 我获得的收益超过了我的付出。

德蕾莎修女曾说, “不是所有人都能做伟大的事情, 但是我们可以用伟大的爱去做小事情”。

Thomas:

我加入义工部分的原因是我觉得我曾自我的生活着。我在美国从事律师工作多年。那里常会要求律师为无力支付律师费的人做无偿的法律扶助工作。这么多年来, 我跟其他同事一样会拒绝, 说我没时间处理, 因为我认为赚钱第一。随着信念的改变, 我决定接受这些无偿的工作。虽然我花许多精力处理离婚官司、家暴保护令申请与其他案件, 客户都很感激, 最终我们结成了朋友。这份情谊是我最好的回馈。

客户的亲朋好友如需要咨询法律时, 他们都会找我 - 而这些案件多数是个人受伤索偿。无偿法律扶助机构也会发给我很好的案件, 这对我的事业有很大的帮助。

从事义工不仅对我的事业有所帮助, 也对我的客户和社会有很大的贡献。这可能这就是一般常说的“吸引力法则”、“因果”或是“默默行善所”导致的吧。

我后来离开了律师工作, 在闲暇时加入义工团队, 我觉得从事义工给我的回馈远超我所想象的。我很珍惜与托福园里的病友、职员和义工们的情谊。这是一个非常棒的经验。我很感谢托福园给我这个机会加入他们。如果因义工工作能让我对他人和我周围的世界产生积极的影响, 那也很好!

托福园杰出义工奖: Marlene Foo

我向来就喜欢帮助人, 能改善别人的生活让我有满足感。与不同组别的义工共事, 学习不同的事物也是我从事义工工作的动力。

我的母亲在1998年受到托福园医护人员无微不至的照顾, 这让我很感动。即使再忙碌, 他们还是带着微笑, 轻声细语地耐心安抚我母亲的不安。于是我更坚定要成为义工, 想回报给托福园对于母亲在生命最后旅程的照护。我认为这也是母亲一直希望我做的事。得到这个奖项, 也再次勾起我对母亲的美好回忆。



托福园杰出义工奖: Marlene Foo



园杰出义工团队奖: 黄宝石组

托福园杰出义工团队奖: 黄宝石组

杨静萍 (黄宝石组/园艺组组长):

我已故母亲在病重时曾希望可以在慈怀护理的照顾下拥有良好的生活品质。这让我有机会接触到慈怀护理, 促使我加入托福园义工团队, 让我有机会学习专业照护技能, 去帮助病友与陪伴家属们一起走过生命最后旅程。托福园的格言“寸刻珍贵”与我共鸣。我渴望给予我的时间和资源去帮助人, 这也领我参加黄宝石组、石榴石组与蓝宝石组的义工工作。因为参加义工服务, 使得我有机会认识志同道合的朋友, 拓展我的视野。

在阻断措施期间 (Circuit Breaker), 我们无法到托福园帮忙, 很多活动也因此暂停。但托福园还是透过远程方式保持交流与联系。当义工计划的经理晓惠 (Shou Wee) 通知黄宝石组可以回来托福园继续园艺工作时, 我们都很开心! 我们都想尽快回到托福园去照顾久违的植栽! 获得这个奖项是一个惊喜, 更是对黄宝石组的肯定。身为黄宝石组一员, 我们都与有荣焉, 这个奖证明了我们正向的影响, 也能积极为病友服务。除此之外, 也让我们有机会更加了解义工的精神, 能为他人的生命增添丰富的色彩是多么有意义的事。再一次感谢大家!